



Istituto Professionale Servizi
per l'Enogastronomia e
l'Ospitalità Alberghiera
"Carlo Porta"

Via Uruguay 26/2
20151 Milano

www.carloportamilano.edu.it

C.F. 80194090157
C.M. MIRH02000X

Tel. 02.38.00.36.86
Fax 02.30.84.472

info@carloportamilano.edu.it

mirh02000x@istruzione.it

mirh02000x@pec.istruzione.it



MOD.186/UD

Materia	SCIENZE MOTORIE
Classe	5 BENO
Docente	UNFER LUCIA GRAZIELLA
Libri di testo adottati	ABC DEL MOVIMENTO

Ore di lezione effettuate nell'anno scolastico 2025/2026	
Ore di lezione previste dal piano di studi	66
Ore di lezione effettuate al 15.05.2026	60
Ore di lezione previste per il periodo finale	4

Competenze disciplinari

Competenza attesa per la disciplina	Raggiunta da		
	Tutti	Maggioranza	Solo alcuni
CONOSCERE I PRINCIPALI ASPETTI COMUNICATIVI , CULTURALI E RELAZIONALI DELLE ATTIVITA' MOTORIE	x		
RICONOSCERE E SAPER ASSUMERE COMPORAMENTI ATTIVI PER IL MIGLIORAMENTO DELLO STATO DI BENESSERE PSICOFISICO	x		
ANALIZZARE IL RUOLO DELLE OLIMPIADI DURANTE IL NAZIONAL SOCIALISMO		x	



Istituto Professionale Servizi
per l'Enogastronomia e
l'Ospitalità Alberghiera
"Carlo Porta"

Via Uruguay 26/2
20151 Milano

www.carloportamilano.edu.it

C.F. 80194090157
C.M. MIRH02000X

Tel. 02.38.00.36.86
Fax 02.30.84.472

info@carloportamilano.edu.it

mirh02000x@istruzione.it

mirh02000x@pec.istruzione.it



MOD.186/UD

Competenze trasversali coinvolte

Competenza trasversale	Raggiunta da		
	Tutti	Maggioranza	Solo alcuni
Riconoscere i principali aspetti comunicativi, culturali e relazionali dell'espressività corporea ed esercitare in modo efficace la pratica sportiva per il benessere individuale e collettivo.		X	

Unità di Apprendimento svolte

N°	Titolo	Ore
1		
2		
3	Salute e benessere nella cucina globale	25
4	Il novecento dalla crisi del vecchio equilibrio europeo alla nascita della nuova Europa	39
5		
6		
7		

Le ore previste per il periodo finale verranno dedicate a UDA 4 e al suo completamento.

Metodologie e strategie di insegnamento

LEZIONI PRATICHE E TEORICHE

Ambienti e strumenti di lavoro



Emesso il 19.03.2015
Approvato il 19.03.2015
Rev. il 13.03.2020



Istituto Professionale Servizi
per l'Enogastronomia e
l'Ospitalità Alberghiera
"Carlo Porta"

Via Uruguay 26/2
20151 Milano

www.carloportamilano.edu.it

C.F. 80194090157

C.M. MIRH02000X

Tel. 02.38.00.36.86
Fax 02.30.84.472

info@carloportamilano.edu.it

mirh02000x@istruzione.it

mirh02000x@pec.istruzione.it



MOD.186/UD

PISCINA—PALESTRE SCOLASTICHE E ATTREZZATURE (PICCOLI E GRANDI ATTREZZI)—AULA
SCOLASTICA (VIDEO E LEZIONE FRONTALE)

Verifiche svolte	Tipologia
Orali	ESPOSIZIONE TEORIA STILI NUOTO (PER ESONERATI DALLA PARTE PRATICA), SPECIALITA' ATLETICA LEGGERA (PER ESONERATI DALLA PARTE PRATICA), ESPOSIZIONE SCHEDA FILM "RACE", INDICAZIONI OMS
Scritte	
Pratiche	TEST MOTORI E STILI DI NUOTO

Milano, 5/05/2026

Il docente, Lucia Graziella Unfer