



A.S.	Classe	Disciplina	Docente
2025/2026	2 B	Scienze motorie e sportive	Giuseppe Pagani

Libri di testo

- Del Nista, Tasselli - Tempo di sport ed. verde (G. D'Anna)

Programma svolto

1. Attività aerobiche di endurance in palestra ed in pista: test 1000 metri/F - 1200 metri/M
2. Attività di resistenza alla velocità con sprint 9 - 12 metri e staffette ad inseguimento: test 20 X 6 vai e torna
3. Attività badminton con particolare riferimento al servizio dal basso: test di verifica dei servizi dal basso
4. Quattro lezioni di nuoto presso la piscina comunale di Desio con valutazione
5. Attività di velocità e reattività in palestra 4 X 10
6. Test 60 metri
7. Esercizi di skip, andature e rapidità: test Illinois (prova comune)
8. Sport praticati a livello globale: badminton, calcio a 5, pallavolo e basket 3 Vs 3
9. Uscita didattica a Trezzano S/N: attività di canoa
10. I gruppi sportivi militari e dello stato in Italia con pillole di storia olimpica: verifica multiple choice
11. Educazione civica : tratto da Raiplay “ il terremoto - Irpinia 1980 “ la nascita della protezione civile in Italia

Desio, 6 giugno 2026

Firmato dagli studenti rappresentanti di classe con firma elettronica avanzata

Il docente

GIUSEPPE PAGANI

Firmato con firma elettronica avanzata