



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

Libri di testo

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

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. Attività di velocità in palestra e sul campo di atletica : test 60 metri M/F
5. Esercizi di skip, andature e rapidità: test Illinois (prova comune)
6. Sport praticati a livello globale: badminton, calcio a 5, pallavolo e basket 3 Vs 3
7. Uscita didattica a Trezzano S/N: attività di canoa
8. I gruppi sportivi militari e dello stato italiano + pillole di storia olimpica: verifica multiple choice
9. 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