



A.S.	Classe	Disciplina	Docente
2025/2026	5 I	Scienze motorie e sportive	Giuseppe Pagani

Libri di testo

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

Programma svolto

1. Lavoro di endurance e prove ripetute in pista
Test valutativo in pista 1200 metri/F - 1600 metri/M
2. Lavoro a stazioni per miglioramento Forza - Velocità - Coordinazione
Test valutativo 6 X 20 metri navetta
3. Percorso CLIL dal titolo " one team one nation " con la visione del film " Invictus " e creazione del percorso didattico e test di verifica.
4. Visione di video tratti da youtube sulle regole del rugby ed esercitazioni pratiche in palestra su alcuni fondamentali di gioco e test di verifica 6 rugby balls + spin the rugby ball.
5. Percorso CLIL dal titolo " doping offside " con la visione del video tratto da youtube " Il sistema Lance Armstrong ", " Doping for gold " ed articolo scientifico " The Science Behind the World's Greatest Athletes " con test valutativo.
6. Sport praticati in modo globale: calcio a 5, pallavolo, basket 3 Vs 3 e rugby educativo.

Desio, 15 maggio 2026

Firmato dagli studenti rappresentanti di classe con firma elettronica avanzata

Il docente

GIUSEPPE PAGANI

Firmato con firma elettronica avanzata