

Competenza motoria legata all'ambiente: Il percorso dei supereroi

Durante questo test gli allievi devono riuscire ad affrontare un percorso superando ostacoli che provocano un'incertezza motoria creata artificialmente.

I supereroi devono eseguire la prova superando correttamente e il più velocemente possibile gli ostacoli che incontrano sul loro percorso. Il percorso viene effettuato in senso orario e in senso antiorario; in seguito viene modificato spostando leggermente alcuni ostacoli. Il tragitto non viene dunque mai ripetuto in modo identico così da evitare l'automatismo motorio.

Dopo ogni tragitto effettuato senza errori i giocatori ricevono un braccialetto magico (= elastico) e lo sistemano al polso. I braccialetti aiutano i supereroi a essere di volta in volta più rapidi nell'affrontare il percorso.

[Scheda di realizzazione motoria: Il percorso dei supereroi](#) (pdf)

[Griglia d'osservazione collettiva: Il percorso dei supereroi](#) (xls)

[Griglia d'osservazione individuale: Il percorso dei supereroi](#) (xls)

Fonte: [qief.ch – qualità dell'educazione fisica e sportiva a scuola](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSP