

Competenza psicomotoria: Attività psicomotoria di tipo aerobico

Durante questo test, basato sulle capacità biologiche e cognitive, i partecipanti devono saper svolgere un'attività aerobica a scelta per un periodo prolungato e rispettando le indicazioni di tragitto fornite dal docente.

Ogni allievo sceglie una delle attività aerobiche riportate nella tabella e la svolge per la durata indicata. Gli allievi che già praticano una delle discipline elencate sono invitati a sceglierne una diversa.

Scheda di realizzazione motoria: Attività psicomotoria di tipo aerobico

Griglia d'osservazione collettiva: Attività psicomotoria di tipo aerobico

Griglia d'osservazione individuale: Attività psicomotoria di tipo aerobico

Fonte: qief.ch – qualità dell'educazione fisica e sportiva a scuola



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO