

Competenza psicomotoria: Attività psicomotoria di tipo aerobico

Durante questo test gli allievi devono svolgere un'attività aerobica per un periodo prolungato. Le dimensioni delle condotte motorie sollecitate sono di tipo biologico e cognitivo.

Ogni allievo deve correre la propria età in minuti senza mai fermarsi, senza camminare e cercando di mantenere un'andatura costante.

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