

SCUOLA MEDIA - INDIRIZZO SPORTIVO

L'accesso alla Scuola Media a indirizzo Sportivo Pacifico Valussi è subordinato al superamento di prove motorie-attitudinali (uguali per tutti) predisposte dalla Scuola.

I test che verranno somministrati riguarderanno le capacità condizionali e coordinative degli aspiranti alunni e saranno tesi alla verifica delle qualità fisiche motorie degli allievi.

Per gli allievi diversamente abili, sono previste delle prove motorie diversificate a seconda della tipologia di certificazione della disabilità.

La Commissione, formata da tre docenti di Scienze Motorie e Sportive, rileva i dati relativi alle prove attitudinali dando un punteggio da 1 a 10 a ogni singola prova. Al termine di tutte le prove a ogni candidato verrà comunicato il punteggio complessivo.

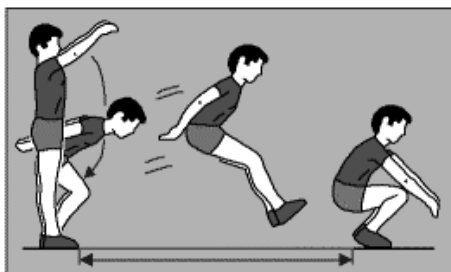
Qui di seguito una breve disamina dei test proposti, utili per la formazione della graduatoria di ammissione:

SALTO CON LA FUNICELLA



L'allievo/a salta la funicella (corda) sul posto e/o in movimento (con modalità diverse) per 60 secondi

SALTO IN LUNGO DA FERMO

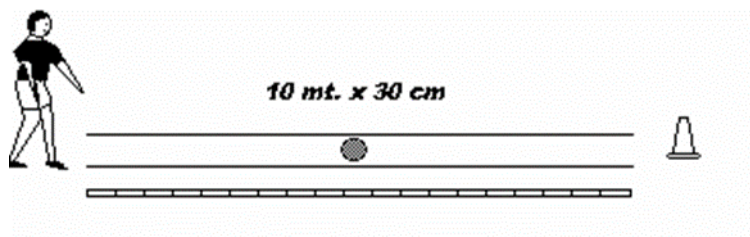


Il soggetto si posiziona con le punte dei piedi in corrispondenza del margine della fossa del salto in lungo; si acquatta posizionando i piedi ad una distanza simile alla larghezza delle spalle, inclinando il busto in avanti e posizionando le braccia all'indietro effettua un salto a piedi pari cercando di coprire la maggiore distanza orizzontale possibile.

Non viene permesso: lo spostamento dei piedi e il pre-salto nella fase di caricamento.

Viene misurata la distanza tra la linea di partenza e l' "impronta" (calcolata dal tallone) ad essa più vicina lasciata dall'allievo.

LANCIO DIREZIONATO CON MANI



Viene disegnato sul pavimento con un nastro un corridoio che deve essere lungo 10 metri e largo 30 centimetri nella sua parte interna.

Un birillo di riferimento viene posto al termine del corridoio.

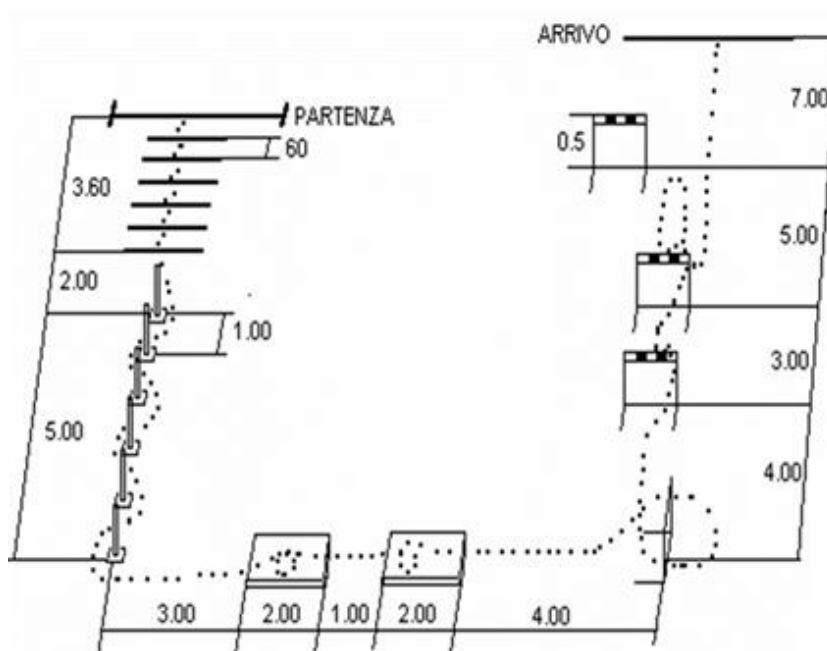
Il soggetto deve eseguire 4 lanci:

2 lanci da sotto, a due mani, con la palla da pallamano da una posizione eretta e con le gambe leggermente divaricate.

2 lanci con la pallina da tennis, usando una volta la mano destra e l'altra la sinistra, con lancio tipo bowling.

Ad ogni lancio il soggetto deve cercare di lanciare la palla, lungo il corridoio, il più lontano possibile facendola rotolare

CIRCUITO DI DESTREZZA



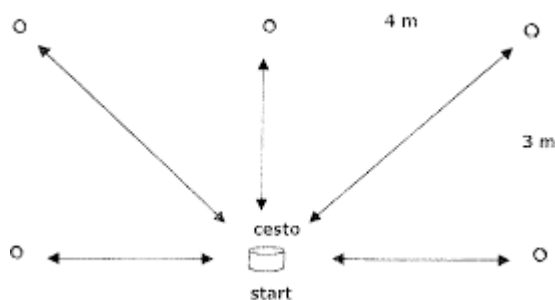
Via Petrarca, 19 – 33100 – Udine
TEL 0432-1276212

mail: udic842006@istruzione.it udic842006@pec.istruzione.it
Codice meccanografico – UDIC842006 - Codice fiscale 94127280306
Codice univoco fatturazione UFK51D

Il ragazzo si schiera alla partenza; quando è pronto, parte e corre alternando i piedi negli spazi fra le bacchette, senza saltarne nessuna; quindi corre a slalom tra i paletti; effettua una capovolta avanti ed una indietro, supera il primo ostacolo e poi passa sotto al medesimo, supera quindi i due ostacoli, compie una corsa a navetta toccando con una mano i due ostacoli che delimitano lo spazio della corsa a navetta ed infine corre in velocità fino all'arrivo.

L'allievo/allieva eseguirà il percorso dopo aver ascoltato la spiegazione dell'insegnante e aver osservato la dimostrazione da parte dello stesso. Vengono valutati l'esattezza del percorso e il tempo impiegato.

TEST DEL VENTAGLIO



L'allievo/a parte in piedi da dietro il "secchiello", per poi dirigersi di corsa verso una pallina, raccoglierla e quindi depositarla dentro il "secchiello"; in seguito, si dirige verso le altre palline e svolge lo stesso percorso.

Esecuzione: recuperare una pallina alla volta e depositarla (non lancia) nel "secchiello" nel minor tempo possibile; questo per 5 volte.

Il percorso per recuperare le palline non è definito ma è libero, cioè viene scelto dall'allievo/a.