



Unione Europea



Repubblica  
Italiana



Regione Siciliana

**Scuola Secondaria di 1° grado "Tisia D'Imera"**  
**Via del Mazziere –90018 Termini Imerese ( PA)**  
**tel. 0918112019 – fax. 0918112019**  
**E-mail:PAIC8a600B@istruzione.it**  
**Pec: paic8a600b@pec.istruzione.it**



## **Indirizzo sportivo anno scolastico 2023-2024**

**"Scuole per lo sport: lo sport prepara a superare della vita"**

### **PROVE PER L'AMMISSIONE INDIRIZZO SPORTIVO SCUOLA SECONDARIA DI PRIMO GRADO "TISIA D'IMERA"**

Gli alunni iscritti all'indirizzo sportivo per l'anno scolastico 2023/24 dovranno affrontare:

- una prova pratica consistente in 4 test motori attitudinali per verificare i prerequisiti motori di base.
- un test semi-strutturato di cultura sportiva generale, con quesiti a risposta multipla.

La Commissione, formata dai docenti di Scienze motorie, rileva i dati relativi alle prove attitudinali dando un punteggio per ogni singola prova.

A conclusione di tutte le prove ad ogni candidato verrà assegnato un punteggio complessivo e verrà stilata una graduatoria di merito.

**I test motori** uguali per tutti (\*) – a cui sono sottoposti gli alunni sono i seguenti:

(\*) Per gli allievi diversamente abili, si terrà conto della tipologia di certificazione della disabilità.

## SALTO IN LUNGO DA FERMO

**DESCRIZIONE:** Il soggetto si pone in posizione eretta, piedi leggermente divaricati con la punta dietro la linea di partenza. Con leggere oscillazioni, si prepara al salto piegando le gambe e portando le braccia indietro. Quindi salta lanciando le braccia in avanti e ricadendo più lontano possibile a piedi pari. E' consentito : - Fare delle oscillazioni con le braccia e dei molleggi con le gambe. - Appoggiare le mani o altra parte del corpo sul tappeto nell'atterraggio.

**MISURAZIONE:** Viene misurata la distanza fra la linea di partenza e l'impronta ad essa più vicina lasciata dal soggetto. Effettuare 3 prove e registrare la migliore.



## Salto in alto con rincorsa

**DESCRIZIONE:** Il saltatore deve superare con un salto un'asticella orizzontale messa ad una certa altezza (80 cm) effettuando una rincorsa, stacco, volo e atterraggio sul materasso.

La tecnica utilizzata deve prevedere lo stacco con un solo piede.

Il salto è considerato nullo se l'asticella cade

**MISURAZIONE:** Il saltatore ha tre tentativi per superare una certa misura (80 cm), se vi riesce passa ad una misura superiore (90cm) fino a (100 cm).

## TEST LANCIO VORTEX

**DESCRIZIONE:** Il lancio sarà effettuato senza rincorsa.

**MISURAZIONE:** Eseguire tre lanci , verrà valutato il lancio migliore.



## TRASLOCAZIONI SULL'ASSE DI EQUILIBRIO

**DESCRIZIONE:** L'alunno esegue 2 traslocazioni (avanti/indietro) sulla trave senza scendere e senza interruzioni del movimento.

**MISURAZIONE:** Verranno assegnate un numero di penalità per quante volte poggia il piede per terra.

