

test 1	EQUILIBRIO					
test di FLEISHMANN						
In piedi, salire su una sbarra larca 2 cm. ed alta 5 cm., sollevare il piede libero e cercare di mantenere l'equilibrio per più tempo possibile ad occhi chiusi						
Rilevamento: rilevare il tempo di permanenza in equilibrio dal momento dello stacco del piede libero. N° di prove: 3 (miglior risultato)						
DATI INDICATIVI DI RIFERIMENTO						
FEMMINE		MASCHI		GIUDIZIO	VOTO	
14-19 anni		14-19 anni				
12"		12"		eccellente	10	
10"		10"		ottimo	9	
8"		8"		buono	8	
6"		6"		discreto	7	
4"		4"		sufficiente	6	
3"		3"		scarso	5	
2"		2"		m. scarso	4	
test 2	EQUILIBRIO					
traslocazioni asse di equilibrio						
Suddividere l'asse di equilibrio in tre segmenti uguali, percorrere l'asse in equilibrio avanti nel primo tratto, lateralmente il secondo e dietro il terzo ; scendere e fermarsi in appoggio su entrambi i piedi. Ripetere il percorso inverso sulla trave dietro il primo tratto, lateralmente il secondo e avanti il terzo.						
Rilevamento: rilevare il tempo impiegato aggiungendo la penalità di 2" ad ogni appoggio a terra durante il percorso. N° di prove: 2 (miglior risultato)						
DATI INDICATIVI DI RIFERIMENTO						
FEMMINE		MASCHI		GIUDIZIO	VOTO	
14-17 anni	18-19 anni	14-17 anni	18-19 anni			
13"	12"	13"	12"	eccellente	10	
15"	14"	15"	14"	ottimo	9	
17"	16"	17"	16"	buono	8	
19"	18"	19"	18"	discreto	7	
21"	20"	21"	20"	sufficiente	6	
23"	22"	23"	22"	scarso	5	
26"	25"	26"	25"	m. scarso	4	
test 3	EQUILIBRIO					
camminare in linea retta						
Ad occhi bendati, percorrere una linea retta di 20 metri.						
Rilevamento: stabilire eventuali difficoltà e cambi di direzione.						
DATI INDICATIVI DI RIFERIMENTO						
Esecuzione				GIUDIZIO	VOTO	
percorso con sicurezza e precisione				eccellente	10	
percorso con precisione ma poca sicurezza				ottimo	9	
percorso con leggeri cambi di direzione				buono	8	
percorso con cambi di direzione				discreto	7	
percorso con molti cambi di direzione				sufficiente	6	
percorso con molti cambi di direzione e molta insicurezza				scarso	5	