

QUALITÀ MOTORIE CONDIZIONALI

LA VELOCITA'

CORSA - 30 M - 60 M - 100 M

CORSA VELOCE 30 METRI

DATI INDICATIVI DI RIFERIMENTO

FEMMINE		MASCHI		GIUDIZIO	VOTO
14 -17 ANNI	18-19 ANNI	14 -17 ANNI	18-19 ANNI		
4"80	4"	4"40	3"70	ECCELLENTE	10
5"10	4"30	4"70	4"	OTTIMO	9
5"40	4"60	5"	4"30	BUONO	8
5"70	4"90	5"30	4"60	DISCRETO	7
6"	5"20	5"60	5"	SUFFICIENTE	6
6"30	5"50	5"90	5"30	INSUFFICIENTE	5
7"	7"20	6"50	5"90	SCARSO	4

CORSA VELOCE 60 METRI

DATI INDICATIVI DI RIFERIMENTO

FEMMINE		MASCHI		GIUDIZIO	VOTO
14 -17 ANNI	18-19 ANNI	14 -17 ANNI	18-19 ANNI		
9"	8"50	8"	7"40	ECCELLENTE	10
9"30	8"80	8"30	7"70	OTTIMO	9
9"60	9"10	8"60	8"	BUONO	8
9"90	9"40	8"90	8"30	DISCRETO	7
10"20	9"70	9"20	8"60	SUFFICIENTE	6
10"50	10"	9"50	8"90	INSUFFICIENTE	5
11"60	11"10	10"60	10"	SCARSO	4

CORSA VELOCE 100 METRI

DATI INDICATIVI DI RIFERIMENTO

FEMMINE		MASCHI		GIUDIZIO	VOTO
14 -17 ANNI	18-19 ANNI	14 -17 ANNI	18-19		
<13"00	<12"50	<12"00	<11"30	ECCELLENTE	10
14"00	13"50	13"00	12"30	OTTIMO	9
15"00	14"50	14"00	13"30	BUONO	8
16"00	15"50	15"00	14"30	DISCRETO	7
17"00	16"50	16"00	15"30	SUFFICIENTE	6
18"00	17"50	17"00	16"30	INSUFFICIENTE	5
19"00	18"50	18"00	17"30	SCARSO	4