

<b>Zeitschrift:</b>	Gioventù e sport : rivista d'educazione sportiva della Scuola federale di ginnastica e sport Macolin
<b>Herausgeber:</b>	Scuola federale di ginnastica e sport Macolin
<b>Band:</b>	35 (1978)
<b>Heft:</b>	1
<b>Rubrik:</b>	Sguardo nel mondo

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 24.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# SGUARDO NEL MONDO

## Test di Latina

Criteri di valutazione della disponibilità motoria degli alunni

AA.VV.

Con questo lavoro intendiamo proporre una indagine che ponga le basi di un rinnovamento metodologico dell'educazione fisica, se è vero, come è vero, che da più parti se ne avverte l'esigenza.

Non ci soffermiamo ad analizzare gli aspetti estemporanei che l'applicazione didattica incontra nella sua realizzazione in riferimento alle carenze ambientali e strumentali, perché questo non rientra nelle finalità specifiche dell'indagine, pur non tacendole, convinti come siamo che esse abbiano condizionato e continuino a condizionare in senso restrittivo lo sviluppo del nostro insegnamento.

In tal senso la nostra opera si pone come ricerca di nuove strutture metodologiche fondamentali, specifiche dell'educazione fisica.

Forzatamente la trattazione risentirà delle particolari condizioni nelle quali ci troviamo a lavorare e della difficoltà di univocare le nostre esperienze, per la diversità di preparazione e di impostazione didattica.

Ma queste condizioni non possono che dare maggior validità alle risultanze dell'indagine, se tale indagine potrà avere un significato ed una realizzazione in seguito.

Iniziamo l'iter della nostra ricerca dal piano fenomenologico, e qui constatiamo che l'uomo si muove.

Pertanto ne consegue che il moto, o meglio la motricità, perché ciò che si muove non è un qualsiasi oggetto inanimato, ma una unità psico-fisica, è una caratteristica costitutiva dell'uomo in quanto essere vivente.

Ora, se intendiamo l'educazione come quel processo mediante il quale la persona raggiunge la pienezza di tutto il suo essere, ne consegue che o tale processo interessa anche la motricità o non esiste educazione integrale.

Se poi ci si chiede come la motricità possa svilupparsi in un contesto educativo, cioè se poniamo il problema del metodo, allora rispondiamo che essa si sviluppa mediante l'esercizio consapevole di se stessa, cioè esercitandosi, e ciò deve avvenire nei modi conformi alla propria natura.

Se ora traduciamo tutto ciò in termini scolastici, cioè relativi alla scuola intesa come principale istituzione educativa, allora ciò che abbiamo espresso con la locuzione «esercizio consapevole di se stessa» (della motricità) assume il nome di educazione fisica.

L'educazione fisica insomma, in quanto ai contenuti, si identifica con la sua metodologia generale; in quanto al fine essa si configura come quella forma di educazione che concorre, assieme alle altre, con i suoi metodi e con le sue tecniche al raggiungimento del fine ultimo dell'educazione, esprimibile nella formula dello sviluppo integrale dell'uomo.

La problematica della educazione fisica si sposta allora al piano metodologico: abbiamo detto che la motricità deve esercitarsi nei modi e nelle forme che la sua stessa natura suggerisce.

Ciò vuol dire che la struttura della metodologia uscirà dalla mediazione di due termini, in quanto ognuno di essi, se preso isolatamente, è solo necessario, ma non sufficiente ai nostri fini.

Il primo di questi è quello fornito dal dato scientifico e consiste nella rilevazione delle strutture proprie della motricità così come la ricerca va man mano scoprendo, ma tutto ciò è solo un aspetto del problema del metodo, aspetto fondamentale quanto si vuole, ma insufficiente da solo alla fondazione di una educazione e non come mero addestramento motorio, affinato quanto si vuole, ma costituzionalmente incapace di porsi dei fini che lo trascendono.

Il secondo dato, necessario al raggiungimento di quella mediazione dalla quale uscirà un'autentica struttura metodologica, non potrà essere se non di natura pedagogica.

Solo la pedagogia infatti, essendo inserita in una concezione filosofico-antropologica, può affrontare e risolvere, pur nella molteplicità delle risposte, i problemi axiologici e teleologici, cioè quelli relativi ai valori ed ai fini. E valori e fini si pongono perciò come ultimi e definitivi criteri di giudizio di qualsiasi metodologia che, in nome dell'uomo, rifugga dall'adottare come criteri di giudizio dei suoi contenuti tecnico-didattici solo quelli dell'efficacia e del risultato.

Fin qui abbiamo cercato di esprimere un quadro più completo possibile dei fondamenti dell'educazione fisica, ma se vogliamo un rinnovamento dello stato di questo insegnamento, dobbiamo tradurre i fondamenti teorici in termini pratici, perché questi possano essere meglio adottati dagli insegnanti, senza trascurare il contributo della sperimentazione didattica.

Precisiamo subito che il nostro intervento avviene sul primo termine, dato scientifico della motricità, proponendolo secondo due parametri o meglio ancora secondo le due componenti fondamentali: quella più propriamente organica, che individua l'impegno prevalente dei sistemi muscolare, cardio-circolatorio, respiratorio ed articolare, nel senso che normalmente si intende coi termini forza, resistenza e scioltezza articolare; quella psico-motoria che risponde alle espressioni funzionali fino ad ora definite coi termini di coordinazione, destrezza, agilità, equilibrio, senso dell'orientamento motorio, tempestività, sensibilità ritmica e prontezza, ecc.

Si impone, a questo punto, un giudizio alla luce di quanto detto sull'educazione fisica di oggi: noi crediamo di individuare nella «struttura tecnica» come unico principio fondamentale, l'indirizzo dell'attuale orientamento metodologico, con

tutte le implicazioni didattiche che da ciò derivano.

In altre parole i programmi di educazione fisica che storicamente si sono succeduti negli ultimi decenni, come elencazione di attività motorie, potevano essere in sé e per sé di una certa validità ed attualità, tuttavia riscontriamo che, se si esaurisce l'educazione fisica e la sua metodologia alla sola struttura tecnica, non per questo si assolve al compito di educare l'individuo secondo i suoi ritmi motori e le sue esigenze socio-culturali.

In altre parole rimproveriamo a questo sistema tecnico di essere degenerato in tecnicistico, cioè di avere in sé la propria giustificazione anziché trovarla nelle caratteristiche motorie dell'individuo.

Non per questo la tecnica deve essere rifiutata, ma se giustificata in questi termini, deve esistere come mezzo di comunicazione. Del resto è anche possibile che la nostra intuizione delle due strutture organica e psico-motoria sia basata su esperienze limitate ed episodiche, pertanto un vero discorso metodologico sulle basi indicate dal presente lavoro si potrà definire solo al termine di una sperimentazione scientifica e didattica che si rivolga ad individuare le strutture della psicomotricità e le capacità organiche caratteristiche dei vari momenti evolutivi.

Prima di intraprendere praticamente l'elaborazione di un sistema di valutazione, è opportuno chiarire alcuni punti indispensabili alla comprensione dei criteri generali che si intendono seguire. Intendiamo ribadire che esula dalle competenze degli insegnanti di educazione fisica l'interpretazione della sfera psichica e sociologica del ragazzo, al di fuori naturalmente di quelli che sono i doveri di ogni docente indipendentemente dalla materia che insegna.

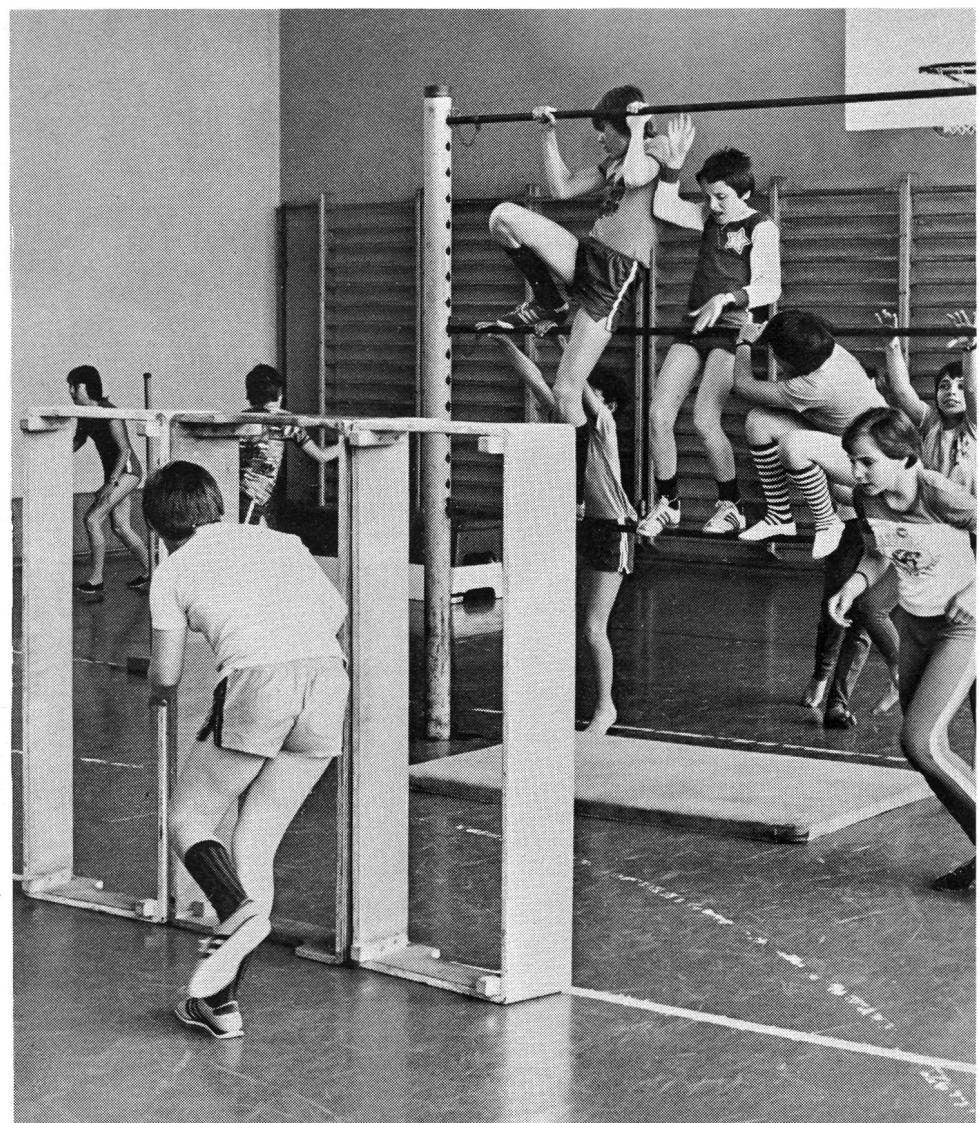
L'insegnante di educazione fisica non è, almeno allo stato attuale, né psicologo né sociologo tanto da potersi assumere l'onore di un lavoro specialistico in tali direzioni.

A maggior ragione ai nostri giorni nei quali lo sviluppo di tali scienze procede in modo tale da non poter essere costantemente seguito se non da chi se ne occupa in modo esclusivo e specifico.

È auspicabile che nell'ambito dell'educazione fisica si formino degli specialisti in grado di seguire un ramo ben preciso della materia.

Solo così sarà possibile avviare un discorso veramente scientifico da parte di persone altamente qualificate e che si interessino esclusivamente dei riflessi strettamente legati alla sfera fisica.

In altre parole dovremo arrivare all'insegnante di psicologia dell'educazione fisica, all'insegnante di fisiologia dell'educazione fisica e così via, non all'insegnante generico che si trova a dover superare difficoltà enormi ed a doversi assumere



responsabilità che non possono competergli.

L'educazione fisica è una materia relativamente giovane che ancora si trova in fase di organizzazione e di sperimentazione.

In questo nuovo contesto si inseriranno gli insegnanti specializzati i quali avranno così tempo e possibilità per proseguire nella ricerca e nella sperimentazione con il compito, nel contempo, di informare ed aggiornare i colleghi impegnati nel settore strettamente applicativo.

Ecco perché il nostro lavoro si rivolge precipuamente alla struttura organica dell'individuo, convinti peraltro che ciò non significhi affatto separare la componente psichica da quella somatica

che costituiscono un'unità inscindibile.

Sorge a questo punto la necessità di individuare quali siano gli aspetti della motricità verso i quali deve indirizzarsi il nostro lavoro.

Se è nostro intendimento, al termine dei tre anni della scuola media, di portare gli allievi a possedere nella maggior misura possibile la disponibilità del loro corpo, dobbiamo lavorare in quattro direzioni principali: la mobilizzazione articolare, la forza, la resistenza ed infine la destrezza.

Giudichiamo infatti che possa senz'altro ritenersi educato fisicamente chi possegga insieme queste quattro doti.

Ed è solo attraverso la loro valutazione che sarà

possibile risalire al livello medio di disponibilità motoria degli allievi, evidenziare le carenze individuali e, di conseguenza, stabilire le forme di intervento più opportune.

Se la mobilità, la forza e la resistenza sono facilmente definibili, il discorso si complica notevolmente quando si parla di destrezza.

A meglio chiarirne il significato precisiamo che in tale termine intendiamo comprendere: agilità, coordinazione, equilibrio, senso dell'orientamento motorio, tempestività, sensibilità ritmica e prontezza.

Qualsiasi sistema di valutazione presenta delle lacune che peraltro non sono eliminabili.

Si tratta dunque di scegliere nella infinita gamma di esercizi che abbiamo a disposizione quelli che, secondo la nostra esperienza, meglio si confanno ad un rilevamento il più possibile preciso e rappresentativo.

Non si può nemmeno prescindere dalle situazioni contingenti in cui si svolge il lavoro di tanti insegnanti, condizioni che a volte risultano di estremo disagio sia per la carenza di ambienti e di attrezzature, sia per il troppo frequente sovrappopolamento dei pochi ambienti disponibili.

È stato pertanto necessario approntare qualcosa di estremamente semplice ed accessibile a tutti indistintamente.

Ci si rende conto perfettamente che ogni singola prova proposta può incontrare delle critiche e si può prestare ad interminabili discussioni; ma se finalmente si vuol pervenire a risultati veramente concreti e di un'obiettiva utilità, bisogna decidersi a rinunciare a forme di eccessivo perfezionismo a vantaggio della praticità.

È importantissimo notare che niente, in nessuna circostanza, potrà mai sostituire l'occhio dell'insegnante per quel che riguarda la valutazione globale del ragazzo, ma trovandosi nella necessità di confrontare dati per ricavarne delle leggi, sia pure relative, si è costretti ad affidarsi a prove che comportino la rilevazione precisa dei dati stessi.

La valutazione, come si vedrà, non prevede il rilevamento di eventuali stati paramorfici.

Sarà tuttavia facile all'insegnante individuare, durante l'esecuzione delle diverse prove, la presenza di presunti paramorfismi che saranno segnalati a chi di competenza.

Abbiamo introdotto anche alcune misure antropometriche, quelle indispensabili alla conoscenza morfologica del ragazzo.

Si tratta di dati di importanza relativa se presi a sé, ma che acquisiscono una loro utilità se rapportati all'opera dell'insegnante nel quadro dell'educazione generale del ragazzo che, nel periodo della scuola media, attraversa un momento estremamente delicato del suo accrescimento.

Per ognuna delle qualità psicofisiche sopra

enunciate abbiamo elaborato un test che dovrebbe fornirci una valutazione, sia pure approssimativa, delle qualità stesse, esprimibile in termini numerici.

È scopo di questo lavoro, lo si ribadisce, indicare un semplice criterio di valutazione del ragazzo: non si propone quindi di suggerire ai colleghi

quali siano i metodi più idonei per ovviare alle eventuali carenze.

Dipende dalla sensibilità e dalla preparazione di ognuno elaborare una metodologia adatta.

Solo in un secondo tempo, dopo la rilevazione e l'elaborazione dei dati, sarà possibile indicare dei criteri metodologici precisi.

### **Scheda di valutazione, test di Latina**

Alunno ..... nato a .....

il ..... domiciliato a ..... Via .....

#### **Misure antropometriche**

##### **Date di rilevazione**

– Statura	cm	cm	cm
– Peso	kg	kg	kg
– Perimetro toracico in inspirazione	cm	cm	cm
– Perimetro toracico in espirazione	cm	cm	cm
– Differenza insp./esp.	cm	cm	cm

#### **Rilievi di funzionalità motoria**

<i>1. Mobilità articolare</i>	<i>Punteggio</i>
-------------------------------	------------------

##### **Dati di rilevazione**

a) Cingolo scapolo-omerale (cm .....	1	2	3	1	2	3	1	2	3
b) Rachide antero-posteriore	1	2	3	1	2	3	1	2	3
c) Rachide laterale	1	2	3	1	2	3	1	2	3

##### **2. Forza**

d) Arti superiori (cm .....	1	2	3	1	2	3	1	2	3
da fermo cm .....									
e) Arti inferiori saltando cm .....	1	2	3	1	2	3	1	2	3
differenza cm .....									

##### **f) Addominali**

1	2	3	1	2	3	1	2	3
---	---	---	---	---	---	---	---	---

##### **3. Resistenza**

g) Corsa in souplesse	1	2	3	1	2	3	1	2	3
-----------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---

##### **4. Destrezza (velocità)**

h) Circuito (tempo .....	1	2	3	1	2	3	1	2	3
--------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---

#### **Descrizione degli esercizi compresi nella scheda**

##### **a) Mobilità del cingolo scapolo-omerale**

Seduti a gambe incrociate, dorso al muro, elevare le braccia per avanti in alto.

##### **Valutazione:**

- punti 3, se il ragazzo riesce a toccare il muro con i polsi;
- punti 2, se la distanza tra i polsi ed il muro va dai 2 ai 4 centimetri;
- punti 1, se la distanza è superiore ai 4 cm.

*N.B. Assicurarsi che il tratto lombare del rachide aderisca alla parete.*

##### **b) Mobilità antero-posteriore del rachide**

Seduti, gambe unite e distese, flettere il busto avanti.

##### **Valutazione:**

- punti 3, se il ragazzo riesce ad afferrare la pianta dei piedi;
- punti 2, se riesce ad afferrare la punta dei piedi;
- punti 1, se riesce ad impugnare le caviglie.

*N.B. Le posizioni vanno mantenute per almeno tre secondi.*

##### **c) Mobilità laterale del rachide**

Supini, gambe divaricate e distese, piedi infilati

sotto al primo grado della spalliera, flettere il busto a sinistra o a destra, scivolando con la mano lungo la gamba.

#### Valutazione:

- punti 3, se la mano supera la metà della tibia;
- punti 2, se la mano arriva a metà della tibia;
- punti 1, se la mano non supera la metà della tibia.

*N.B. Assicurarsi che il ragazzo non fletta il capo in avanti.*

#### d) Forza degli arti superiori

Seduti a gambe incrociate, dorso al muro, gettare con due mani dal petto a gomiti infuori la palla medica da 1 kg.

#### Valutazione:

- punti 3, se la palla supera i 4 m;
- punti 2, se la palla non supera i 4 m;
- punti 1, se la palla non supera i 2 m.

*N.B. Assicurarsi che né durante né dopo il lancio il capo si stacchi dalla parete.*

#### e) Forza degli arti inferiori

Gambe semipiegate, saltare in alto e toccare la parete il più in alto possibile con una mano.

#### Valutazione:

- punti 3, se l'elevazione è superiore ai 20 cm;
- punti 2, se l'elevazione è dai 15 ai 20 cm;
- punti 1, se l'elevazione non supera i 15 cm.

*N.B. Si consiglia, prima di effettuare il salto, di far bagnare la mano al ragazzo.*

*Per elevazione si intende la differenza tra il punto raggiunto con il salto e quello raggiunto da ritto a braccio in alto.*

#### f) Forza degli addominali

Supini, gambe semipiegate, piedi sotto il primo grado della spalliera, flettere il busto avanti per raggiungere la posizione seduta.

#### Valutazione:

- punti 3, se il movimento viene eseguito a braccia in alto ed in linea con il busto;
- punti 2, se viene eseguito con le mani alla nuca e gomiti in fuori;
- punti 1, se viene eseguito con mani ai fianchi.

#### g) Resistenza organica generale

Dieci minuti di corsa in *souplesse*.

#### Valutazione:

- punti 3, se la differenza tra il regime pulsatorio rilevato 2' dopo il termine della prova e quello

rilevato al termine della prova stessa è superiore ad 80;

- punti 2, se tale differenza è superiore a 60;
- punti 1, se la differenza è superiore a 40.

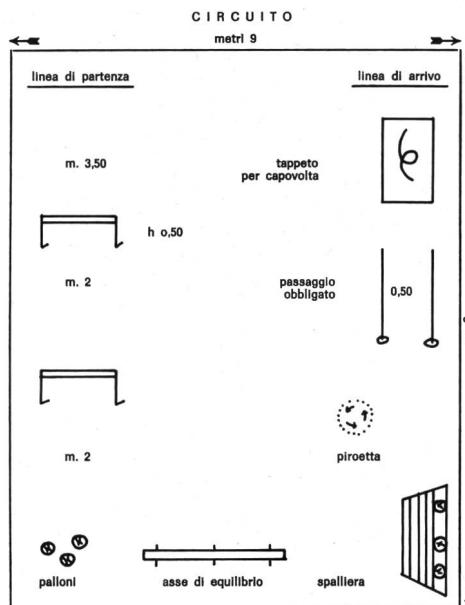
*N.B. Si consiglia di rilevare le pulsazioni alla carotide. Nel caso che qualche ragazzo non sia in grado di correre per 10', la rivelazione avviene nel momento in cui si ferma.*

#### h) Destrezza e velocità (vedi disegno)

L'alunno si pone sulla linea di partenza.

Al via supera i due ostacoli (uno sopra ed uno sotto a scelta), raccoglie tre palloni (possibilmente da pallavolo) e con essi trasloca sull'asse di equilibrio; porta quindi i palloni, uno alla volta, sulla sommità della spalliera.

Completata tale prova compie tre giri su sé stesso all'interno di un cerchio, supera un passaggio obbligato per concludere con una capovolta in avanti sul tappeto e raggiungere la linea di arrivo.



#### Valutazione:

- punti 3, se il percorso è stato compiuto in meno di un minuto;
- punti 2, se il percorso è stato compiuto in meno di 1'30";
- punti 1, se il percorso è stato compiuto in più di 1'30".

*N.B. Dal modo in cui il ragazzo supera gli ostacoli si valuta il grado decisionale e si rileva la dominanza.*

*La presa dei palloni indica in qual modo il ragazzo*

*riesca ad organizzare il suo gesto.*

*La traslocazione all' asse evidenzia il senso dell'equilibrio.*

*L'agilità e la forza si rivelano dalla arrampicata alla spalliera.*

*Da come il ragazzo discende o si lascia cadere da altezze diverse e da come prende contatto con il terreno e si atteggia nella fase aerea si manifestano le doti di decisione, di agilità ed il senso dell'orientamento motorio.*

*Le piroette ed il conseguente passaggio obbligato indicano la sensibilità spaziale.*

*La capovolta in avanti, infine, è indice di decisione, coordinazione e senso dell'equilibrio.*

*Il circuito presentato è stato sperimentato con alcuni ragazzi di 1.a media di una Scuola di Latina, esperienza che si è rivelata estremamente utile nello stabilire i termini della valutazione.*

#### Conclusioni

La scheda che presentiamo non vuole essere evidentemente niente di nuovo o di originale, ma solo il frutto delle esperienze di un gruppo di insegnanti appassionati che amano il loro lavoro e si adoperano per renderlo sempre più proficuo per i ragazzi che gli vengono affidati.

Tutti i colleghi sono invitati a collaborare poiché più ampia potrà essere l'indagine e più concreti saranno i risultati all'atto del confronto dei dati. Si è mosso per ora un primo passo che alla verifica futura è possibile di revisione e correzioni.

Il prossimo importantissimo passo sarà quello di interpretare i dati in modo da poter programmare un lavoro organico per ovviare alle carenze riscontrate.

I componenti della *équipe* che ha elaborato questo scritto, da parte loro, si impegnano, una volta rientrati alle rispettive sedi, a mettere in atto la sperimentazione ed a mantenersi in continuo contatto, decisi sin d'ora a ritrovarsi per verificare il lavoro svolto e programmare quello futuro, oltre che per provare nuovamente il conforto di operare con colleghi che, sia pure di estrazione diversa, hanno trovato perfetta unità di intenti.