



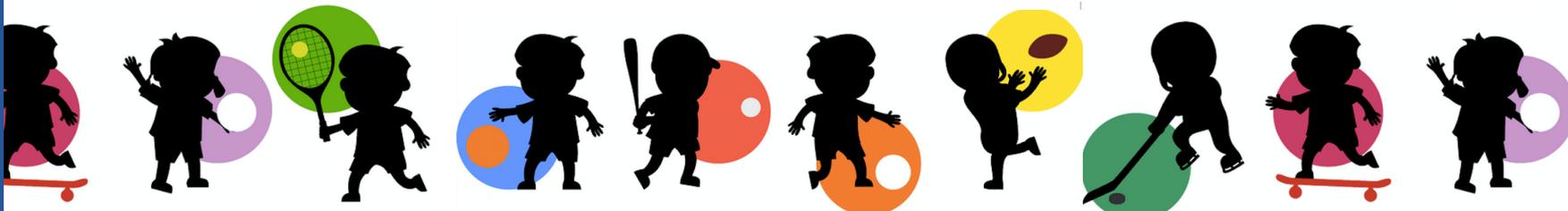
CONI
SCUOLA
DELLO SPORT
MARCHE



Scuola Regionale dello Sport - Marche

La valutazione in ambito motorio sportivo

Ivan Cirami - Valerio Bonavolontà





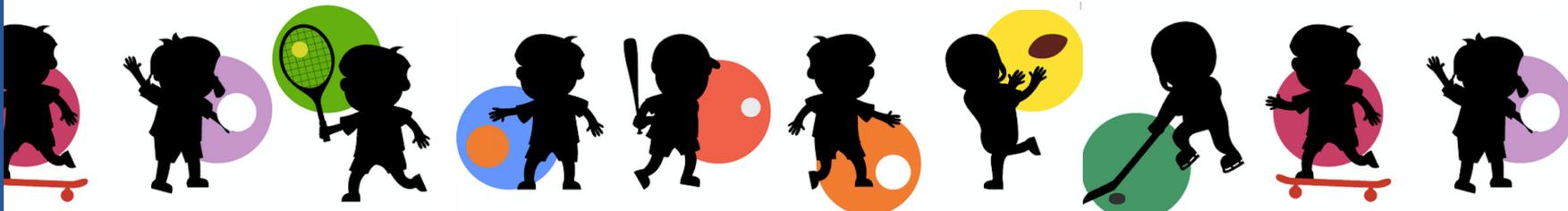
La valutazione funzionale come strumento

La valutazione funzionale ci da la possibilità di quantificare una prestazione.

I test vengono scelti in funzione dell'obiettivo prefissato, della specificità e della capacità che si vuole indagare.

Il risultato del test diviene così il punto di partenza per formulare considerazioni "di tipo aperto" per spiegare un certo fenomeno.

Il risultato del test, infatti, dovrà essere il punto di partenza per l'allievo per comprendere il suo stato, per porre insieme al proprio insegnante obiettivi realmente raggiungibili e per stabilire margini di miglioramento.

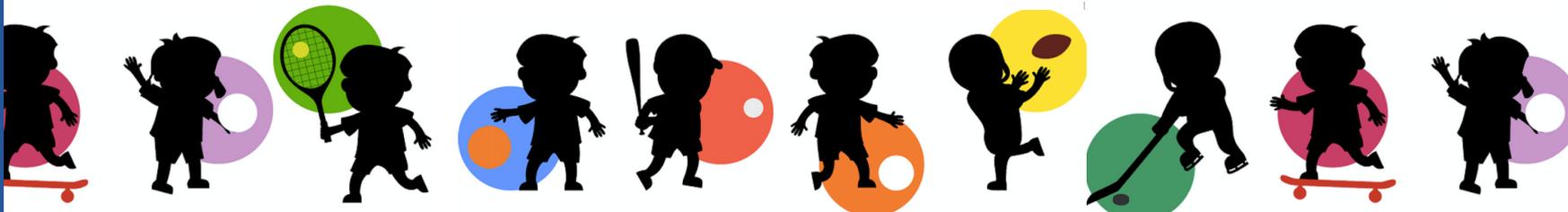




Ogni test specifico concorre alla valutazione complessiva

Esempio...**gli Eurofit**: batteria di test con rilevazioni sia antropometriche (Peso e Statura) che i seguenti test da campo:

1. **Sit and reach test** per la flessibilità della colonna vertebrale
2. **Salto in lungo da fermo** per la valutazione della forza esplosiva degli arti inferiori
3. **Elevazione del busto alla stazione seduta** per la resistenza della muscolatura addominale
4. **Sospensione a braccia flesse** per la forza degli arti superiori
5. **Velocità di Corsa a navetta** (distanza m 10x5)
6. **Test di Cooper** corsa di resistenza cardio-respiratoria
7. **test del fenicottero** test per equilibrio monopodalico





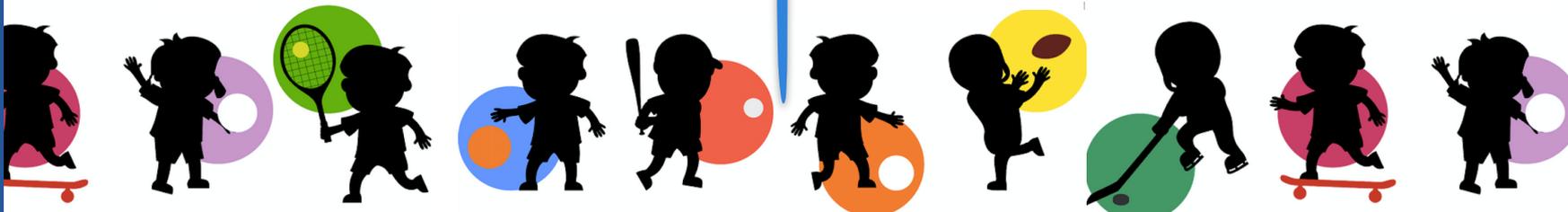
I test "classici"

Pro

- test standardizzati (istruzioni e modalità esecutive standard)
- misure degli spazi e materiali necessari ben definiti
- tabelle di riferimento
- oggettivi e validati
- indubbia valenza di tipo descrittivo

Contro

- i risultati dei test corrispondono al valore di una prestazione ma non è assimilabile al valore della persona, del suo impegno, dei suoi miglioramenti e della sua coscienza motoria.
- non prendono in considerazione l'età biologica

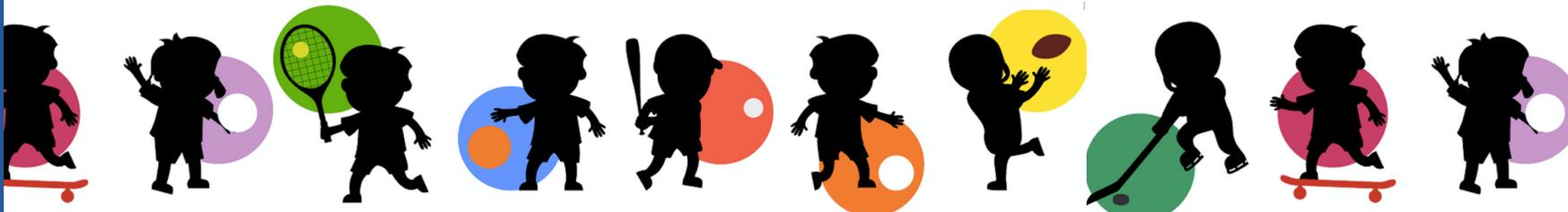




Poniamoci qualche domanda...

1. I test analitici (come ad esempio gli Eurofit) che tipo di informazione ci comunicano?
2. Riescono a "fotografare" un'istantanea globale dell'efficienza fisica del nostro allievo?
3. Ci forniscono informazioni utili a programmare un intervento specifico?

Decisamente si... ma...





CONI



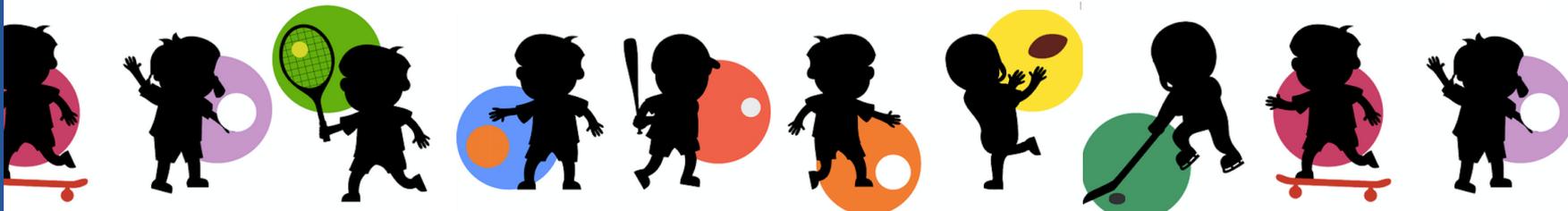
CONI
SCUOLA
DELLO SPORT
MARCHE



Poniamoci qualche domanda...

...in modo parziale...

...poiché tengono conto dei singoli e *separati aspetti delle caratteristiche dell'allievo* in questione e non alla sua globalità: il risultato ottenuto è il semplice *valore quantitativo analitico di un singolo gesto tecnico*, mentre qualsiasi performance ingloba inevitabilmente *una serie di aspetti coordinati armonicamente tra di loro*.





Età cronologica ed età biologica

...inoltre per ovvi motivi gestionali...

...la tendenza è quella di valutare i ragazzi per categorie di appartenenza (*categorie giovanili federali*) non prendendo in esame le differenti fasi di sviluppo

5-7 anni - Fanciullezza

Proceritas prima: periodo sfavorevole agli apprendimenti.

Favorire la capacità di simbolizzazione (descrivere, scrivere, disegnare le esperienze vissute). Proporre attività, esercizi e giochi che facilitino l'interazione con i coetanei.

8-11 anni - Seconda Fanciullezza

Periodo d'oro della motricità (Turgor secundus).

Favorire nuove esperienze di movimento .
Approccio polivalente alle attività sportive.

11-14 - Pubertà

Proceritas secunda: perdita parziale delle abilità acquisite in precedenza.

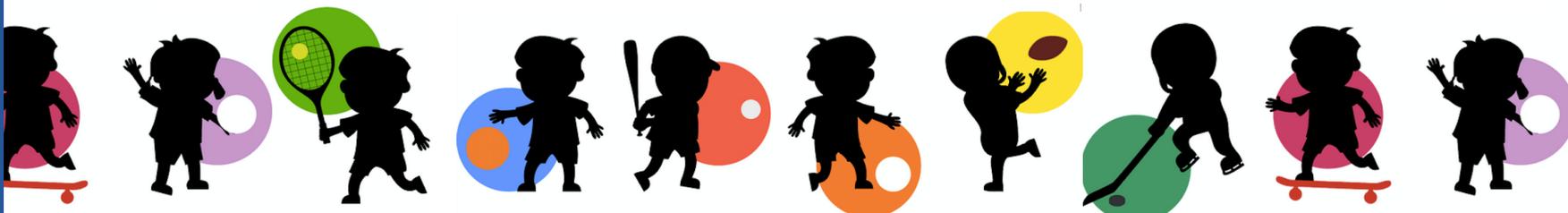
Attività sportive polivalenti.
Attività per il potenziamento fisiologico.





Gli Educamp, i test, il Coni

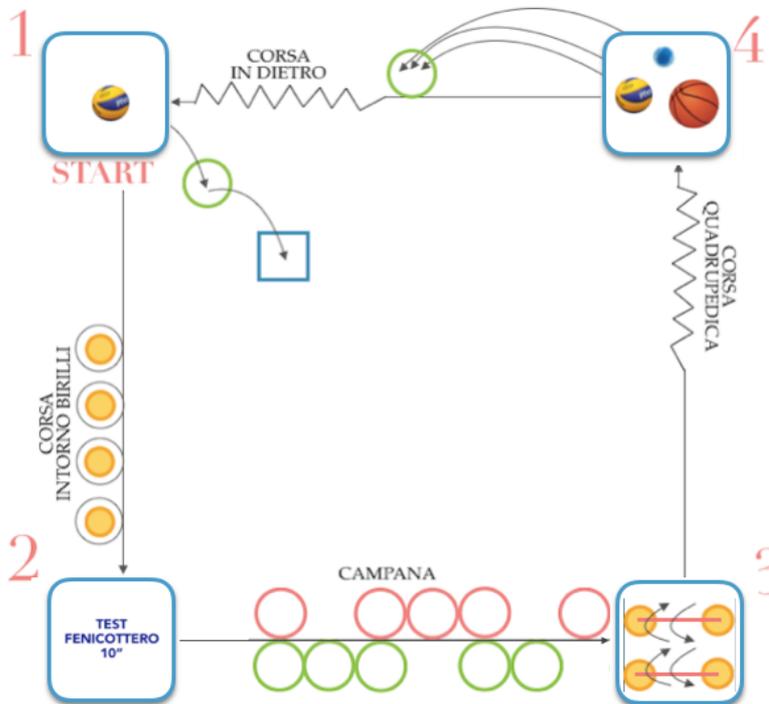
- ☑ carattere educativo fondati sui Valori Olimpici.
- ☑ offerta multidisciplinare finalizzata al divertimento ed alla socializzazione
- ☑ basati su attività motorie all'aria aperta ed attività ludico-ricreative differenziate per le diverse età.



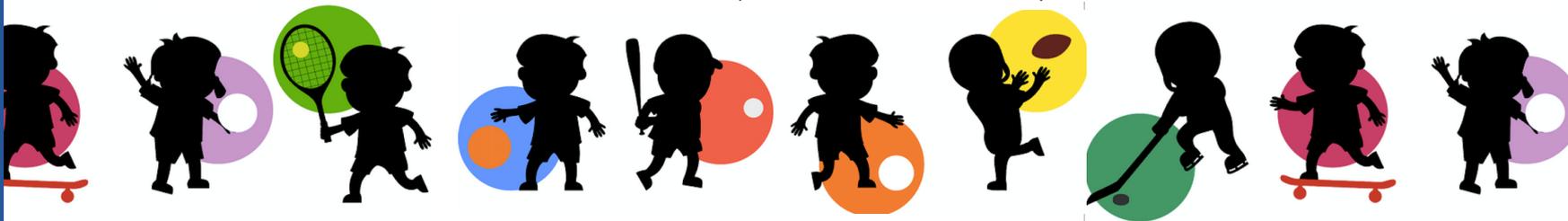


TEM

Test Efficienza Motoria (Cirami - Bonavolontà)

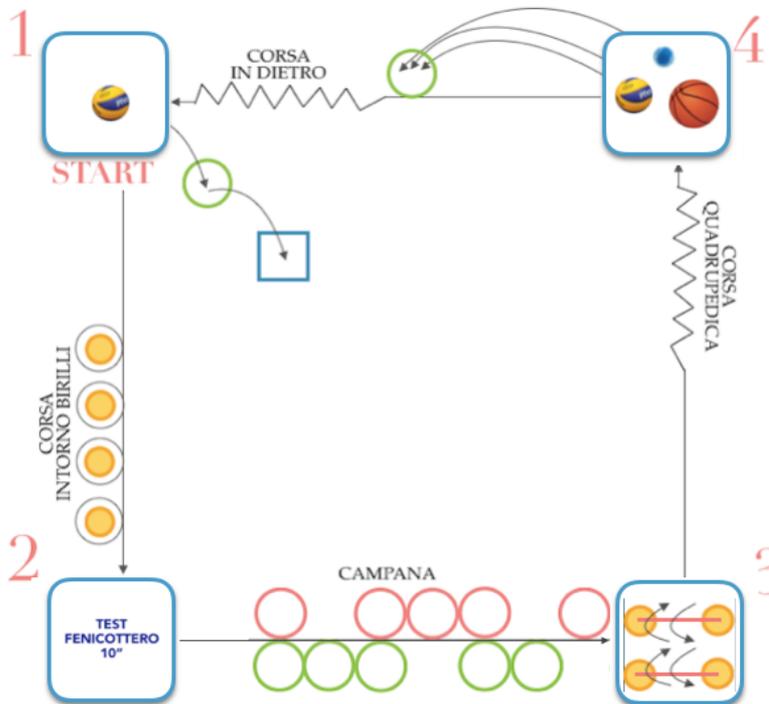


Il circuito ideato prevede 4 stazioni e 4 andature e valuta capacità ed abilità diverse in funzione dell'esercizio eseguito. Il risultato della prova deriva dalla "velocità" e dalla "precisione" (abilità) nell'eseguire stazioni del circuito. In altri termini "il più veloce" potrà ottenere un punteggio alto raggiungendo più stazioni mentre il "più lento" potrebbe raggiungere il medesimo punteggio raggiungendo meno stazioni ma essendo più preciso nell'esecuzione dell'esercizio richiesto. Essendo una prova a tempo, l'intensità è in ogni caso abbastanza alta da poter essere valutata la percezione dello sforzo attraverso la scala di Borg (RPE scale for KIDS).



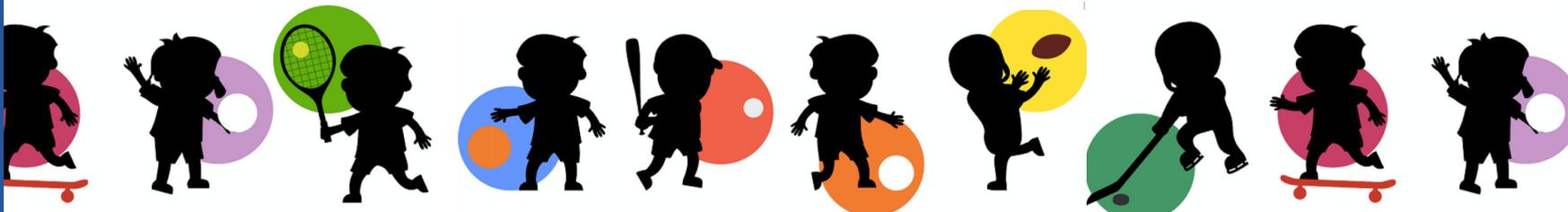


Come Funziona



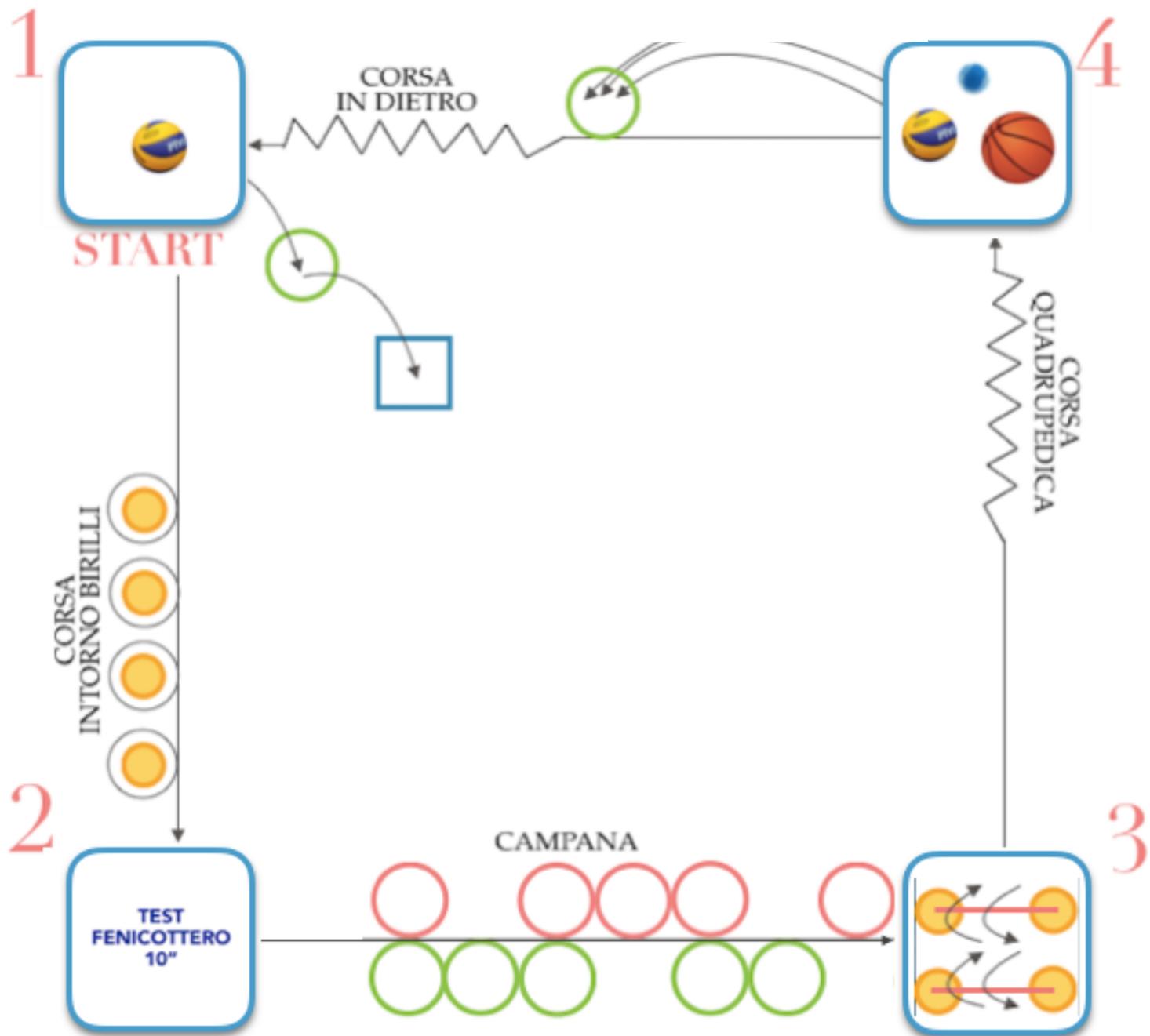
L'operatore dà il via e fa partire il cronometro o il conto alla rovescia; da quel momento il ragazzo avrà 2 minuti per effettuare quanti più giri possibili. Al raggiungimento di ogni stazione prima di proseguire dovrà affrontare la prova. Negli spostamenti tra una stazione e l'altra deve effettuare l'andatura richiesta.

Al termine del test (allo scadere dei 2 minuti) deve dare la propria percezione dello sforzo utilizzando la scala di Borg.





CONI





CONI

1



START



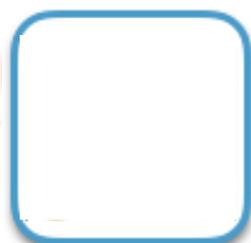
2



4



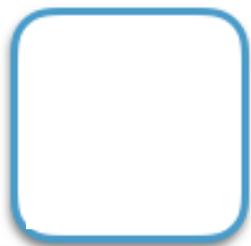
3





CONI

1

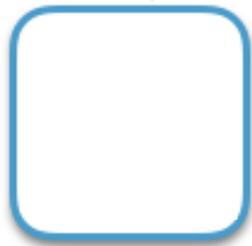


START

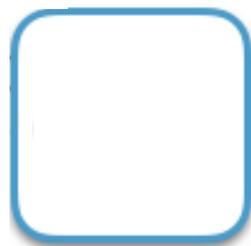
CORSA
INTORNO BIRILLI



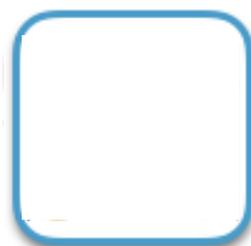
2



4



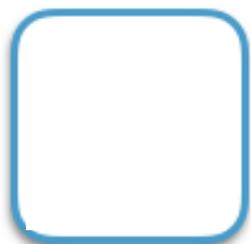
3





CONI

1



START



2



4



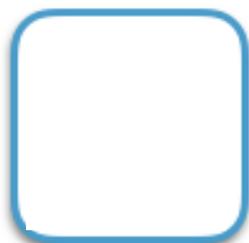
3





CONI

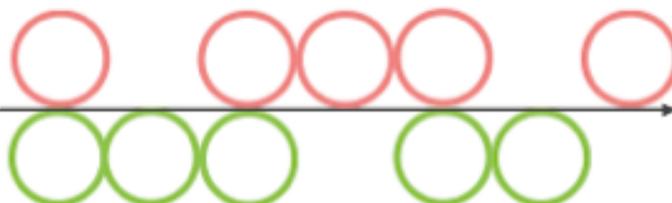
1



START



2



4

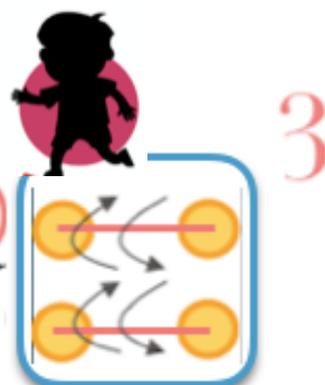
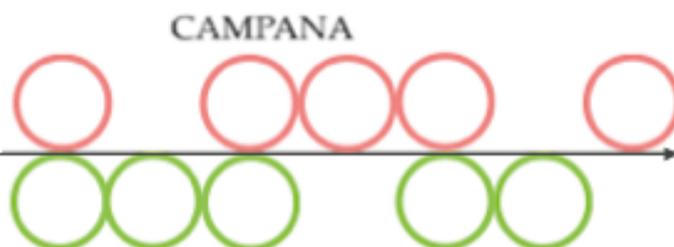


3





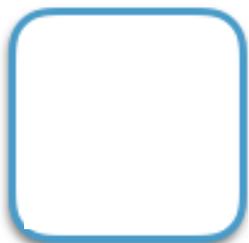
CONI





CONI

1



START



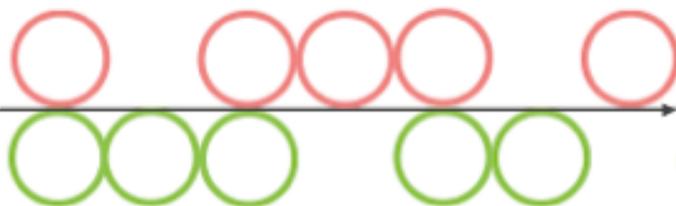
CORSA
INTORNO BIRILLI

2



TEST
FENICOTTERO
10"

CAMPANA

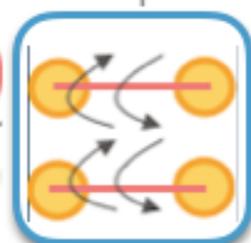


4



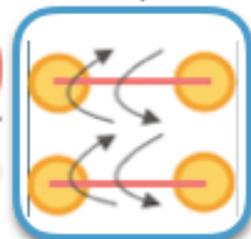
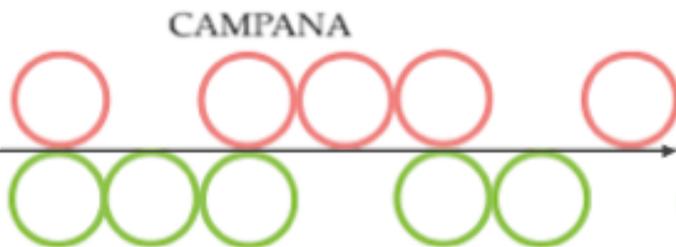
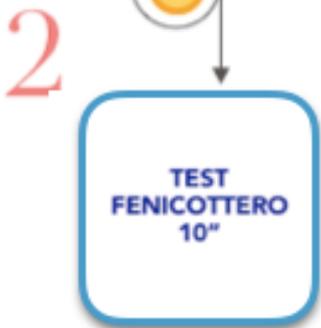
CORSA
QUADRUPEDICA

3





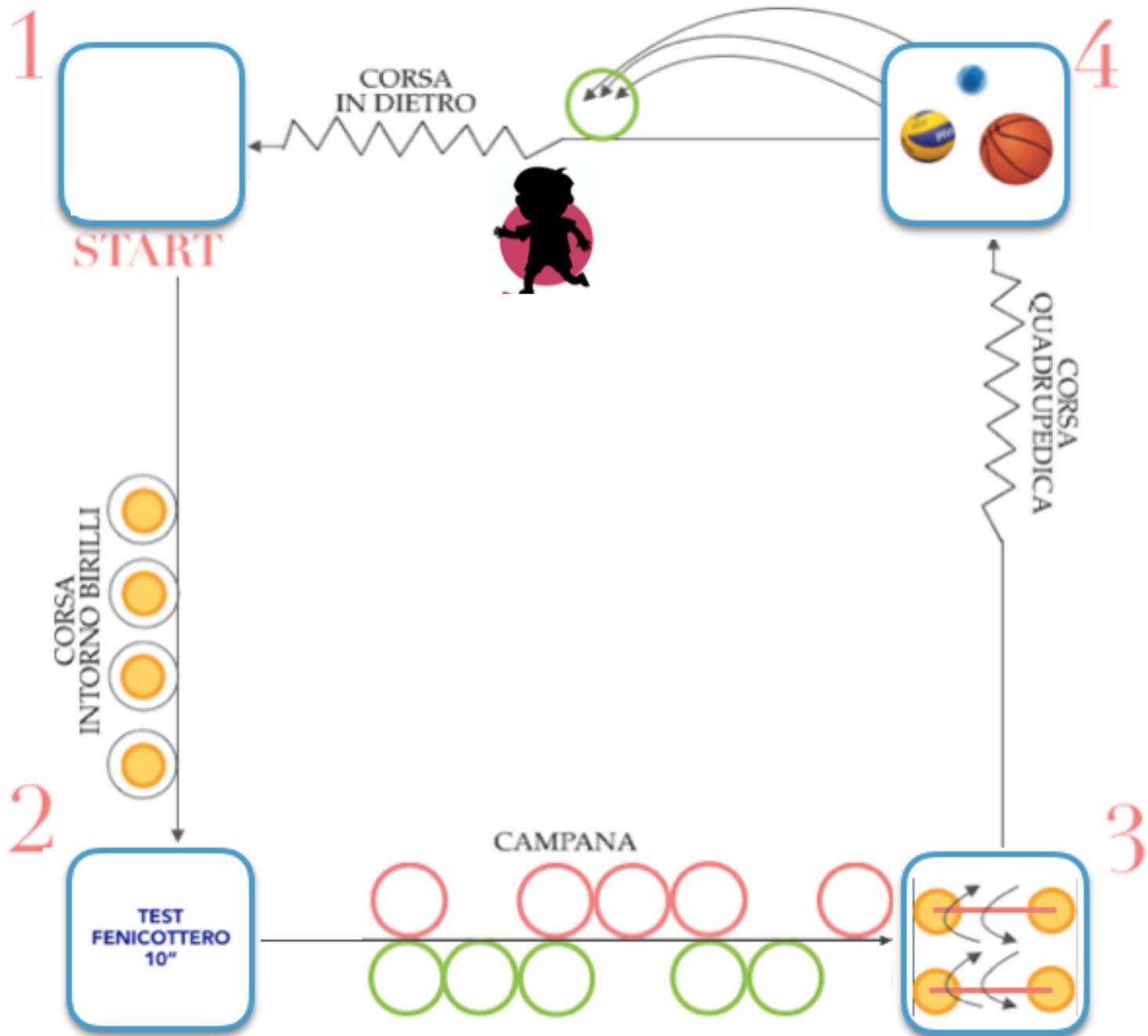
CONI



CORSA
QUADRUPEDICA

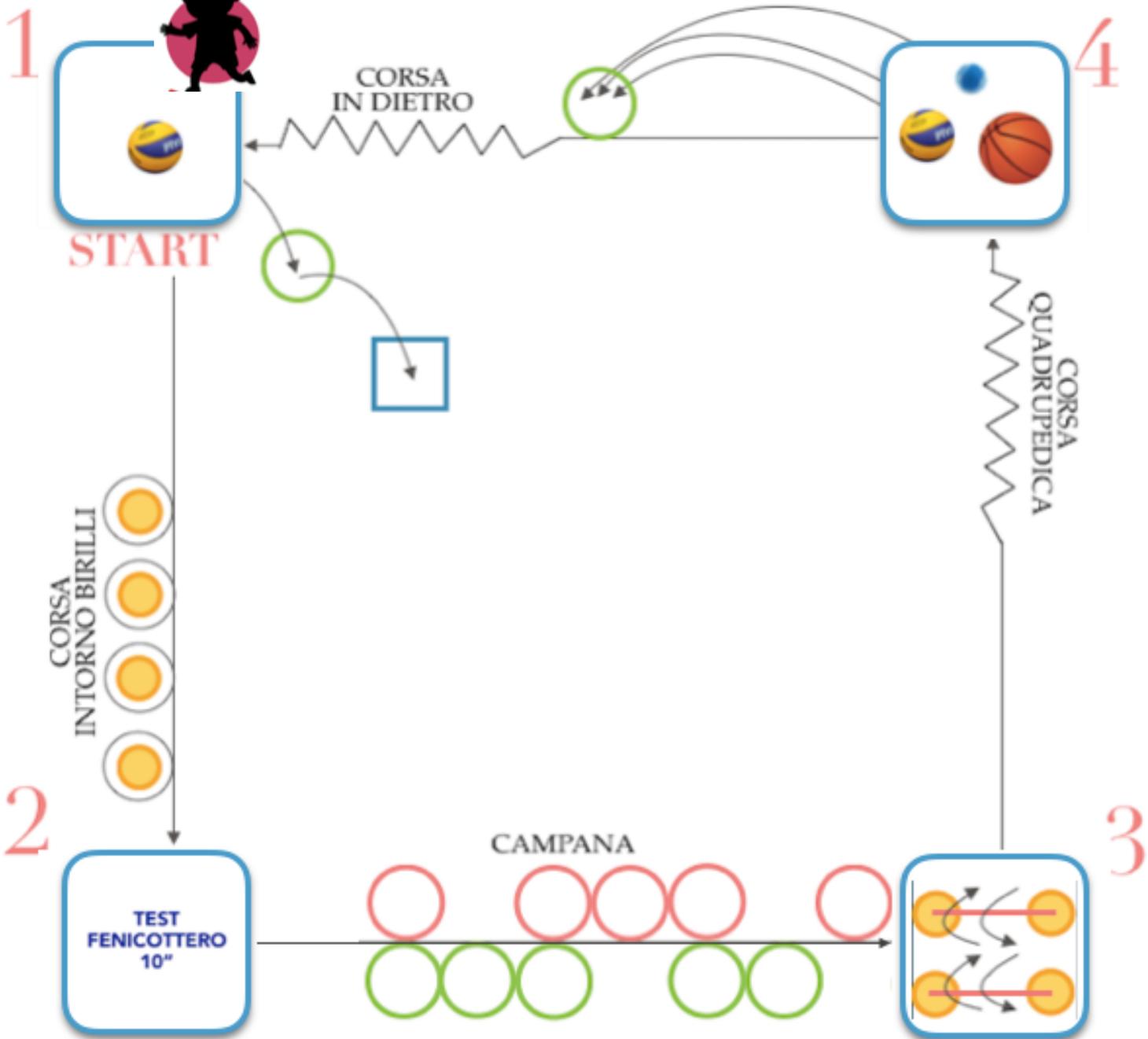


CONI



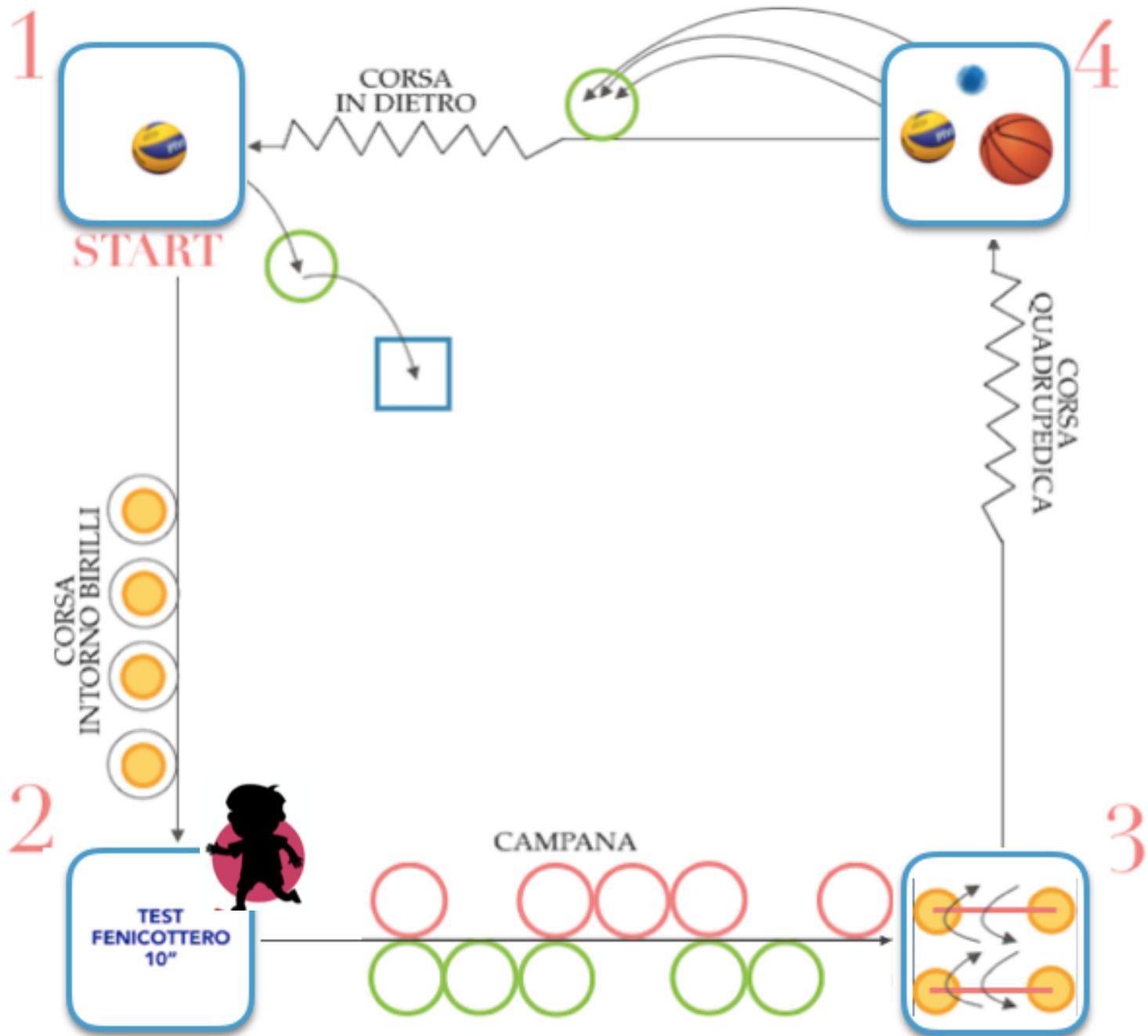


CONI



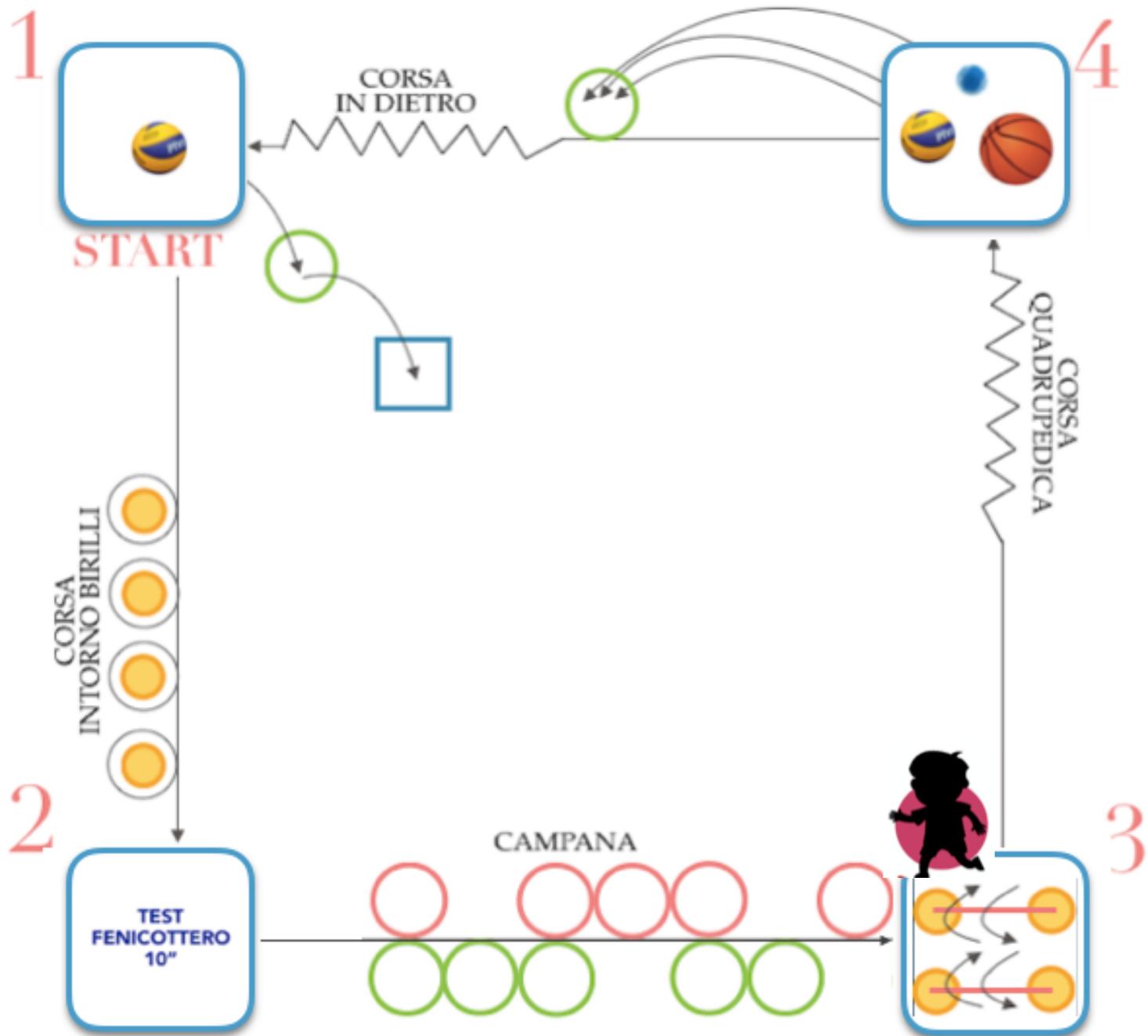


CONI



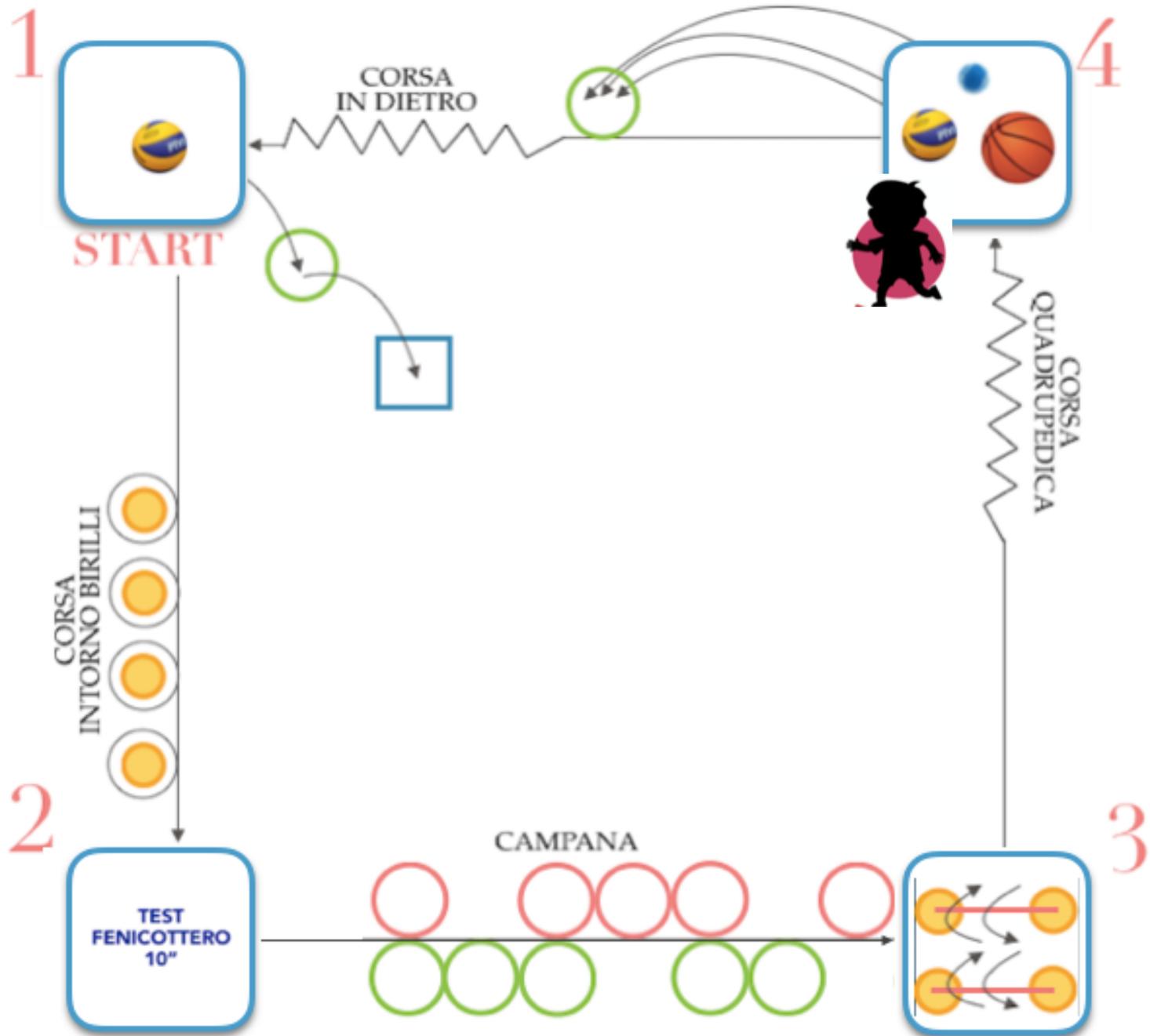


CONI



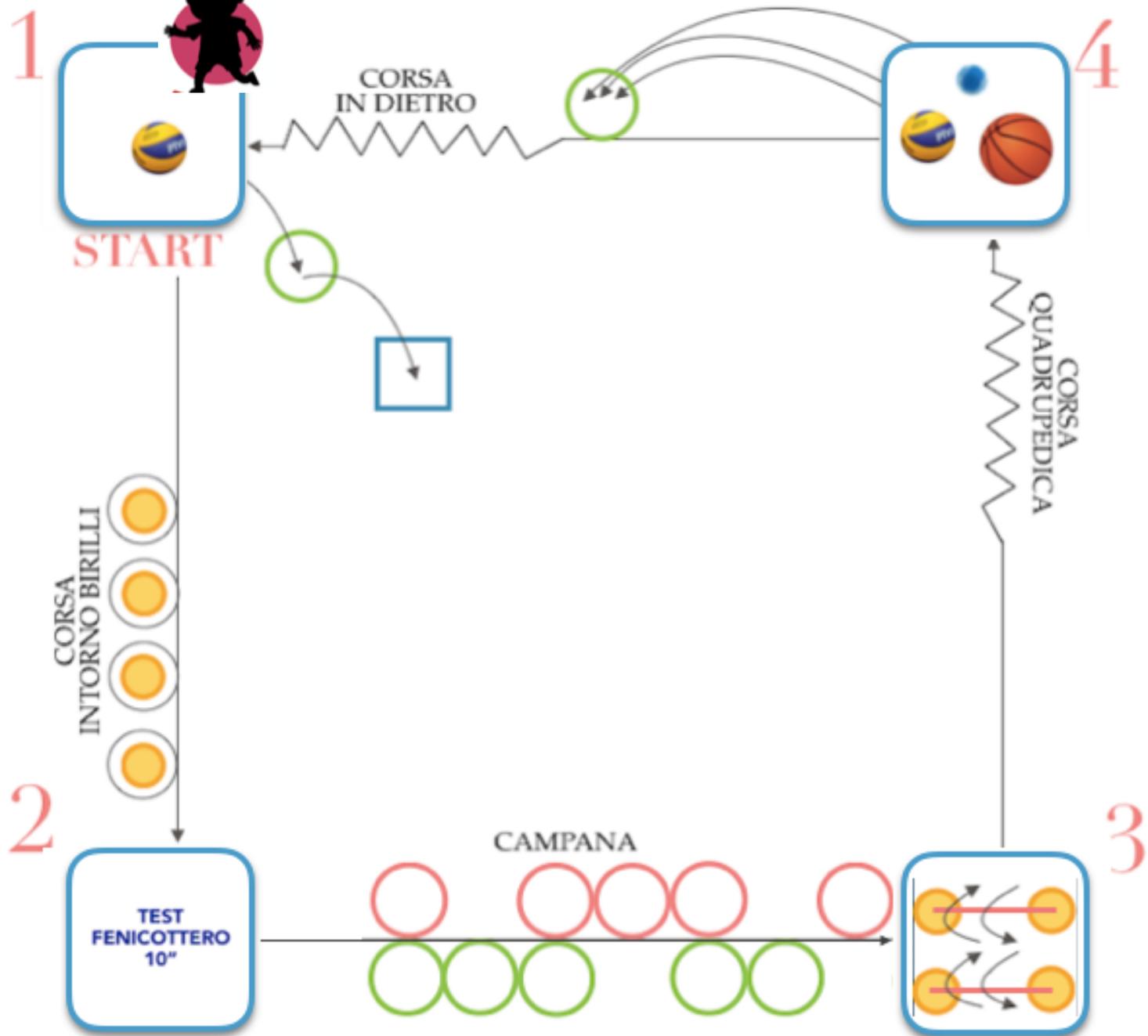


CONI





CONI



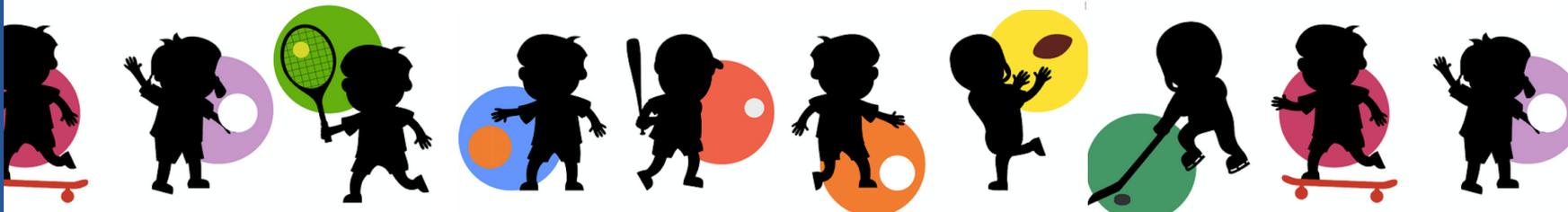
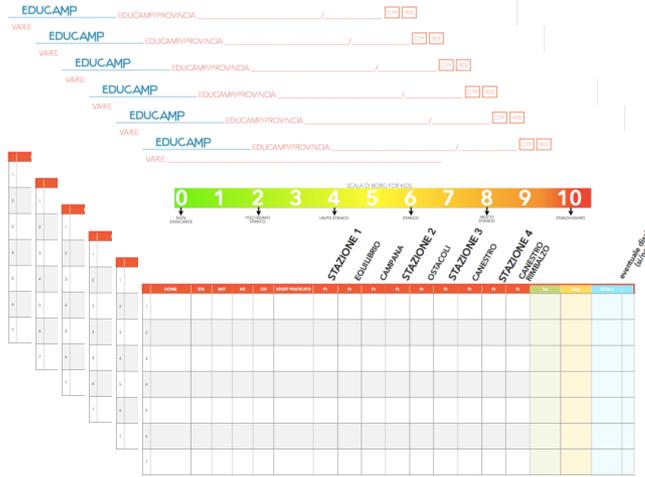


CONI
SCUOLA
DELLO SPORT
MARCHE



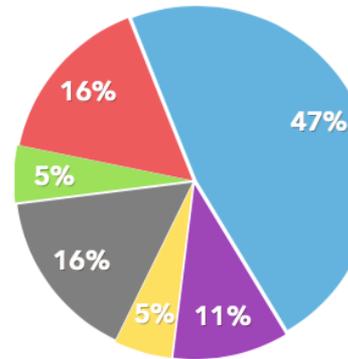
CONI
ISTITUTO DI MEDICINA
E SCIENZA DELLO SPORT

Come si rilevano i dati





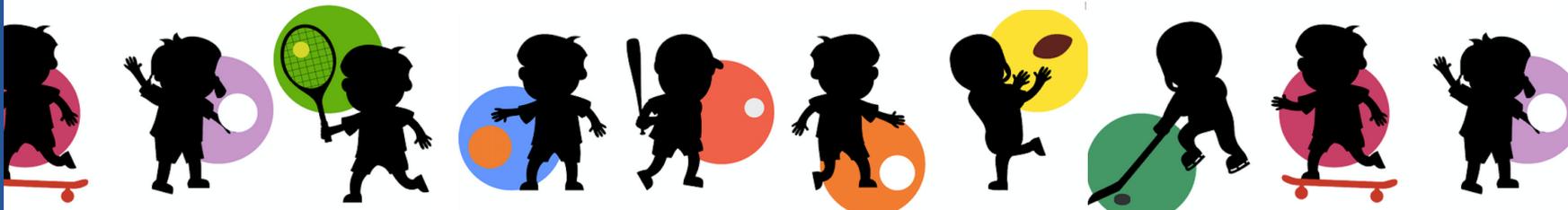
Utilizzo preliminare dei dati



ABILITA' - CAPACITA'

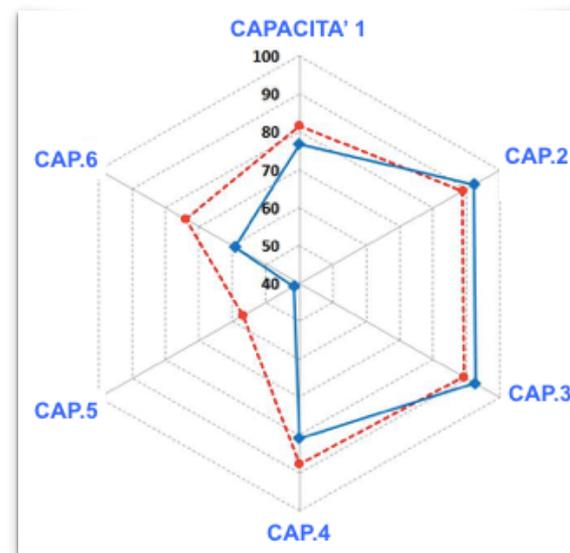
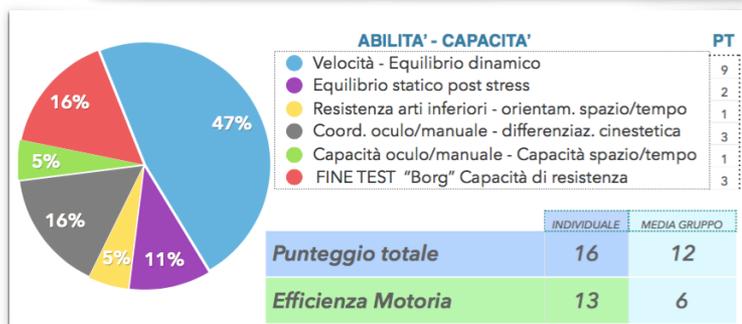
- Velocità - Equilibrio dinamico PT 9
- Equilibrio statico post stress 2
- Resistenza arti inferiori - orientam. spazio/tempo 1
- Coord. oculo/manuale - differenziaz. cinestetica 3
- Capacità oculo/manuale - Capacità spazio/tempo 1
- FINE TEST "Borg" Capacità di resistenza 3

	INDIVIDUALE	MEDIA GRUPPO
Punteggio totale	16	12
Efficienza Motoria	13	6





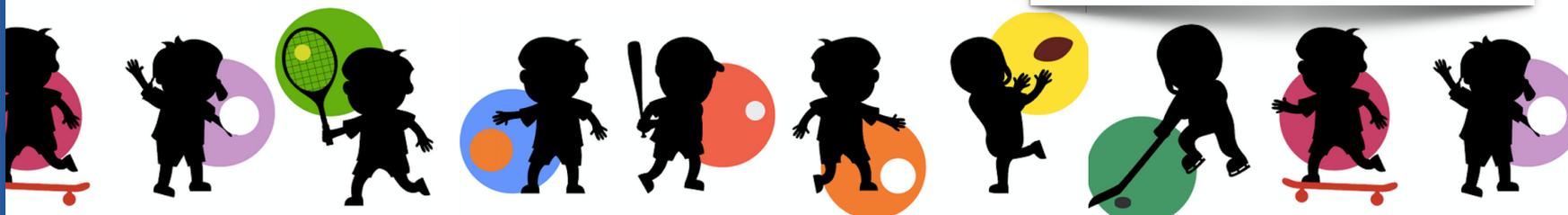
Utilizzo futuro



ELABORAZIONE SPORT-SPECIFICA

ATLETA TESTATO ———

GRUPPO DI RIFERIMENTO - - - - -

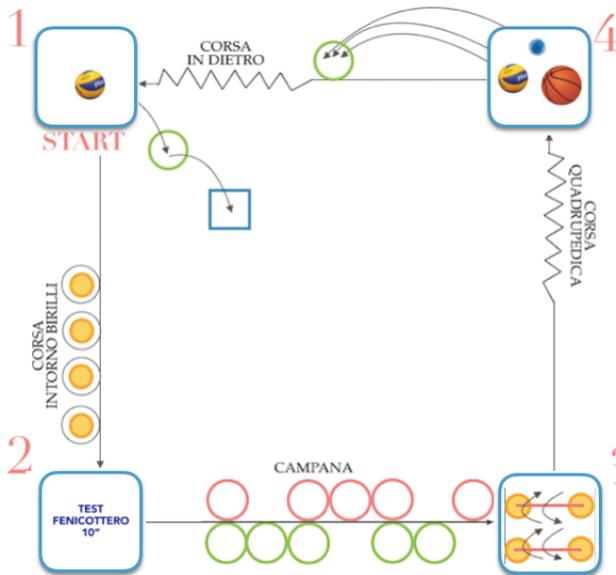




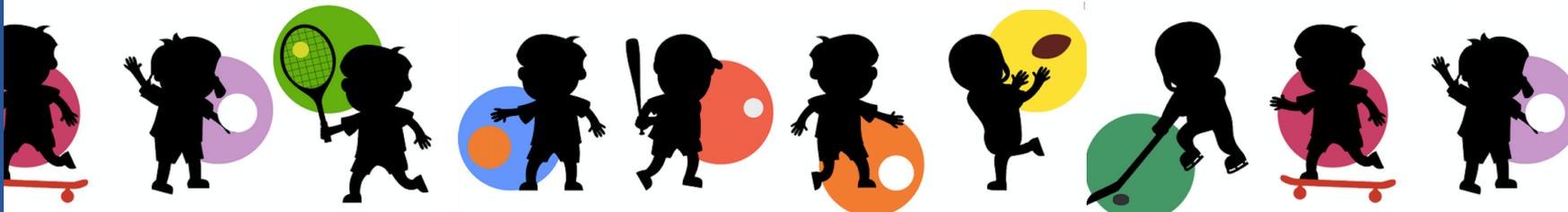
CONI
SCUOLA
DELLO SPORT
MARCHE



Punti di Forza



- DIVERTENTE
- RAPIDA ESECUZIONE
- TEST UGUALE NONOSTANTE GRUPPO ETEROGENEO
- ESEGUIBILE DA UN SOLO OPERATORE
- MATERIALE FACILE DA REPERIRE
- I RAGAZZI NON SI SENTONO VALUTATI
- PROPONIBILE COME GIOCO INDIVIDUALE / SQUADRE
- RISULTATO IMMEDIATO
- RISULTATO FINALE CON INDICE DI EFFICIENZA MOTORIA
- QUALSIASI MIGLIORAMENTO IN UNA CAPACITA' PORTA AD UN RISULTATO MAGGIORE...



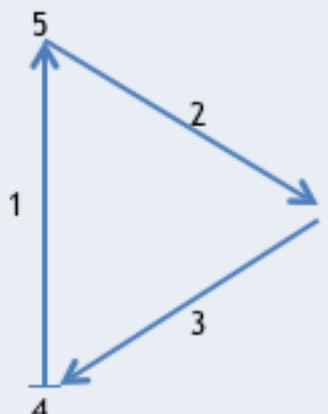
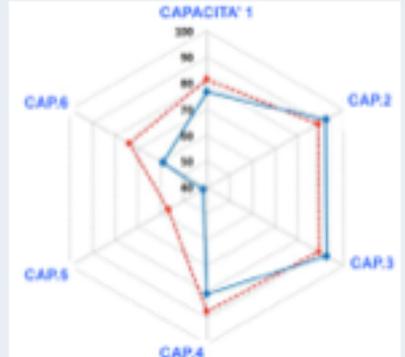


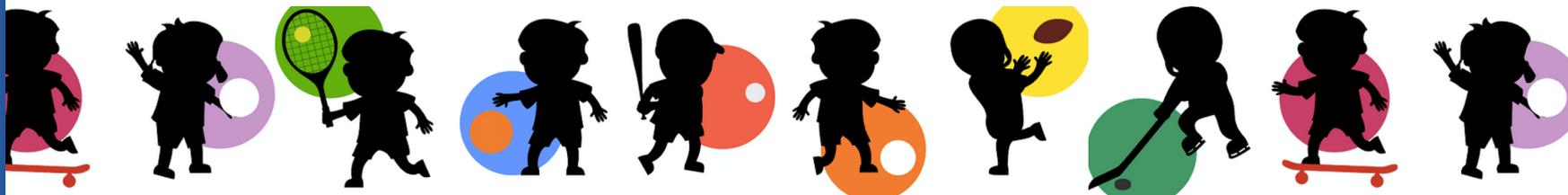
CONI
SCUOLA
DELLO SPORT
MARCHE



ISTITUTO DI MEDICINA
E SCIENZA DELLO SPORT

Test Valutativi (Coni)

5/7	8/10	11/14
Motorfit modificato	TEM	Hirtz + Cooper + Bunkie
<p>- Percorso triangolare, 10mt per lato da effettuare 2 volte</p>  <p>1= SAP1 2= GL 3= SAP2 4= LP 5= RP</p>	<p>- Circuito TEM per valutazione sport specifica ed individuazione aree abilità motorie:</p>  <p>— ATLETA VALUTATO - - - GRUPPO DI RIFERIMENTO</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Lancio palla con bersaglio a pendolo ➤ Corsa a navetta con palle numerate ➤ Lancio palla indietro a bersaglio ➤ Illinois Agility test ➤ Mini Cooper 6' ➤ Bunkie test <div style="border: 1px dashed blue; padding: 10px; margin-top: 20px;"> <p style="text-align: center;">INFO</p> <p>Mantenendo i gruppi suddivisi in queste fasce d'età, consigliamo mantenendo ovviamente l'appartenenza a questo gruppo in materia di programmazione e metodologia lavorativa, per i soli ragazzi di 11 anni di effettuare il test TEM (8/10).</p> </div>





CONI
SCUOLA
DELLO SPORT
MARCHE



GRAZIE PER L'ATTENZIONE

*“per far crescere un
bambino ci vuole un
intero villaggio”*

Ivan Cirami - Valerio Bonavolontà
ivancirami@gmail.com

