



Objectiu: Mesurar l'agilitat de moviments de l'alumnat.

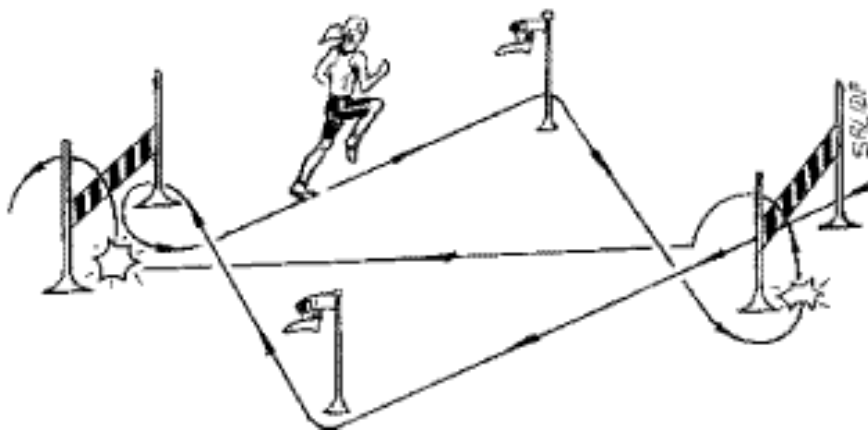
Material: Dos cons. Dues tanques d'atletisme tipus estàndard, a una altura de 0,72 m i una d'elles perllongada verticalment per dos pals adossats als seus extrems laterals, que tenen les mateixes característiques dels anteriorment citats.

Posició inicial: Darrere de la línia de partida, preparat per a córrer en posició d'eixida dempeus. El lloc d'eixida és opcional a dreta i esquerra de la tanca.

Execució.

A la veu de "llest... ja", córrer a la major velocitat possible per a completar el recorregut de la forma que s'indica en el gràfic.

Execució



Regles: S'efectuarà el recorregut de la forma indicada en el gràfic. El professorat pararà el cronòmetre, una vegada iniciada la prova, quan l'alumnat toque el sòl amb un o amb tots dos peus després de l'última tanca.

Es valorarà el temps invertit, en segons i desenes de segon