

Test de los 50 metros

■ Test de los 50 metros (Test de Velocidad).

- **Objetivo:** Medir la velocidad de traslación partiendo de una velocidad inicial igual a cero. (Utilizar salida baja)
- **Desarrollo:** Desde la salida baja recorrer la distancia de 50 metros en el menor tiempo posible.
- **Normas:** Utilizar las tres posiciones de la salida baja. Si se tienen, utilizar tacos de salida y calles.
- **Material:** Cronómetro.



■ Test de letwin (Test de Velocidad).

Aparece en su obra ya citada

- **Objetivo:** Medir la velocidad de reacción. Medir el tiempo empleado en dar una respuesta motriz ante un estímulo auditivo.
- **Desarrollo:** El ejecutante de espaldas a tres botes de diferente color (rojo, verde, azul) y a 6 mts. de distancia de ellos. A la señal sale corriendo hacia los botes y al pasar por la línea situada a 2,40 mts. de la salida se le dice un color. El evaluado rápidamente coloca la moneda que lleva en la mano encima del bote del color nombrado. Se sumará el tiempo empleado para ello en las cuatro ocasiones que lo realice.
- **Normas:** Es conveniente que los alumnos aprendan la situación de los colores.
- **Materiales:** Tres botes de los colores ya mencionados, o en su defecto hojas pintadas, señales en sillas, etc. Cronómetro.



Test de Letwin

