

## SAFE FALL-SAFE SCHOOLS

### Anexo 6. Prueba de observación de nivel I: caída lateral

Análisis de la respuesta motora de los alumnos ante una caída lateral involuntaria (Yoko ukemi)

Centro educativo: \_\_\_\_\_ Código del estudiante: \_\_\_\_\_

Nivel: \_\_\_\_\_

Curso: \_\_\_\_\_

Grupo: \_\_\_\_\_

*Nota: la organización de los centros educativos en niveles, cursos y grupos puede variar por países. Por ello, estos campos pueden adaptarse y modificarse según las necesidades para mantener el anonimato del alumnado.*

Edad: \_\_\_\_\_

Sexo: \_\_\_\_\_

O Hombre

O Mujer

Altura en cm: \_\_\_\_\_

Peso en kg: \_\_\_\_\_

Actividad física: \_\_\_\_\_

Ninguna

Recreativa

Competitiva

Deporte o actividad física: \_\_\_\_\_

Pre-test:

Post-test:

Fecha: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Nombre del observador: \_\_\_\_\_



Descripción gráfica del Test Observación Nivel I: caída lateral

Criterios	Descripción	SI (1)	NO (0)
Cabeza	Girar la cabeza hacia un lado, mirando hacia la cadera opuesta, sin tocar el suelo.		
Manos	Llevar las manos detrás de la cabeza para protegerla, o evitar colocarlas en el suelo para amortiguar. (Damping).		
Tronco	Rodar en diagonal desde la cadera hacia el hombro manteniendo la flexión.		
Cadera	Mantener la cadera flexionada.		
Piernas	Mantener las piernas semiflexionadas sin cruzarlas.		

Observaciones: \_\_\_\_\_

