

SEZIONE A

Annotare le seguenti misure

Altezza con il braccio alzato
 Altezza occhio
 Altezza spalla
 Massima apertura del palmo della mano
 (pollice-mignolo)
 Massima apertura tra indice e medio
 Massima apertura tra pollice e indice
 Passo misurato (tallone-punta)
 Passo misurato (tallone-tallone)

Disegnare la sagoma del corpo e indicare le misure significative delle posizioni elencate

In piedi (visto/a di fronte)
 Braccia lungo i fianchi
 Braccia avanti
 Braccia aperte
 Braccia in alto
 In piedi (visto/a di lato)
 Un braccio avanti e uno indietro

Seduta/o con i piedi che toccano terra
 (visto/a di lato, misurare l'ingombro massimo)
 Seduto a 50 cm
 Seduto a 90 cm

Seduta/o di fronte a un piano con i gomiti sul piano e il mento tra i pugni (visto/a di lato e di fronte)
 Seduto a 45 cm con piano da 70 cm
 Seduto a 45 cm con piano da 90 cm

Accovacciata/o sui talloni
 (visto/a di lato con le ginocchia sollevate e sulla punta dei piedi; ingombro laterale)
 Mani a terra a lato delle gambe
 Mani sulla ginocchia

Seduta/o a terra a gambe incrociate
 (visto/a di fronte)

In piedi che prendo un libro da uno scaffale (visto/a di lato)
 a 100 cm, 150 cm, 180 cm, 210 cm

In piedi che prendo un oggetto cilindrico da 5 kg di 25 cm Ø (visto/a di lato)
 a 100 cm, 150 cm, 180 cm, 210 cm

SEZIONE B

Visione di oggetti piani posti in verticale (visto/a di lato) indicare la posizione ottimale del pannello rispetto all'occhio (disegnare un appunto)

B.1

Guardo un pannello 200x100 cm a
 - un metro di distanza
 - due metri di distanza
 - tre metri di distanza

(posizione ottimale, indicare lo spazio libero sul perimetro e eventuali inclinazioni)

B.2

Guardo un disegno 25x25 cm a
 - 20 centimetri di distanza
 - 50 centimetri di distanza
 (posizione ottimale, indicare lo spazio libero sul perimetro e eventuali inclinazioni)

Visione di oggetti oggetti tridimensionali posti su un piano orizzontale (vista di lato)

B3

Guardo un oggetto ovale 20x20 (usare il modello) cm su un piano alto:
 - 90 cm
 - 110 cm
 - 130 cm
 (posizione ottimale, indicare la dimensione del piano e eventuali inclinazioni)

B.4

Guardo un oggetto ovale piatto di circa 6 cm di diametro (usare il modello) su un piano alto:
 - 90 cm
 - 110 cm
 - 130 cm
 - 150 cm
 (posizione ottimale, indicare la dimensione del piano e l'eventuale inclinazione)

SEZIONE C

Prossemica

soggetto I - innamorato/a

soggetto A - amico/a

soggetto F - familiare

soggetto E - estraneo/a

(misure a appunti)

C.01 parlare

In piedi

Minima distanza necessaria per parlare tranquillamente con

- soggetto I
- soggetto A
- soggetto E

Minima distanza per parlare in pubblico (per esempio a un esame)

Seduto/a

- soggetto E

C.02 leggere e guardare

Minima distanza necessaria per leggere un libro senza essere disturbato/a, seduta/o accanto a:

- soggetto I
- soggetto A
- soggetto F
- soggetto E

(misure in una biblioteca, in un caffè e su una panchina)

Minima distanza necessaria, stando in piedi, per osservare tranquillamente un oggetto davanti a me, avendo davanti sul lato opposto:

- soggetto I
- soggetto A
- soggetto F
- soggetto E

(utilizzare i due oggetti B.3 e B.4 della sezione B)

Guardo uno degli oggetti B3 e B4.

Distanza minima per cui sono disturbato da estranei:

- alle mie spalle
- al mio fianco

Guardo uno degli oggetti B1 e B2.

Distanza minima per cui sono disturbato da estranei:

- alle mie spalle
- al mio fianco
- al mio fianco e più avanzati di 30 cm

C.02 muoversi

Attraverso una porta mantenendo la traiettoria:

(indicare la larghezza minima necessaria)

Da solo:

- incrocio un soggetto E
- incrocio due soggetti E affiancati

Accanto a un amico/a (io sono più vicina/o al centro):

- incrocio un soggetto E
- incrocio due soggetti E affiancati

C.03 parlare

In piedi in uno spazio chiuso, affollato e con musica ad alto volume

Parlo con un amico; distanza minima da un estraneo per cui:

- abbasso la voce
- smetto di parlare

In piedi in uno spazio chiuso con poche persone e brusio di conversazioni

Parlo con un amico; distanza minima da un estraneo per cui:

- abbasso la voce
- smetto di parlare

In piedi in uno spazio chiuso dedicato (museo, chiesa ecc.) Parlo con un amico; distanza minima da un estraneo che mi costringe a:

- abbassare la voce
- smettere di parlare

In piedi in uno spazio chiuso dedicato (museo, chiesa ecc.). Sono solo/a; entra un estraneo che parla normalmente con qualcuno.

- distanza di disturbo