

**RUBRICA VALUTATIVA IC CERTOSA DI PAVIA - SCUOLA SECONDARIA**

**DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA - CLASSE PRIMA**

NUCLEO	COMPETENZA	INDICATORI	LIVELLO BASE C (6)	LIVELLO INTERMEDIO B (7-8)	LIVELLO AVANZATO A (9-10)	C	B	A
<b>CORPO E MOVIMENTO</b> Tot. Punti 40/100	Conoscere gli aspetti di funzionalità motoria del corpo umano p. 10	Conoscere gli aspetti di funzionalità dell'apparato scheletrico e muscolare	Le conoscenze sono minime e superficiali. L'espressione è semplice ma corretta.	Le conoscenze sono complete. Il linguaggio è adeguato	Le conoscenze sono complete ed approfondite. Utilizza un linguaggio specifico	4-5	6-7	8-10
	Padroneggia gli aspetti di funzionalità motoria del corpo umano p. 20	Consolidare gli schemi motori di base (correre, saltare, lanciare, afferrare, rotolare, strisciare e arrampicare, l'equilibrio)	Utilizza in modo elementare gli schemi motori di base	Utilizza in modo adeguato gli schemi motori di base	Padroneggia l'utilizzo degli schemi motori di base.	8-10	11-15	16-20
	Potenziare le capacità coordinative e le capacità condizionali (forza resistenza rapidità velocità). p. 10	Utilizzo controllato delle capacità coordinative e aumento delle capacità condizionali	Utilizzo segmentario e settoriale degli schemi motori di base	Utilizzo combinato e non sempre sequenziale degli schemi motori di base	Potenziamento dell'intelligenza motoria. Sviluppo della fantasia motoria	4-5	6-7	8-10
<b>LINGUAGGI DEL CORPO, SALUTE E BENESSERE</b> Tot. Punti 30/100	Conoscere, utilizzare e gestire la corporeità, finalizzata all'ottenimento del benessere psico-fisico e del mantenimento/miglioramento della salute. p. 15	Utilizzare semplici tecniche di espressione corporea per rappresentare idee, stati d'animo e storie mediante gestualità e posture svolte in forma individuale, a coppie, in gruppo.	Comunica e si esprime in maniera elementare, attraverso situazioni motorie di base.	Comunica e si esprime in maniera soddisfacente attraverso situazioni motorie diversificate. Riconosce le modifiche evolutive del proprio corpo.	Comunica e si esprime in maniera evoluta. Applica un atteggiamento adeguato, ponderato e differenziato, a seconda delle diverse situazioni motorie.	7-8	9-12	13-15
	Riconoscere potenzialità e limiti del proprio corpo; conquistare abilità motorie per incentivare l'autostima. Favorire uno sviluppo equilibrato del fisico e delle capacità cognitive attraverso un adeguato ed equilibrato lavoro motorio. Adottare comportamenti appropriati per la salute prendendo coscienza delle principali norme nutrizionali p. 15	Distribuire lo sforzo in relazione al tipo di attività richiesta e applicare tecniche adeguate di controllo respiratorio e di rilassamento muscolare	Raggiunge livelli di prestazione elementari, con requisiti minimi, con un controllo accettabile delle funzioni legate ai parametri funzionali (respiro/battito cardiaco)	Raggiunge livelli di prestazione soddisfacenti, svolgendo esercitazioni con buona padronanza della motricità, con un discreto controllo delle funzioni legate ai parametri funzionali (respiro/battito cardiaco)	Raggiunge livelli di prestazione eccellenti, riuscendo a modulare lo sforzo grazie alla propria motricità, con un livello di controllo consapevole delle funzioni legate ai parametri funzionali (respiro/battito cardiaco)	7-8	9-12	13-15

<b>DAL GIOCO ALLA PRATICA SPORTIVA</b>  <b>Tot. Punti 30/100</b>	Rispetto delle regole, dell'avversario e di sé. Conoscenza di termini specifici e delle regole delle principali discipline sportive. <b>p. 15</b>	1. Realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra.	Conoscenza elementare delle regole e della terminologia. Semplificazione dei giochi educativi e dei giochi sportivi.	Conoscenza soddisfacente delle regole e della terminologia. Strutturazione e articolazione dei giochi educativi e sportivi.	Conoscenza evoluta delle regole e della terminologia. Potenziamento della strutturazione e della autonomia organizzativa dei giochi sportivi.	7-8	9-12	13-15
	Collaborare nel gruppo promuovendo inserimento dei compagni. <b>p.15</b>	2. Gestire in modo consapevole le situazioni competitive, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta, accettare di lavorare con tutti i compagni.	Utilizzo elementare e parzialmente corretto dei termini.	Utilizzo adeguato e corretto dei termini.	Utilizzo appropriato e corretto dei termini, con elementi e spunti personali.	7-8	9-12	13-15

**RUBRICA VALUTATIVA IC CERTOSA DI PAVIA - SCUOLA SECONDARIA**

**DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA - CLASSE SECONDA**

NUCLEO	COMPETENZA	INDICATORI	LIVELLO BASE	LIVELLO INTERMEDIO	LIVELLO AVANZATO	C	B	A
			C (6)	B (7-8)	A (9-10)			
<b>CORPO E MOVIMENTO</b>  <b>Tot. Punti 40/100</b>	Consapevolezza della propria fisicità, in relazione alle misure antropometriche (altezza e peso IMC). <b>p. 10</b>	Conoscere gli aspetti di funzionalità dell'apparato scheletrico e muscolare	Le conoscenze sono minime e superficiali. L'espressione è semplice ma corretta.	Le conoscenze sono complete. Il linguaggio è adeguato	Le conoscenze sono complete ed approfondite. Utilizza un linguaggio specifico	4-5	6-7	8-10
	Padroneggiare gli schemi motori di base (correre, saltare, lanciare, afferrare, rotolare, strisciare e arrampicare) Conoscenza dei fattori che favoriscono la relazione del corpo con lo spazio (misure, tempi, capacità e abilità generali e specifiche). <b>p. 20</b>	Consolidare gli schemi motori di base (correre, saltare, lanciare, afferrare, rotolare, strisciare e arrampicare, l'equilibrio)	Utilizza in modo elementare gli schemi motori di base	Utilizza in modo adeguato gli schemi motori di base	Padroneggia l'utilizzo degli schemi motori di base.	8-10	11-15	16-20
	Combinazione degli schemi motori di base per favorire le abilità	Utilizzo controllato delle capacità coordinative e aumento delle capacità condizionali	Utilizzo segmentario e settoriale degli schemi motori di base	Utilizzo combinato e non sempre sequenziale degli schemi motori di base	Potenziamento dell'intelligenza motoria. Sviluppo della fantasia motoria	4-5	6-7	8-10

	<p>motorie utili allo svolgimento dei giochi educativi e dei giochi sportivi di squadra.</p> <p><b>p. 10</b></p>							
<p><b>LINGUAGGI DEL CORPO, SALUTE E BENESSERE</b></p> <p><b>Tot. Punti 30/100</b></p>	<p>Conoscere, utilizzare e gestire la corporeità, finalizzata all'ottenimento del benessere psico-fisico e del mantenimento/miglioramento della salute. <b>p. 15</b></p>	<p>Prendere coscienza delle principali norme nutrizionali</p>	<p>Conosce in maniera elementare i principi dell'alimentazione.</p>	<p>Conosce in maniera adeguata i principi dell'alimentazione, con alcuni riferimenti particolari legati all'attività motoria.</p>	<p>Conosce in maniera approfondita i principi dell'alimentazione, con riferimenti particolari legati all'attività motoria, e con alcuni richiami interdisciplinari.</p>	<b>7-8</b>	<b>9-12</b>	<b>13-15</b>
	<p>Conoscere il proprio corpo ed accettarlo, riconoscere potenzialità e limiti come mezzi per comunicare e relazionarsi positivamente con gli altri; conquistare abilità motorie per incentivare l'autostima e relazionarsi in maniera efficace e con successo. Favorire uno sviluppo equilibrato del fisico e delle capacità cognitive attraverso un adeguato ed equilibrato lavoro motorio. <b>p. 15</b></p>	<p>Adottare comportamenti appropriati per la sicurezza e la salute</p>	<p>Agisce in maniera sufficientemente responsabile in riferimento al contesto in cui si trova.</p>	<p>Agisce in maniera responsabile in riferimento al contesto in cui si trova, cercando un'interazione con compagni e adulti.</p>	<p>Agisce in maniera responsabile e adeguata in riferimento al contesto in cui si trova, interagendo con compagni e adulti.</p>	<b>7-8</b>	<b>9-12</b>	<b>13-15</b>
<p><b>DAL GIOCO ALLA PRATICA SPORTIVA</b></p> <p><b>Tot. Punti 30/100</b></p>	<p>Rispetto delle regole, dell'avversario e di sé. Conoscenza di termini specifici e delle regole delle principali discipline sportive. <b>p. 15</b></p>	<p>1. Realizzare strategie di gioco, mettere in atto comportamenti collaborativi e partecipare in forma propositiva alle scelte della squadra.</p>	<p>Conoscenza elementare delle regole e della terminologia. Semplificazione dei giochi educativi e dei giochi sportivi.</p>	<p>Conoscenza soddisfacente delle regole e della terminologia. Strutturazione e articolazione dei giochi educativi e sportivi.</p>	<p>Conoscenza evoluta delle regole e della terminologia. Potenziamento della strutturazione e della autonomia organizzativa dei giochi sportivi.</p>	<b>7-8</b>	<b>9-12</b>	<b>13-15</b>
	<p>Collaborare nel gruppo promuovendo inserimento dei compagni. <b>p.15</b></p>	<p>2. Gestire in modo consapevole le situazioni competitive, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta, accettare di lavorare con tutti i compagni.</p>	<p>Utilizzo elementare e parzialmente corretto dei termini.</p>	<p>Utilizzo adeguato e corretto dei termini.</p>	<p>Utilizzo appropriato e corretto dei termini, con elementi e spunti personali.</p>	<b>7-8</b>	<b>9-12</b>	<b>13-15</b>



**DISCIPLINA: EDUCAZIONE FISICA - CLASSE TERZA**

NUCLEO	COMPETENZA	INDICATORI	LIVELLO BASE C (6)	LIVELLO INTERMEDIO B (7-8)	LIVELLO AVANZATO A (9-10)	C	B	A
<b>CORPO E MOVIMENTO</b>  Tot. Punti 40/100	Consapevolezza della propria fisicità, in relazione alle misure antropometriche (altezza e peso IMC). <b>p. 10</b>	1. Utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione dei gesti tecnici fini.	Utilizzo elementare dei fondamentali individuali specifici della disciplina sportiva svolta.	Utilizzo adeguato e corretto dei fondamentali individuali specifici della disciplina sportiva svolta.	Utilizzo consolidato ed evoluto dei fondamentali individuali specifici della disciplina sportiva svolta.	4-5	6-7	8-10
	Consolidamento degli schemi motori di base (correre, saltare, lanciare, afferrare, rotolare, strisciare e arrampicare) Conoscenza dei fattori che favoriscono la relazione del corpo con lo spazio (misure, tempi, capacità e abilità generali e specifiche). <b>p. 20</b>	2. Utilizzare e trasferire le abilità per la realizzazione di abilità sportive applicate ai giochi di squadra.	Utilizzo elementare dei fondamentali collettivi specifici della disciplina sportiva svolta.	Utilizzo adeguato e corretto dei fondamentali collettivi specifici della disciplina sportiva svolta.	Utilizzo consolidato ed evoluto dei fondamentali collettivi specifici della disciplina sportiva svolta.	8-10	11-15	16-20
	Combinazione degli schemi motori di base per favorire le abilità motorie utili allo svolgimento dei giochi educativi e dei giochi sportivi di squadra. <b>p. 10</b>	Utilizzo controllato delle capacità coordinative e aumento delle capacità condizionali.	Utilizzo segmentario e settoriale degli schemi motori di base.	Utilizzo combinato e non sempre sequenziale degli schemi motori di base.	Potenziamento dell'intelligenza motoria. Sviluppo della fantasia motoria.	4-5	6-7	8-10
<b>LINGUAGGI DEL CORPO, SALUTE E BENESSERE</b>  Tot. Punti 30/100	Conoscenza, utilizzo e gestione della corporeità, finalizzata all'ottenimento del benessere psico-fisico e del mantenimento/miglioramento della salute. <b>p. 15</b>	1. Conoscere i cambiamenti morfologici caratteristici dell'età.	Sa agire nelle situazioni motorie di base, adeguandosi in modo accettabile alle richieste.	Sa agire nelle situazioni motorie diversificate, adeguandosi in modo accettabile alle richieste. Riconosce le modifiche evolutive del proprio corpo.	Sa agire e si esprime in maniera evoluta. Applica un atteggiamento adeguato, ponderato e differenziato, a seconda delle diverse situazioni motorie.	7-8	9-12	13-15
	Conoscere il proprio corpo ed accettarlo, riconoscere potenzialità e limiti come mezzi per comunicare e relazionarsi positivamente con gli altri; conquistare abilità motorie per incentivare l'autostima e relazionarsi in maniera efficace e con successo. Favorire uno sviluppo equilibrato del fisico e delle capacità cognitive attraverso un adeguato ed equilibrato lavoro motorio. <b>p. 15</b>	2. Seguire un piano di lavoro consigliato in vista del miglioramento delle prestazioni.	Raggiunge livelli di prestazione elementari, con requisiti minimi.	Raggiunge livelli di prestazione soddisfacenti, svolgendo le esercitazioni con buona padronanza della motricità.	Raggiunge livelli di prestazione eccellenti, riuscendo a modulare lo sforzo grazie alla propria motricità.	7-8	9-12	13-15

<b>DAL GIOCO ALLA PRATICA SPORTIVA</b>  <b>Tot. Punti 30/100</b>	Collaborare nel gruppo promuovendo inserimento dei compagni. <b>p. 15</b>	1. Comprendere le difficoltà degli altri.	Conoscenza elementare delle regole e della terminologia.  Semplificazione dei giochi educativi e dei giochi sportivi.	Conoscenza soddisfacente delle regole e della terminologia. Strutturazione e articolazione dei giochi educativi e sportivi.	Conoscenza evoluta delle regole e della terminologia. Potenziamento della strutturazione e della autonomia organizzativa dei giochi sportivi.	<b>7-8</b>	<b>9-12</b>	<b>13-15</b>
	Rispetto delle regole, dell'avversario e di sé. Conoscenza di termini specifici e delle regole delle principali discipline sportive. <b>p.15</b>	2. Utilizzare il linguaggio approfondito e specifico delle discipline con riferimenti interdisciplinari soprattutto con la lingua inglese	Utilizzo elementare e parzialmente corretto dei termini.	Utilizzo adeguato e corretto dei termini.	Utilizzo appropriato e corretto dei termini, con elementi e spunti personali.	<b>7-8</b>	<b>9-12</b>	<b>13-15</b>