Istituto comprensivo di Oderzo
RUBRICA DI VALUTAZIONE - EDUCAZIONE FISICA
Scuola Secondaria di I Grado

COMPETENZA EUROPEA: CONSAPEVOLEZZA ED ESPRESSIONE CULTURALE – EDUCAZIONE FISICA

NUCLEI DI COMPETENZA			**LIVELLI**					
	CRITERI	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**
CAPACITÀ CONDIZIONALI: RESISTENZA, FORZA, VELOCITÀ E MOBILITÀ ARTICOLARE.	**RIESCE A CONTROLLARE LE PROPRIE CAPACITA' DI RESISTENZA E A MODULARE I TEMPI DI RECUPERO.** **ESEGUE ESERCIZI DI STRETCHING MIRATI AL GRUPPO MUSCOLARE** .	Esegue in modo molto impreciso gli esercizi proposti. Si applica in maniera insufficiente al miglioramento delle abilità motorie.	Esegue in modo non sempre corretto gli esercizi proposti. Si applica in maniera superficiale per il miglioramento delle abilità motorie.	Esegue superficialmente gli esercizi proposti. Si applica in modo inadeguato al raggiungimento delle abilità motorie.	Conosce ed utilizza con efficacia il proprio potenziale motorio, ma non sempre si applica in modo proficuo per cercare di migliorare le prestazioni.	Conosce ed utilizza con efficacia le proprie abilità e si impegna per migliorare le prestazioni.	Applica in modo autonomo i principi metodologici dell'allenamento per migliorare le proprie prestazioni atletiche.	Applica in modo autonomo i principi metodologici migliorando e perfezionando costantemente le proprie prestazioni.
CAPACITÀ COORDINATIVE: COORDINAZIONE OCULO MANUALE/OCULO PODALICA, SPAZIO - TEMPO - EQUILIBRIO - RITMO - RAPIDITÀ - DIFFERENZIAZIONE, COORDINAZIONE	**E' CAPACE DI DIFFERENZIARE E COORDINARE GLI SCHEMI MOTORI DI BASE. USA DESTREZZA E PRECISIONE.**	Non realizza risposte motorie corrette e non svolge una sequenza di movimenti in modo adeguato.	Realizza risposte motorie poco precise e non riesce a svolgere un lavoro corporeo minimamente organizzato.	Realizza proposte motorie quasi sempre efficaci solo in situazioni poco complesse e fatica a costruire un proprio spazio.	Realizza schemi motori coordinati, ma non sempre riesce a trasferirli in modo efficace.	Realizza risposte motorie quasi sempre adatte e sa trasferirle in modo efficace nelle diverse situazioni.	Realizza risposte motorie precise e riesce a trasferirle in modo finalizzato in tutte le situazioni sportive.	Realizza risposte motorie corrette e precise trasferendole correttamente in tutte le situazioni, anche in quelle non strutturate.

GENERALE E DESTREZZA MOTORIA.								
CONOSCENZA E APPLICAZIONE DELLE REGOLE SPORTIVE: ATTIVITÀ LUDICA, ATLETICA, PARTECIPAZIONE ATTIVITÀ SPORTIVE.	**E' CAPACE DI RISPETTARE LE REGOLE SPORTIVE E DI APPLICARE IL "FAIR PLAY"**	Non partecipa alle attività e non rispetta le regole dei giochi di squadra ed individuali.	Partecipa all'attività in modo incostante assumendo un ruolo marginale nel gruppo non conoscendo le regole da rispettare.	Lavora nel gruppo ma non sempre collabora in modo costruttivo per la poca applicazione delle regole comuni.	Lavora nel gruppo cercando di collaborare in modo costruttivo, rispetta le regole ma non sempre dimostra di averle interiorizzate.	Conosce e rispetta le regole sportive e collabora nel gruppo e nella squadra.	Conosce, rispetta, gestisce le regole sportive e collabora in modo produttivo con gli altri.	Ha interiorizzato le regole e collabora fattivamente con i compagni e gli insegnanti.
POSSESSO DEGLI ELEMENTI TECNICI BASE DEGLI SPORT EDUCATIVI SCOLASTICI PALLAVOLO, BASKET, PALLAMANO, ALTRO.	**CONOSCE LE REGOLE DEGLI SPORT DI SQUADRA E INDIVIDUALI.**	Non conosce i contenuti e le regole dei giochi svolti.	Conosce solo alcuni contenuti del lavoro affrontato e la rielaborazion e risulta a volte disordinata e incompleta.	Conosce in modo sostanziale i contenuti del lavoro affrontato, ma non riesce a rielaborarli in modo personale.	Conosce in modo completo i contenuti affrontati ma non sempre è puntuale nella sua organizzazione.	Conosce i contenuti disciplinari e li rielabora in modo completo, personale e approfondito.	Conosce e rielabora in modo personale il percorso didattico approfondendo i contenuti in modo pluridisciplinare.	Conosce e rielabora in modo personale il percorso didattico approfondendo autonomamente i contenuti.