

**RUBRICHE DI VALUTAZIONE SCUOLA SECONDARIA DI 1° GRADO
"I.C GIOVANNI XXIII"**

**DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE
CLASSE I**

DIMENSIONE DI COMPETENZE	CRITERI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	LIVELLO INIZIALE 4-5	LIVELLO BASE 6	LIVELLO INTERMEDIO 7-8	LIVELLO AVANZATO 9-10
IL corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	-Sa utilizzare le variabili spazio-temporali funzionali alla realizzazione del gesto tecnico in ogni situazione sportiva	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizzare efficacemente le capacità coordinative (coordinazione generale, segmentaria e specifica). - Effettuare delle progressioni nelle capacità condizionali (forza, rapidità, resistenza, mobilità articolare), secondo i propri livelli di maturazione, sviluppo e apprendimento. 	Utilizza in modo parziale e se guidato dal docente sia le capacità coordinative che quelle condizionali, inoltre conosce in modo parziale e non sufficiente i termini principali delle scienze motorie.	Utilizza in modo sufficiente sia le capacità coordinative che quelle condizionali, inoltre conosce sufficientemente i termini principali delle scienze motorie e riconosce su se stesso le principali parti del corpo(ossa, muscoli)	Utilizza in modo proficuo sia le capacità coordinative che quelle condizionali, inoltre sa presentare in modo chiaro, comprensibile tutti i termini principali delle scienze motorie fin qui acquisiti	Utilizza in modo proficuo e completamente autonomo sia le capacità coordinative che quelle condizionali, inoltre sa presentare e argomentare in modo autonomo e chiaro, tutti i termini principali delle scienze motorie fin qui acquisiti
	-Sa riconoscere in modo essenziale le proprie parti del corpo (ossa, muscoli e articolazioni)	<ul style="list-style-type: none"> - Conoscere l'essenziale terminologia specifica delle scienze motorie - Riconoscere in modo elementare il proprio corpo (ossa, muscoli e articolazioni) 				

<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p>	<p>-Sa usare il valore della comunicazione verbale – non verbale nella comunicazione interpersonale e nelle situazioni di gioco</p>	<p>-Usare il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi, combinando la componente comunicativa e quella estetica</p> <p>- Rappresentare idee e stati d’animo mediante l’espressione corporea, individualmente, a coppie e in gruppo</p>	<p>Utilizza in modo parziale e se guidato dal docente alcuni aspetti della comunicazione verbale e non verbale.</p>	<p>Utilizza in modo sufficiente la comunicazione verbale-non verbale.</p>	<p>Utilizza in modo proficuo sia la comunicazione verbale che quella non verbale con buona espressione corporea.</p>	<p>Utilizza in modo proficuo e completamente autonomo sia la comunicazione verbale che quella non verbale alternandola in modo proficuo ed espressivo.</p>
<p>IL gioco, lo sport, le regole e il fair play</p>	<p>-Sa gestire abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche dei principali sport di squadra</p> <p>-Sa riconoscere l’importanza di un codice deontologico dello sportivo</p>	<p>- Utilizzare le specifiche abilità riferite a situazioni tecniche e tattiche nei grandi giochi di squadra.</p> <p>- Conoscere il regolamento dei principali sport di squadra</p> <p>- Relazionarsi con il gruppo rispettando le diverse capacità, le esperienze pregresse e le caratteristiche personali rispettare il codice deontologico dello sportivo e le regole dei giochi e delle discipline sportive praticate</p>	<p>Gestisce e attiva una strategia risolutiva corretta negli sport di squadra, solo se guidato dal docente e solo in situazioni note. Interagisce parzialmente con il gruppo.</p>	<p>Gestisce e attiva una strategia risolutiva corretta, in modo autonomo anche in situazioni nuove, interagisce in modo sufficiente con il gruppo.</p>	<p>Gestisce e Individua diverse strategie risolutive e attiva quella più adeguata in modo preciso e corretto, interagisce in modo costruttivo con il gruppo.</p>	<p>Gestisce Individua e attiva strategie per la risoluzione di situazioni problematiche complesse, mostrando sicurezza e padronanza. Interagisce in modo costruttivo con il gruppo, spesso prendendo iniziative volte al rispetto delle regole e del fair play.</p>
<p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p>	<p>-Sa mettere in atto abitudini igieniche corrette nella pratica sportiva scolastica, in palestra, in ambiente naturale e nella vita quotidiana.</p>	<p>-Conoscere la corretta modalità d’uso dei piccoli e grandi attrezzi, degli arredi e degli spazi della palestra e degli spogliatoi;</p> <p>-Conoscere le norme di base di sicurezza nella pratica sportiva;</p> <p>-Conoscere il nome degli infortuni più frequenti, basilari e nozioni di primo soccorso.</p>	<p>Conosce in modo parziale i criteri di sicurezza per se e per gli altri e spesso deve essere guidato al rispetto di tutto ciò dal docente, conosce in modo molto superficiale i principali infortuni e le regole di primo soccorso.</p>	<p>Conosce i criteri di base di sicurezza per se e per gli altri. Conosce sufficientemente i principali infortuni e le regole di primo soccorso.</p>	<p>Conosce e rispetta e i criteri di base di sicurezza per se e per gli altri. Conosce i nomi dei principali infortuni e le regole di primo soccorso argomentandoli con chiarezza .</p>	<p>Conosce e rispetta con grande attenzione i criteri di base di sicurezza per se e per gli altri. Conosce e distingue in modo molto chiaro ed esaustivo tutti i principali infortuni e le regole di primo soccorso.</p>

**RUBRICHE DI VALUTAZIONE SCUOLA SECONDARIA DI I° GRADO
"I.C GIOVANNI XXIII"**

**DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE
CLASSE II**

DIMENSIONE DI COMPETENZE	CRITERI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	LIVELLO INIZIALE 4-5	LIVELLO BASE 6	LIVELLO INTERMEDIO 7-8	LIVELLO AVANZATO 9-10
IL corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	<p>-Sa utilizzare efficacemente le capacità coordinative e le capacità condizionali migliorando la propria performance sportiva.</p> <p>-Sa riconoscere il funzionamento del proprio corpo e dei principali apparati</p>	<p>- Utilizzare efficacemente e migliorare le capacità coordinative (coordinazione generale, segmentaria e specifica).</p> <p>- Effettuare delle progressioni nelle capacità condizionali (forza, rapidità, resistenza, mobilità articolare), secondo i propri livelli di maturazione, sviluppo e apprendimento.</p> <p>- Conoscere il proprio corpo e i principali apparati (cardiocircolatorio, respiratorio)</p>	Utilizza in modo parziale e se guidato dal docente sia le capacità coordinative che quelle condizionali, inoltre conosce in modo parziale i principali apparati.	Utilizza in modo sufficiente sia le capacità coordinative che quelle condizionali, inoltre conosce sufficientemente i termini principali dei principali apparati.	Utilizza in modo proficuo e alla ricerca del continuo miglioramento della performance sia le capacità coordinative che quelle condizionali, inoltre sa presentare in modo chiaro e comprensibile i principali apparati.	Utilizza in modo proficuo e completamente autonomo, alla ricerca del continuo miglioramento, sia le capacità coordinative che quelle condizionali, inoltre sa presentare e argomentare in modo autonomo e chiaro, tutti i termini che riguardano i principali apparati.
Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva	-Sa usare il linguaggio del corpo utilizzando vari codici espressivi, combinando la componente comunicativa e quella estetica;	-Usare il linguaggio della comunicazione verbale-non verbale nella comunicazione - Rappresentare i principali gesti arbitrari dei giochi e degli sport studiati	Utilizza in modo parziale e se guidato dal docente alcuni aspetti della comunicazione non verbale, comprende solo se guidato i gesti durante le situazioni di gioco.	Utilizza in modo sufficiente la comunicazione verbale-non verbale, comprende in modo sufficiente i gesti durante le situazioni di gioco.	Utilizza in modo proficuo sia la comunicazione verbale che quella non verbale con buona espressione corporea, comprende in modo proficuo i gesti durante le	Utilizza in modo proficuo e completamente autonomo sia la comunicazione verbale che quella non verbale alternandola in modo proficuo ed espressivo,

	-Sa rappresentare idee e stati d'animo mediante l'espressione corporea	-Comprendere i gesti di compagni e avversari in situazioni di gioco.			situazioni di gioco.	comprende in modo repentino i gesti durante le situazioni di gioco.
IL gioco, lo sport, le regole e il fair play	<p>-Sa gestire abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche nei grandi giochi di squadra.</p> <p>- Sa utilizzare le conoscenze tecniche per svolgere funzioni di giuria e arbitraggio;</p> <p>- Sa relazionarsi con il gruppo rispettando le diverse capacità, le esperienze pregresse e le caratteristiche personali;</p> <p>-Sa rispettare il codice deontologico dello sportivo e le regole dei giochi e delle discipline sportive praticate.</p>	<p>- Gestire abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche nei grandi giochi di squadra.</p> <p>- Utilizzare le conoscenze tecniche per svolgere funzioni di giuria e arbitraggio;</p> <p>- Relazionarsi con il gruppo rispettando le diverse capacità, le esperienze pregresse e le caratteristiche personali rispettare il codice deontologico dello sportivo e le regole dei giochi e delle discipline sportive praticate</p>	Gestisce e attiva una strategia risolutiva corretta negli sport di squadra e individuali, solo se guidato dal docente e solo in situazioni note. Interagisce parzialmente con il gruppo.	Gestisce e attiva una strategia risolutiva corretta negli sport di squadra e individuali, in modo autonomo anche in situazioni nuove, interagisce in modo sufficiente con il gruppo rispettando le principali regole sportive.	Gestisce e Individua diverse strategie risolutive e attiva quella più adeguata in modo preciso e corretto durante lo svolgimento degli sport individuali e di squadra, interagisce in modo costruttivo con il gruppo rispettando in modo continuativo tutte le regole del gioco	Gestisce Individua e attiva strategie per la risoluzione di situazioni problematiche complesse che si presentano durante lo svolgimento degli sport individuali e di squadra, mostrando sicurezza e padronanza. Interagisce in modo costruttivo con il gruppo, spesso prendendo iniziative volte al rispetto delle regole e del fair play.
Salute e benessere, prevenzione e sicurezza	<p>-Sa mettere in atto abitudini igieniche e di prevenzione delle malattie finalizzata al mantenimento di uno stato di salute ottimale;</p> <p>-Sa riconoscere il corretto rapporto tra esercizio fisico e benessere.</p>	<p>-Conoscere il nome delle principali problematiche della colonna vertebrale e degli arti inferiori.</p> <p>-Riconoscere i benefici derivanti dallo svolgimento continuativo dell'esercizio fisico.</p>	Conosce in modo parziale le nozioni e i benefici derivanti dall'esercizio fisico.	Conosce le nozioni di base e i benefici derivanti dall'esercizio fisico	Conosce in modo esaustivo le principali problematiche del rachide e riconosce i benefici derivanti dallo svolgimento continuativo dell'esercizio fisico.	Conosce e applica con grande attenzione i criteri per uno stile di vita sano e salutare.

**RUBRICHE DI VALUTAZIONE SCUOLA SECONDARIA DI I° GRADO
"I.C GIOVANNI XXIII"**

**DISCIPLINA: SCIENZE MOTORIE
CLASSE III**

DIMENSIONE DI COMPETENZE	CRITERI	OBIETTIVI DI APPRENDIMENTO	LIVELLO INIZIALE 4-5	LIVELLO BASE 6	LIVELLO INTERMEDIO 7-8	LIVELLO AVANZATO 9-10
IL corpo e la sua relazione con lo spazio e il tempo	<p>-Sa utilizzare efficacemente le capacità coordinative e le capacità condizionali anche in situazioni completamente nuove ed inusuali</p> <p>-Sa riconoscere dei piani di allenamento volti al miglioramento delle proprie capacità coordinative e condizionali.</p> <p>-Sa modulare e distribuire il carico motorio e sportivo secondo i giusti parametri fisiologici e rispettare le pause di recupero.</p>	<p>- Utilizzare efficacemente e migliorare le capacità coordinative in ogni situazione proposta dal docente</p> <p>- Riconoscere i piani di allenamento strutturati dal docente volti al miglioramento delle capacità coordinative e condizionali.</p> <p>-Differenziare correttamente le giuste fasi dell'allenamento</p>	Utilizza in modo parziale e se guidato dal docente sia le capacità coordinative che quelle condizionali in situazioni nuove, riconosce parzialmente le varie fasi dell'allenamento	Utilizza in modo sufficiente sia le capacità coordinative che quelle condizionali in situazioni nuove, riconosce i piani di allenamento strutturati dal docente e le varie fasi	Utilizza in modo proficuo e alla ricerca del continuo miglioramento della performance sia le capacità coordinative che quelle condizionali in situazioni note ma anche nuove, riconosce e applica correttamente i piani di allenamento strutturati e differenzia le varie fasi dell'allenamento.	Utilizza in modo proficuo e completamente autonomo, alla ricerca del continuo miglioramento, sia le capacità coordinative che quelle condizionali anche in situazioni nuove e mutabili, riconosce e applica correttamente i piani di allenamento alternando in modo proficuo le varie fasi.

<p>Il linguaggio del corpo come modalità comunicativo-espressiva</p>	<p>- Sa decodificare i gesti di compagni e avversari in situazione di gioco e di sport.</p> <p>-Sa decodificare i gesti arbitrari in relazione all'applicazione del regolamento di gioco.</p>	<p>-Conoscere i principali gesti arbitrari degli sport di squadra</p> <p>- Rappresentare i principali gesti arbitrari dei giochi e degli sport studiati</p> <p>-Decodificare i gesti di compagni e avversari in situazioni di gioco.</p>	<p>Utilizza in modo parziale e se guidato dal docente alcuni aspetti della comunicazione non verbale, comprende solo se guidato i gesti durante le situazioni di gioco</p>	<p>Utilizza in modo sufficiente la comunicazione verbale-non verbale, comprende in modo sufficiente i gesti durante le situazioni di gioco.</p>	<p>Utilizza in modo proficuo sia la comunicazione verbale che quella non verbale con buona espressione corporea, comprende in modo proficuo i gesti durante le situazioni di gioco.</p>	<p>Utilizza in modo proficuo e completamente autonomo sia la comunicazione verbale che quella non verbale alternandola in modo proficuo ed espressivo, comprende in modo repentino i gesti durante le situazioni di gioco.</p>
<p>IL gioco, lo sport, le regole e il fair play</p>	<p>-Sa gestire abilità specifiche riferite a situazioni tecniche e tattiche negli sport individuali e di squadra</p> <p>- Sa utilizzare le conoscenze tecniche per svolgere funzioni di giuria e arbitraggio</p> <p>-Sa inventare nuove forme di attività ludico-sportive</p> <p>-Sa gestire in modo consapevole le situazioni competitive, in gara e non, con autocontrollo e rispetto per l'altro, sia in caso di vittoria sia in caso di sconfitta;</p>	<p>-gestire abilità specifiche riferite a situazioni tecniche in alcuni sport individuali</p> <p>- utilizzare le conoscenze tecniche per svolgere funzioni di giuria e arbitraggio;</p> <p>- relazionarsi con il gruppo rispettando le diverse capacità, le esperienze pregresse e le caratteristiche personali rispettare il codice deontologico dello sportivo e le regole dei giochi e delle discipline sportive praticate</p>	<p>Gestisce e attiva una strategia risolutiva corretta negli sport di squadra e individuali, solo se guidato dal docente e solo in situazioni note. Interagisce parzialmente con il gruppo.</p>	<p>Gestisce e attiva una strategia risolutiva corretta negli sport di squadra e individuali, in modo autonomo anche in situazioni nuove, interagisce in modo sufficiente con il gruppo rispettando le principali regole sportive.</p>	<p>Gestisce e Individua diverse strategie risolutive e attiva quella più adeguata in modo preciso e corretto durante lo svolgimento degli sport individuali e di squadra, interagisce in modo costruttivo con il gruppo rispettando in modo continuativo tutte le regole del gioco</p>	<p>Gestisce Individua e attiva strategie per la risoluzione di situazioni problematiche complesse che si presentano durante lo svolgimento degli sport individuali e di squadra, mostrando sicurezza e padronanza. Interagisce in modo costruttivo con il gruppo, spesso prendendo iniziative volte al rispetto delle regole e del fair play.</p>

<p>Salute e benessere, prevenzione e sicurezza</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Sa praticare attività di movimento per migliorare la propria efficienza fisica riconoscendone i benefici. - Sa essere consapevole degli effetti nocivi legati all'assunzione di sostanze illecite o che inducono dipendenza (doping, droghe, alcool). -Sa riconoscere la differenza tra macronutrienti e i benefici legati ad una corretta alimentazione. 	<ul style="list-style-type: none"> -Praticare attività fisica volta al miglioramento della propria efficienza. -Riconoscere le sostanze dopanti e i rischi sulla salute derivanti dalla loro assunzione -Riconosce i vari nutrienti e i benefici o i problemi alimentari. 	<p>Conosce in modo parziale le nozioni che riguardano l'alimentazione, il doping e comprende parzialmente i benefici legati allo svolgimento dell'attività in modo continuativo.</p>	<p>Conosce in le nozioni di base che riguardano l'alimentazione, il doping e comprende i benefici legati allo svolgimento dell'attività in modo continuativo</p>	<p>Conosce in modo esaustivo le nozioni che riguardano l'alimentazione, il doping e comprende i benefici legati allo svolgimento dell'attività in modo continuativo</p>	<p>Conosce e applica con grande attenzione i criteri per uno stile di vita sano e salutare, comprendendo i benefici legati ad una sana alimentazione.</p>
---	---	--	--	--	---	---