

Griglia di Valutazione

Dipartimento di Scienze Motorie e Sportive

Ambiti di valutazione:

- **Attività pratica**
- **Attività teorica**
- **Comportamento e partecipazione**

Voto	Competenze pratiche	Conoscenze teoriche	Comportamento e partecipazione
10	Esecuzione eccellente, autonoma e precisa; eccellente preparazione fisica, coordinazione e tecnica.	Conoscenze complete e approfondite; esposizione chiara, lessico specifico.	Partecipa sempre con entusiasmo, rispetto e collaborazione.
9	Esecuzione molto buona e sicura; ottima preparazione fisica e tecnica.	Conoscenze dettagliate; esposizione fluida e ben strutturata.	Sempre presente, attivo e collaborativo.
8	Buona esecuzione, lievi imprecisioni; buona condizione fisica generale.	Buone conoscenze; esposizione corretta e coerente.	Partecipa regolarmente, con buon impegno.
7	Esecuzione soddisfacente ma con errori non gravi; discreta tenuta fisica.	Conoscenze sufficientemente sviluppate; esposizione semplice.	Partecipazione adeguata ma poco propositiva.
6	Esecuzione accettabile con errori; condizione fisica sufficiente.	Conoscenze di base; esposizione elementare ma comprensibile.	Partecipazione minima ma corretta.
5	Esecuzione scarsa; difficoltà evidenti nelle attività motorie.	Conoscenze frammentarie o imprecise; esposizione confusa.	Partecipa poco o in modo svogliato.
4	Prestazioni molto carenti; errori costanti, scarsa motivazione.	Conoscenze molto lacunose; esposizione disorganizzata.	Partecipa in modo discontinuo, spesso disinteressato.
3	Nessuna partecipazione attiva o incapacità di eseguire gli esercizi.	Nessuna o quasi nessuna conoscenza; esposizione assente o incoerente.	Comportamento inadeguato e/o rifiuto della proposta didattica.

Peso delle componenti nel voto finale

- **Pratica:** valutazioni su prove motorie, test atletici, performance individuale o di gruppo.
- **Teoria:** interrogazioni, test scritti, lavori di approfondimento.
- **Comportamento e partecipazione:** rispetto delle regole, atteggiamento in palestra, collaborazione con i compagni.

Le competenze valutate si riferiscono agli obiettivi di apprendimento previsti dalle Indicazioni Nazionali per la scuola secondaria di secondo grado e riguardano tre ambiti fondamentali:

1. Competenze Motorie e Sportive (pratiche)

Valutano la capacità dell'alunno di agire consapevolmente attraverso il corpo, sviluppando abilità motorie e tecniche specifiche.

Aspetti osservati:

- Coordinazione, equilibrio, velocità, resistenza, forza, mobilità articolare.
- Corretta esecuzione di esercizi e gesti tecnici in diverse discipline (atletica, sport di squadra, ginnastica, ecc.).
- Capacità di adattamento motorio a diversi contesti e compiti.
- Rispetto delle regole del gioco e corretto svolgimento delle attività in sicurezza.

2. Competenze Teoriche e Cognitive

Valutano le conoscenze acquisite riguardo ai contenuti teorici collegati all'educazione fisica, al benessere e alla salute.

Argomenti chiave:

- Anatomia e fisiologia di base (apparato muscolare, scheletrico, respiratorio, ecc.).
- Educazione alla salute: alimentazione, prevenzione, stili di vita sani.
- Principi dell'allenamento e del riscaldamento.
- Storia dello sport e regolamenti delle principali discipline sportive.

3. Competenze Relazionali, Sociali e Comportamentali

Si riferiscono alla dimensione educativa della disciplina, con focus sul comportamento individuale e collettivo.

Indicatori di osservazione:

- Rispetto delle regole, degli spazi e dei compagni.
- Collaborazione e cooperazione durante le attività.
- Gestione del conflitto e rispetto degli avversari.
- Partecipazione attiva, motivazione e senso di responsabilità.

Obiettivo finale della valutazione

Valutare non solo la performance atletica, ma il progresso personale, l'impegno, la conoscenza del proprio corpo e la capacità di vivere lo sport come strumento di benessere, socializzazione e crescita personale.