

Criteri di valutazione

Disciplina: Educazione Fisica

Classi prime – primo quadrimestre

COSA VALUTO

- **Capacità condizionali :**
 - ◆ **Resistenza**
 - ◆ **Forza**
 - ◆ **Velocità**
 - ◆ **Mobilità**
 - ◆ **Terminologia specifica**

COME VALUTO

4 prove pratiche per le capacità condizionali (con tabelle di riferimento per trasformare il tempo o le misure ottenuti dal ragazzo al voto corrispondente);

1 prova scritta semistrutturata per la parte teorica;

(ad ogni risposta sarà assegnato un punteggio intero o parziale , a seconda della correttezza e della completezza della risposta . Il totale verrà poi riportato prima in centesimi e poi in decimi)

VALUTAZIONE QUADRIMESTRALE

Per l'attribuzione del voto finale, nel primo quadrimestre , sarà fatta la media delle capacità condizionali e del voto di teoria con arrotondamento in difetto o in eccesso al decimale inferiore o superiore ,tenendo conto dell'impegno , della partecipazione alle lezioni e dei livelli di partenza.

Criteri di valutazione

Disciplina: Educazione Fisica

Classi prime – secondo quadrimestre

COSA VALUTO

●Capacità coordinative

- saltelli con abbinamento arti superiori e inferiori
- saltelli alla funicella
- percorso di destrezza
- palleggi pallavolo al muro
- anatomia (apparato locomotore)

COME VALUTO

4 prove pratiche per le capacità coordinative (con tabelle di riferimento)

1 prova scritta semi strutturata per la parte teorica

(ad ogni risposta sarà assegnato un punteggio intero o parziale , a seconda della correttezza e della completezza della risposta .

Il totale verrà calcolato prima in centesimi e poi trasformato in decimi)

VALUTAZIONE QUADRIMESTRALE

Per l'attribuzione del voto finale, nel secondo quadrimestre , sarà fatta la media delle capacità condizionali e del voto di teoria con arrotondamento in difetto o in eccesso al decimale inferiore o superiore ,tenendo conto dell'impegno , della partecipazione alle lezioni e dei livelli di partenza.

Criteri di valutazione
Disciplina: Educazione Fisica
Classi prime – griglie di valutazione

Resistenza

tempo	voto
50"	1
1'	2
1'30"	2,5
2'	3
2'30"	3,5
3'	4
3'30"	4,5
4'	5
4'30"	5,5
5'	6
6'30"	6,5
8'	7
9'30"	7,5
11'	8
12'	8,5
13'	9
14'	9,5
15'	10

Forza

misura	voto
8	10
7,5	9,5
7	9
6,5	8,5
6	8
5,5	7,5
5	7
4,5	6,5
4	6
3,5	5,5
3	5
2,5	4,5
2	4
1,5	3,5
1	3

Criteri di valutazione

Disciplina: Educazione Fisica

Classi prime – griglie di valutazione

Velocità

MASCHI	VOTO	FEMMINE
5"39	10	5"59
5"42		5"62
5"46		5"66
5"50	9 1/2	5"70
5"52		5"73
5"54		5"76
5"56	9	5"79
5"58		5"82
5"60		5"85
5"62		5"88
5"64	8 1/2	5"91
5"66		5"94
5"68		5"97
5"70		6"00
5"73	8	6"03
5"76		6"06
5"79		6"09
5"82		6"12
5"85		6"15
5"88	7 1/2	6"18
5"91		6"21
5"94		6"24
5"97		6"27
6"00		6"30
6"05	7	6"35
6"10		6"40
6"15		6"45
6"20		6"50
6"25		6"55
6"30	6 1/2	6"60
6"35		6"65
6"40		6"70
6"45		6"75
6"50		6"80
6"60	6	6"90
6"66		6"96
6"71	5 1/2	7"01
6"75		7"05
6"79		7"09
6"82	5	7"12
6"84		7"14
6"86	4 1/2	7"16
6"88		7"18
6"90		7"20
6"93	4	7"23
6"96		7"26
6"99	3 1/2	7"29
7"02		7"32
7"08	3	7"38

Mobilità

MISURA	VOTO
18	
17	
16	10
15	
14	9,5
13	
12	9
11	
10	8,5
9	
8	8
7	
6	7,5
5	
4	
3	7
2	
1	
0	6,5
-1	
-2	
-3	6
-4	
-5	
-6	5,5
-7	
-8	
-9	5
-10	
-11	
-12	4,5
-13	
-14	
-15	4

Criteri di valutazione
Disciplina: Educazione Fisica
Classi seconde – primo quadrimestre

COSA VALUTO

- ◆ **Capacità condizionali :**
- ◆ **Resistenza**
- ◆ **Forza**
- ◆ **Velocità**
- ◆ **Mobilità**
- ◆ **ANATOMIA CORPO UMANO (APPARATI)**

COME VALUTO

4 prove pratiche per le capacità condizionali (con tabelle di riferimento per trasformare il tempo o le misure ottenuti dal ragazzo al voto corrispondente)

1 prova scritta semistrutturata per la parte teorica

(ad ogni risposta sarà assegnato un punteggio intero o parziale , a seconda della correttezza e della completezza della risposta .

Il totale verrà calcolato prima in centesimi e poi trasformato in decimi)

VALUTAZIONE QUADRIMESTRALE

Per l'attribuzione del voto finale, nel primo quadrimestre , sarà fatta la media delle capacità condizionali e del voto di teoria con arrotondamento in difetto o in eccesso al decimale inferiore o superiore ,tenendo conto dell'impegno , della partecipazione alle lezioni e dei livelli di partenza.

Criteri di valutazione

Disciplina: Educazione Fisica

Classi seconde – secondo quadrimestre

COSA VALUTO

- ◆ **Capacità coordinative**
- ◆ **saltelli con abbinamento arti superiori e inferiori**
- ◆ **saltelli alla funicella**
- ◆ **percorso di destrezza**
- ◆ **palleggi e bagher di pallavolo**
- ◆ **sistema nervoso , i paramorfismi della colonna.**

COME VALUTO

4 prove pratiche per le capacità coordinative (con tabelle di riferimento)

1 prova scritta semi strutturata per la parte teorica

(ad ogni risposta sarà assegnato un punteggio intero o parziale , a seconda della correttezza e della completezza della risposta .

Il totale verrà calcolato prima in centesimi e poi trasformato in decimi)

VALUTAZIONE QUADRIMESTRALE

Per l'attribuzione del voto finale, nel secondo quadrimestre , sarà fatta la media delle capacità condizionali e del voto di teoria con arrotondamento in difetto o in eccesso al decimale inferiore o superiore ,tenendo conto dell'impegno , della partecipazione alle lezioni e dei livelli di partenza.

Criteri di valutazione
Disciplina: Educazione Fisica
Classi seconde – griglie di valutazione

Resistenza

tempo	voto
1'	1
2'	2
2'30"	2,5
3'	3
3'30"	3,5
4'	4
4'30"	4,5
5'	5
5'30"	5,5
6'	6
7'30"	6,5
9'	7
10'30"	7,5
12'	8
13'	8,5
14'	9
15'	9,5
16'	10

Forza

misura	voto
9	10
8,5	9,5
8	9
7,5	8,5
7	8
6,5	7,5
6	7
5,5	6,5
5	6
4,5	5,5
4	5
3,5	4,5
3	4
2,5	3,5
2	3

Criteri di valutazione

Disciplina: Educazione Fisica

Classi seconde – griglie di valutazione

Velocità

maschi	voto	femmine
5"05		5"25
5"07		5"27
5"09	10	5"29
5"12		5"32
5"16		5"36
5"20	9 1/2	5"40
5"23		5"43
5"26		5"46
5"29	9	5"49
5"32		5"52
5"35		5"55
5"38		5"58
5"41	8 1/2	5"61
5"44		5"64
5"47		5"67
5"50		5"70
5"53	8	5"75
5"56		5"80
5"59		5"85
5"62		5"90
5"65		5"95
5"68	7 1/2	6"00
5"71		6"05
5"74		6"10
5"77		6"15
5"80		6"20
5"85	7	6"25
5"90		6"30
5"95		6"35
6"00		6"40
6"05		6"45
6"10	6 1/2	6"50
6"15		6"55
6"20		6"60
6"25		6"65
6"30		6"70
6"40	6	6"80
6"46		6"86
6"51	5 1/2	6"91
6"55		6"95
6"59		6"99
6"62	5	7"02
6"64		7"04
6"66	4 1/2	7"06
6"68		7"08
6"70		7"10
6"73	4	7"13
6"76		7"16
6"79	3 1/2	7"19
6"82		7"22
6"85		7"25
6"88	3	7"28
6"91		7"31
6"94		7"34

Mobilità

MISURA	VOTO
18	
17	
16	10
15	
14	9,5
13	
12	9
11	
10	8,5
9	
8	8
7	
6	7,5
5	
4	
3	7
2	
1	
0	6,5
-1	
-2	
-3	6
-4	
-5	
-6	5,5
-7	
-8	
-9	5
-10	
-11	
-12	4,5
-13	
-14	
-15	4

Criteri di valutazione

Disciplina: Educazione Fisica

Classi terze – primo quadrimestre

COSA VALUTO

- ◆ **Capacità condizionali :**
- ◆ **Resistenza**
- ◆ **Forza**
- ◆ **Velocità**
- ◆ **Mobilità**
- ◆ **L'ALLENAMENTO E L'ALIMENTAZIONE**

COME VALUTO

4 prove pratiche per le capacità condizionali (con tabelle di riferimento per trasformare il tempo o le misure ottenuti dal ragazzo al voto corrispondente)

1 prova scritta semistrutturata per la parte teorica

(ad ogni risposta sarà assegnato un punteggio intero o parziale , a seconda della correttezza e della completezza della risposta .

Il totale verrà calcolato prima in centesimi e poi trasformato in decimi)

VALUTAZIONE QUADRIMESTRALE

Per l'attribuzione del voto finale, nel primo quadrimestre , sarà fatta la media delle capacità condizionali e del voto di teoria con arrotondamento in difetto o in eccesso al decimale inferiore o superiore ,tenendo conto dell'impegno , della partecipazione alle lezioni e dei livelli di partenza.

Criteri di valutazione

Disciplina: Educazione Fisica

Classi terze – secondo quadrimestre

COSA VALUTO

- ◆ **Capacità coordinative**
- ◆ **saltelli con abbinamento arti superiori e inferiori**
- ◆ **saltelli alla funicella**
- ◆ **percorso di destrezza**
- ◆ **palleggi e bagher di pallavolo**
- ◆ **NORME DI PRIMO SOCCORSO – ECCESSI E ABUSI (DOPING)**

COME VALUTO

4 prove pratiche per le capacità coordinative (con tabelle di riferimento)

1 prova scritta semi strutturata per la parte teorica

(ad ogni risposta sarà assegnato un punteggio intero o parziale , a seconda della correttezza e della completezza della risposta .

Il totale verrà calcolato prima in centesimi e poi trasformato in decimi)

VALUTAZIONE QUADRIMESTRALE

Per l'attribuzione del voto finale, nel secondo quadrimestre , sarà fatta la media delle capacità condizionali e del voto di teoria con arrotondamento in difetto o in eccesso al decimale inferiore o superiore ,tenendo conto dell'impegno , della partecipazione alle lezioni e dei livelli di partenza.

Criteri di valutazione
Disciplina: Educazione Fisica
Classi terze – griglie di valutazione

Resistenza

tempo	voto
1'	1
2'	2
2'30"	2,5
3'	3
3'30"	3,5
4'	4
4'30"	4,5
5'	5
6'	5,5
7'	6
8'30"	6,5
10'	7
11'30"	7,5
13'	8
14'	8,5
15'	9
16'	9,5
17'	10

Forza

misura	voto
10	10
9,5	9,5
9	9
8,5	8,5
8	8
7,5	7,5
7	7
6,5	6,5
6	6
5,5	5,5
5	5
4,5	4,5
4	4
3,5	3,5
3	3

Criteri di valutazione

Disciplina: Educazione Fisica

Classi terze – griglie di valutazione

Velocità

maschi	VOTO	femmine
4"77		5"07
4"79	10	5"09
4"82		5"12
4"86		5"16
4"90	9 1/2	5"20
4"93		5"23
4"96		5"26
4"99	9	5"29
5"02		5"32
5"05		5"35
5"08		5"38
5"11	8 1/2	5"41
5"14		5"44
5"17		5"47
5"20		5"50
5"23	8	5"53
5"26		5"56
5"29		5"59
5"32		5"62
5"35		5"65
5"38	7 1/2	5"68
5"41		5"71
5"44		5"74
5"47		5"77
5"50		5"80
5"54	7	5"85
5"58		5"90
5"62		5"95
5"66		6"00
5"70		6"05
5"74	6 1/2	6"10
5"78		6"15
5"82		6"20
5"86		6"25
5"90		6"30
6"00	6	6"40
6"06		6"46
6"11	5 1/2	6"51
6"15		6"55
6"19		6"59
6"22	5	6"62
6"24		6"64
6"26	4 1/2	6"66
6"28		6"68
6"31		6"71
6"34	4	6"74
6"37		6"77
6"40	3 1/2	6"80
6"43		6"83
6"46		6"86
6"49	3	6"89
6"52		6"92
6"55		6"95

Mobilità

MISURA	VOTO
18	
17	
16	10
15	
14	9,5
13	
12	9
11	
10	8,5
9	
8	8
7	
6	7,5
5	
4	
3	7
2	
1	
0	6,5
-1	
-2	
-3	6
-4	
-5	
-6	5,5
-7	
-8	
-9	5
-10	
-11	
-12	4,5
-13	
-14	
-15	4