Verticale con capovolta: Valutazione delle capacità

In genere, nell'insegnamento di educazione fisica a scuola, le abilità sviluppate ed esercitate sono esaminate e valutate. Per ogni abilità relativa alla verticale con capovolta si presenta una variante per la valutazione.

La valutazione avviene tramite una griglia che tiene in considerazione il livello individuale di ciascun allievo.

Esempio per la valutazione della verticale con capovolta



Compito: dimostrare una variante della verticale con capovolta in posizione tesa. Due tentativi possibili. Vale il tentativo riuscito meglio. È anche possibile dimostrare due varianti diverse. In tal caso, solo un tentativo per variante. Anche qui vale il tentativo riuscito meglio.

- Scheda di valutazione per la verticale con capovolta, classe (doc)
- Scheda di valutazione per la verticale con capovolta, allievo (doc)

Livello di difficoltà 1(1 punto)

- <u>Filmato: variante A</u>: capovolta con appoggio nella posizione dorsale.

 Cosa osservare per la valutazione: mentre si prende lo slancio per assumere la posizione della verticale, avviene un cambiamento dalla postura C+ alla postura I. Poi si mantiene la postura I. L'atterraggio avviene in una postura I tesa nella posizione dorsale (vedi colonna separata 4b nella griglia di valutazione).
- <u>Filmato: variante B:</u> capovolta lenta con aiuto.

 Cosa osservare per la valutazione: l'atterraggio avviene in modo controllato. Se tuttavia il ginnasta è accompagnato solo in modo leggero dagli aiutanti, non necessario ammortizzare in modo visibile l'atterraggio (v. criterio 4a nella griglia di valutazione).

Livello di difficoltà 2

- Filmato: variante A: capovolta con l'aiuto di attrezzi e partner
- <u>Filmato: variante B:</u> capovolta con l'aiuto di attrezzi (2 o 3 elementi) portandosi in avanti con aiuto di partner

Livello di difficoltà 3 (3 punti)

- Filmato: variante A: capovolta con l'aiuto di attrezzi senza partner
- Filmato: variante B: capovolta con l'aiuto di attrezzi (1 elemento) portandosi in avanti con aiuto di partner

Osservazione: la nota massima 6 può essere ottenuta con le varianti della capovolta dei livelli di difficoltà 2 e 3. Se gli allievi scelgono una variante del livello di difficoltà 1 raggiungeranno al massimo la nota 5.5.

Fonte: Irène Schluep, docente di movimento e sport all'Alta scuola pedagogica di San Gallo



Schweizerische Eidgenossenschaft Confédération suisse Confederazione Svizzera Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO