**Griglia di valutazione per la verticale Nome: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Data: \_\_\_.\_\_\_.\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Criterio** |  | 0 punti |  | 1 punto |  | 2 punti |  | 3 punti |
| **Livello di difficoltà** |  |  |  | * **Passare dalla posizione per le flessioni alla verticale con aiuto** * **Verticale alla parete** |  | * **Verticale con tappeto** * **Verticale con aiuto di un compagno** |  | * **Verticale senza aiuto** * **Morto capovolto** * **Capriola in avanti con verticale** |
| **Salto nella verticale** |  | Non è in grado di saltare o spingersi nella verticale nemmeno con l’aiuto di un compagno. |  | Salta con gambe molto piegate, non tramite la postura C+.  Oppure: l’alzata in verticale è possibile solo con l'aiuto di un partner. |  | Salta tramite una postura C+ ricono­scibile, tensione corporea quasi sem­pre buona. |  | Salto armonico tramite una postura C+ con ottima tensione corporea. |
| **Verticale nella postura I** |  | Non raggiunge la posizione di ap­poggio sulle mani con il baricentro sopra le spalle. |  | Raggiunge una posizione finale che devia fortemente dalla postura I.  Oppure: la posizione finale è legger­mente deviata dalla postura I e man­tenuta solo con l’aiuto di un partner. La tenuta del corpo non è corretta. |  | Raggiunge una posizione finale che devia leggermente dalla postura I con tensione corporea sufficiente. |  | Raggiunge una postura I tesa con posizione della testa corretta e braccia tese nella versione finale. |
| **Uscire dalla verticale** |  | Uscita incontrollata dalla verticale, non atterra in piedi (piegarsi, «cadere», atterrare nella posizione raggruppata). |  | L’uscita avviene in modo piuttosto incontrollato, ma atterra in piedi. |  | Uscita per la maggior parte in posi­zione tesa tramite una postura C+ riconoscibile. |  | Uscita tesa e armonica tramite una postura C+ corretta. |
| **Transizione tra gli esercizi** |  | Le transizioni sono casuali e non ragionate. Oppure: discesa eseguita con l’aiuto di un partner. |  | In parte transizioni dinamiche, diversi passaggi non pianificati. |  | Per la maggior parte, transizioni dinamiche. |  | Transizioni dinamiche con un carat­tere creativo. |
| **Dinamica di gruppo, aiutare e assicurare** |  | La collaborazione all’interno del gruppo è a mala pena percepibile. |  | Mentre svolgono gli esercizi, i mem­bri del gruppo non interagiscono quasi e/o forniscono aiuti piuttosto insicuri. |  | Mentre svolgono gli esercizi, i mem­bri del gruppo interagiscono e/o si aiutano per la maggior parte del tempo in modo sicuro. |  | Mentre svolgono gli esercizi, i membri del gruppo interagiscono in continuazione e/o si aiutano in modo sicuro. |

**Osservazione:** la nota massima 6 può essere ottenuta con tutte le varianti della verticale. Se gli allievi scelgono una variante del livello di difficoltà 1 devono ricevere tre punti per ognuno dei cinque criteri per raggiungere la nota 6.

Punteggio totale:\_\_\_\_\_\_ Nota:\_\_\_\_\_\_

**Possibile interpretazione per la nota**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 6 | 5.5 | 5 | 4.5 | 4 | 3.5 | 3 |
| 18, 17, 16 | 15, 14 | 13, 12 | 11, 10 | 9, 8 | 7, 6 | < 6 |