

Rúbrica para Evaluar Rendimiento Físico y Alimentación, Nutrición y Salud

Rúbrica Escalar | Educación Física | Nutrición y salud | 4 niveles

Descripción

Esta rúbrica sirve para valorar cómo los estudiantes de primaria analizan la influencia de la nutrición en la salud y el rendimiento deportivo, y cómo diseñan un plan nutricional equilibrado basado en los conocimientos adquiridos.

Rúbrica

Rúbrica para Evaluar Rendimiento Físico y Alimentación, Nutrición y Salud

Esta rúbrica sirve para valorar cómo los estudiantes de primaria analizan la influencia de la nutrición en la salud y el rendimiento deportivo, y cómo diseñan un plan nutricional equilibrado basado en los conocimientos adquiridos.

Aspectos a Evaluar	Criterios de Evaluación	Puntuación
Comprensión de la relación entre nutrición y salud	• Excelente (90%+): Explica claramente cómo la nutrición impacta la salud y el rendimiento deportivo con ejemplos precisos. • Bueno (80%+): Explica la relación con algunos ejemplos, pero con detalles limitados. • Aceptable (50%+): Muestra comprensión básica, pero con explicaciones poco claras o incompletas. • Pobre (<50%): Tiene dificultad para explicar la relación o no ofrece ejemplos.	0 - 100
Análisis de textos y recursos visuales/audiovisuales	• Excelente: Identifica y explica correctamente la información clave de todos los recursos. • Bueno: Identifica la mayoría de la información importante con alguna dificultad. • Aceptable: Reconoce información básica, pero con errores o falta de profundidad. • Pobre: No logra identificar información relevante o presenta confusiones.	0 - 100

Aspectos a Evaluar	Criterios de Evaluación	Puntuación
Diseño de un plan nutricional equilibrado	• Excelente: El plan está completo, balanceado y adecuado para su edad, incorporando todos los grupos alimenticios. • Bueno: Plan equilibrado pero con pequeñas omisiones o desequilibrios. • Acceptable: Plan con algunos desequilibrios o falta de adecuación a la edad. • Pobre: Plan incompleto o inadecuado para la edad y necesidades.	0 - 100
Uso de vocabulario relacionado con nutrición y salud	• Excelente: Usa vocabulario específico y correcto de forma consistente. • Bueno: Usa vocabulario adecuado pero con algunos errores o confusiones menores. • Acceptable: Usa vocabulario básico con errores frecuentes. • Pobre: Vocabulario inapropiado o insuficiente para el tema.	0 - 100
Participación en actividades de análisis y discusión	• Excelente: Participa activamente y aporta ideas relevantes en todas las actividades. • Bueno: Participa regularmente con aportes adecuados. • Acceptable: Participa de forma limitada o con aportes poco claros. • Pobre: No participa o sus intervenciones no aportan a la discusión.	0 - 100
Relación del plan nutricional con el rendimiento deportivo	• Excelente: Explica con claridad cómo el plan apoya el rendimiento físico. • Bueno: Muestra una relación correcta pero con explicaciones sencillas. • Acceptable: Reconoce la relación pero con poco detalle o claridad. • Pobre: No logra relacionar el plan con el rendimiento deportivo.	0 - 100
Organización y presentación del plan nutricional	• Excelente: Plan organizado, claro y visualmente atractivo. • Bueno: Presentación clara pero con algunos detalles desorganizados. • Acceptable: Presentación comprensible pero con organización deficiente. • Pobre: Presentación desorganizada o difícil de entender.	0 - 100

Aspectos a Evaluar	Criterios de Evaluación	Puntuación
Aplicación de conocimientos adquiridos en la lección	• Excelente: Integra todos los conocimientos aprendidos para justificar su plan. • Bueno: Usa la mayoría de los conocimientos para fundamentar su plan. • Aceptable: Usa algunos conocimientos pero con justificaciones incompletas. • Pobre: No aplica los conocimientos o la justificación es inadecuada.	0 - 100