

Rúbrica para Evaluación de Rutina de Ejercicio Deportivo

Rúbrica Escalar | Educación Física | Deporte | 5 niveles

Descripción

Esta rúbrica está diseñada para evaluar la rutina de ejercicio de estudiantes de primaria (6-11 años) en educación física, considerando aspectos fundamentales para su desempeño y participación.

Rúbrica

Rúbrica para Evaluación de Rutina de Ejercicio Deportivo

Esta rúbrica está diseñada para evaluar la rutina de ejercicio de estudiantes de primaria (6-11 años) en educación física, considerando aspectos fundamentales para su desempeño y participación.

Aspectos a Evaluar	Criterios de Evaluación	Puntuación
Ejecutar los movimientos	Excelente (90%+): Realiza todos los movimientos con precisión y coordinación. Bueno (80%+): Ejecuta la mayoría de los movimientos correctamente con leves errores. Aceptable (50%+): Completa la rutina pero con varios movimientos incorrectos. Pobre (<50%): Presenta muchas dificultades para realizar los movimientos.	0-10
Participación y esfuerzo	Excelente (90%+): Participa activamente y muestra gran esfuerzo durante toda la rutina. Bueno (80%+): Participa con buen esfuerzo, aunque pierde concentración brevemente. Aceptable (50%+): Participa de forma irregular y esfuerzo limitado. Pobre (<50%): Muestra poca o ninguna disposición para participar.	0-10
Respeto a las instrucciones	Excelente (90%+): Sigue todas las instrucciones sin necesidad de recordatorios. Bueno (80%+): Sigue la mayoría de las instrucciones, con algunos recordatorios. Aceptable (50%+): Necesita frecuentes recordatorios para seguir las instrucciones. Pobre (<50%): No sigue las instrucciones dadas.	0-10
Postura y alineación	Excelente (90%+): Mantiene postura correcta y alineación durante la rutina. Bueno (80%+): Generalmente mantiene postura adecuada con pequeños errores. Aceptable (50%+): Postura inconsistente con varios errores. Pobre (<50%): Mala postura que afecta la ejecución.	0-10

Aspectos a Evaluar	Criterios de Evaluación	Puntuación
Control de la respiración	Excelente (90%+): Controla la respiración de forma correcta y constante. Bueno (80%+): Controla la respiración en la mayoría de la rutina. Aceptable (50%+): Presenta dificultades para controlar la respiración. Pobre (<50%): No controla la respiración adecuadamente.	0-10