

Rúbrica de Observación: Identificación y Regulación de Emociones

Rúbrica de Observación | Persona y sociedad | Habilidades Socioemocionales | 4 niveles

Descripción

Esta rúbrica está diseñada para evaluar las habilidades socioemocionales de estudiantes de primaria en la identificación y regulación de sus emociones durante actividades y situaciones cotidianas.

Rúbrica

Rúbrica de Observación: Identificación y Regulación de Emociones

Esta rúbrica está diseñada para evaluar las habilidades socioemocionales de estudiantes de primaria en la identificación y regulación de sus emociones durante actividades y situaciones cotidianas.

Criterio	Descripción	1 (Muy pobre)	2 (Pobre)	3 (Satisfactorio)	4 (Bueno)	5 (Excelente)
Reconocimiento de emociones propias	Capacidad para identificar y nombrar sus emociones en situaciones específicas.	No identifica emociones propias.	Reconoce pocas emociones y con dificultad.	Identifica emociones básicas en la mayoría de situaciones.	Reconoce varias emociones y puede explicarlas.	Identifica claramente y con precisión sus emociones en todo momento.
Reconocimiento de emociones en otros	Observa y entiende las emociones expresadas por compañeros o adultos.	No reconoce emociones en otros.	Reconoce emociones básicas con ayuda.	Identifica emociones en otros en situaciones comunes.	Reconoce emociones complejas y las causas en otros.	Demuestra empatía al identificar y responder a emociones en otros.

Criterio	Descripción	1 (Muy pobre)	2 (Pobre)	3 (Satisfactorio)	4 (Bueno)	5 (Excelente)
Expresión adecuada de emociones	Manifiesta sus emociones de forma apropiada según el contexto.	Expresa emociones de forma inapropiada o no las expresa.	Expresa emociones adecuadamente en pocas ocasiones.	Generalmente expresa emociones de manera apropiada.	Expresa emociones adecuadamente en la mayoría de situaciones.	Siempre expresa sus emociones de forma adecuada y constructiva.
Uso de estrategias para regular emociones	Aplica técnicas para controlar emociones intensas o negativas.	No utiliza ninguna estrategia para regular emociones.	Intenta regular emociones con poca efectividad.	Usa estrategias básicas para manejar emociones.	Aplica diversas estrategias de regulación con buen resultado.	Utiliza efectivamente múltiples estrategias para regular sus emociones.
Reacción ante situaciones estresantes	Cómo responde frente a conflictos o momentos de estrés.	Reacciona de manera descontrolada o negativa.	Controla poco sus reacciones en situaciones estresantes.	Responde adecuadamente en algunas situaciones de estrés.	Maneja bien sus reacciones ante la mayoría de situaciones estresantes.	Demuestra autocontrol y calma en todas las situaciones estresantes.
Comunicación de necesidades emocionales	Expresa sus sentimientos y necesidades emocionales a otros.	No comunica sus necesidades emocionales.	Comunica necesidades emocionales con dificultad.	Expresa sus necesidades emocionales en situaciones conocidas.	Comunica claramente sus emociones y necesidades en diversas situaciones.	Comunica abierta y efectivamente sus emociones y necesidades siempre.
Escucha y respuesta empática	Escucha y responde con comprensión a las emociones de otros.	No muestra interés ni comprensión por emociones ajenas.	Escucha con poca atención y responde de forma limitada.	Escucha y responde de manera adecuada en ocasiones.	Muestra empatía y apoyo en la mayoría de interacciones.	Demuestra empatía constante y apoyo emocional efectivo.

Criterio	Descripción	1 (Muy pobre)	2 (Pobre)	3 (Satisfactorio)	4 (Bueno)	5 (Excelente)
Autoconciencia emocional durante actividades	Mantiene conciencia de sus emociones mientras realiza tareas o juegos.	No reconoce emociones durante actividades.	Reconoce emociones solo con ayuda durante actividades.	Identifica emociones propias durante actividades en varias ocasiones.	Consciente de sus emociones y las regula durante la mayoría de actividades.	Demuestra plena autoconciencia y regulación emocional constante en actividades.