

# Rúbrica Analítica para Evaluar Receta Saludable -

## Nutrición y Salud

Rúbrica Analítica | Educación Física | Nutrición y salud | 3 niveles

### Descripción

Esta rúbrica está diseñada para evaluar el proyecto de creación de una receta saludable, considerando hábitos de higiene, alimentación responsable y estrategias para enfrentar riesgos, en estudiantes de primaria (6-11 años).

### Rúbrica

# Rúbrica Analítica para Evaluar Receta Saludable -

## Nutrición y Salud

Esta rúbrica está diseñada para evaluar el proyecto de creación de una receta saludable, considerando hábitos de higiene, alimentación responsable y estrategias para enfrentar riesgos, en estudiantes de primaria (6-11 años).

| Criterios                                                  | Excelente                                                                                                                                                 | Bueno                                                                                                                           | Bajo                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Construcción de alternativas saludables y sostenibles      | Propone alternativas claramente saludables y sostenibles, integrando hábitos de higiene personal y limpieza de espacios con gran creatividad y precisión. | Propone alternativas saludables y sostenibles que incluyen hábitos de higiene y limpieza, pero con menor detalle o creatividad. | Propone pocas o ninguna alternativa saludable y sostenible, con poca o ninguna consideración de higiene y limpieza. |
| Comprensión del impacto en el bienestar personal y social  | Explica con claridad y profundidad cómo las alternativas afectan positivamente el bienestar personal y social.                                            | Describe de forma general el impacto en el bienestar personal y social, aunque con poca profundidad.                            | No logra explicar el impacto de las alternativas en el bienestar personal y social.                                 |
| Análisis de hábitos alimenticios familiares y comunitarios | Analiza detalladamente los hábitos de alimentación en su familia y comunidad, identificando aspectos positivos y negativos con ejemplos claros.           | Analiza de forma general los hábitos de alimentación, mencionando algunos aspectos positivos y negativos.                       | No analiza o hace un análisis superficial de los hábitos alimenticios familiares y comunitarios.                    |

| Criterios                                                                            | Excelente                                                                                                                            | Bueno                                                                                              | Bajo                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Valoración del consumo responsable                                                   | Demuestra una comprensión sólida y valora activamente la importancia de un consumo responsable en la alimentación.                   | Muestra una valoración básica del consumo responsable, aunque con falta de claridad o profundidad. | No evidencia valoración sobre la importancia del consumo responsable.               |
| Uso de hábitos de higiene personal en la preparación de la receta                    | Aplica rigurosamente hábitos de higiene personal durante toda la elaboración de la receta.                                           | Aplica hábitos de higiene personal en mayor parte de la elaboración, con pequeñas omisiones.       | No aplica adecuadamente los hábitos de higiene personal durante la preparación.     |
| Integración de estrategias para afrontar riesgos (accidentes, adicciones, violencia) | Incluye y explica claramente estrategias efectivas para reaccionar ante riesgos relacionados con accidentes, adicciones y violencia. | Menciona algunas estrategias para afrontar riesgos, aunque con poca explicación o detalle.         | No incluye estrategias o las presenta de forma incorrecta o incompleta.             |
| Creatividad y presentación de la receta saludable                                    | Presenta la receta de forma creativa, clara y atractiva, destacando los aspectos saludables y sostenibles.                           | Presenta la receta de manera clara pero con poca creatividad o atractivo visual.                   | Presenta la receta de forma poco clara, desorganizada o sin elementos creativos.    |
| Participación y trabajo colaborativo                                                 | Participa activamente y colabora eficazmente con sus compañeros durante todo el proyecto.                                            | Participa y colabora en la mayoría de las actividades, aunque con momentos de menor compromiso.    | Participa poco o no colabora con sus compañeros durante el desarrollo del proyecto. |