

# Rúbrica Analítica para Evaluación de Gimnasia Recreativa

## - Secundaria (12-15 años)

Rúbrica Analítica | Educación Física | Recreación | 4 niveles

### Descripción

Esta rúbrica está diseñada para evaluar las habilidades y la participación de los estudiantes en actividades de gimnasia recreativa, considerando aspectos técnicos, actitudinales y de desempeño físico. Cada criterio se evalúa de manera individual para identificar fortalezas y áreas de mejora.

### Rúbrica

# Rúbrica Analítica para Evaluación de Gimnasia Recreativa

## - Secundaria (12-15 años)

Esta rúbrica está diseñada para evaluar las habilidades y la participación de los estudiantes en actividades de gimnasia recreativa, considerando aspectos técnicos, actitudinales y de desempeño físico. Cada criterio se evalúa de manera individual para identificar fortalezas y áreas de mejora.

| Criterio                                            | Excelente (4)                                                                                        | Bueno (3)                                                                      | Aceptable (2)                                                                       | Bajo (1)                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ejecuta movimientos básicos con precisión y fluidez | Realiza todos los movimientos con técnica correcta y sin errores, mostrando fluidez y control total. | Ejecuta la mayoría de los movimientos con técnica adecuada y fluidez moderada. | Realiza movimientos con técnica irregular y falta de fluidez en algunas secuencias. | Presenta dificultades para realizar los movimientos básicos, con técnica incorrecta y poca coordinación. |
| Coordinación y equilibrio corporal                  | Muestra excelente control del equilibrio y coordinación en todas las actividades.                    | Demuestra buen equilibrio y coordinación, con pequeñas fallas ocasionales.     | Coordina y mantiene el equilibrio de forma limitada, con frecuentes desequilibrios. | Carece de coordinación y equilibrio, lo que afecta el desempeño en la mayoría de las actividades.        |
| Participación y entusiasmo durante la actividad     | Participa activamente y con gran entusiasmo en todas las sesiones.                                   | Participa con interés y en la mayoría de las actividades.                      | Participa de manera intermitente y muestra poco entusiasmo.                         | No participa o muestra desinterés evidente durante la actividad.                                         |

| Criterio                                              | Excelente (4)                                                                               | Bueno (3)                                                                       | Aceptable (2)                                                                     | Bajo (1)                                                                                        |
|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Respeto y trabajo en equipo                           | Demuestra respeto constante hacia compañeros y trabaja colaborativamente en todo momento.   | Respeto a sus compañeros y coopera en la mayoría de las actividades grupales.   | Presenta actitudes de respeto limitadas y participa poco en el trabajo en equipo. | No respeta a sus compañeros ni coopera en actividades grupales.                                 |
| Condición física general (resistencia y fuerza)       | Muestra una condición física óptima que le permite realizar las actividades sin dificultad. | Tiene buena condición física, capaz de completar la mayoría de las actividades. | Condición física moderada que limita su desempeño en algunas actividades.         | Condición física insuficiente para realizar las actividades básicas.                            |
| Creatividad en la ejecución de secuencias             | Incorpora ideas originales y variaciones creativas en sus movimientos y secuencias.         | Aplica algunas variaciones personales y creatividad en la ejecución.            | Realiza las secuencias de forma básica, con poca creatividad.                     | No muestra creatividad ni intenta modificaciones en la ejecución.                               |
| Seguimiento de instrucciones y normas de seguridad    | Sigue todas las instrucciones y normas de seguridad rigurosamente en todo momento.          | Generalmente sigue instrucciones y normas, con pocas omisiones.                 | En ocasiones no sigue instrucciones o descuida normas de seguridad.               | No sigue instrucciones ni respeta normas de seguridad, poniendo en riesgo a sí mismo y a otros. |
| Postura y alineación corporal durante los movimientos | Mantiene postura y alineación corporal correcta en todos los movimientos.                   | Presenta postura adecuada con pequeños errores de alineación.                   | Postura y alineación corporal inconsistentes que afectan algunos movimientos.     | Postura y alineación corporal incorrectas que dificultan la ejecución.                          |