

Rúbrica Analítica para Evaluar Calorías y Frío: Gasto Energético en Pasco (Nutrición y Salud)

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

Descripción

Esta rúbrica evalúa las necesidades calóricas diarias de estudiantes de secundaria (12-15 años) considerando el gasto energético en el clima alto andino de Pasco. Cada criterio se valora de forma individual para identificar fortalezas y áreas de mejora.

Rúbrica

Rúbrica Analítica para Evaluar Calorías y Frío: Gasto Energético en Pasco (Nutrición y Salud)

Esta rúbrica evalúa las necesidades calóricas diarias de estudiantes de secundaria (12-15 años) considerando el gasto energético en el clima alto andino de Pasco. Cada criterio se valora de forma individual para identificar fortalezas y áreas de mejora.

Criterios de Evaluación	Excelente (4)	Bueno (3)	Aceptable (2)	Bajo (1)
Comprensión del gasto energético en clima alto andino	Explica con claridad y detalle cómo el frío y la altitud incrementan el gasto energético.	Describe correctamente el impacto del clima frío y altitud en el gasto energético, con pocas imprecisiones.	Muestra una comprensión general pero incompleta o poco clara del gasto energético en el clima alto andino.	No logra explicar o tiene conceptos erróneos sobre el gasto energético en clima frío y altitud.
Identificación de necesidades calóricas diarias	Calcula con precisión las necesidades calóricas diarias según su edad, sexo y actividad física en Pasco.	Realiza un cálculo adecuado con mínimas imprecisiones en las necesidades calóricas diarias.	Calcula las necesidades calóricas con errores importantes o sin considerar todos los factores relevantes.	No identifica ni calcula las necesidades calóricas diarias correctamente.

Criterios de Evaluación	Excelente (4)	Bueno (3)	Aceptable (2)	Bajo (1)
Relación entre gasto energético y alimentación	Relaciona claramente cómo la alimentación debe ajustarse para cubrir el gasto energético en clima frío.	Describe cómo la alimentación puede afectar el gasto energético con algunos detalles incompletos.	Muestra una relación débil o confusa entre alimentación y gasto energético.	No establece relación entre alimentación y gasto energético o presenta información incorrecta.
Uso de fuentes confiables para sustentar información	Incluye y cita correctamente fuentes confiables y actualizadas sobre nutrición y clima andino.	Utiliza fuentes confiables pero con algunas imprecisiones en la citación o actualidad.	Usa fuentes poco claras o no suficientemente confiables para sustentar la información.	No utiliza fuentes o usa información sin respaldo confiable.
Presentación y organización del contenido	Presenta la información de forma clara, lógica y bien estructurada, facilitando la comprensión.	Organiza el contenido adecuadamente, aunque con algunas partes menos claras o desordenadas.	Presenta la información de forma poco organizada, dificultando la comprensión.	La información está desorganizada o incompleta, dificultando su lectura y entendimiento.
Aplicación de conocimientos a situaciones reales	Aplica correctamente el conocimiento para sugerir ajustes dietéticos específicos al clima de Pasco.	Propone ajustes dietéticos adecuados, aunque con poca precisión o detalle.	Realiza propuestas generales sin aplicar adecuadamente los conocimientos al contexto local.	No aplica o propone soluciones inapropiadas para las necesidades calóricas en Pasco.
Claridad y precisión en los cálculos realizados	Realiza cálculos matemáticos precisos y explica claramente cada paso.	Los cálculos son mayormente correctos, con pequeñas imprecisiones o explicaciones breves.	Los cálculos tienen errores frecuentes y las explicaciones son poco claras.	No realiza cálculos o son incorrectos sin explicación.
Participación y trabajo en equipo (si aplica)	Participa activamente, aporta ideas relevantes y colabora eficazmente con sus compañeros.	Participa y colabora, aunque con menor iniciativa o aportes limitados.	Participa poco o solo cuando se le solicita, con poca colaboración.	No participa ni colabora en el trabajo grupal.