

Rúbrica Analítica para Evaluar Equilibrio en Recreación

(Preescolar 3-5 años)

Rúbrica Analítica | Educación Física | Recreación | 4 niveles

Descripción

Esta rúbrica está diseñada para evaluar de manera detallada las habilidades de equilibrio en actividades recreativas en niños de preescolar. Cada criterio se valora en cuatro niveles para identificar fortalezas y áreas de mejora.

Rúbrica

Rúbrica Analítica para Evaluar Equilibrio en Recreación

(Preescolar 3-5 años)

Esta rúbrica está diseñada para evaluar de manera detallada las habilidades de equilibrio en actividades recreativas en niños de preescolar. Cada criterio se valora en cuatro niveles para identificar fortalezas y áreas de mejora.

Criterios	Excelente	Bueno	Aceptable	Bajo
1. Mantener el equilibrio estático (parado sin movimiento)	Permanece firme y estable sin perder el equilibrio por más de 20 segundos.	Se mantiene estable la mayor parte del tiempo, con pequeños movimientos que no afectan el equilibrio.	Se mantiene en equilibrio por breves momentos, pero pierde estabilidad ocasionalmente.	No logra mantener el equilibrio sin apoyo o se cae frecuentemente.
2. Mantener el equilibrio dinámico (movimiento controlado)	Camina o se desplaza sobre una línea o superficie estrecha con control y sin caer.	Se desplaza con control, pero pierde equilibrio una o dos veces durante la actividad.	Se desplaza pero con desequilibrios frecuentes y necesidad de apoyo.	No logra desplazarse sin perder el equilibrio o caerse.
3. Coordinación al cambiar de posición (sentarse, ponerse de pie, girar)	Cambia de posición de forma fluida y coordinada sin perder equilibrio.	Realiza cambios de posición con mínimas pérdidas de equilibrio.	Cambia de posición con cierta dificultad y pérdida de equilibrio ocasional.	Presenta dificultades para cambiar de posición sin caerse o perder equilibrio.

Criterios	Excelente	Bueno	Aceptable	Bajo
4. Uso adecuado de los brazos para mantener el equilibrio	Utiliza los brazos de forma activa y coordinada para estabilizarse en todo momento.	Usa los brazos para equilibrarse la mayoría del tiempo, aunque a veces descoordinado.	Utiliza los brazos de forma limitada o poco coordinada para mantener equilibrio.	No utiliza los brazos o los mueve de manera inapropiada, afectando el equilibrio.
5. Respuesta ante pérdida de equilibrio (recuperación)	Recupera el equilibrio rápidamente sin necesidad de apoyo externo.	Recupera el equilibrio con leve demora o con apoyo mínimo.	Le cuesta recuperar el equilibrio y requiere apoyo frecuente.	No logra recuperarse solo y necesita ayuda constante para evitar caídas.
6. Participación activa y motivación durante la actividad	Muestra entusiasmo y participa con interés constante durante toda la actividad.	Participa con interés, aunque con momentos de distracción.	Participa de forma intermitente y con poco entusiasmo.	Muestra desinterés o evita participar en las actividades de equilibrio.
7. Seguridad al realizar movimientos de equilibrio	Realiza los movimientos con confianza y sin riesgos evidentes de caída o lesión.	Generalmente seguro, aunque con pequeños descuidos ocasionales.	Se muestra inseguro y realiza movimientos con riesgo moderado de caída.	Realiza movimientos inseguros que ponen en riesgo su integridad física.
8. Comprensión y seguimiento de instrucciones simples relacionadas al equilibrio	Sigue correctamente todas las instrucciones sin necesidad de repetición.	Sigue la mayoría de las instrucciones con poca ayuda.	Necesita que se le repitan instrucciones varias veces para comprender.	No comprende ni sigue las instrucciones relacionadas con la actividad.