

Rúbrica Analítica para Evaluar Equilibrio y Coordinación Motriz en Educación Física (6-11 años)

Rúbrica Analítica | Educación Física | Deporte | 5 niveles

Descripción

Esta rúbrica está diseñada para evaluar habilidades de equilibrio y coordinación motriz en estudiantes de primaria, basado en el DCNB de Honduras para el área de Deporte. Los criterios reflejan aspectos clave para el desarrollo motor, proporcionando una evaluación detallada que permite identificar fortalezas y áreas de mejora en los estudiantes.

Rúbrica

Rúbrica Analítica para Evaluar Equilibrio y Coordinación Motriz en Educación Física (6-11 años)

Esta rúbrica está diseñada para evaluar habilidades de equilibrio y coordinación motriz en estudiantes de primaria, basado en el DCNB de Honduras para el área de Deporte. Los criterios reflejan aspectos clave para el desarrollo motor, proporcionando una evaluación detallada que permite identificar fortalezas y áreas de mejora en los estudiantes.

Criterios / Niveles	Excelente (5)	Sobresaliente (4)	Bueno (3)	Aceptable (2)	Bajo (1)
Control del Equilibrio Estático Capacidad para mantener posturas sin movimiento con estabilidad	Se mantiene estable en posturas complejas sin ayuda ni pérdida de equilibrio.	Se mantiene estable en posturas moderadamente complejas con mínima inestabilidad.	Se mantiene en posturas básicas, con leves pérdidas de equilibrio ocasionales.	Requiere apoyo para mantener posturas simples, con frecuentes pérdidas de equilibrio.	No logra mantener el equilibrio en posturas simples sin ayuda.
Control del Equilibrio Dinámico Habilidad para mantener el equilibrio durante movimientos o desplazamientos	Controla movimientos complejos con fluidez y sin perder el equilibrio.	Controla movimientos moderadamente complejos con pequeñas correcciones.	Controla movimientos básicos con algunas pérdidas de equilibrio.	Presenta dificultad para mantener el equilibrio durante movimientos simples.	No mantiene el equilibrio durante desplazamientos o movimientos básicos.

Criterios / Niveles	Excelente (5)	Sobresaliente (4)	Bueno (3)	Aceptable (2)	Bajo (1)
Coordinación Ojo-Mano Precisión y sincronización entre la vista y el movimiento de las manos	Realiza movimientos complejos con excelente sincronización y precisión.	Realiza movimientos con buena coordinación y pocos errores.	Ejecuta movimientos básicos con coordinación aceptable y algunos errores.	Presenta dificultad para coordinar ojo y mano en tareas simples.	No logra coordinar ojo y mano para realizar tareas básicas.
Coordinación Ojo-Pie Capacidad para sincronizar la vista con el movimiento de los pies	Ejecuta movimientos complejos con precisión y coordinación perfecta.	Realiza movimientos con buena coordinación y mínimas fallas.	Coordina movimientos básicos con cierta dificultad y errores ocasionales.	Presenta dificultades para coordinar ojo y pie en actividades simples.	No logra coordinar ojo y pie en actividades básicas.
Fluidez de Movimientos Grado de suavidad y continuidad en la ejecución motriz	Los movimientos son muy fluidos, sin interrupciones ni rigidez.	Movimientos fluidos con pequeñas pausas o rigidez leve.	Movimientos algo fluidos pero con interrupciones evidentes.	Movimientos entrecortados con rigidez y falta de continuidad.	Movimientos torpes, lentos y con falta de coordinación.
Reacción y Ajuste Postural Capacidad para ajustar el cuerpo ante cambios en el entorno o tarea	Ajusta postura rápida y adecuadamente ante cualquier cambio.	Ajusta postura con rapidez y precisión en la mayoría de los casos.	Ajusta postura pero con demora o imprecisión ocasional.	Dificultad para ajustar postura, con respuestas lentas o inadecuadas.	No ajusta postura ante cambios, perdiendo el equilibrio con facilidad.
Participación y Esfuerzo Iniciativa y perseverancia durante las actividades de equilibrio y coordinación	Participa activamente y demuestra gran esfuerzo en todas las actividades.	Participa con interés y esfuerzo constante en la mayoría de las actividades.	Participa de forma adecuada, con esfuerzo moderado.	Participa con poco interés y esfuerzo irregular.	No participa o muestra desinterés y poco esfuerzo.

Criterios / Niveles	Excelente (5)	Sobresaliente (4)	Bueno (3)	Aceptable (2)	Bajo (1)
Comprensión de Instrucciones Capacidad para entender y seguir indicaciones para ejercicios de equilibrio y coordinación	Sigue instrucciones correctamente desde el primer intento sin ayuda.	Sigue instrucciones con mínima guía o corrección.	Sigue instrucciones con ayuda frecuente y algunas dudas.	Dificultad para comprender instrucciones, requiere constante apoyo.	No comprende ni sigue las instrucciones, afectando su desempeño.