

Rúbrica Analítica para Evaluar Bases de la Biomecánica del Ejercicio en el Entrenamiento Deportivo

Rúbrica Analítica | Ciencias de la Educación | Licenciatura en educación física, recreación y deporte | 4 niveles

Descripción

Esta rúbrica está diseñada para evaluar el diseño y presentación de un video original sobre un deporte favorito, incluyendo la grabación de voz, autenticidad, publicación en plataforma digital y la elaboración de un informe con referencias bibliográficas en normas APA 7ma edición. Se consideran aspectos técnicos, comunicativos, científicos y de Diversidad, Equidad e Inclusión (DEI) para estudiantes de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte.

Rúbrica

Rúbrica Analítica para Evaluar Bases de la Biomecánica del Ejercicio en el Entrenamiento Deportivo

Esta rúbrica está diseñada para evaluar el diseño y presentación de un video original sobre un deporte favorito, incluyendo la grabación de voz, autenticidad, publicación en plataforma digital y la elaboración de un informe con referencias bibliográficas en normas APA 7ma edición. Se consideran aspectos técnicos, comunicativos, científicos y de Diversidad, Equidad e Inclusión (DEI) para estudiantes de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte.

Criterios	Excelente (4)	Bueno (3)	Aceptable (2)	Bajo (1)
Contenido y precisión biomecánica Presenta conceptos biomecánicos claros, precisos y aplicados correctamente al deporte seleccionado.	Explica con profundidad y exactitud los principios biomecánicos, integrándolos de forma clara y relevante al deporte.	Describe adecuadamente los conceptos biomecánicos con mínimas imprecisiones o generalizaciones.	Incluye algunos conceptos biomecánicos, pero con errores o falta de claridad en la aplicación.	Presenta información biomecánica confusa, incorrecta o irrelevante para el deporte seleccionado.
Calidad técnica del video Claridad visual, duración mínima (2 minutos), calidad de grabación y edición.	Video claro, bien iluminado, con duración adecuada, buena edición y sin errores técnicos.	Video con buena calidad visual y sonido, duración apropiada, con algunos detalles menores en edición.	Video aceptable pero con problemas notables en iluminación, sonido o duración.	Video con mala calidad visual o sonora, duración insuficiente o problemas técnicos graves.

Criterios	Excelente (4)	Bueno (3)	Aceptable (2)	Bajo (1)
Grabación de voz y comunicación oral Claridad, entonación, fluidez y adecuación del lenguaje.	Voz clara, entonación adecuada, sin errores y con excelente fluidez comunicativa.	Voz generalmente clara, con buena entonación y fluidez, con mínimas dificultades.	Voz a veces poco clara o monótona, con pausas o errores que afectan la comprensión.	Voz poco audible, errática o con pronunciación deficiente que dificulta la comprensión.
Autenticidad y originalidad Creatividad y expresión individual en la presentación y contenido.	Presenta un enfoque original y creativo, reflejando claramente la identidad y perspectiva personal.	Muestra cierta creatividad y elementos originales, aunque con influencias evidentes externas.	Demuestra poca originalidad, con contenido mayormente repetitivo o genérico.	No presenta originalidad ni autenticidad, copia o imita sin aporte personal.
Informe y Referencias bibliográficas (APA 7ma edición) Coherencia, formato APA, calidad y variedad de fuentes.	Informe bien estructurado, con referencias bibliográficas precisas y correctamente formateadas según APA 7.	Informe adecuado con referencias mayormente correctas en formato APA, con leves errores.	Informe con estructura básica y referencias incompletas o con errores frecuentes en APA.	Informe desorganizado o sin referencias bibliográficas, o con formato APA incorrecto.
Publicación y uso de plataforma digital Correcta publicación y accesibilidad del video en plataforma seleccionada.	Video publicado correctamente en plataforma accesible, con descripción adecuada y enlace funcional.	Video publicado con acceso disponible, aunque con detalles menores en descripción o formato.	Video publicado pero con problemas de acceso o presentación poco clara en la plataforma.	No publica el video o la publicación es inaccesible o incorrecta.
Inclusión de perspectivas de Diversidad, Equidad e Inclusión (DEI) Reconocimiento y respeto de la diversidad en contenido y presentación.	Integra de manera evidente y respetuosa elementos que reflejan diversidad cultural, corporal y de género.	Incluye referencias o aspectos relacionados con DEI, aunque con poca profundidad o detalle.	Muestra un reconocimiento limitado o superficial de la diversidad y equidad en el contenido.	No considera aspectos de DEI o presenta contenido excluyente o sesgado.

Criterios	Excelente (4)	Bueno (3)	Aceptable (2)	Bajo (1)
Coherencia y organización general Secuencia lógica, coherencia entre video y reporte, y presentación ordenada.	Presentación muy bien organizada, coherente y fácil de seguir tanto en video como en informe.	Presentación mayormente coherente con algunos saltos o desorden menores en contenido.	Organización básica pero con falta de claridad o coherencia en partes del proyecto.	Presentación desordenada, inconsistente o confusa que dificulta la comprensión.