

Rúbrica Analítica para Evaluar la Comprensión de la Relación entre Actividad Física, Alimentación, Higiene y Salud

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

Descripción

Esta rúbrica está diseñada para estudiantes de secundaria (12-15 años) y evalúa individualmente los aspectos clave relacionados con la nutrición y salud, actividad física, y hábitos de higiene para fomentar un estilo de vida saludable.

Rúbrica

Rúbrica Analítica para Evaluar la Comprensión de la Relación entre Actividad Física, Alimentación, Higiene y Salud

Esta rúbrica está diseñada para estudiantes de secundaria (12-15 años) y evalúa individualmente los aspectos clave relacionados con la nutrición y salud, actividad física, y hábitos de higiene para fomentar un estilo de vida saludable.

Criterio	Excelente	Bueno	Aceptable	Bajo
Comprensión de la relación entre actividad física y salud	Explica claramente cómo la actividad física beneficia la salud física y mental con ejemplos precisos.	Explica la relación entre actividad física y salud con algunos ejemplos, aunque con detalles limitados.	Reconoce la relación básica entre actividad física y salud, pero la explicación es superficial o incompleta.	No identifica ni explica la relación entre actividad física y salud.
Conocimiento sobre hábitos alimenticios saludables	Describe detalladamente una alimentación balanceada y su impacto positivo en la salud.	Describe una alimentación saludable, pero con información general o incompleta.	Menciona algunos hábitos alimenticios saludables, pero sin claridad ni profundidad.	No demuestra conocimiento sobre hábitos alimenticios saludables.
Identificación de la importancia de la higiene personal para la salud	Explica con claridad cómo la higiene personal previene enfermedades y mantiene la salud.	Reconoce la importancia de la higiene personal, pero con explicaciones breves o poco claras.	Menciona la higiene personal, pero no relaciona su importancia con la salud.	No identifica la importancia de la higiene personal para la salud.

Criterio	Excelente	Bueno	Aceptable	Bajo
Relación entre nutrición, actividad física e higiene	Integra de forma completa y coherente la interacción entre nutrición, actividad física e higiene en la salud.	Relaciona dos de los tres aspectos con cierta coherencia, pero falta integración total.	Muestra una relación básica entre algunos aspectos, pero con poca coherencia o profundidad.	No establece relación alguna entre nutrición, actividad física e higiene.
Capacidad para aplicar conocimientos en hábitos diarios	Demuestra aplicar los conocimientos para mejorar sus hábitos diarios de alimentación, actividad y higiene.	Aplica algunos conocimientos en sus hábitos diarios, aunque de forma inconsistente.	Muestra intención de aplicar conocimientos, pero con poca evidencia práctica.	No aplica conocimientos en sus hábitos diarios.
Uso adecuado de vocabulario relacionado con salud y nutrición	Utiliza vocabulario preciso y adecuado en sus explicaciones y descripciones.	Usa vocabulario correcto, pero con algunos términos poco precisos o limitados.	Emplea vocabulario básico y a veces incorrecto o impreciso.	No utiliza vocabulario adecuado relacionado con el tema.
Organización y claridad en la presentación de ideas	Presenta ideas bien organizadas, claras y fáciles de entender.	Presenta ideas organizadas, aunque algunas partes pueden ser confusas.	La organización es poco clara y dificulta la comprensión.	Presenta ideas desorganizadas y confusas.
Interés y participación en actividades relacionadas con el tema	Participa activamente mostrando gran interés y motivación en todas las actividades.	Participa con interés moderado en la mayoría de las actividades.	Participa de forma limitada y muestra poco interés en algunas actividades.	No participa ni muestra interés en las actividades relacionadas.