

Rúbrica para Evaluar la Ejecución de Fundamentos Técnicos en Deportes

Rúbrica Escalar | Educación Física | Deporte | 4 niveles

Descripción

Esta rúbrica está diseñada para evaluar la correcta ejecución de fundamentos técnicos en estudiantes de educación media (15-17 años) en el área de deportes, valorando diversos aspectos técnicos esenciales para el desarrollo deportivo.

Rúbrica

Rúbrica para Evaluar la Ejecución de Fundamentos Técnicos en Deportes

Esta rúbrica está diseñada para evaluar la correcta ejecución de fundamentos técnicos en estudiantes de educación media (15-17 años) en el área de deportes, valorando diversos aspectos técnicos esenciales para el desarrollo deportivo.

Aspectos a Evaluar	Criterios de Evaluación	Puntuación
Postura corporal	Excelente (90%+): Mantiene una postura óptima y estable durante toda la ejecución. Bueno (80%+): Generalmente mantiene buena postura con mínimas desviaciones. Aceptable (50%+): Postura adecuada en algunos momentos, con desviaciones frecuentes. Pobre (<50%): Postura incorrecta que afecta la ejecución técnica.	0-10 puntos
Coordinación de movimientos	Excelente (90%+): Movimientos coordinados y fluidos sin interrupciones. Bueno (80%+): Movimientos coordinados con leves desincronizaciones. Aceptable (50%+): Coordinación irregular, con pausas y errores. Pobre (<50%): Movimientos descoordinados que afectan la técnica.	0-10 puntos
Control del balón o implemento	Excelente (90%+): Control preciso y continuo del balón o implemento durante la práctica. Bueno (80%+): Control adecuado con pocas pérdidas o errores. Aceptable (50%+): Control inconsistente con varias pérdidas. Pobre (<50%): Falta de control que dificulta la ejecución.	0-10 puntos

Aspectos a Evaluar	Criterios de Evaluación	Puntuación
Técnica de golpeo o lanzamiento	Excelente (90%+): Técnica correcta y efectiva en cada golpeo o lanzamiento. Bueno (80%+): Técnica adecuada con ligeras fallas ocasionales. Aceptable (50%+): Técnica inconsistente que afecta el desempeño. Pobre (<50%): Técnica incorrecta que impide la efectividad.	0-10 puntos
Velocidad y reacción	Excelente (90%+): Responde rápidamente y adapta la velocidad según la situación. Bueno (80%+): Buen tiempo de reacción con pequeñas demoras. Aceptable (50%+): Respuesta lenta o poco adaptativa. Pobre (<50%): Respuesta muy lenta o inadecuada.	0-10 puntos
Precisión en la ejecución	Excelente (90%+): Ejecuta con alta precisión los fundamentos técnicos. Bueno (80%+): Precisión adecuada con errores mínimos. Aceptable (50%+): Precisión variable con errores frecuentes. Pobre (<50%): Precisión baja que afecta la tarea.	0-10 puntos
Manejo del espacio y posicionamiento	Excelente (90%+): Se posiciona correctamente y utiliza el espacio eficientemente. Bueno (80%+): Buen posicionamiento con algunos errores menores. Aceptable (50%+): Posicionamiento poco adecuado en varias ocasiones. Pobre (<50%): Posicionamiento incorrecto que limita la ejecución.	0-10 puntos
Aplicación de reglas básicas	Excelente (90%+): Aplica correctamente las reglas técnicas durante la práctica. Bueno (80%+): Aplica la mayoría de las reglas con pequeñas omisiones. Aceptable (50%+): Aplica reglas básicas de manera inconsistente. Pobre (<50%): Desconoce o incumple reglas fundamentales.	0-10 puntos