

Rúbrica de Punto Único para Evaluación de Rapidez y Técnica en Educación Física

Rúbrica de Punto Único | Educación Física | Deporte | 4 niveles

Descripción

Esta rúbrica está diseñada para evaluar el desempeño de estudiantes de secundaria (12-15 años) en habilidades relacionadas con la rapidez de reacción, técnica ofensiva en fútbol y aspectos generales como esfuerzo, aplicación de reglas y convivencia. La evaluación se basa en criterios claros que reflejan los objetivos de la tarea, proporcionando retroalimentación abierta para potenciar el aprendizaje.

Rúbrica

Rúbrica de Punto Único para Evaluación de Rapidez y Técnica en Educación Física

Esta rúbrica está diseñada para evaluar el desempeño de estudiantes de secundaria (12-15 años) en habilidades relacionadas con la rapidez de reacción, técnica ofensiva en fútbol y aspectos generales como esfuerzo, aplicación de reglas y convivencia. La evaluación se basa en criterios claros que reflejan los objetivos de la tarea, proporcionando retroalimentación abierta para potenciar el aprendizaje.

Criterios	Aspectos Positivos	Aspectos a Mejorar
1. Rapidez en carreras con cambios de dirección (Test de Illinois) Evalúa la capacidad para responder velozmente y cambiar dirección con control.	Muestra agilidad y control preciso al cambiar de dirección, manteniendo buena velocidad.	Mejorar la coordinación para reducir desaceleraciones bruscas en los cambios de dirección.
2. Movimientos rápidos en diferentes posiciones (Test de Course Navette) Mide la rapidez y adaptabilidad para ejecutar movimientos desde diversas posturas.	Realiza movimientos fluidos y rápidos desde distintas posiciones, demostrando flexibilidad y equilibrio.	Incrementar la velocidad y estabilidad al cambiar de posición para mejorar la eficiencia del movimiento.

Criterios	Aspectos Positivos	Aspectos a Mejorar
3. Reacción a diversos estímulos durante carrera (Test de Course Navette) Evalúa la capacidad de respuesta rápida ante señales durante la carrera.	Responde rápidamente y ajusta la velocidad o dirección según el estímulo recibido.	Desarrollar mayor concentración para anticipar y reaccionar más eficazmente a los estímulos.
4. Protección del balón en conducción (Técnica ofensiva en fútbol) Valora la habilidad para mantener el control del balón bajo presión.	Protege el balón con el cuerpo y mantiene el control incluso en situaciones de presión.	Trabajar en la anticipación y uso del cuerpo para mejorar la protección ante adversarios.
5. Remate de cabeza efectivo (Técnica ofensiva en fútbol) Evalúa la técnica y precisión al realizar remates con la cabeza.	Ejecuta remates con buena dirección y fuerza, mostrando coordinación y timing adecuado.	Mejorar la potencia y precisión para aumentar la efectividad en los remates de cabeza.
6. Aplicación de reglas del juego Considera el conocimiento y respeto por las normas durante la práctica deportiva.	Demuestra comprensión clara y respeta las reglas durante el juego o la actividad.	Profundizar en el conocimiento de reglas para evitar infracciones y fomentar el juego limpio.
7. Esfuerzo, perseverancia y progreso en el tiempo Evalúa la dedicación y mejora continua en las actividades físicas.	Muestra constancia y mejora notable en habilidades y resistencia a lo largo del tiempo.	Incrementar la motivación y compromiso para superar dificultades y mantener la perseverancia.
8. Convivencia, respeto, salud e higiene Valora la actitud positiva hacia compañeros, cuidado personal y ambiente saludable.	Fomenta un ambiente respetuoso, mantiene hábitos de higiene y cuida su salud durante la práctica.	Fortalecer la comunicación asertiva y hábitos saludables para mejorar la convivencia y bienestar.