



RÚBRICA EVALUACION EDUCACION FISICA

UNIDAD 1: Incrementar desempeño deportivo

NIVEL: Octavos

OA: OA1-OA3

CONTENIDO: Circuito acondicionamiento físico enfocado en basketball.

PARAMETROS: Tiempo- actitud- ejecución- vestimenta.

TIEMPO	Óptimo	Adecuado	Suficiente	Debe Mejorar
<p>1era estación: entregar pase de pecho al compañero por 1min.</p> <p>2da estación: coordinación con escalera 1 min.</p> <p>3r estación: sentadilla isométrica 1 min.</p> <p>4 estación: trote durante 1 min.</p> <p>5ta estación: abdominales cortos</p>	Realiza todos los ejercicios sin detenerse en el tiempo estimado	Realiza todos los ejercicios requeridos, pero de detiene 1 vez.	Realiza todos los ejercicios requeridos, pero se detiene 2 o más veces	No realiza los ejercicios requeridos.
Participación y Actitud	Ha participado todas las clases con muy buena disposición	Participa en casi todas las clases con buena disposición.	Tiene poca participación en clases.	No participa en clases.
Ejecución	Ejecuta los ejercicios, incluyendo la técnica adecuada	Ejecuta los ejercicios empleando medianamente las técnicas	Ejecuta los ejercicios empleando, poca técnica	Ejecuta los ejercicios de manera incorrecta
Equipamiento deportivo	Trae todo el buzo institucional o el complementario adecuado para realizar la prueba	Trae el buzo institución o complementario correcto con marca deportiva visible	Trae el uniforme semi adecuado (una prenda, color de buzo o polera diferente)	No trae el uniforme adecuado para la prueba