

RÚBRICA DE AVALIACIÓN DO RETO: A gran selección galega

	Na elite	Destacando	Competindo	Aspirando	Fóra de xogo
Hábitos saudables e hixiene tras a práctica - INDIVIDUAL (CA1.2 - CA1.2.1)	Aplica, tras a práctica de actividade física, de forma autónoma e responsable hábitos de hixiene e coidado persoal, mostrando conciencia da súa importancia para a saúde. (1) <input type="checkbox"/>	Aplica de maneira habitual, tras a práctica de actividade física, hábitos básicos de hixiene e coidado persoal. (0.75) <input type="checkbox"/>	Aplica algúns hábitos de hixiene ou coidado persoal, tras a práctica de actividade física, só cando recibe indicacións do profesorado. (0.5) <input type="checkbox"/>	Cómpre recordarlle frecuentemente, tras a práctica de actividade física, hábitos básicos de hixiene e coidado persoal. (0.25) <input type="checkbox"/>	Non aplica, tras a práctica de actividade física, hábitos básicos de hixiene e coidado persoal. (0) <input type="checkbox"/>
Quecemento, estiramientos e prevención de lesións - INDIVIDUAL (CA1.3 - CA2.1)	Realiza de forma autónoma e responsable rutinas de quecemento e estiramientos, adaptando o esforzo e aplicando medidas preventivas para evitar lesións. (1.25) <input type="checkbox"/>	Realiza de forma adecuada rutinas de quecemento e estiramientos e recoñece situacións básicas de risco para evitar lesións. (1) <input type="checkbox"/>	Realiza parcialmente o quecemento ou os estiramientos cando recibe indicacións e identifica algunhas situacións de risco. (0.75) <input type="checkbox"/>	Non realiza correctamente o quecemento nin os estiramientos e non recoñece situacións de risco. (0.25) <input type="checkbox"/>	Non realiza quecementos nin estiramientos, poñendo en risco a súa saúde. (0) <input type="checkbox"/>
Execución motriz e toma de decisións - INDIVIDUAL (CA3.3)	Mostra dominio técnico e adapta os movementos, tomando decisións eficaces, cando realiza actividade física. (2.5) <input type="checkbox"/>	Executa correctamente as habilidades motrices cando realiza actividade física. (1.75) <input type="checkbox"/>	Realiza movementos básicos pero con erros de coordinación ou decisión cando realiza actividade física. (1.50) <input type="checkbox"/>	Executa movementos pouco coordinados e ten dificultades para adaptarse ás situacións cando realiza actividade física. (1.25) <input type="checkbox"/>	Non executa movementos nin toma decisións cando realiza actividade física. (0) <input type="checkbox"/>
Deportividade nas actividades motrices - INDIVIDUAL (CA4.1)	Xestiona moi ben as emocións, acepta retos e resultados e fomenta unha actitude deportiva positiva no grupo. (2) <input type="checkbox"/>	Controla as emocións durante as actividades e acepta erros e resultados con deportividade. (1.5) <input type="checkbox"/>	Participa nas actividades pero ás veces amosa frustración ou actitudes pouco deportivas. (1) <input type="checkbox"/>	Ten dificultades para controlar as emocións durante as actividades propostas e non acepta facilmente erros ou resultados. (0.75) <input type="checkbox"/>	Non mostra deportividade e non acepta os resultados mostrando actitudes antideportivas (0) <input type="checkbox"/>
Convivencia, igualdade e deportividade - INDIVIDUAL (CA1.4 - CA1.6 - CA1.7 - CA4.2 - CA4.3)	Fomenta o respecto, a igualdade e o xogo limpo, resolve conflitos mediante o diálogo e promove un clima inclusivo no grupo (1.75) <input type="checkbox"/>	Mantén unha actitude respectuosa e colaborativa, acepta normas e resultados e participa con deportividade nas actividades que realiza. (1.25) <input type="checkbox"/>	Respecta normas e compañeiros/as na maioría das ocasións, aínda que precisa recordatorios para manter unha actitude deportiva. (0.75) <input type="checkbox"/>	Mostra actitudes pouco respectuosas, non acepta normas nin resultados e pode reproducir comportamentos competitivos negativos nas actividades que realiza. (0.5) <input type="checkbox"/>	Mostra actitudes irrespectuosas durante ns actividades (0) <input type="checkbox"/>
Uso de recursos dixitais e documentación - GRUPAL (CA2.3 - CA3.1)	Domina ferramentas dixitais; rexistros precisos, claros, creativos e ben organizados; comparte información fiable e útil. (0.75) <input type="checkbox"/>	Usa ferramentas dixitais correctamente; rexistros completos, claros e organizados. (0.5) <input type="checkbox"/>	Usa ferramentas dixitais con certa autonomía; rexistros básicos e algo organizados. (0.25) <input type="checkbox"/>	Usa pouco ou mal as ferramentas dixitais; rexistros incompletos ou desorganizados. (0.10) <input type="checkbox"/>	Non usa as ferramentas dixitais nin realiza os rexistros. (0) <input type="checkbox"/>

Capacidade de análise e avaliación - INDIVIDUAL (CA2.4 - CA3.2)	Reflexiona de forma crítica e construtiva sobre todo o proceso de elaboración do breakout: planificación, reparto de tarefas, organización e resultado final. Propón cambios xustificados e contribúe a optimizar o éxito do mesmo. (0.75) <input type="checkbox"/>	Analiza de maneira clara o proceso de preparación do breakout. Participa activamente e acepta o feedback do equipo e aplica melloras visibles no programa final. (0.5) <input type="checkbox"/>	Realiza unha análise sinxela sobre o proceso de traballo, a organización ou a posta en práctica, identificando algúns aspectos a mellorar, aínda que sen propoñer cambios claros nin aplicalos de forma efectiva. (0.25) <input type="checkbox"/>	Ten dificultade para analizar o proceso de traballo. Non revisa os retos nin a organización do breakout, e apenas incorpora as achegas do equipo para mellorar. (0.10) <input type="checkbox"/>	Non analiza o proceso de traballo e non incorpora achegas ao equipo para mellorar o breakout. (0) <input type="checkbox"/>
--	--	---	---	---	--



“Rúbrica de avaliación do reto” do REA03 de Educación física de 2º ESO, do proxecto *cREAgal*, publícase coa [Licenza Creative Commons Atribución Non-comercial Compartir igual 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)