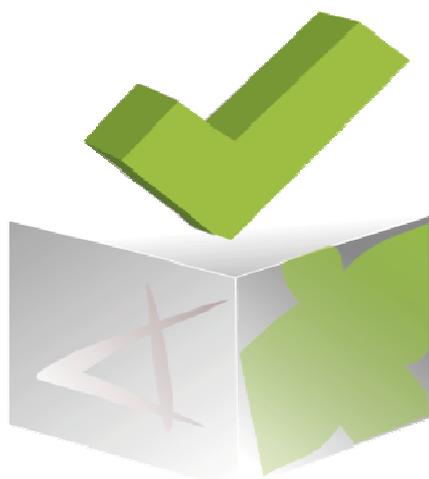


UNIVERSIDAD FRANCISCO DE VITORIA
CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE



RÚBRICA.
INSTRUMENTO DE
EVALUACIÓN EN E.F.

Alumna: Carolina Gil Mora.

Tutor de Prácticas: Pablo González Frutos.

Curso Académico: 2013-2014

INDICE	PÁGINA
1. Introducción.....	4
1.1. Origen del trabajo.....	4
1.2. Evolución histórica.....	7
1.3. Concepto de Rúbrica y Evaluación.....	17
1.3.1 ¿Qué es una Rúbrica de Evaluación?.....	17
1.3.2. ¿Qué nos permite la Rúbrica de Evaluación?.....	20
1.3.3. ¿En qué consiste la Rúbrica de Evaluación?.....	21
1.3.4. Objetivos generales de la Rúbrica de Evaluación.....	22
1.3.5. Partes de la Rúbrica de Evaluación.....	22
1.3.6. ¿Para qué y por qué de las Rúbricas de Evaluación?.....	26
1.3.7. Características de la Rúbrica de Evaluación.....	27
1.3.8. Descripción y tipos de Rúbrica de Evaluación.....	28
Comparación entre Rúbrica de Evaluación Holística y Rúbrica de Evaluación	
1.3.8.1. Analítica.....	31
1.3.9. Objetivos y principios de la Rúbrica de Evaluación.....	31
1.3.10 Utilidad de la Rúbrica de Evaluación.....	33
1.3.11. Importancia de la Rúbrica de Evaluación.....	33
1.3.12 Justificación en la utilización de la Rúbrica de Evaluación.....	34
1.3.13. Diseño de una Rúbrica de Evaluación.....	38
1.3.13.1 Procedimientos para construir una Rúbrica de Evaluación.....	45
1.4. La Evaluación en Educación Física.....	50
¿Por qué es urgente superar el modelo tradicional de Evaluación-Calificación	
1.4.1. en Educación Física?.....	50
1.4.2. La Evaluación en el Aprendizaje en Educación Física.....	52
1.4.3. Los cinco pasos hacia la Evaluación.....	55
1.4.4. El proceso evaluador: Fases, clases y tipos de evaluación.....	56
1.4.5. Mecanismos e instrumentos de evaluación del proceso de Enseñanza.....	58
2. Objetivos del Trabajo.....	68
3. Metodología.....	68
3.1. Herramientas para la elaboración de Rúbricas de Evaluación.....	68
3.2. ¿Qué debemos evaluar en las Rúbricas de Evaluación?.....	70
3.3. Contextualización de la Rúbrica de Evaluación.....	71
3.4. Diseño de una Unidad Didáctica.....	71
3.5. Diferentes tipos de evaluación y escalas de medición que se van a emplear.	116

4.	Diseño de una Rúbrica de Evaluación.....	129
5.	Conclusiones y discusión.....	134 135
5.1.	Futuras líneas de investigación.....	138
6.	Bibliografía.....	138
7.	Anexos.....	141

1. INTRODUCCIÓN.

1.1.ORIGEN DEL TRABAJO.

La rúbrica son instrumentos que se realizan a partir de los criterios de evaluación que queremos evaluar según la situación de Enseñanza-Aprendizaje elegida, estableciendo unos niveles o grados de consecución en relación a cada criterio.

Las rúbricas se distribuyen a través de matrices de valoración en las que se van incorporando una serie de evaluación, en la que se van relacionando con las competencias básicas. Los indiciadores a su vez se dividen en indicadores de logro que van a graduando el nivel alcanzado por el producto final, en una escala que pueden ser numérica o bien desde insuficiente hasta sobresaliente.

Con las rúbricas pretendemos reducir la subjetividad a la hora de calificar, y se pretende dar a los alumnos un feed-back, reforzando su autoevaluación,

Además este tipo de evaluación no solo nos permite evaluar al alumno, sino que gracias a este tipo de rúbricas, podemos evaluarnos y saber si los conceptos dados están bien organizados, o por el contrario nos hemos quedado escasos a la hora de aplicarlos.

En otras ocasiones creemos, que hemos dado bien la materia, a la hora de examinar a nuestros alumnos, luego vemos que no los han adquirido de manera correcta, ¿es por ellos, o por el contrario hemos sido nosotros los que nos hemos explicado con claridad? ¿La actividad es lúdica y por lo tanto lo hemos captado la atención en nuestros alumnos, o por el contrario nuestros alumnos se diversifican, no aprenden y caen en las constantes indisciplinas porque no hemos llegado al interés?

Además, con las rúbricas, podemos ver en el tiempo en el que se encuentran nuestros alumnos, sin han adquirido los conocimientos o por el contrario está en proceso o no han llegado a ellos.

Este sistema no depende del tema sino del propósito. Para que todo sea posible, debe de haber un compromiso mutuo entre el profesor y el alumno, ya que puede ayudar a aumentar la interacción entre ambos, ayudando a fomentar el desarrollo del proceso de aprendizaje.

La rúbrica no solo va a evaluar lo cognitivo, sino también lo procedimental y lo actitudinal, basado en un proceso evaluador inicial, continuo y sumativo, no solo del alumno sino también del profesor.

Para poder elaborar una rúbrica debemos seguir cuatro partes;

- Identificar las competencias que queremos desarrollar en el alumno, que trabaje. Sobre estos elementos se trabajara.
- A partir de los elementos se establecerán los criterios de evaluación que deben estar relacionados con las competencias que vamos a trabajar y relacionarlas con las actividades que propondremos.
- Para poder medir todo lo anterior se utilizara una escala, en la cual vamos a dar valores para así clasificar y medir los valores.

Existen dos tipos de rúbricas (Mertler, 2001):

- **General**, (Comprensiva, holística o global);
 - considera la ejecución de los estudiantes como una totalidad. El profesor evalúa todo el proceso o producción si juzgar por separado las partes que lo componen (Moskal, 2000, Nitko, 2001)
 - Son más apropiadas cuando las actividades de desempeño, requieren que el estudiante produzca una respuesta, no tienen por qué haber respuesta.
 - El objetivo se centra en la calidad, dominio o comprensión general tanto del contenido específico como de las habilidades en las que están incluidas la evaluación.
 - Un ejemplo, en este tipo de rúbricas, se propondría una escala de calificación del 0 al 5, y una descripción de los criterios a evaluar.
- **Analítica**.
 - En este tipo de rúbricas el profesor evalúa inicialmente y por separado los diferentes partes del producto o desempeño y después suma el porcentaje de estas para obtener una calificación total (Moskjal 2000 Y Nitkon 2001).
 - El proceso de calificación es más lento, ya que se evalúa individualmente diferentes habilidades que necesita examinar el producto varias veces.
 - Son más elaboradas, y requieren por parte del profesor más dedicación y tiempo.

- Lo positivo, es que crea un perfil de las fortalezas y debilidades específicas de cada estudiante con el fin de establecer un curso de acción para mejorarlas.

Se pueden distinguir 5 fases de calificación:

- Fase de aproximación
- F. de conceptualización
- F. procedimental.
- F. de argumentación
- F. actitudinal.

Este tipo de evaluación es una herramienta que proporcionar al alumno al inicio del curso, de todas las indicaciones acerca de los contenidos que se les va a requerir, fechas de entrega de los posibles trabajos y fechas de los exámenes de manera detallada, para poder superar la asignatura. Es una manera de disponer de una formación más detallada sobre sus avances.

Se suelen presentar en papel o en textos, pero también si el centro de educación dispone de los medios necesarios, se podrían establecer de manera interactiva, entonces hablaríamos de una e-rúbrica.

Con este sistema el alumno sabrá en todo momento qué, cómo, cuándo y con qué actitud, debe presentarse a la asignatura.

El profesorado, además al disponer de toda la información necesaria, y no solo por parte del alumno, sino también como ve el alumno la metodología de la asignatura, sabrá en todo momento si tiene que ir modificando el proceso de enseñanza, para así mejorar el aprendizaje de sus alumnos. Se establece un feed-back en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

1.2.EVOLUCIÓN HISTÓRICA DEL CONCEPTO DE EVALUACIÓN-RÚBRICA.

El concepto de evaluación se ha venido empleando desde la edad antigua. En esa edad los profesores utilizaban *referente implícitos, sin una teoría explícita, de evaluación para determinar los logros instruccionales de sus aprendices* (Doc. Evolución histórica del concepto de evaluación).

Dubois (1970) y Coffman (1971) citan procedimientos de evaluación empleados en China imperial hace más de tres mil años para poder seleccionar a los funcionarios

Sundberg (1977) hace referencia a la Biblia comentando pasajes evaluados dentro de la misma.

Blanco (1994) comenta acerca de exámenes de los profesores griegos y romanos, pero es McReynold (1975) quien comenta que el tratado más importante acerca de la evaluación de la antigüedad es el Tetrabiblos, el cual atribuye a Ptolomeo. También Cicerón y San Agustín introducen en sus escritos conceptos y planteamientos evaluadores.

Como hemos mencionado antes, ya desde la edad antigua, consciente o inconscientemente se empleaba el concepto evaluador para ver los logros de las personas en función de la época. Podemos distinguir tres claras etapas, en las que vamos a tratar no sólo los beneficios de la evaluación si no también sus carencias.

- **1ª Etapa. Desde antes de nuestra era al S. XVII.**

Ya durante la sociedad primitiva era normal que entre sus miembros todo era común y no existían diferencias sociales. Aparecieron las primeras instituciones para la vida y la educación de los jóvenes, en las cuales los jóvenes y separados por sexos y cuyos instructores eran los más viejos de la tribu, les preparaban para la vida, el trabajo y para la ceremonia de iniciación.

Cuando los jóvenes adquirían conocimientos sobre la vida, se les hacían pruebas para poder pasar de esta edad para convertirse en miembros del grupo cuyo objetivo era demostrar que tenían plena capacidad para poder desarrollar un determinado trabajo. En estas ceremonias de iniciación se les evaluaba con el fin de verificar la

preparación que tenía para la vida, capacidad para soportar las privaciones y el dolor, astucia y tenacidad.

Con la división de la sociedad primitiva aparece la propiedad privada, la esclavitud y la familia monogámica. Es entonces cuando la familia se ocupa de educar a los niños y la educación sistemática pasa a ser un privilegio, manteniéndose en estas las formas de evaluar y en las familias valorándose en función a la experiencia acumulada.

Se empieza a dar el aprendizaje de la escritura, el cálculo. La disciplina era tan severa que se utilizaba el castigo corporal como disciplina en el caso de que no se aprendiera algún concepto. El objetivo en la enseñanza en esta época era la obediencia sin discusión, resistencia y dominio de la ciencia a aprender.

Socrates (469-399 a.n.e.) introdujo el método llamado socrático para enseñar y a la vez evaluar. Su método se basaba en conversaciones en forma de discusión incitando a sus pupilos mediante preguntas y respuestas a buscar la verdad por ellos mismos, sin darle situaciones preparadas ni conclusiones. Gracias a este método surgió el llamado método de las preguntas sugerentes.

Platón (427-347 a.n.e.), concibió un sistema de enseñanza por edades que para pasar a nivel superior de 30 años había que demostrar tener aptitudes para el pensamiento abstracto, en el caso de no conseguirlo tenían que dedicarse a ser guerreros.

Aristóteles, (384-322 a.n.e.), investiga formas fundamentales del pensamiento dialéctico. Considera que toda la vida es un proceso de desarrollo que se realiza bajo la influencia de fuerzas exteriores, sino a través de un desarrollo interno. Estableció normas, criterios para evaluar la enseñanza. Fue uno, entre otros, el que tuvo gran influencia en el desarrollo de la pedagogía antigua.

Marco-Fabio Quintiliano (42 a.n.e. – 118 d.n.e.), sus principales ideas pedagógicas las plasma dentro del tratado *Institucion Oratoria*, el cual decía que el maestro debía acercarse a cada alumno y prestarle cuidadosa atención, actuando con moderación y no repartir fácilmente órdenes y castigos, el sugería apartar a los malos compañeros. Es aquí en donde se empieza a esbozar aspectos relacionados con el control sistemático para el desarrollo de la actividad valorativa del profesor.

En la edad media, la universidad introduce los exámenes orales con carácter más formal. Los aprendices que logran pasar estos exámenes públicos ante un tribunal tenían la aprobación garantizada.

En esta época, la iglesia era quien tenía la potestad de la formación intelectual, y siempre dirigida a los grupos dominantes de la sociedad de la época. La enseñanza se tenía carácter íntegramente teológico. Se obligaba a memorizar lo aprendido y la evaluación era totalmente reproductiva. Los estudiantes salía a la pizarra y debía repetir de manera memorística. El maestro no perdonaba errores y aplicaba castigos crueles a quien no recitara la lección.

A continuación comienzan las revoluciones populares contra la nobleza feudal y empiezan a darse las primeras formas del capitalismo de producción y junto a ello también se desarrolla la escuela y el pensamiento pedagógico. En esta etapa se destaca a **Juan Amos Comenius, (1592-1670)**, escribe varias obras basadas en la educación siendo la más famosa Didáctica Magna y Gran Didáctica (1636). En esta se señala el inicio de la estructura de la teoría de la enseñanza. Otra obra importante fue Consejo General sobre la superación de los problemas humanos, en 7 tomos. Para Comenius, el fin primero de la evaluación era, mejorar la enseñanza y lo conseguía mediante la realización de exámenes orales, metodos e instrumentos sencillos. Le da gran importancia a la solidez de la asimilación de los contenidos por los estudiantes, teniendo que ser firmes y estables y que la enseñanza no debe apresurarse. Los alumnos deben dominar totalmente lo que se les va enseñando y el maestro para darse cuenta si ha quedado en el aire por parte del estudiante algún concepto es que el mismo exponga lo que se ha explicado, viendo por parte del maestro, si hay alguna dificultad a la hora de la exposición. Estos aspectos se repiten hasta que quede sólidamente fijado. Para Comenius, la evaluación oral, es muy importante ya que estima que el estudio se hace más claro y sólido, llevando a la enseñanza a ser reproductiva y mecanicista. Huía de los castigos corporales en el caso de que hubiese malos resultados, pero sí que los mantenía en caso de rebeldía.

K.D. Ushinski, fue un innovador en el campo de la didáctica ya que plateó muchas ideas pedagógicas progresistas y profundas como por ejemplo las normas y principios para la organización del trabajo docente, los aspectos relacionados al control de los conocimientos de los alumnos.

- **2ª Etapa. Del S. XVIII al XIX.**

Periodo relativamente corto. En esta época se desarrollaron las revoluciones burguesas, y aquí se estableció el régimen feudal y se dibujó el camino al capitalismo con su posterior revolución industrial del S. XVIII.

Todo esto conlleva al desarrollo social-científico, que influye directamente en las teorías de la educación, aportando valiosas concepciones pedagógicas por filósofos y pedagogos como J.J Rosseau (1712-1778), J.R. Pestalozzi (1746-1827), M.V. Ushinski (1824-1870), entre otros...

Con respecto a la evaluación, generalmente no fue tratado de manera teórica, como la entendemos en nuestros días, pero si se reflejaban en la práctica escolar que se desarrollaba exclusivamente mediante la realización de exámenes y que la forma de realizar estos, respondían en la mayoría de los casos a las costumbres sociales y se mantenían por lineamientos generales de las instituciones

Es en esta etapa en donde aumenta la necesidad de la comprobación de los méritos personales debido a la demanda y el acceso a la educación. Fueron las instituciones de la época las que elaboran las primeras normas sobre la utilización de exámenes escritos.

En 1782, se crea en San Petesburgo, una comisión de escuelas públicas, (órgano gubernamental burocrático). Se elabora un tratado de didáctica en la cual recomendaba el interrogatorio a los alumnos. Los exámenes se hacían dos veces al año en presencia de maestros de otros grados y al final del curso se hacían exámenes públicos en presencia de un gran número de invitados de la nobleza, clero, funcionarios y comerciantes importantes de la época. Estos exámenes se realizaban de manera muy estricta, y los maestros debían pronunciar *arenga*, (Arengas, Tipo de discurso. <http://es.wikipedia.org/wiki/Arenga>), las cuales hacían propaganda a la importancia de la ciencia y la enseñanza y los alumnos recitaban poesías, teniendo derecho los invitados a formular preguntas a los alumnos según el programa de exámenes, (2T-I, p.29)

León Nicolaevich Tolstoi, (1828-1910), realiza un estupendo trabajo en el que da aportes significativos a la actividad pedagógica de su tiempo. Dentro de estos trabajos se estudió que tuvo deficiencias las que destacamos la no existencia de una

evaluación sistemática. Para Él lo importante era dedicarse únicamente a la instrucción, acompañando de un trabajo educativo.

Algunos investigadores se dedicaron en esta etapa, a estudiar el problema de las notas y juicios de los maestros. Realizaban mediciones, para estudiar el problema de la educación. El primer paso era la realización de test, que posteriormente fue rechazado ya que no tenían la medición. Estos test, se fueron generalizando para la medición de las materias escolares y para varios grados. Se clasificaban de diferentes y variadas formas, por ejemplo había test de rendimiento, pronóstico, aptitud, personalidad....

- **3ª Etapa. Finales del S. XIX-XX.**

Es en esta etapa en la que las teorías pedagógicas tuvieron un creciente desarrollo. Desde finales del S.XIX, y principios del S.XX las teorías burguesas eran extremadamente variadas: escuela nueva, educación cívica y escuela pragmatista y pedagogía de la acción, experimental y pragmatista, evaluación del aprendizaje de acuerdo a los intereses de la burguesía. Diversas tendencias dan enfoques para mejorar el acto educativo y en específico a la evaluación el aprendizaje, resaltando cada una de ellas uno de los elementos psicológicos que intervienen en la educación; conductuales, afectivos, cognoscitivos o sociales, entre otros.

La medición en la educación fue objeto de estudio de investigadores los primeros resultados provienen del profesor de psicología de la universidad de Colombia DR. Edward Y. Thomdike en 1904, de Binet y revisados por Ternman Standford trascienden después de la primera guerra mundial en los test se ponen al servicio de los fines sociales y surge la época denominada testines, (1920-1930), lo que se busca es medir toda clase de destrezas escolares, siendo Mc Call que propone que deben ser los maestros quien construyas sus propias evaluaciones. El objetivo de este sistema de evaluación era;

1. Detectar las diferencias individuales.
2. Las diferencias dentro del rango y atributos de las evaluaciones psicológicas de la época.
3. Las puntuaciones diferenciales para determinar la posición del sujeto dentro de la norma grupal.

A través de esto surgen los test de rendimiento que se elaboran para establecer discriminaciones individuales, la evaluación y la medida tenían poca relación con los objetivos educativos. Los instrumentos empleados son escalas de escritura, redacción ortográfica, cálculo aritmético entre otros.

Es en Estados Unidos, en 1845, en donde se empieza a utilizar las primeras técnicas evaluativas del tipo test escritos, que se extienden a las escuelas de Boston y que inician hacia algo más objetivo y explícito con relación a determinadas destrezas lecto-escritoras, pero no se trata todavía a la evaluación como un enfoque teórico, sino como algo que responde a prácticas rutinarias y basadas en instrumentos poco fiables.

Se establecen sistemas nacionales de educación y los diplomas de graduación, tras la aprobación de exámenes.

La evaluación surge como la expresión práctica más significativa de la aplicación de las teorías y métodos de la ciencia social a los problemas planteados por la ingeniería social. Se expresa mediante una opinión de que algo es significativo, lo cual no necesariamente lleva a una decisión de actuar de cierta manera, aunque hoy en día sea utilizada para este propósito. La evaluación termina al establecer un juicio sobre el valor de algo.

“la evaluación educativa está vinculada con la planeación y el control social, y su valor fundamental es el orden”.

En la década de los 30 estableció un proceso de objetivos de aprendizaje ubicado en la escuela para planear el currículum y la metodología del diseño experimental. El término evaluación se usó como algo alternativo a “medición”, “prueba”, o “examen”, en consideración de que implicaba un “proceso mediante el cual los valores de una empresa son reconocidos”. El propósito de la evaluación era llevar a cabo verificaciones periódicas sobre la efectividad de las escuelas e indicar los aspectos en sus programas en donde el mejoramiento fuera necesario.

Tyler, en 1949, cambió el foco de la evaluación de las habilidades de los individuos al diseño del currículum. La evaluación dejó de ser una tecnología para discriminar entre individuos y se convirtió en un medio para conocer el grado en que las intenciones del currículum se alcanzaban en la práctica. La evaluación era

“esencialmente el proceso de determinar en qué medida los objetivos educativos eran logrados por el programa del currículum y la enseñanza”, pero él no rechazaba los exámenes, ya que éstos eran también un medio para estimar si se habían alcanzado los objetivos del currículum.

El origen del término de evaluación educativa se debe a Ralph Tyler, es considerado el padre de la evaluación, ya que la pasa a un primer plano, pasando a un segundo término la medición.

“Siempre que haya educación, habrá un plan de estudios” (Ralph W. Tyler, 1990).

Da la vuelta al paradigma que sostenía que la medición y evaluación eran conceptos intercambiables. Da una visión metódica de la evaluación y escribe en su obra titulada *“Eight-year study of secondary education para la progressive education association”*, la necesidad de plantear una evaluación científica que sirva para perfeccionar la calidad de la educación, para lo que expone en 1950, la idea de “currículum”, integrando en él su método sistemático de evaluación educativa como proceso surgido para determinar en qué medida han sido alcanzados los objetivos establecidos.

El currículum viene establecido por cuatro preguntas, según Tyler:

1. ¿qué objetivos se desean conseguir?.
2. ¿con qué actividades se pueden conseguir?.
3. ¿cómo pueden organizarse eficazmente estas experiencias?
4. ¿cómo se pueden comprobar si se alcanzan los objetivos?

Y establece las siguientes condiciones para que se dé una buena evaluación:

1. Propuesta clara de objetivos.
2. Determinación de las situaciones en las que se debe manifestar las conductas esperadas.
3. Elección de los instrumentos apropiados de evaluación.
4. Interpretación de los resultados de las pruebas.
5. Determinación de la fiabilidad y objetividad de las medidas.

El objetivo del proceso evaluativo era determinar el cambio ocurrido en los alumnos pero su función es más amplia, ya que el cambio es un medio para informar acerca

de la eficacia del programa. Guba y Lincoln afirmaban que estaban ante la segunda generación de evaluación. Estos planteamientos se extienden en el año 1970 en España con la Ley General de Educación.

A finales de los 60 se hace la crítica al modelo tradicional de evaluación y en los 70 surgieron nuevas formas para evaluar las innovaciones educativas por ejemplo rúbricas de evaluación, que a partir de los ochentas se empezó a utilizar como un anexo a la evaluación propiamente dicha, ya que ésta permite realizar evaluaciones subjetivas a través de un conjunto de criterios y estándares que generalmente están relacionados con los objetivos. Las rúbricas permiten estandarizar la evaluación de acuerdo con criterios específicos, haciendo la calificación más simple y transparente.

Surge una evaluación más pragmática, desde el punto de vista metodológico que responde a situaciones particulares, poniendo la atención en las preguntas, preocupaciones, problemas, necesidades de información... la intención es la de incrementar la utilidad de los resultados.

La nueva concepción de evaluación educativa se caracterizó por ser reflexiva, dinámica, secuencial y oportuna, ya que la evaluación tiene que usar modelos que se preocupen de cómo el estudiante aprende, por lo que es necesario sustituir viejos constructos por ideas “emergentes”.

Tras la segunda guerra mundial se produce un periodo de expansión que Stufflebeam y Shinkfield, (1987) lo califican de irresponsabilidad social, ya que se extienden instituciones y servicios educativos de todo tipo, se producen test estandarizados, se avanza la tecnología de la medición y en los principios estadísticos del diseño experimental. Esta etapa es importante ya que aparecen las famosas taxonomías de los objetivos educativos, (Bloom, 1965).

Los años sesenta, setenta y ochenta, los aportes significativos son: la toma de decisiones, se elaboran criterios de observación y antes de la evaluación la previa revisión toma importancia, se habla de conceptos tales como procesos evaluativos y valores de apertura.

Es una época en la que se fundan asociaciones científicas y aparecen los planteamientos del paradigma constructivista, además se definen tareas básicas de evaluación con doce pasos para que su aplicación sea correcta.

Strocobi (1960), propone criterios básicos de evaluación y 15 recomendaciones para hacerla objetiva. Es una época de desarrollo tecnológico.

En 1973, la legislación de muchos estados americanos instituyó la obligación de controlar el logro de los objetivos educativos y la adopción de medidas correctivas en caso negativo.

Los años setenta se caracterizan porque surge un aumento de toda clase de modelos educativos, es una época de gran pluralidad conceptual y metodológica. Autores como Guba y Lincoln (1989), ofrecen una alternativa evaluadora pretendiendo superar las deficiencias de las tres generaciones anteriores. La llaman “respondente y constructivista, integrando el enfoque respondente” propuesto por Stake y la epistemología postmoderna del constructivismo (Russell y Willinsky, 1997). Es la base para determinar qué información se necesita, la utilización de las demandas es importante porque se trata de grupos de riesgos ante la evaluación, sus problemas deben ser contemplados con cuidado para que estén protegidos, y procurar que se produzca una interacción positiva. En esta propuesta el evaluador es el responsable de determinadas tareas.

El nuevo impulso de Stufflebeam, propone el modelo CIPP, de mayor uso actual acerca de la concepción de la investigación evaluativa en educación. Se parte de cuatro principios, para que cualquier trabajo de investigación sea bueno, según Joint Committee, (1981-1988):

1. las necesidades educativas.
2. La equidad.
3. La factibilidad.
4. La excelencia.

En el S. XX se formuló un plan global de evaluación requiriendo de un organigrama coherente. Scriven(1963), analizó 6 versiones de evaluación lo que permitió crear diseños de evaluación educativa llegando así a tres modelos principales a parte de otros muchos que mencionamos más adelante:

1. Conductista.
2. Humanístico
3. Holístico.

El cognoscitismo se enfatiza en la transcendencia de evaluar las habilidades del pensamiento y de reforzamiento del alumno, para David Ausbel, *“una buena evaluación es aquella que da una comprobación objetiva de los logros y deficiencias de los estudiantes”*.

El humanismo comparte con la filosofía existencialista. Da una visión del hombre como un ser creativo, libre y consciente, y plantea que el objetivo de la educación es promover la autorrealización, estimular los potenciales del individuo para que lleguen a lo máximo y por eso consideran que la única evaluación válida es la autoevaluación del alumno, y el motivo que da a todo esto, es que los agentes externos están incapacitados para juzgar al educando, dado que los cambios integrales e internos no solo son difíciles de medir y valorar. Plantea que los criterios de calificación los establece el propio alumno, es el que decide que fue lo que aprendió y que hace falta aprender. Explican formas de incorporar autoevaluación en clase, y los criterios que en la mayoría de los casos toman los estudiantes para realizarla desde el punto de vista de su satisfacción personal. Exponen, que la evaluación como recurso, fomenta la creatividad, la autocrítica y la autoconfianza de los estudiantes.

Los psicoanalistas hablan de una evaluación que da más prioridad al proceso que al resultado educativo, prefiriendo una evaluación general, decidiendo cuáles fueron los objetivos logrados e identificando qué elementos no esperados sucedieron, y realizar la autoevaluación personal y en colectivos decidir la nota de cada estudiante.

La teoría genética o Piagetiana, que se realizó en la década de los 60 en Norteamérica, describe como se conocen y aprenden los sujetos de la enseñanza. Hace énfasis en la evaluación, en el estudio de los procesos cognoscitivos y en la utilización del método crítico-clínico. Critican los exámenes tradicionales ya que fomentan la memorización justificando diciendo que estos no se preocupan por la formación de la inteligencia y de los buenos métodos de trabajo de los estudiantes.

Vigotski y sus seguidores plantean que la evaluación debe dirigirse a determinar el nivel de desarrollo potencial, además de verificar el nivel de desarrollo real de los alumnos, es decir, evaluar los productos pero especialmente los procesos de desarrollo y que no exista alejamiento entre el alumno y el profesor en las pruebas, para poder llegar a lograr la objetividad de la evaluación. El profesor puede en este caso prestar ayuda en una intervención continua para poder diagnosticar el potencial de aprendizaje y la zona de desarrollo próximo.

1.3. CONCEPTO DE RÚBRICA Y EVALUACIÓN.

1.3.1. ¿QUÉ ES UNA RÚBRICA DE EVALUACIÓN? DEFINICIÓN.

EVALUACIÓN:

✚ *Proceso sistemático que permite obtener información continua y significativa, interpretar la información para conocer la situación del estudiante, con respecto a la construcción de su aprendizaje, en los diferentes momentos del periodo escolar; formar juicios de valor con respecto a ese proceso y tomar decisiones válidas y oportunas para adecuar las intervenciones didácticas (Medina Rivilla Antonio, 2010).*

✚ *Proceso en el que se distingue cuatro fases:*

- *Recogida de información*
- *Interpretación de la información,*
 - *Formación de juicios de valor y adopción de medidas, en función al valor asignado.*

La palabra RÚBRICA deriva del latín *ruber* (rojo), y es una palabra o sección de texto que está escrita o impreso en tinta roja para resaltarlo. Rúbrica en el sentido de ocre rojo o rojo tiza, y se origina en los manuscritos medievales iluminados del siglo 13 o antes. Se utilizaban para resaltar o destacar las letras iniciales capitales, encabezados de sección y los nombres de significado religioso. Una práctica conocida como *rubrication*, siendo una etapa en la producción de manuscritos (<http://www.significados.info/rubrica/>).

Podemos definir las rúbricas en función de diversos autores como:

✚ *“Descriptor cualitativo que establece la naturaleza de un desempeño” (Simon 2001).*

- ✚ *“Conjunto de criterios o de parámetros desde los cuales se juzga, valora, califica y conceptúa sobre un determinado aspecto del proceso educativo por lo que también pueden ser entendidas como Pautas que permiten aunar criterios, niveles de logro y descriptores de cuando de juzgar o evaluar un aspecto del proceso educativo del que se trata”*(Vera, L. 2011).
- ✚ *“Es una descripción de los criterios empleados para valorar o emitir un juicio sobre la ejecutoria de un estudiante en algún trabajo o proyecto”* (Díaz Barriga, 2005).
- ✚ *“Es una matriz que puede explicarse como un listado del conjunto de criterios específicos y fundamentales que permiten valorar el aprendizaje, los conocimientos o las competencias logrados por el estudiante en un trabajo o materia particular”*(Díaz Barriga, 2005).
- ✚ *“Son guías o escalas de evaluación donde se establecen niveles progresivos de dominio o pericia relativos al desempeño que una persona muestra respecto de un proceso o producción determinada. Tienen un amplio rengode criterio que cualifican de modo progresivo el tránsito de un desempeño incipiente o novato al grado experto”* (Díaz Barriga, 2005).
- ✚ *“Descripción de los criterios empleados para valorar o emitir un juicio sobre la ejecutoria de un estudiante en algún trabajo o proyecto, es decir es una matriz que puede explicarse como un listado del conjunto de criterios específicos y fundamentales que permiten valorar el aprendizaje, los conocimientos o las competencias logrados por el estudiante en un trabajo o materia”*.
- ✚ *Son escalas ordinales que destacan una evaluación del desempeño centrada en aspectos cualitativos, aunque es posible el establecimientos de puntuaciones numéricas”*.
- ✚ *“Herramienta de puntuación que enumera los criterios específicos para valorar un trabajo complejo, dicho de otro modo: lo que cuenta. También articula un gradiente de calidad para cada uno de los criterios, desde “flojo” hasta excelente. Su objetivo es diseñarla de manera que el estudiante puede ser evaluado claramente y cuáles son los criterios con los que se van a calificar un objetivo previamente establecido, un trabajo, una presentación o un informe escrito de acuerdo con el tipo de actividad que se desarrolle con los alumnos”* (Torres Gordillo y Perera Rodríguez 2010).

- ✚ *“Se juzga, valora, califica y conceptúa sobre un determinado aspecto del proceso y se establecen niveles progresivos de dominio o pericia relativos al desempeño que una persona muestra respecto de un proceso o producción determinada”, (Martínez Rojas)*
- ✚ *Estrategia de evaluación alternativa, generada a través de un listado (por medio de una matriz), de un conjunto de criterios específicos y fundamentales que permite valorar el aprendizaje, los conocimientos y/o competencias, logrados por el estudiante en un trabajo o en una materia en particular (Ariasian, 2001; Darling-Hammond, 1995; Díaz Barriga y Hernández, 2002).*
- ✚ *“Matriz de valoración que facilita la evaluación permanente del desempeño del estudiante en las áreas del currículo (materias o temas) que son complejas, imprecisas y subjetivas”.*
- ✚ *Conjunto de criterios que se utilizan, para determinar el nivel de ejecución al que llega un estudiante, durante la realización de una tarea o actividad de aprendizaje.”(Taller de desarrollo profesional para maestros. Learning Alliances).*
- ✚ *Estrategia de evaluación alternativa, generada a través de un listado, 8por medio de una matriz), de un conjunto de criterios específicos y fundamentales que permiten valorar el aprendizaje, los conocimientos y/o las competencias, logrados por el estudiante en un trabajo o materia particular”. (Taller de desarrollo profesional para maestros. Learning Alliances).*
- ✚ *Son instrumentos de medición en los cuales se establecen criterios y estándares por niveles, mediante la disposición de escalas, que permiten determinar la calidad de la ejecución de los estudiantes en unas tareas específicas.”*
- ✚ *Es una opción viable para otorgar criterios devaluatorios cuantitativos, cualitativos o mixtos, que permitan conocer el desempeño del estudiante durante el desarrollo de un proyecto a lo largo de un curso durante la resolución de problemas o en términos de la determinación de evidencias de aprendizaje”. (Varios autores).*
- ✚ *Es una herramienta de evaluación formativa que forma parte integral del proceso de aprendizaje desde una perspectiva socio constructivista”. (Varios autores).*

✚ “Instrumento de evaluación basado en una escala cuantitativa y/o cualitativa asociada a unos criterios preestablecidos que miden las acciones del alumnado sobre los aspectos de la tarea o actividad que serán evaluados.”

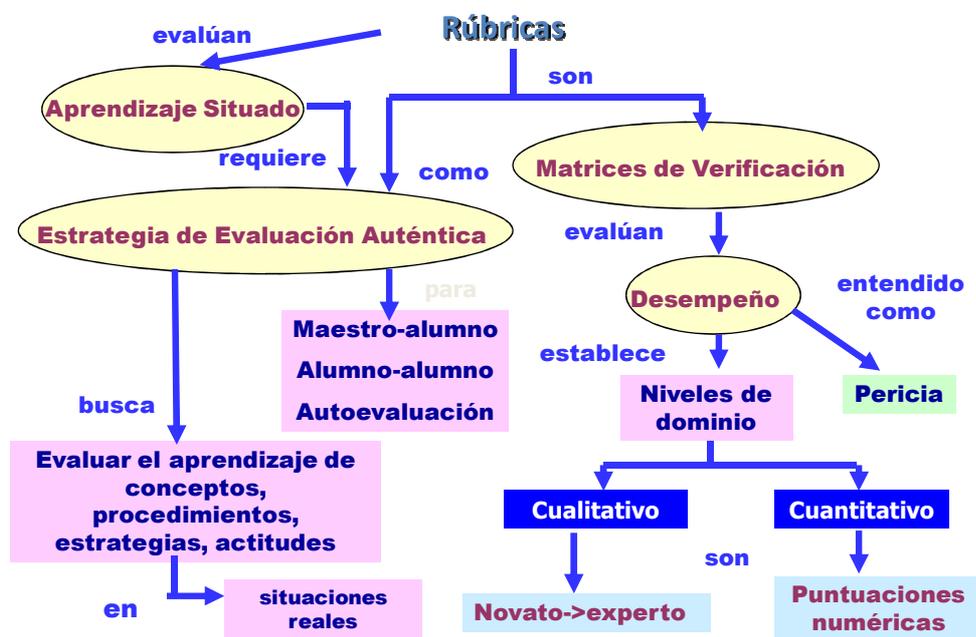


Fig. nº 1: Rúbrica de Evaluación, Prefeco Melchor Ocampo, 2010.

1.3.2. ¿QUÉ NOS PERMITE LA RÚBRICA DE EVALUACIÓN?

Nos permiten explicitar y detallar los criterios de valuación en función de las principales tareas de aprendizaje. Gracias a ellas, empezamos a tener una visión dialógica y negociada de la evaluación, ya que al utilizarlas, necesariamente, necesita de su negociación y consenso con el grupo de clase.

Son unas condiciones que nos permiten adentrarnos en un concepto de una evaluación un poco más motivadora, ya que el alumno es partícipe en todo momento del proceso evaluador y no dejarlo el 100% al docente. Va acompañada de criterios que ayuda al docente al ver claramente la posición que ocupa en ellos el sujeto evaluado y facilita al mismo la orientación para mejorar.

La rúbrica permite que la evaluación sea más objetiva, obligando al docente a clarificar los criterios que utilizará para valorar la tarea del alumno, proporcionado indicadores

para llevar a cabo la evaluación y posibilitar al alumno a que sepa cómo va a ser evaluado y cómo puede valorar la tarea de sus compañeros.

1.3.3. ¿EN QUÉ CONSISTE LA RÚBRICA DE EVALUACIÓN?

Como hemos mencionado en las diferentes definiciones, todas están de acuerdo que la rúbrica de evaluación es un herramienta, instrumento, estrategia, escala, matriz, que describe, establece, facilita, determina los criterios específicos y fundamentales de una tarea o actividad de las diferentes áreas del currículum, para determinar el nivel de aprendizaje, de conocimientos, y/o competencias de ejecución del alumno.

Todo proceso de evaluación tiene que responder a los principios de:

- validez,
- confiabilidad,
- flexibilidad e
- imparcialidad.

Nosotros como profesionales de la educación estamos llamados a tener las competencias necesarias para la evaluación de aprendizaje de nuestros alumnos.

Las rúbricas consisten en establecer una escala descriptiva atendiendo a unos criterios establecidos previamente, según un sistema de categorías en los que se recogen claramente aquellos elementos susceptibles de ser evaluados y considerados como relevantes de acuerdo a los objetivos formulados, desde un nivel de excelencia hasta un nivel de deficiente o bajo, si se toman como referencia de puntuación las características, y si se toma como referencia cuantificaciones pueden ir desde el 10 hasta el 0, en función de cómo queramos graduarlo.

La rúbrica no solo sirve para averiguar, no solo cuánto está aprendiendo el estudiante, y en ese sentido se puede considerar como una herramienta de evaluación formativa, pues se convierte en parte integral del proceso de aprendizaje, se puede lograr en las siguientes situaciones:

1. Cuando los estudiantes se sienten involucrados en el proceso de evaluación de su propio trabajo, (autoevaluación).
2. Del trabajo de sus compañeros (evaluación inter pares).

3. Cuando el estudiante participa en sus diseños, (siempre y cuando esté familiarizado con la matriz de valoración).

1.3.4. Objetivo general de las Rúbricas.

El objetivo general que debe cumplir cualquier rúbrica independientemente del tipo que sea es:

- Ser el documento rector para la normalización de criterios docentes respecto a las actividades de evaluación del aprendizaje de los alumnos y un criterio a tomar en cuenta para la permanencia docente por lo que se recomienda tanto a los estudiantes como a los docentes que lean detenidamente toda la documentación oportuna antes de elaborar las cada una de las rúbricas.
- Mostar al estudiante cómo se realizar las actividades de aprendizaje que solicitan los docentes durante el desarrollo de cada curso y también de qué forma habrá de evaluarse, cubriendo principalmente los siguientes aspectos:
 - El detalle y la profundización de lo realizado.
 - La aclaración sobre el tema.
 - La alta calidad del diseño.
 - Los elemento propios de la actividad de aprendizaje.
 - La representación de la actividad de aprendizaje.

1.3.5. Partes de la rúbrica.

En función de lo que queramos la rúbrica consta de:

- Conceptos o rubros.
- Escala de calificación, o nivel de ejecución
- Criterios o descriptores.

Conceptos o Rubros	Escala de calificación y/o Niveles de Ejecución			
	<i>Cuantitativo/Cualitativo Mixto</i>			
	4 Excelente	3 Muy bien	2 Bien	1 Deficiente
<i>Aspectos a evaluar</i>	Criterios o Descriptores			
	<i>Evidencias a alcanzar</i>			

Fig. N°2: Guía Básica para la elaboración de Rúbricas. Miguel Ángel López Carrasco. Universidad Iberoamericana Puebla, Septiembre, 2007.

Los **conceptos o rubros**, son los aspectos a evaluar por parte del docente, están asociados a las competencias o habilidades que se busca desarrollar entre los estudiantes. No va a existir un límite para poderlos establecer y están sujetos a las evidencias que se tienen que alcanzar de acuerdo con lo planteado en el curso o actividad que se esté realizando.

Cada uno de los conceptos son definidos por los criterios o descriptores siendo estos graduados por la **escala de calificación**, desde lo cuantitativo, o nivel de ejecución, desde lo cualitativo, o colocando ambas opciones al mismo tiempo, de forma mixta, pero una cosa que si tenemos que hacer es que los **niveles de ejecución** tendrán que estar perfectamente definidos a través de los **criterios**.

Además, las rúbricas son un cuadro de doble entrada o matriz de evaluación, en el cual se expresa de forma explícita, en el eje vertical, (cabezas de fila) los aspectos que se evaluarán y nos darán información de la calidad de la tarea y en el eje horizontal, (cabezas de 1 columnas), los cuantificadores, (10, 9, 8...) o calificativos (excelente, bien, regular...) que asignarán los diferentes niveles de logro.

Ejemplo de rúbrica mediante cuantificadores:

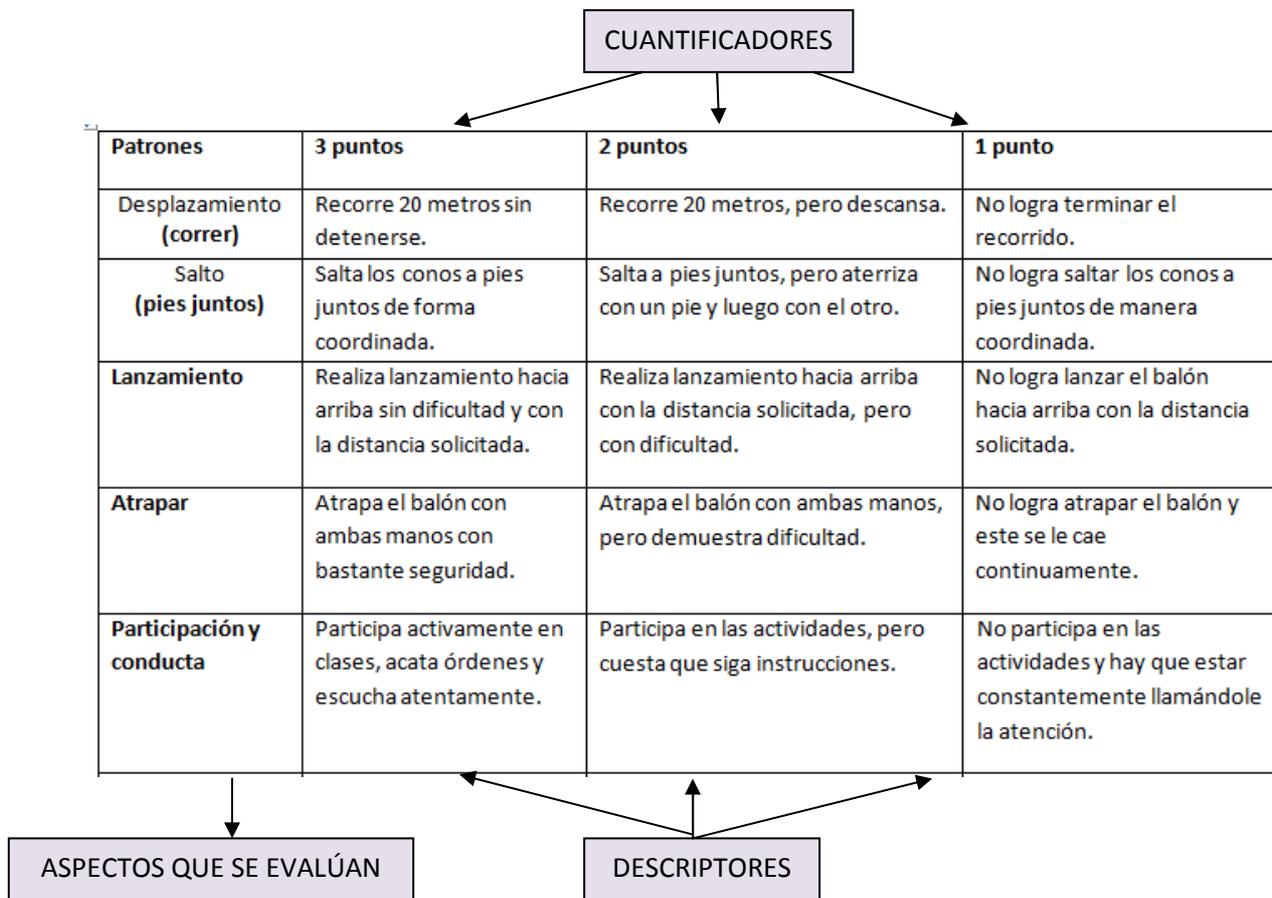


Fig. N° 3, Ejemplo de rúbrica para identificar la colocación de los conceptos aspectos que se evalúan, descriptores y cuantificadores en una rúbrica donde se evalúan determinados aspectos de cualidades

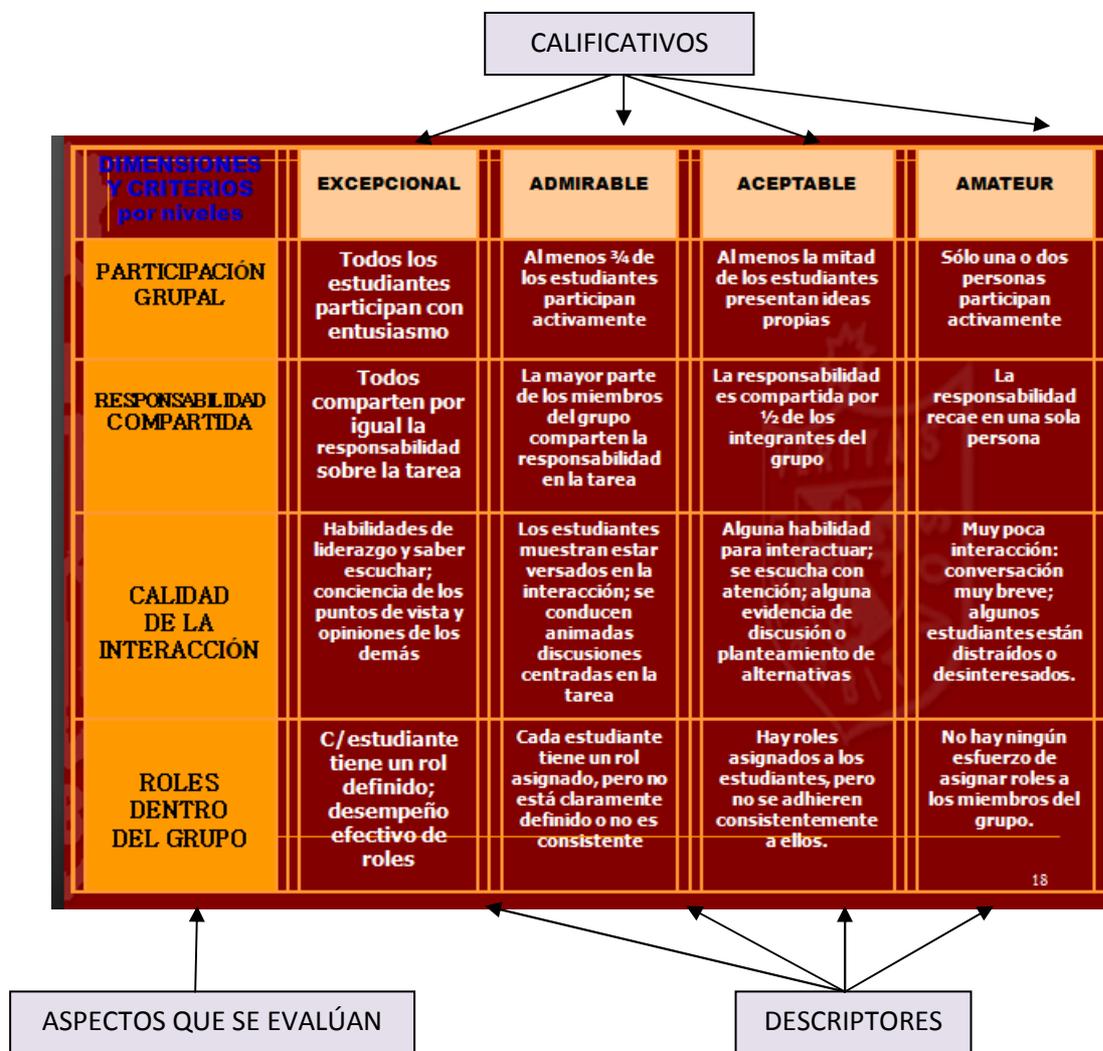


Fig. N°4, Ejemplo de Rúbrica para identificar donde se colocan los aspectos que se evalúan, los descriptores y los calificativos.

La matriz está compuesta por un “*listado de criterios específicos y fundamentales que permiten valorar el aprendizaje de los conocimientos y/o las competencias, logrados por el estudiante en un trabajo o materia particular*”, (Eduteka org, 2007).

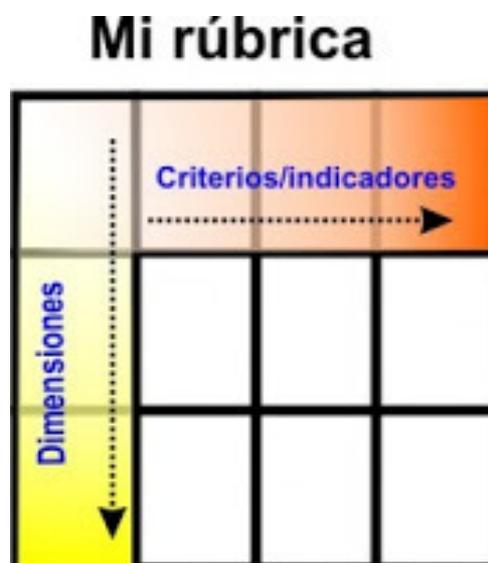


Fig. N°5, las rúbricas instrumentos para valorar aprendizajes. Pre-textos en virtualidad, 6 de diciembre, 2011.

1.3.6. ¿POR QUÉ Y PARA QUÉ DE LAS RÚBRICAS?

Utilizamos las rúbricas para realizar evaluaciones objetivas y consistentes, de actividades, de trabajos, presentaciones o escritos, por ejemplo.

Además permiten evaluar las competencias relacionadas con síntesis, aplicación, crítica, producción de trabajos... explicando el mayor y menor dominio de una competencia. Es considerada con una herramienta de evaluación formativa que forma parte integral del proceso de aprendizaje desde una perspectiva constructivista.

Las rúbricas son elaboradas por los profesores para poder valorar los aprendizajes, los productos y las competencias reflejadas en el programa de cada una de las asignaturas, concretando en cada momento los aspectos que queremos evaluar. Es un método que no solo es calificador, (es la evaluación entre los alumnos y la evaluación docente), si no también regulador, (revisión y mejora de los puntos y mejoras de sus trabajos y aprendizajes entre los alumnos y el docente) de todo el proceso de aprendizaje.

Nos pueden dar información de tanto a quien enseñan como a quien aprende, de todos los aspectos en los que cada uno es fuerte y en aquellos en los que necesita más trabajo para su adquisición (Pogré y Lombardi, 2004, 96). Heidi Goodrich afirma que “las matrices, permiten la evaluación funcione rápida y eficientemente ayudando a los docentes a fundamentar ante las familias y otras personas las calificaciones que ellos asignan al os estudiantes...” (Goodrich-2003,3).

Las rúbricas son útiles para:

- Instrumento de evaluación que nos permite verificar y valorar el desarrollo de un proceso, de una tarea o de un producto.
- Establecer de forma clara y precisa los criterios y elementos involucrados en una determinada actividad de aprendizaje.
- Tener una guía clara y explícita para realizar la tarea, lo cual es muy útil para el estudiante.
- Facilitar a que los estudiantes desarrollen mejor los conceptos y destrezas que requieren las tareas asignadas.
- Dar un seguimiento a las actividades del trabajo que se desarrolla. Al mismo tiempo enriquecerlo de forma precisa durante su construcción.

- Retroalimentar sobre su desempeño, identificando los puntos donde tuvo éxito y en donde falló.
- Permite desarrollar las valoraciones cualitativas al modelo educativo basado en competencias.

1.3.7. CARACTERÍSTICAS DE LA RÚBRICA.

Una de las características más importantes de la evaluación es la participación de los estudiantes en el proceso.

La evaluación no es una responsabilidad exclusiva del docente, es imprescindible que los propios alumnos participen en todo el proceso, se involucren, que sepan que se espera de ellos, con qué indicadores se los evalúa, que se autoevalúen y que evalúen a sus compañeros.

Las rúbricas son conceptuales y abstractos, agrupan, distinguen y clasifican, además otorgan un valor a los diferentes niveles y fundamenta la opinión del evaluador sobre los resultados obtenidos.

Además deben contener las siguientes premisas,

- Deben ser coherentes con los objetivos educativos que se persiguen.
- Apropriadadas al nivel de desarrollo de los estudiantes.
- Establecer niveles y términos claros.

Puede ser un instrumento de evaluación formativa facilitando la valoración en áreas consideradas subjetivas, complejas o imprecisas mediante criterios que cualifican progresivamente el logro de aprendizajes, conocimientos y/o competencias valoradas desde un nivel incipiente hasta experto (Díaz-Barriga F. Enseñanza situada: vínculo entre la escuela y la vida. México, McGraw Hill, 2006).

- No solo hay que buscar el comprobar conocimientos, sino su aplicación en distintas situaciones de la vida, por tanto, hay interacción entre teoría y práctica.
- Abarcar y el conocer, el saber y el saber ser y convivir, no solo se evalúa el saber práctico. De esta forma restringiríamos el sentido de las capacidades y de las competencias. Las actitudes y los valores también son imprescindibles.

- Hay una implicación en la aplicación de la variedad de procedimientos e instrumentos, pues no se puede evaluar capacidades y competencias solo en un momento y con un instrumento.
- Está al servicio de quien enseña y sobre todo de quien aprende.

“enseñamos e impulsamos al alumno a que participe en la evaluación (autoevaluación, coevaluación). Compartir la evaluación con los que aprenden es una necesidad en el desarrollo de las capacidades como: al autoaprendizaje, la autonomía, el aprender a aprender” (Catillo Arredondo ,2003. Compromisos de la evaluación educativa. Madrid: Pearson Educación. Pag. 46).

1.3.8. DESCRIPCIÓN Y TIPOS DE RÚBRICAS.

Las rúbricas o matrices de valoración se utilizan para múltiples y variadas actividades de aprendizaje. Son conocidas como rúbricas, hoja de cotejo y matriz de valoración-. Pueden ser de dos tipos:

- Comprensiva, holística o global.
- Analítica.
- **Comprensiva, holística o global,**
 - Es la que considera a ejecución de los estudiantes **como una totalidad**, cuando se valora la misma al compararse con los criterios establecidos. *“El profesor evalúa la totalidad del proceso o producto sin juzgar por separado las partes que los componen”* (Moskal 2000, Nitko 2001).
 - Se utilizan cuando pueden aceptarse pequeños errores en alguna de las partes del proceso, sin que ellas alteren la buena calidad del producto final.
 - Van a ser más apropiadas cuando las actividades de desempeño requieren que el estudiante produzca una respuesta sin que necesariamente hay una única respuesta.
 - El objetivo es calificar centrándose en la calidad, dominio o comprensión general tanto del contenido específico como de las habilidades que incluyen la evaluación en un proceso unidimensional.
 - Va a facilitar al profesor el trabajo completo por el estudiante.
 - Trata de valoraciones generales que no involucran necesariamente un listado de niveles de ejecución.

- Juzga tareas creativas y las que requieren el juicio independiente del estudiante.

ESCALA	DESCRIPCIÓN
5	Hay evidencias de que sabe ejecutar el tiro a canasta.
4	Hay evidencias de que sabe ejecutar en gran medida el tiro a canasta.
3	Hay evidencias parciales de que sabe ejecutar el tiro a canasta
2	Hay evidencias que señalan que el tiro a canasta lo ejecuta con poca destreza.
1	No ejecutó correctamente el tiro a canasta
0	No participó en la ejecución del tiro a canasta.

Fig. N° 6, Ejemplo de una rúbrica comprensiva o holística en la que no se coloca un listado de conceptos o rubros.

- **Analítica**

- el docente evalúa inicialmente, por separado, las diferentes partes del producto de desempeño y posteriormente suma el puntajes de estas para obtener una calificación total (Moskal 2000, Nitko 2001)
- va a identificar y facilitar al docente componentes de un trabajo o proyecto finalizado, por eso tanto el proceso de elaboración como su aplicación requiere tiempo, haciendo posible crear perfiles de las fortalezas y debilidades específicas de cada estudiante con el fin de establecer un curso de acción para mejorar éstas últimas.
- Este tipo de rúbrica se prefiere, cuando se solicita en los desempeños una respuesta muy enfocada, es decir, para situaciones en las que hay a lo sumo dos respuestas válidas y la creatividad no es importante.
- El proceso de calificación es más lento, ya que se evalúa individualmente las diferentes habilidades o características que el maestro requiere para examinar el producto varias veces.

- Se van involucrar respuestas muy bien enfocadas a una serie de conceptos, junto con la escala de evaluación correspondiente, definiendo cada uno de sus descriptores.
- Desglosa los aprendizajes en tareas específicas y utiliza criterios cuantitativos.
- El procedimiento para elaborar una rúbrica analítica es el siguiente:
 - Seleccionar el objetivo que será objetivo de assessment.
 - Identificar todos los posibles criterios que representan los comportamientos
 - Organizar los criterios por niveles de efectividad y asignar un valor numérico de acuerdo con el nivel de ejecución.
 - Revisar cada trabajo y agruparlo de acuerdo con los criterios de ejecución o efectividad establecida.

Dimensiones o Criterios	Excelente 3 puntos	Satisfactorio 2 puntos	Necesita mejorar 1 punto
Desplazamiento (correr)	Recorre 20 metros sin detenerse.	Recorre 20 metros, pero descansa.	No logra terminar el recorrido.
Salto (pies juntos)	Salta los conos a pies juntos de forma coordinada.	Salta a pies juntos, pero aterriza con un pie y luego con el otro.	No logra saltar los conos a pies juntos de manera coordinada.
Lanzamiento	Realiza lanzamiento hacia arriba sin dificultad y con la distancia solicitada.	Realiza lanzamiento hacia arriba con la distancia solicitada, pero con dificultad.	No logra lanzar el balón hacia arriba con la distancia solicitada.
Atrapar	Atrapa el balón con ambas manos con bastante seguridad.	Atrapa el balón con ambas manos, pero demuestra dificultad.	No logra atrapar el balón y este se le cae continuamente.
Participación y conducta	Participa activamente en clases, acata órdenes y escucha atentamente.	Participa en las actividades, pero cuesta que siga instrucciones.	No participa en las actividades y hay que estar constantemente llamándole la atención.
Responsabilidad de higiene personal	Se presenta con sus materiales de higiene personal	Trae sus materiales de higiene personal en forma regular.	No trae materiales de higiene personal.

Fig. N°7, Ejemplo de rúbrica analítica para evaluar el manejo de contenido, la comprensión del tema y el uso de apoyos en una evaluación sobre Cualidades Físicas Básicas.

1.3.8.1. COMPARACIONES ENTRE HOLÍSTICA Y ANALÍTICA.

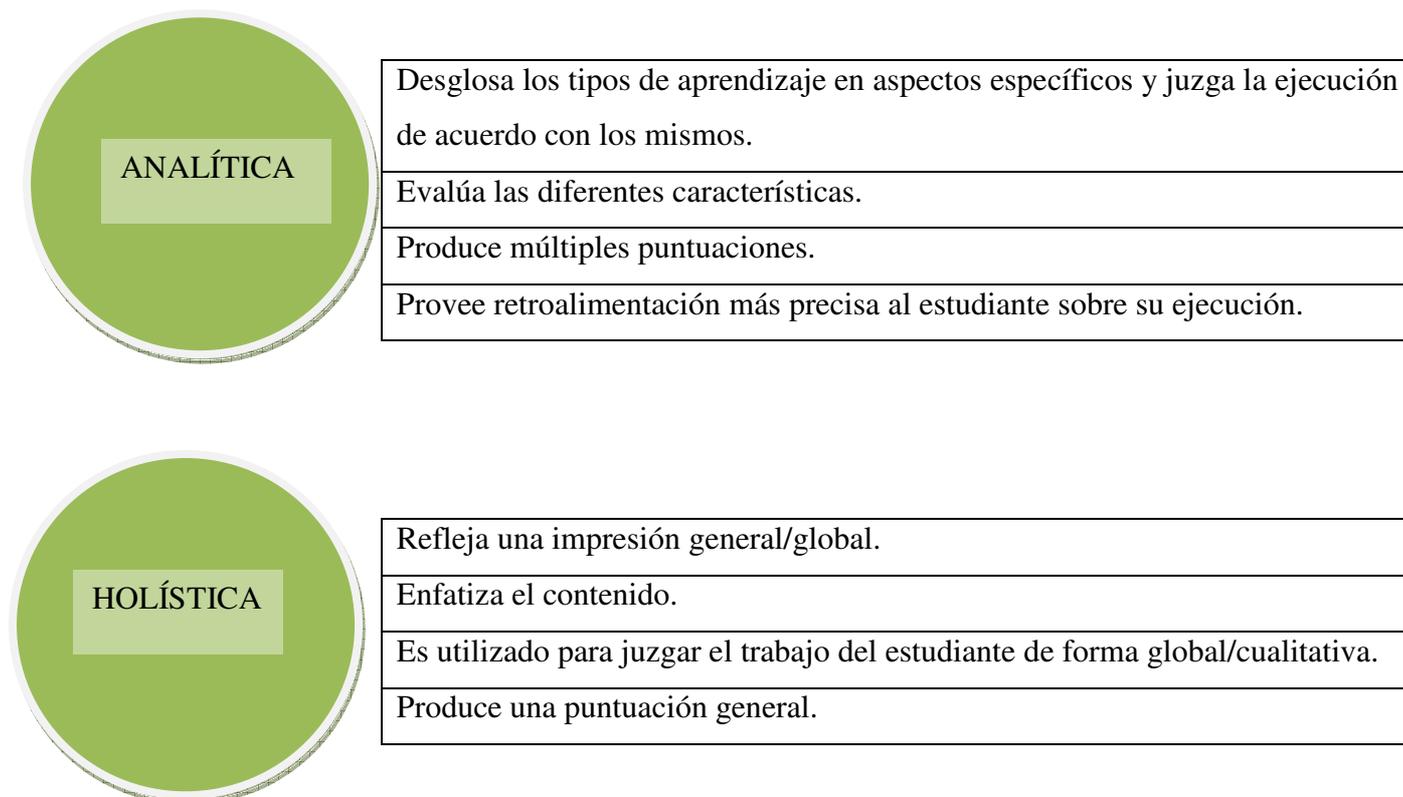


Fig. N°7, Comparaciones entre rúbrica Holística y Rúbrica Analítica.

- **¿Cuál de las dos es mejor?**, ningún tipos de rúbrica es mejor que otro. Los dos tienen su lugar en la evaluación, lo único que va a depender de:
 - A quién enseñemos, porque hay menos detalles que analizar en la holística, es posible integrar a los estudiantes más jóvenes en este esquema que en la analítica
 - Cuántos profesores valoren el producto, puede haber profesores que tengan diferentes ideas respecto a lo que constituye un criterio aceptable. Los detalles extra de una rúbrica analítica ayudarán a enfatizar en múltiples grados el mismo criterio.

1.3.9. OBJETIVOS Y PRINCIPIOS DE LA RÚBRICA DE EVALUACIÓN.

Todos los docentes nos planteamos la cuestión de cómo saber que nuestros alumnos están adquiriendo las competencias u objetivos que se plantean en las actividades las cuales están desarrollando. La única manera de saberlo es a través de la evaluación, con lo cual nos crea la necesidad de mejorarla e ir adaptándola al desarrollo de cada uno de

nuestro alumnos, por ello se establecen una serie de objetivos que se deben llevar a cabo para que la evaluación sirva para que el alumno lo adquiera y pueda transferir esos conocimientos a la vida cotidiana y no se limiten a ser meros conocimientos. Los objetivos de la rúbrica de evaluación son:

- Facilitar la calificación del desempeño de los estudiantes, en áreas que son complejas, imprecisas y subjetivas, mediante un conjunto de criterios graduados que permiten valorar el aprendizaje, los conocimientos y competencias logradas por el estudiante.
- Poder realizar un diseño de evaluación objetiva y consistente de actividades como trabajos, presentaciones o reportes escritos.
- Permitir evaluar las competencias relacionadas con la síntesis, aplicación, crítica, producción de trabajos.. especificando el mayor o menor dominio de una competencia.
- Mostrar a los estudiantes los diferentes niveles de logro que pueden alcanzar en un trabajo o actividad, proporcionándoles los aspectos que deben cumplir para poder alcanzar los niveles más altos en la calificación.
- Facilitar a los estudiantes que realicen la evaluación de sus propias actividades, autoevaluación- heteroevaluación, conociendo los criterios de calificación con que serán evaluados.
- Dar a los docentes una evaluación objetiva, justa e imparcial de los trabajos de los alumnos mediante una escala que mide las habilidades y desempeño de los mismos.
- Desarrollar las matrices de valoración o “rúbricas” como propuestas y estrategias de evaluación del alumnado que propicien una mayor implicación de éstos en las dinámicas de clase, así como una mayor toma de conciencia y responsabilidad crítica sobre la propia experiencia de aprendizaje.
- Facilitar y mejorar los procesos de tutoría docente y entre iguales mediante el uso de rúbricas.
- Mostrar al alumno cómo realizar las actividades de aprendizaje que solicitan los docentes durante el desarrollo de cada curso y también de qué forma habrá de evaluarse, intentando cubrir los siguientes aspectos:
 - Detallar y profundizar lo realizado.
 - Aclarar los temas.

- Gran calidad del tema.
- Los elementos propicios de la actividad de aprendizaje.
- La presentación de la actividad de aprendizaje.
- Debe ser el documento rector para la normalización de criterios docentes respecto a las actividades de evaluación del aprendizaje de los alumnos.

1.3.10. UTILIDAD DE UNA RÚBRICA.

Las rúbricas se van a utilizar, para mostrar a los estudiantes los diferentes niveles de logro que pueden alcanzar en un trabajo, proporcionándoles los aspectos que deben cumplir para alcanzar los niveles más altos de calificación. Así les va a posibilitar a que realicen la evaluación de sus propias realizaciones, a través de la autoevaluación y la Heteroevaluación, mediante el conocimiento previo de los criterios establecidos de calificación con que serán evaluados.

Con respecto al docente, va a posibilitarle una evaluación objetiva, justa e imparcial de todos los trabajos de los estudiantes mediante una escala que mide las habilidades y el desempeño de los mismos.

1.3.11. IMPORTANCIA DE LA RÚBRICA.

Dependiendo de cómo establezcamos los criterios se les podrá asignar las tareas. Éstos deben estar presentados de forma clara y precisa fundamentándose en los objetivos de enseñanza.

Debemos asegurar de manera precisa el nivel de aprendizaje en función del nivel que queramos que tengan los alumnos.

Teniendo en cuenta todo esto, los maestros pueden mejorar la calidad de su enseñanza al enfatizar y precisar los detalles particulares que consideren más pertinentes para garantizar trabajo de excelencia por los estudiantes.

Todo esto, va a permitir a los docentes tener una medida más precisa tanto del producto como del proceso de la ejecución de los alumnos en diferentes tipos de tareas.

Los estudiantes, y gracias a las rúbricas, van a tener una guía de forma explícita para realizar sus tareas de acuerdo a las expectativas de los docentes, y van a facilitar a los

estudiantes a desarrollar mejor los conceptos y destrezas que requieren las actividades asignadas.

Las rúbricas se van a utilizar para múltiples y variadas actividades de aprendizaje.

“Resulta importantes colocar al estudiante en una situación que demande una acción, donde él utilice un conjunto de capacidades en función a obtener un resultado. En este sentido, se puede afirmar que en el desarrollo de la competencia, es primordial interpretar la información per para emplearla y adoptar determinadas actitudes dentro de un marco ético, en función a resolver una situación. Los estudiantes deben reflexionar sobre su propio accionar y tomar conciencia de las capacidades desplegadas en la misma, para comprobar que éstas permiten interactuar mejor con el medio” (MEC, 2009 Fascículo de Evaluación del 3º ciclo de la EEB, pág. 19.).

1.3.12. JUSTIFICACIÓN EN LA UTILIZACIÓN DE LAS RÚBRICAS. VENTAJAS E INCONVENIENTES.

Podemos afirmar, que algunas de las características de las rúbricas son beneficiosas tanto para los docentes como para los a estudiantes dentro de los procesos de enseñanza-aprendizaje (Goodrich Andrade, 2000; Martínez Rojas, 2008, 130). A continuación vamos a señalar algunas ventajas e inconvenientes de la utilización de las rúbricas.

- **Ventajas:**
 - Son un herramienta muy poderosa para el maestro ya que le permite evaluar de una manera más objetiva, pues los criterios de la medición está implícitos y son conocidos de antemano por todos, no se los puede cambiar arbitrariamente y con ellos se hace la medición a todos los caso sobre los cuales se ofrezca emitir juicios.
 - Promueven expectativas sanas de aprendizaje en los estudiantes pues clarifican cuáles son los objetivos del maestro respecto de un determinado tema o aspecto y de qué manera los estudiantes pueden alcanzarlos.
 - Resume gráficamente los criterios de evaluación del proyecto, facilitando a los alumnos una guía de progreso en su trabajo. De seguirla correctamente, les conducirá hacia el éxito en la tarea.

- Ayuda a mantener el o los logros del objetivo de aprendizaje centrado en los estándares de desempeño establecidos y en el trabajo del estudiante.
- Facilita la evaluación integral de las competencias básicas que intervienen en el proyecto y equilibra el resultado académico mediante un adecuado trabajo de las inteligencias múltiples del alumnado.
- Van a facilitar el desarrollo de las competencias.
- Van a facilitar la comprensión global de los temas y la internalización de las capacidades.
- Incrementan la objetividad, del proceso evaluador. Los criterios son conocidos de antemano, no pueden ser modificados arbitrariamente.
- Sirven para evaluar procesos, no solo resultados.
- Son fáciles de utilizar y explicar.
- Permite un aprendizaje más duradero y significativo.
- Tanto el profesor como el alumno pueden adaptar el soporte técnico y el sistema a sus modos de entender la enseñanza y el aprendizaje sin provocar gran cambio en los mismos procesos.
- Permite a los propios estudiantes reflexionar sobre los procesos y comprender el sentido de lo que aprenden, su importancia y su aplicabilidad.
- Reduce al mínimo la subjetividad de la evaluación.
- Promueve la responsabilidad.
- Ayuda a mantener el o los logros del objetivo de aprendizaje centrado en los estándares de desempeño establecidos y en el trabajo del estudiante.
- Proporciona criterios específicos para medir y documentar el progreso del estudiante.
- **Maestros:**
 - Es una herramienta muy buena para el maestro ya que le va a permitir evaluar de una manera más objetiva, ya que los criterios de la medición están explícitos y son conocidos de antemano por todos, no se los puede cambiar arbitrariamente y con ellos se hace la medición a todos los casos, sobre los cuales se ofrezca emitir juicios.

- Dejan bastante claras las expectativas de los profesores, lo que se transforma para los alumnos en seguridad sobre cómo alcanzar lo que el profesor espera que ellos sepan hacer.
- Enfoca al maestro para que determine de manera específica los criterios con los cuales va a medir y documentar el progreso del estudiante.
- Permite al profesorado organizar cuantitativamente y cualitativamente la evaluación del proyecto, reduciendo la subjetividad de la misma.
- Facilitan al profesor las explicaciones a los alumnos sobre las calificaciones.
- Da información al profesor sobre la efectividad del proceso de enseñanza que se está utilizando.

○ **Los alumnos:**

- Promueven expectativas sanas de aprendizaje en los estudiantes pues clarifican cuáles son los objetivos del maestro respecto de un determinado tema o aspecto y de qué manera pueden alcanzarlos los estudiantes
- Permiten que los estudiantes conozcan los criterios de calificación con que serán evaluados, previamente al momento mismo de la evaluación.
- Los alumnos tiene mucha más información sobre sus fortalezas y debilidades en la asignatura que en otro tipo de evaluaciones. Retroalimentación.
- Fomenta la revisión de su trabajo por parte de los estudiantes, antes de ser entregado al profesor. Promoviendo la responsabilidad del estudiante, en función de los criterios expuestos.
- Fomentan el aprendizaje y la autoevaluación. Los estudiantes evaluados por medio de las rúbricas desarrollan más capacidades que los alumnos evaluados por otras formas más tradicionales.
- Ayudan a los alumnos a pensar en profundidad.
- Permite que el estudiante evalúe y haga una revisión final de su trabajo, antes de entregarlo al maestro.

- Es un proceso más personalizado, más motivados para los estudiantes.
- **Con respecto a las e-rúbricas:**
 - Tienen mayor capacidad y rapidez a la hora de revisar o modificar las rúbricas.
 - Inmediatez en el proceso de comunicación y evaluación entre alumnos y profesores.
 - Posibilidad de colaboración entre distintos profesores en la confección de la rúbrica, abierta también para el alumno.
 - Rapidez y automatización.
- **Inconvenientes.**
 - En algunas ocasiones resulta algo difícil para algunos docentes y estudiantes por las diferencias importantes con los modelos tradicionales de aprender a enseñar.
 - Recoger, describir e interpretar evidencias no es fácil.
 - Además solicita unos prerequisites en cuanto a una relación muy estrecha y permanente entre docentes y estudiantes que obliga más bien a una ratio más baja en número de lo que es posible en muchas ocasiones.
 - Requiere una autonomía y una actitud de compromiso en los estudiantes muy importante sobre sus aprendizajes y el modelo de enseñanza.
 - Si no hay la información suficiente el alumno no sabe lo que tiene que hacer con lo que no puede avanzar en su proceso de aprendizaje.
 - El diseño de una rúbrica supone un trabajo que no todos están dispuestos a hacer, y la evaluación mediante este método nos lleva a emplear un tiempo muy valioso para alcanzar unos resultados similares, en cuanto a la calificación de los alumnos.
 - Si la rúbrica no está bien construida, no podrá ser beneficiosa para el aprendizaje. Tenemos que tener en cuenta que pueden fallar tanto los criterios seleccionados como los distintos niveles de la escala.

1.3.13. DISEÑO DE UNA RÚBRICA.

La rúbrica como hemos dicho anteriormente, suelen ser una poderosa arma para la evaluación del aprendizaje de los estudiantes. Gracias a ellas podemos tener en todo momento un conocimiento acerca de dónde se encuentra alumno en su proceso de aprendizaje. Bien llevadas, al alumno no solo va a adquirir los conocimientos queridos por parte del docente, sino que la adquisición va a ser tal, que su aplicación a los diversos ámbitos de su vida, va a estar garantizada.

El desarrollo de una rúbrica involucra una serie de pasos, de los cuales pueden variar dependiendo del tema a tratar, del tipo de rúbrica empleada, (comprensiva, analítica), de la escala de evaluación a emplear, (cuantitativa, cualitativa o mixta), del desarrollo de los descriptores a usar, así como las evidencias que se busquen alcanzar al desarrollarla. Principalmente y según muestra el gráfico, a la hora de elaborar una rúbrica deberemos de tener en cuenta, una reflexión inicial sobre lo que queremos evaluar. Hacer una lista de todas aquellas competencias que queremos que el alumno adquiera. Agrupar y etiquetar y finalmente aplicarla a la rúbrica que más se me ajuste en función de lo que estoy evaluando.



Fig. N° 9, Modelo de construcción de una rúbrica, propuesto por Gerardo Rodríguez Vega. Diseño de Rúbricas de Evaluación. Programa de Redes Apoyo a Escuelas Focalizadas.

Como hemos mencionado anteriormente, hay infinitas fórmulas para la elaboración de las rúbricas. Todo depende del docente y el modelo que le resulte más cómodo para utilización. Otro ejemplo para la elaboración podría ser el que mostramos a continuación.

Para elaborar una rúbrica sería necesario, revisar detalladamente el contenido o unidad que se va a evaluar. Se establecen con claridad dentro del área o unidad,

- Unos objetivos.
- Desempeños
- Comportamientos
- Competencias
- Las actividades en las que se va a enfocar y determinar cuáles se van a evaluar.

Posteriormente se describirán con claridad los criterios de desempeño específicos que se van a utilizar para llevar a cabo la evaluación de esas áreas y asignar un valor número de acuerdo al nivel de ejecución. Debemos detallar que en cada nivel deben estar descritos los comportamientos o ejecuciones esperadas por los estudiantes. A continuación deberemos diseñar una escala de calidad para calificarlas, establecer los niveles de desempeño que pueden alcanzar los estudiantes, para pasar finalmente a revisar lo que se ha plasmado en la matriz, para asegurar que no falta nada.

Una vez hecho todo lo anterior, se comenzará a construir la matriz, tomando en cuenta lo siguiente:

- En la escala horizontal, se ubicará la calidad, con una graduación que va de lo mejor a lo peor. Esta gradación tiene que ser obvia y precisa para que haya diferencia en los distintos grados que se pueden lograr en el aprendizaje del tema.
- En la columna vertical se pondrán los aspectos o elementos que se han seleccionado para evaluar. En las celdas centrales se describen de forma clara y concisa los posibles criterios que se van a utilizar para evaluar esos aspectos. Aquí van a explicar cuáles son las características de un trabajo, y las variaciones intermedias entre el excelente y el malo.

Ej. de conceptos, escalar y criterios

Conceptos				
Reporte escrito	Presentación oral	Presentación Multimedia	Trabajo de invest.	Proyecto/ Trabajo
Fluidez, ideas y organización	Contenido Estilo Organización Recursos	Apariencia Navegación Organización Preparación Recursos Uso de medios	Plan para la organización de la inf./ ¿ ? Investigativas Metodología	Calidad de la inf. Organiz. Redacción Recursos Propuesta Cronograma Tiempo de entrega

Fig. N° 10, ejemplos de conceptos, escalas y criterios en un Rúbrica.

A continuación proponemos un esquema de cómo diseñar una rúbrica,

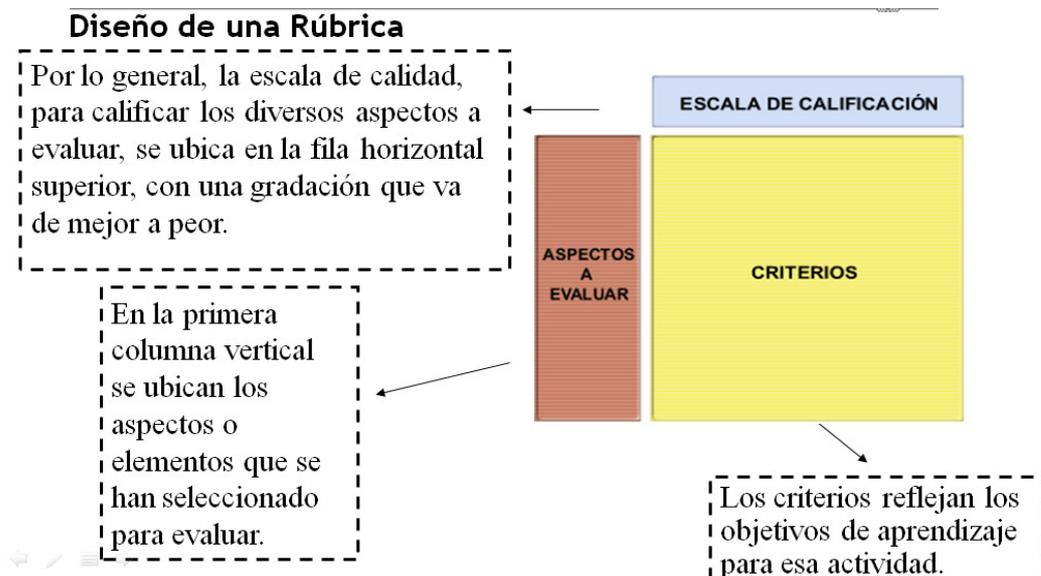
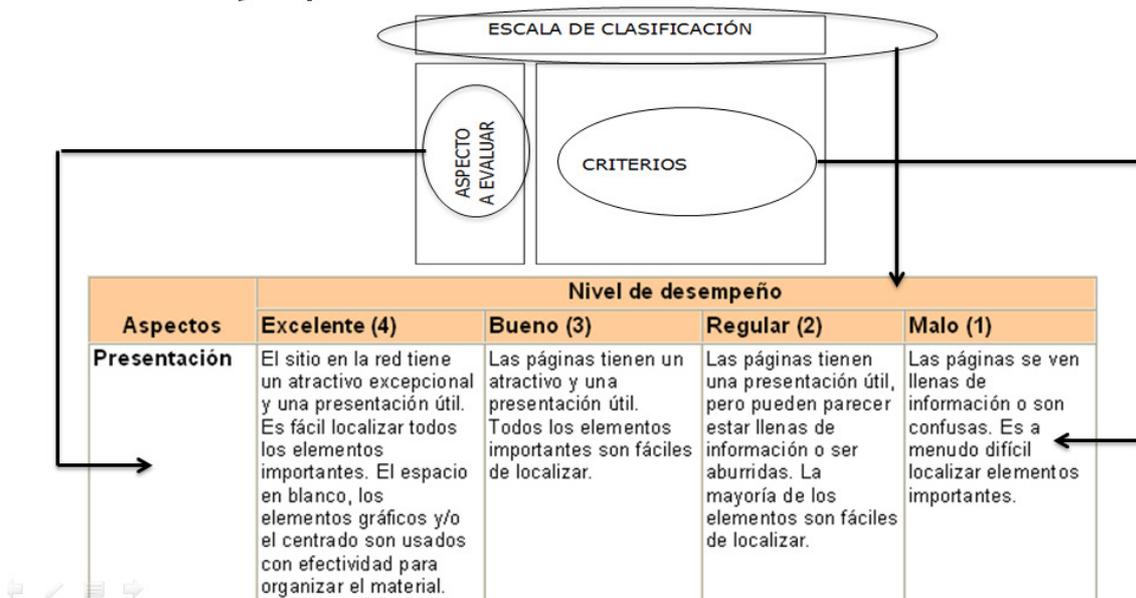


Fig. N°11, Ejemplo del Diseño de una Rúbrica.



N°12, Fig. Ejemplo de una Rúbrica, como colocar cada una de las partes.

Aspectos	Nivel de desempeño			
	Excelente (4)	Bueno (3)	Regular (2)	Malo (1)
Presentación	El sitio en la red tiene un atractivo excepcional y una presentación útil. Es fácil localizar todos los elementos importantes. El espacio en blanco, los elementos gráficos y/o el centrado son usados con efectividad para organizar el material.	Las páginas tienen un atractivo y una presentación útil. Todos los elementos importantes son fáciles de localizar.	Las páginas tienen una presentación útil, pero pueden parecer estar llenas de información o ser aburridas. La mayoría de los elementos son fáciles de localizar.	Las páginas se ven llenas de información o son confusas. Es a menudo difícil localizar elementos importantes.

Fig. N°13, Ejemplo de una Rúbrica.

Una vez que se han establecidos las rúbricas, se van a establecer las escalas de valoración, que representan una serie de criterios utilizados para evaluar procedimientos complejos y proporcionar información útil a los estudiantes para mejorar cierto desempeño. Estas son una auténtica herramienta de evaluación, ya que además permite a los estudiantes formar parte activa en su proceso de aprendizaje.

Las ventajas que tienen las escalas de valoración son:

- Muestra claramente a los estudiantes cómo serán evaluados sus trabajos y lo que se espera de ellos.
- La evaluación va a ser más objetiva y consistente.
- Los profesores van a clarificar sus criterios en términos específicos.
- Va a permitir que los estudiantes tengan una idea clara sobre los criterios que deben evaluar en las co-evaluaciones.
- Proporciona retroalimentación efectiva y útil.
- Es una guía por medio de la cual puede medirse el avance y progreso de los estudiantes.
- Permite que los estudiantes enfoquen su atención en los elementos importantes de cierto desempeño.

Las escalas pueden construirse en gran variedad de formas y niveles de complejidad. Pero todas deben contar con algunos elementos indispensables como por ejemplo, enfocarse a medir los objetivos planteados, (contenidos, procedimientos y actitudes). Además deben utilizar un rango para medir el desempeño y contar con los criterios específicos ordenados en niveles que indiquen en qué grado se cumple lo planeado.

Por otro lado, las escalas deben contar con las siguientes características:

- Deben incluir todos los criterios que se consideren importantes evaluar.
- Deben evitarse criterios ambiguos o que abarque varios aspectos que conlleven evaluarse por separado. **ESPECIFICIDAD**
- Los rasgos que se utilicen deben ser claramente diferentes uno de otro, comprensibles y descriptivos.
- Deben ser claras y comprensibles para los estudiantes.
- Proporcionar la información sobre los diferentes aspectos que componen cierto desempeño.

En la formulación de criterios, se deberá tener en cuenta que tienen que representar niveles crecientes de complejidad en el tipo de tareas que pueden realizar el evaluado. Los niveles de desempeño superiores requieren que el evaluado tiene que haber resuelto satisfactoriamente las preguntas asociadas a los niveles inferiores. Además se tienen que definir de modo que representen diferencias cualitativas en términos de aprendizaje

teniendo un número arbitrario de niveles de desempeño. Se tienen que definir con suficientes ideas para lograr una buena descripción cualitativa y una clasificación de los evaluados en dichos niveles.

Las características que van a tener las escalas de valoración son:

- Los rangos utilizados deben ser claramente diferentes uno de otro, comprensibles y descriptivos.
- Deben ser claras y comprensibles para los estudiantes.
- Proporcionan información sobre los diferentes aspectos que componen cierto desempeño.

En la formulación de criterios deberemos tener en cuenta que tienen que representar niveles crecientes de complejidad en el tipo de tareas que pueden realizar el evaluado. Los niveles de desempeño superiores requieren que el evaluado debe haber resuelto satisfactoriamente las preguntas asociadas a los niveles inferiores. Tienen que estar definidos de modo que representen diferencias cualitativas en términos de aprendizaje y el número de niveles de desempeño será arbitrario, estando definidos con suficientes ideas para lograr una buena descripción cualitativa y una clasificación de los evaluados en dichos niveles. Estos pueden indicarse mediante:

- Números; 1, 2, 3,4...
- Términos de frecuencia con que se presenta el desempeño; siempre, generalmente, rara vez o nunca
- Términos cualitativos: excelente, bueno, regular o malo.
- Términos que se refieren a un status o relativo a su posición con respecto a otros; sobresaliente, sobre promedio, promedio, inferior...
- Establezca los niveles de adquisición de las competencias, especifique las diferencias en cuanto a lo aprendido por el estudiante o los niveles de desempeño que puedan alcanzar los estudiantes.
- Otras escalas de valoración o niveles de desempeño,
 - Avanzado, básico, proficiente...
 - Excelente, bueno, satisfactorio, insatisfactorio...
 - Excelente, promedio, satisfactorio, deficiente, no hay intento...
 - Excelente, bueno. Regular, deficiente...

- Escala progresiva, 6, 5, 4, 3, 2, 1...
- Evaluados mediante criterios desglosado de los indicadores con mayor detalle especificando las diferencias en cuanto a los aprendido.

Con respecto a las escalas y criterios de evaluación:

Calificación o Nivel	Descripción o Criterio
5. Excelente (Destacado) (A)	<ul style="list-style-type: none"> • Nivel excepcional de desempeño, excediendo todo lo esperado. • Propone o desarrolla nuevas acciones. • Demuestra total comprensión del problema. • Todos los requerimientos de la tarea están incluidos en la respuesta.
4. Buena (Satisfactoria) (B)	<ul style="list-style-type: none"> • Nivel de desempeño que supera lo esperado. Mínimo nivel de error, altamente recomendable. • Demuestra considerable comprensión del problema. • Casi todos los requerimientos de la tarea están incluidos en la respuesta.
3. Regular (Moderadamente satisfactoria) (C)	<ul style="list-style-type: none"> • Nivel de desempeño estándar. Los errores no constituyen amenaza. • Demuestra comprensión parcial del problema. • La mayor cantidad de requerimientos de la tarea están comprendidos en la respuesta.
2. Deficiente (D)	<ul style="list-style-type: none"> • Nivel de desempeño por debajo de lo esperado. Presenta frecuencia de errores. • Demuestra poca comprensión del problema. • Muchos de los requerimientos de la tarea faltan en la respuesta.
1. No aceptable (Rechazado) (E)	<ul style="list-style-type: none"> • No satisface prácticamente nada de los requerimientos de desempeño. • No comprende el problema. • No aplica los requerimientos para la tarea.
0. Nulo	<ul style="list-style-type: none"> • No responde. No intentó hacer la tarea.

Fig. N°14, Ejemplo de una Rúbrica con Escalas y Criterios de Evaluación.

1.3.13.1. PROCEDIMIENTOS PARA CONSTRUIR UNA RÚBRICA DE EVALUACIÓN.

- Paso nº1. Inicio del borrador de Rubrica.

La siguiente tabla que mostramos puede ayudar a determinar las necesidades que tendría que desarrollar una rúbrica tratando de contestar a las preguntas que a continuación mostramos:

- Determinación del proceso de aprendizaje a evaluar. En función de las necesidades que se tengan, se desarrollará una rúbrica, tratando de contestar las preguntas los más coherente posible.

Preguntas básicas	Respuestas
¿El tema a revisar permite usar la rúbrica como alternativa de evaluación? Exprese sus razones	
¿El tipo de rúbrica a desarrollar es comprensiva o analítica? ¿Por qué?	
¿Cuál es el tipo de escala requerida? Cuantitativa, cualitativa o mixta ¿Por qué?	
¿Qué tipo de competencias busca desarrollar? Defínalas	
¿Cuáles son las evidencias deseadas para poder constatar que las competencias definidas se llevaron a cabo? Describa las evidencias deseadas	
¿Qué busca al desarrollar una rúbrica: retroalimentar u otorgar una calificación? Explíquelo	

Fig. Nº15 Pasos para elaborar una Rúbrica de Evaluación. Paso Nº1, determinación del proceso a Evaluar.

A manera de resumen, podríamos utilizar esta tabla como ejemplo para poder establecer los conceptos, criterios o descripciones y escala a utilizar:

	(1) Débil	(2) Básico	(3) Suficiente	(4) Fuerte
Concepto 1	No hay evidencia o esta es escasa del resultado esperado	La evidencia es inicial o es muy poca de acuerdo a lo esperado	La evidencia es consistente y detallada tal y como se esperaba	La evidencia esperada es altamente creativa, mostrando madurez en el uso o manejo de la misma alcanzando algo más allá de lo esperado.
Concepto 2 etc...				

Fig. N° 16, Resumen de tabla para establecer criterios, conceptos y escala a utilizar.

- Definición de Conceptos, Escalas de Calificación y Criterios. El momento de elaboración de una rúbrica, deberán de definirse los Conceptos O rubros, también conocidos como criterios. Posteriormente deberá ser considerada la Escala de Calificación o niveles de Ejecución requeridos y los Criterios o Descriptores dentro de la misma. Todo esto apoyado en la generación de una matriz de valoración.
- Los conceptos son considerados como las unidades básicas de valoración. La escala de evaluación determina el peso que cada criterio o descriptor recibe valorar el concepto. Un criterio o descriptor señala de manera detallada los aspectos al ser considerados dentro de la evaluación del concepto de acuerdo al valor de la Escala utilizada.
- Observemos la siguiente tabla:

Conceptos o Rubros	Escala de calificación y/o Niveles de Ejecución			
	4 Excelente	3 Muy bien	2 Bien	1 Deficiente
	Criterios o Descriptores			

Fig. N°17, tabla en la que se expone colocado todos los elementos analizados anteriormente.

- **Paso n° 2. Definición de conceptos, escala de calificación y criterios.**

A manera de resumen, podemos utilizar la siguiente tabla para establecer las escalas de calificación en la rúbrica que estamos preparando.

Escalas				
SIEMPRE 0.75	CON FRECUENCIA 0.5	ALGUNAS VECES 0.25	RARA VEZ 0.10	NUNCA 0.0
4 Excelente	3 Muy bien	2 Bien	1 Necesita mejorar	4 Excelente
1Débil	2 Básico	3 Suficiente	4 Fuerte	1Débil
4 Muy bien	3 Bien	2 Regular	1 Falta trabajar	4 Muy bien
1 Excelente	2 Satisfactorio	3 Satisfactorio con recomendaciones	4 Necesita Mejorar	1 Excelente

Fig. N°18, tabla en la que se establece las escalas de calificación.

- **Paso n° 3: Revisión del primer borrador.**

Una vez que se han establecido los conceptos, la escala y los criterios necesarios, es conveniente que se haga un primer análisis. El ejemplo que aparece a continuación busca ser una rúbrica que ayude a valorar el diseño de la rúbrica.

Conceptos	Escala y Niveles de ejecución			
	4 Excelente	3 Muy bien	2 Bien	1 Deficiente
La Rúbrica	Criterios Cumple con conceptos y criterios adecuados al especificar la evaluación deseada	Criterios Cumple parcialmente con los conceptos los criterios de la evaluación deseada	Criterios Alguno de los criterios o conceptos no son los adecuados en la evaluación deseada	Criterios Los criterios o los conceptos requieren ser revisados
La gradación de los criterios	Los criterios han sido gradados de manera equitativa y equilibrada	Los criterios han sido gradados parcialmente de manera equitativa y equilibrada	Los criterios han sido gradados aunque no de manera equitativa y equilibrada	La gradación de los criterios requiere se revisada
Las indicaciones	Las indicaciones dirigidas a los estudiantes son claras y concisas	Las indicaciones dirigidas a los estudiantes son parcialmente claras y concisas	Las indicaciones dirigidas a los estudiantes requieren mejorarse	Las indicaciones No son claras y confunden

Fig. N°18, Ejemplo de tabla para ayudar a valorar el diseño de la rúbrica.

- **Paso n°4: determinación del peso porcentual para los conceptos.**

En este paso vamos a determinar el peso porcentual para cada Concepto, así como la Escala usada para los Criterios establecidos, en caso que se considere necesario.

Los conceptos tienen su propio porcentaje, para dar un total de un 100%, mientras que cada uno de los criterios cuenta con su propio valor, con un máximo de 2 y un mínimo de 0.50. La escala que proponemos a continuación está diseñada para obtener un máximo de 4 puntos (2+1+1) y un mínimo de 1, (0.50+0,25+0,25) A continuación proponemos un ejemplo de una determinación porcentual de una rúbrica cuantitativa.

Conceptos	Escala			
	4	3	2	1
50%	.50 x 4 = 2.00 puntos	.50 x 3 = 1.50 puntos	.50 x 2 = 1.00 puntos	.50 x 1 = .50 puntos
25%	.25 x 4 = 1.00 puntos	.25 x 3 = .75 puntos	.25 x 2 = .50 puntos	.25 x 1 = .25 puntos
25%	.25 x 4 = 1.00 puntos	.25 x 3 = .75 puntos	.25 x 2 = .50 puntos	.25 x 1 = .25 puntos

total de 100%.

Con un máximo de 2.00 y un mínimo de .50.

La escala del presente ejemplo está diseñada para obtener un máximo de 4 puntos (2+1+1) y un mínimo de 1 (50+.25+.25).

Fig. N°19, Tabla en la que determina el peso porcentual para los conceptos.

- **Paso n°5: colocación del formato de ubicación de puntajes obtenidos.**

Siguiendo los pasos descritos con anterioridad queda establecida la rúbrica con conceptos, escala y criterios establecidos. De esta forma queda lista para obtener los puntajes correspondientes de la actividad originalmente planeada. El ejemplo que se ha presentado es la rúbrica para evaluar la creación e este instrumento devaluación, siendo importante que los estudiantes conozcan los porcentajes establecidos por cada concepto solicitado así como el peso que tiene cada criterio, de acuerdo a la escala o criterio de ejecución indicado, siempre y cuando así se haya considerado en su diseño original. Cada diseñador podrá determinar el tipo de peso porcentual necesario.

- **Paso n°4: desarrollo de las indicaciones.**

El último paso del diseño de nuestra rúbrica tiene que ver con el desarrollo específico de las indicaciones necesarias para que el estudiante pueda llevar a cabo su análisis y por consiguiente efectuar la actividad solicitada.

¿Cómo quedaría la rúbrica después de ubicar los porcentajes y el desarrollo de los indicadores?:

Conceptos	Escala				Puntaje
	4 Excelente	3 Muy bien	2 Bien	1 Deficiente	
La Rúbrica	Cumple con conceptos y criterios adecuados al especificar la evaluación deseada	Cumple parcialmente con los conceptos los criterios de la evaluación deseada	Alguno de los criterios o conceptos no son los adecuados en la evaluación deseada	Los criterios o los conceptos requieren ser revisados	
50%	.50 x 4 = 2.00 puntos	.50 x 3 = 1.50 puntos	.50 x 2 = 1.00 puntos	.50 x 1 = .50 puntos	
La graduación de los criterios	Los criterios han sido graduados de manera equitativa y equilibrada	Los criterios han sido graduados parcialmente de manera equitativa y equilibrada	Los criterios han sido graduados aunque no de manera equitativa o equilibrada	La graduación de los criterios requiere ser revisada	
25%	.25 x 4 = 1.00 puntos	.25 x 3 = .75 puntos	.25 x 2 = .50 puntos	.25 x 1 = .25 puntos	
Las indicaciones	Las indicaciones	Las indicaciones	Las indicaciones	Las indicaciones	
25%	dirigidas a los estudiantes son claras y concisas	dirigidas a los estudiantes son parcialmente claras y concisas	dirigidas a los estudiantes requieren mejorarse	No son claras y confunden	
	.25 x 4 = 1.00 puntos	.25 x 3 = .75 puntos	.25 x 2 = .50 puntos	.25 x 1 = .25 puntos	

Fig. N°20, Tabla en la que se observa cómo queda la rúbrica después de colocar los porcentajes y el desarrollo de los indicadores.

1.4. LA EVALUACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA.

La evaluación en Educación Física tiene que seguir evolucionando hacia otras formas más colaborativas y con mayor potencial formativo. Esta colaboración tiene que hacer referencia a la participación del alumnado en dichos procesos, pero también esta cooperación debería darse también en los procesos colectivos de formación permanente y perfeccionamiento personal.

En este sentido las posibilidades de actuación giran en torno a tres grandes líneas de trabajo;

- La evaluación compartida en Educación Física.
- La autoevaluación y la Coevaluación por grupos de alumnos.
- La evaluación del proceso y el profesor como formas colaborativas de perfeccionamiento profesional.

1.4.1. ¿Por qué es urgente superar el modelo tradicional de evaluación-calificación en Educación Física?

Desde hace mucho tiempo, en el área de Educación Física, es bastante habitual y sobre todo en Secundaria, aplicar sistemáticamente test de condición Física y/o habilidad motriz para calificar al alumnado al final de un trimestre o curso.

Las calificaciones del alumnado se obtienen a partir de sus resultados en dichos test, o al menos un porcentaje de las mismas. Aunque sobre este aspecto existe cierta variedad de casos, según los porcentajes aplicados, las tablas normalizadas o los criterios de progresión aplicados. Este tipo de prácticas evaluativo-calificativas con el término de *modelo tradicional de evaluación en EF*. Se pueden enunciar 10 grandes razones para dejar de aplicar los habituales test de condición física y habilidad motriz como forma de calificación del alumnado dentro del área de educación física.

Revisión bibliográfica de críticas a la utilización de test de condición física como sistema de evaluador en Educación Física.

Diferentes autores tales como Devís y Peiró (1992:33-35; 1993:64-66); Arnold, (1991:177); Almod, (2000), Blázquez, (1994:173-174); Mendez, (2005:39), recogen una numerosa de críticas acerca de la utilización de los test de condición física

para pedir la salud en programas de educación física y salud, como sistema de evaluación, así como su escasa adecuación para la evaluación de la salud física y salud física de los individuos.

La evaluación que se practica como reflejo de la Educación Física que se desarrolla: el reduccionismo de una Educación Física orientada exclusivamente al rendimiento físico.

Este sistema de evaluación-calificación es propio de los modelos de Educación Física, cuya única finalidad es el entretenimiento de cuerpos y no a la educación de personas en, desde y para, los aspectos concernientes al ámbito físico-motriz.

Su imposibilidad de aplicación sobre objetivos de aprendizaje complejos. La superficialización del aprendizaje como efecto directo.

Desde este enfoque solo se van a evaluar los objetivos y los contenidos más simples, fáciles y triviales, ya que los test e instrumentos de evaluación denominados *objetivos*, y las situaciones de evaluación denominadas *experimentales*, solo miden, (¿evalúan?), los niveles de práctica, (¿aprendizaje?), más básicos y simples. ¿Significa que solo se enseñan los contenidos más simples y analíticos, dado que son los fácilmente medibles de forma objetiva?

Las fases más complejas y ricas del gesto motor, (percepción y decisión) se obvian. Lo mismo ocurre con el resto de características personales, afectivas, sociales y contextuales que están implicadas.

Las finalidades de Educación Física deberían reducirse al logro de objetivos operativos conductuales parcializados y analíticos, de modo que puedan ser objeto de medición, imposibilitando el logro de objetivos más complejos, genéricos y formativos. Este tipo de planteamiento, genera un problema, es la evaluación la que decide y define los objetivos y contenidos de aprendizaje y no al revés, como debería de ocurrir en todo proyecto educativo, a lo mejor habría que darle la vuelta a todo el proceso, partir de que es lo que quiero conseguir y de esta forma plantear los objetivos que tendría que desarrollar en el alumno.

La calificación como condicionadora de los supuestos procesos de aprendizaje.

En la mayoría de los casos estos sistemas de evaluación se utilizan para calificar numéricamente de forma impersonal y bajo una falsa presunción de objetividad. No hay ninguna intencionalidad educativa ni formativa, se recurre a ellos cuando se hace necesario emitir una calificación, porque es lo fácil y cómodo, incluso aunque no se corresponda con los objetivos y contenidos desarrollados.

Puede observarse la aplicación del mundo del deporte a la Educación Física, puesto que a la hora de la evaluación (calificación), el profesor (entrenador), desempeña las funciones de juez deportivo, ya que son las de medir-tabular y cronometrar resultados. Tendríamos que plantearnos entonces si esta función medidora-tabuladora-calificadora no podría ser desempeñada por otras personas con la formación técnica mínima necesaria, sin alterar en absoluto las condiciones de objetividad y científicidad. Otra cuestión que nos ayuda a plantearnos es que si para desarrollar este tipo de prácticas de juez medidor es necesario estudiar cinco años en la universidad, cuando desde el mundo deportivo se pueden formar en dos semanas, fuera de la universidad y con sistemas mucho más baratos.

1.4.2. EVALUACIÓN EN EL APRENDIZAJE DE E.F.

La evaluación dentro del área de Educación Física, debe ser concebida como una práctica reflexiva, que propicie la adquisición de las competencias y las capacidades a través de un proceso lógico y sistemático, permitiendo al alumno y al docente determinar y comprender los aspectos más resaltantes de los procesos de enseñanza-aprendizaje.

Como hemos definido al principio de este trabajo, la evaluación o rúbrica la entendemos como un proceso que implica la descripción cuantitativa y cualitativa del aprendizaje del alumno. El profesor tiene que obtener informaciones válidas, teniendo que describir lo que se ha aprendido y lo que aún falta mejorar, realizar interpretaciones y formular juicio de valor basados en dichas interpretaciones.

No tenemos que considerar la evaluación como un hecho aislado del contexto del proceso de enseñanza-aprendizaje, ya que forma parte de la misma. Es un medio que nos posibilita mejorar y animar nuestros procesos didácticos que nos permitirá detectar

las fortalezas, los errores y las necesidades que surgen durante el desarrollo de las clases, permitiéndonos realizar los ajustes y reorientar el proceso, si fuese necesario.

Los profesores han basado sus evaluaciones en dos procedimientos evaluativos: la observación y las pruebas prácticas.

La observación constituye uno de los procedimientos más recomendados para corroborar determinados aprendizajes y para poder comprender lo que sucede en el aula e en los espacios de prácticas de las actividades físicas. Pero no tenemos que dejar de pensar, que como todo procedimiento, tiene sus limitaciones, por lo tanto hay que saber utilizarla para así poder sacar todo su rendimiento.

- No se puede utilizar una observación del desempeño de muchos estudiantes al mismo tiempo.
- Se deben definir con claridad lo que se pretende observar, a través de indicadores referidos a las capacidades establecidas para el grado.
- Elaborar un instrumento como un RSA o una lista de cotejo donde registrar lo observado.

Resaltar que la observación como procedimiento conlleva toda una preparación que debe ser considerada.

Es importante observar al alumno como un ser integral y no observarlo en su aspecto motriz. Los aspectos actitudinales y cognitivos son igualmente muy importantes, y si hablamos del desarrollo de capacidades y competencias, la evaluación no puede restringirse solamente a las habilidades motrices.

Con respecto a la prueba práctica, es un buen procedimiento válido y muy recomendado para la evaluación de determinados aspectos de algunas capacidades, como los referidos a lo neuromuscular.

Al igual que ocurre con las pruebas de observación, las pruebas prácticas son muy útiles pero también tiene sus limitaciones.

El estudiante tiene que estar concienciado que la práctica sistemática de las actividades físicas resulta beneficiosa para su salud, y no una práctica intensiva en un corto periodo de tiempo. Por todo ello es importante aplicar una gran variedad de procedimientos e instrumentos. No es posible evaluar con uno o con dos procedimientos.

Algunas propuestas:

- Presentar a los estudiantes una variedad de tareas que reflejen prioridades y desafíos como,
 - o participación en debates sobre temas referidos a los deportes, elaboración de implementos deportivos,
 - o realización de investigaciones sobre actividades deportivas o recreativas...
- Elaborar indicadores de logros que sean representativos para verificar en qué medida el alumno ha desarrollado la capacidad en su globalidad y si fuera necesario, reorientar desde sus inicios el desarrollo de la misma.
- Posibilitar al alumno experiencias deportivas que requieran la aplicación de los conocimientos, habilidades y destrezas.
- Reflexionar con los alumnos acerca de la necesidad de planificar y ejecutar una rutina de estudio y de práctica para garantizar la adquisición de las capacidades, por ejemplo,
 - o Realizar una rutina de ejercicios o práctica de actividades físicas.
 - o Realizar algún deporte que contribuya al mejoramiento de las condiciones físicas fuera del horario escolar.
 - o Planificar una rutina de estudio e investigación....
- Diversificar los instrumentos para la recolección de información. Permitirá una comprensión más acabada acerca de la realidad del alumno, y así enseñarles a que puedan elaborar un juicio de valor sustentado en informaciones reales.
- Propiciar experiencias deportivas y/o recreativas, que posibiliten a los alumnos a mejorar actuaciones, yendo de lo más básico a lo más complejo.
- Plantear preguntas referidas al tema que se va a trabajar, de manera tal que se aproxime a los nuevos contenidos, y que al mismo tiempo se relacionen con experiencias previas.

La evaluación es una instancia de aprendizaje. La evaluación en Educación Física, “ *no se dedica a entrenar cuerpos, sino que se dedica a educar personas desde y para los aspectos concernientes al ámbito físico-motriz (López 2006).*

El profesor es un educador y no un entrenador.

1.4.3. LOS CINCO PASOS HACIA LA EVALUACIÓN.

Los cinco pasos que debemos seguir en función lo desarrolla Simona Albertazzi, en su trabajo la evaluación en la Educación física son los siguientes:

- ¿Para qué evaluar?
- ¿qué evaluar?
- ¿Cuándo evaluar?
- ¿quién evalúa?.
- ¿Cómo evaluar?.

¿Para qué evaluar?.

- Diagnosticar, el nivel de aprendizaje del alumno, para poder así construir proyectos pedagógicos que le permitan progresar.
- Indicar, los resultados obtenidos al final del aprendizaje; éstos permitirán la adopción de decisiones respecto a estrategias pedagógicas, es decir si es preciso cambiar las o adecuarlas.
- Determinar si el alumno posee los niveles mínimos necesarios para abordar la siguiente tarea, e iniciar un nuevo ciclo de formación.

Según Domingo Blázquez Sánchez, ¿para qué evaluar?:

- Conocer el rendimiento del alumnos
- Diagnosticar
- Valorar la eficacia del sistema de enseñanza
- Pronosticar las posibilidades del alumno y orientar.
- Motivar e incentivar
- Agrupar y clasificar.
- Asignar calificaciones
- Obtener datos para la investigación.

¿Qué evaluar?.

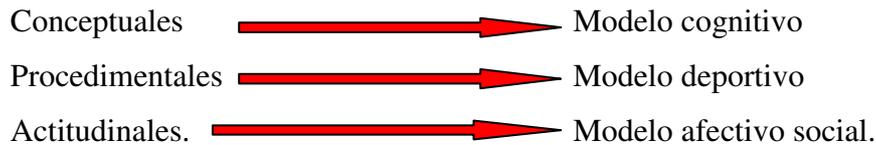
Aprendizajes. Es evaluar los que se aprende y no lo que se es.

- Dominio cognoscitivo, adquisición de conocimientos y capacidades intelectuales.

- Dominio afectivo, desarrollo de actitudes.
- Dominio psicomotor, adquisición y desarrollo de los comportamientos motores.

La actividad física pone en juego no solamente la motricidad del niño, sino también los aspectos mentales y afectivos.

Además hay que evaluar los contenidos, en función propone la autora:



¿Cuándo evaluar?

- Evaluación inicial o diagnóstica, “averiguar lo que ya sabe el alumno y actuar de consecuencia” (Ausubel, 1987)
- Evaluación formativa o procesal, implicación continua para detectar las necesidades que surgen.
- Evaluación sumativa, balance del aprendizaje.

¿Quién evalúa?.

- Heteroevaluación. El profesor es el referente.
 - Autoevaluación-coevaluación. Es un pensamiento crítico y con capacidad de juicio con respecto a la calidad de trabajo.
- Pero no tenemos que dejar de perder de vista, que al final la última responsabilidad de la evaluación es el Profesor.

1.4.4. EL PROCESO EVALUADOR: FASES, CLASES Y TIPOS DE EVALUACIÓN.

El proceso evaluador es parte del proceso educativo, pero para poder aplicarse deberá tener unas fases para su desarrollo. Hay muchas clasificaciones, como hemos ido viendo a lo largo de todo el trabajo un ejemplo pueden ser las de Tenbrink o la de Haag. Haciendo una síntesis se pueden resumir en las siguientes:

- Determinar los criterios de evaluación.
- Proceder a obtener información, fundamentalmente cualitativa.

- Emitir juicio de valor.
- Tomar decisiones. Retroalimentación.

Las clases y tipos de evaluación en E.F. van a ser muy variados y se van a establecer según los criterios o aspectos que consideremos para definirlos o clasificarlos. Los aspectos sobre los que aparecen los diferentes tipos de evaluación son los siguientes:

- Según sistematización de su aplicación:
 - Evaluación continua, diferenciando tres momentos dentro del proceso de evaluación:
 - Evaluación inicial o predictiva, evaluación que se realiza al inicio del proceso.
 - Evaluación formativa o progresiva, evaluación que se realiza durante el proceso.
 - Evaluación sumativa o final, evaluación que se realiza al final del proceso.
- Según la referencia:
 - Evaluación comparativa o evaluación referida a la norma. El alumno es evaluado con referencia con el rendimiento del grupo en el que se encuentra. Su utilidad en nuestro campo se centraría con una visión de selección de alumnos para una actividad concreta, o para establecer grupos de trabajo según el nivel de ejecución que presentan.
 - Evaluación no comparativa o evaluación referida al criterio. Centrada en el nivel de ejecución del alumno, independientemente del grupo al que pertenece. El profesor establece una referencia, criterio, en función del cual será evaluado el alumno. Los criterios a utilizar dentro de una línea individualizada no tienen por qué ser los mismos para todos los alumnos.
- Según el ámbito de su aplicación:
 - Evaluación interna Profesor-Alumno.
 - Evaluación externa. Instituciones.
- Según la participación del alumno en el proceso evaluador.

- Heteroevaluación: Profesor-Alumno.
- Autoevaluación: Alumno.
- Coevaluación.
- El profesor.
- Según la técnica de aplicación:
 - Subjetiva.
 - Objetiva.
 - Mixta.
 - Cuantitativa.
 - Cualitativa.

Podemos resumir diciendo que la evaluación representa toda una serie de acciones mediante las cuales podemos realizar los ajustes y adaptaciones necesarios en función de la evolución o capacidades de los alumnos. Igualmente, estas acciones han de permitir que podamos determinar si las intenciones educativas se han cumplido y en su caso, hasta qué punto. Bajo esta perspectiva, la nueva propuesta educativa plantea dos funciones básicas de la evaluación (Díaz, 1995).

1. Progresivo ajuste pedagógico.
2. Verificación de haber alcanzado y hasta qué punto los objetivos.

1.4.5. Mecanismos e instrumentos de Evaluación del proceso de Enseñanza.

La contribución específica que se hace desde el área de E.F. al proceso de evaluación, se traduce en una mayor concreción de determinados aspectos de la evaluación del desarrollo de las capacidades de los alumnos. De ella se pueden obtenerse informaciones para la evaluación del resto de los elementos que participan en el proceso educativo.

La evaluación en E.F. no sólo debe dirigirse al alumno. Todos los aspectos que intervienen e inciden en el éxito educativo, constituyen también en objeto de estudio de la evaluación (Blázquez, 1993). Podemos diferenciar tres ámbitos de actuación: el alumnado, el proceso y el maestro.

Evaluación del alumnado.

CLASIFICACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS Y PROCEDIMIENTOS DE MEDICIÓN.	
Procedimientos experimentales	Procedimientos observacionales
<ul style="list-style-type: none"> • Test motores. • Pruebas funcionales. <ul style="list-style-type: none"> - Campo. - Laboratorio. • Pruebas de ejecución <ul style="list-style-type: none"> - Circuito técnico. - Listado progresivo de tareas técnicas. • Técnicas sociométricas. <ul style="list-style-type: none"> - Sociograma. - El ludograma. • Entrevistas. • Cuestionarios • Propuestas de trabajo escritas y gráficas. <ul style="list-style-type: none"> - Trabajos monográficos - Comentarios críticos de textos físicos deportivos - Elaboración de mapas conceptuales. 	<ul style="list-style-type: none"> • Observación directa. Procedimientos de apreciación. <ul style="list-style-type: none"> - Registro de anécdotas • Observación indirecta. Procedimientos de apreciación. <ul style="list-style-type: none"> - Listas de control - Escalas de puntuación-clasificación. <ul style="list-style-type: none"> ✓ Escalas ordinales cualitativas. ✓ Escalas numéricas. ✓ Escalas gráficas. ✓ Escalas descriptivas • Observación indirecta. Procedimientos de verificación. <ul style="list-style-type: none"> - Registro de acontecimientos. - Cronometraje - Muestreo de tiempo - Registro de intervalos.

Fig. N°21, Tabla en la que Muestra el proceso de evaluación en el alumnado a través de los procedimientos experimentales y observacionales.

Procedimientos experimentales.

Test motores.

Son una prueba definida que implica la realización por parte de todos los sujetos examinados de una tarea idéntica, con una técnica precisa, para la apreciación del éxito y del fracaso o para la expresión numérica del grado de logro. Los test normalizados permiten reunir una serie de resultados comprobables, mediante los cuales pueden situar al alumno dentro de un contexto mucho más amplio, para valorar sus aptitudes o sus intereses según los casos. Antes de aplicar un test, hay que conocer si el mismo reúne una serie de características que le den soporte científico a lo que queremos medir y estas son:

- Validez: se considera que un s válido cuando mide lo que realmente se propone.
- Fiabilidad: cuando los márgenes de error son pequeños, es decir que aplicado dos o más veces ofrece siempre la misma medida.
- Objetividad: cuando varios profesores obtienen resultados sensiblemente iguales al aplicar las mismas pruebas en igualdad de condiciones.

Pruebas funcionales.

Son procedimientos idénticos a los test, tanto en su concepción como en sus características. Lo diferenciamos del os test motores en cuanto a que es un diferenciados de los aspectos fisiológicos de la condición física, de los elementos motores. Los objetivos generales que se buscan con la aplicación de Pruebas Funcionales a los alumnos entre otros son:

- Valoración del consumo de oxígeno.
- Aptitud cardiovascular
- Aptitud respiratoria.

Pruebas de ejecución.

Exigen que el alumno realice una tarea poniendo de manifiesto la eficacia del aprendizaje. En este tipo de pruebas hay que atender no solo al resultado, sino también a la destreza de la realización, el manejo del material, la rapidez... y a cada una de las etapas del cumplimiento de la tarea. Dentro de estas pruebas de ejecución no podemos distinguir:

- Circuitos técnicos de habilidades: que sirven para verificar comportamientos motrices de habilidades.
- Listado progresivo de tareas: son fichas de tareas que los alumnos van realizando en su proceso de aprendizaje. Estas fichas especifican las tareas a realizar, el número de repeticiones y recogen el cómo pasar de una tarea a la siguiente. Este modelo, que utiliza la metodología de autoevaluación y co-evaluación, es utilizado fundamentalmente con los alumnos mayores, que ya tienen experiencia en este tipo de enseñanza individualizada.

Técnicas sociométricas.

Son técnicas que sirven para conocer mejor las relaciones dentro del grupo de clase. Entre este tipo de técnicas, las más extendidas y de mayor utilización, en E.F., están:

- Sociograma: representación gráfica de las interrelaciones de los miembros del grupo, tras la tabulación de los datos proporcionados por unas listas confidenciales en las cuales los alumnos han manifestado sus preferencias individuales. Sirve para descubrir a los líderes del grupo, los subgrupos, los aislados...
- Ludograma: en la realización de un juego o de una actividad deportiva en las que elemento del juego sea un móvil que debe circular entre los participantes. Preferentemente juegos mejor que deportes reglados. El profesor o un observador contabilizará las veces que en un determinado tiempo o periodo del juego cada jugador ha recibido o golpeado el móvil. Sirve para obtener la misma información que se obtenía con el sociograma.

Las entrevistas.

Se realizarán entre el profesor y el alumno, y servirán para detectar problemas y para conocerles y orientarles mejor.

Los cuestionarios.

Se trata de una técnica tradicional de obtener información respecto a actitudes, interés, valores... de las personas que los complimentan o a través de las informaciones facilitadas por el cuestionario cumplimentado por otras personas, padres, profesores, alumnos... consiste en una serie estructurada de preguntas, que el encuestado ha de responder cumplimentando su respuesta. Las respuestas que se solicitan a veces son cerradas, SI, NO, o semiabiertas, 1-2-3-4, o abiertas, en las que posibilitan que el encuestado describa un rasgo o comportamiento requerido.

Propuestas de trabajo escritas y gráficas.

Van a venir determinadas por la necesidad de obtener información de lo que el alumno conoce y comprende de las actividades que realiza; que no sea un mero ejecutante, sino que participe consistentemente y de forma reflexiva en su proceso educativo a través de sus propias actividades. Con ellas se evaluará el grado de conceptualización, de

creatividad y de comunicación escrita y oral, pudiendo utilizar propuestas de carácter individual, colectivo o cuadernos integrados del alumno.

Trabajos monográficos.

Son pruebas muy útiles en el aprendizaje, ponen de manifiesto la capacidad de expresión escrita de los alumnos, la capacidad de sintetizar, su capacidad de indagación en otras fuentes del saber, bibliografía, revistas especializadas, materiales de apoyo del profesor....

Comentarios críticos de textos de contenido físico-deportivo.

Como procedimiento práctico de llevar a cabo este tipo de trabajo, se sugiere el ofrecer a los alumnos un texto, no muy extenso, de contenido físico-deportivo cuya conceptualización sea adecuada a su nivel, en el que después de una lectura reflexiva, pueda realizar las siguientes actividades entre otras:

- Identificar al autor o autores del texto.
- Conceptualizar o definir los conceptos básicos que aparecen en el texto.
- Vigencia del texto.
- Comentario crítico personal del texto.

Elaboración de mapas conceptuales.

Ayudan al alumno y al profesor a considerar la naturaleza de la tarea y el papel de los conceptos y las relaciones de los mismo, tan como existen en su mente y como existen fuera de ella, es lo llamado aprendizaje significativo.

Procedimientos de observación.

Observación directa.

- **Registros de anécdotas.** Son una breve descripción de algún comportamiento que pudiera parecer importante para la evaluación. Se anotan diversos acontecimientos que parecen ser significativos para el profesor. El profesor y gracias a estas anotaciones, interpreta y realiza un juicio del alumno.

Observación indirecta.

- **Listas de control;** son frases, series que expresan conductas positivas o negativas de los alumnos en una determinada actuación. Utiliza un juicio simple sin añadir matices de tipo cualitativo.
- **Escalas de evaluación;** la ventaja con respecto a las anteriores, es que permiten formular juicios sistemáticos sobre el grado hasta que llega un comportamiento o una característica del alumno. El observador usa la escala para indicar la cualidad, cantidad o nivel de rendimiento observado.
- **Escalas ordinales o cualitativas;** son escalas de 5-7, normalmente. La más utilizada en el sistema educativo es, 1= muy deficiente; 2=insuficiente; 3=bien; 4=muy bien; 5=excelente.
- **Escalas numéricas;** son de dos tipos:
 - **Escalas numéricas con intervalos iguales;** generalmente están entre el 0 y el 10.

PROCEDIMIENTOS DE OBSERVACIÓN		De verificación De apreciación			del	del	del	Ámbito cognitivo	Ámbito afectivo	Ámbito motor
					Evaluación proceso	Evaluación alumno	Evaluación profesor			
PROCEDIMIENTOS DE OBSERVACIÓN	De verificación	De apreciación	Observación directa sin categorías previas	Registro anecdótico		X			X	X
				Lista de control		X			X	X
				Escalas de clasificación		X	X		X	X
				Registro de acontecimientos	X	X	X			X
	De verificación	De apreciación	Observación indirecta, con categorías previas.	Muestras de tiempo	X	X	X			X
				Registro de intervalos	X	X	X			X
				Cronometraje	X	X	X			X
PROCEDIMIENTOS DE EXPERIMENTACIÓN				Examen o prueba objetiva			X		X	
				Examen escrito			X		X	
				Examen oral			X		X	X
				Entrevista	X	X		X	X	
				Técnicas sociométricas			X		X	
				Pruebas de ejecución			X		X	
				Test		X				X

Fig. N° 21, Ejemplo de evaluación de escala gráfica.

- **Escalas numéricas con distancia decreciente;** representan la distancia numérica entre los dos números, por ejemplo 1 y el 7.
- **Escalas gráficas;** el observador señala en qué grado se encuentra el rasgo de la conducta puesta en la observación.

Evaluación del proceso de enseñanza y aprendizaje.

Según Blázquez, (1990), una evaluación del proceso de enseñanza y aprendizaje propiamente dicha, será una evaluación del contexto y de las condiciones en las que se produce o desarrolla dicho proceso, es decir, una evaluación del proyecto curricular de centro y de las programaciones, una evaluación de las unidades didácticas, una evaluación de las instalaciones y materiales, una evaluación de los resultados y por último, una evaluación del propio sistema de evaluación.

PROCESO	¿QUÉ EVALÚA?.
Cambios obtenidos, aprendizajes sobre la base de unas metas explícitas. Objetivos educativos	Objetivos
Que alguien debe alcanzar, alumnos, a partir del planteamiento y desarrollo de unos contenidos	Contenidos
Y a través de determinadas actuaciones, actividades	Actividades
Que alguien organiza, el profesor, actuando de una determinada manera, metodología.	Metodología
Utilizando los estímulos adecuados, recursos.	Recursos
Revisando de forma continua la validez de su actuación, metaevaluación.	Idoneidad de la evaluación

Fig. N°22, Evaluación del proceso de acción didáctica. Cuadernos para la reforma, n° 4 en Blázquez, (1993).

Evaluación del maestro.

Como docentes debemos establecer una serie de criterios y mecanismos para evaluar nuestra propia actuación docente, independientemente de que posibles intenciones de calidad de la administración suponga nuestra evaluación.

Son diversos los recurso que podemos empelar desde la auto observación, la observación externa, la recogida de opiniones del alumnado y la filmación.

Que los profesores sean también sometidos a una evaluación es una necesidad que debe ser asumida como tal con criterios positivos, no se trata de una actuación, todo lo contrario, ha de ser acción orientadora, estimulante, y parte esencial del proceso de

formación permanente del educador. Así Blázquez, señala que la evaluación del profesorado debe reunir las siguientes finalidades:

- Conseguir una auténtica calidad de la enseñanza.
- Mejorar la función docente.
- Estimular el reconocimiento de su labor.
- Permitir que su trabajo sea sometido a un proceso de reflexión crítica que se convierta en un elemento de formación y perfeccionamiento.
- **Otros instrumentos de evaluación.**

Podemos proponer diferentes tipos de técnicas e instrumentos de evaluación, cada una de ellas comprende diferentes instrumentos y dinámicas de evaluación, en las cuales se vienen investigando en los últimos años.

Cuaderno del profesor; es la utilización de un diario o cuaderno, en el cual se recoge información sobre los procesos de enseñanza-aprendizaje que van teniendo lugar día a día. Pueden ser:

Cuadernos muy estructurados: fichas de evaluación de las sesiones por parte del profesor.

Cuadernos poco o nada estructurados: son anécdotas, reflexiones sobre la práctica, aspectos claves a considerar, vivencias, diarios personales...

Fichas-sesión y las fichas-unidades didácticas: se diseñan y utilizan apartados, para la observación, el análisis, la reflexión sobre lo acontecido y la toma de decisiones. En las fichas se utilizan para planificar las unidades didácticas, y las sesiones de modo que se generen ciclos de reflexión-acción sobre los procesos educativos cotidianos que se llevan a cabo.

Producciones del alumnado, el cuaderno del alumno, la carpeta o el portafolios; aquí entrarían los documentos o producciones específicas que realiza el alumnado, de manera individual o colectiva a lo largo de la asignatura, por ejemplo, fichas de sesiones, trabajos monográficos, proyectos, planes personalizados... cuando el alumno realiza diferentes documentos a lo largo del curso, la revisión final sería una carpeta. Una variante de la carpeta e implica una mayor selección de evidencias y materiales para favorecer la

realización de procesos de reflexión sobre el proceso de aprendizaje llevado a cabo, es el portfolio.

El cuaderno del alumno es un instrumento de aprendizaje y diálogo profesor-alumno que sirve también para hacer una evaluación formativa en integrada.

Fichas y hojas para el alumnado, son las llamadas fichas de control, escalas de observación, numéricas, verbales, gráficas. Descriptivas... hay dos grandes tipos e instrumentos que suelen ser muy útiles, tanto para la evaluación del alumno como para la del proceso y el profesor.

Fichas de seguimiento individual, FSI, y fichas de observación grupal, FOG; son hojas de observación que permiten recoger información sobre los procesos de aprendizaje del alumnado.

Auto informes, fichas y/o cuestionarios de autoevaluación; son instrumentos que buscan facilitar la participación del alumnado en los procesos de evaluación, con la intención de mejorar su aprendizaje, así como su responsabilidad y autonomía. Hay muchas posibilidades diferentes según su contenido, las características del alumno, el grado de estructuración que se prefiera, la modalidad y tipo de participación... éstas se pueden utilizar como recopilación final de una unidad didáctica o un trimestre, o bien dentro del proceso de aprendizaje, muy unido a estilos de enseñanza de aprendizaje recíproco o de autogestión.

Dinámicas y ciclos de investigación y/o evaluación; hay dos vías de opción marcadamente diferentes:

- a. Una se puede hacer en el aula, implicando al alumno al máximo en las formas de evaluación dialogadas y colectivas sobre los aspectos del proceso de aprendizaje, bien de forma puntual como rutina de sesión, puesta en común final.
- b. Dinámicas de trabajo colaborativas y grupales del profesorado, dirigidas a la mejora de la propia práctica a través del trabajo colectivo en torno a un tema o a un problema de la práctica.

El cuadro que tenemos a continuación muestra una diversidad de instrumentos asociados a tres procedimientos. Además de estos existen otros procedimientos de evaluación que el docente puede utilizar.

Los docentes cuenta con la ayuda de internet, en donde existe mucha información acerca de la evaluación dentro del área de Educación Física, pero tenemos que tener cuidado, ya que pueden existir materiales muy buenos pero a la vez confusos y complicado para nuestra realidad educativa. Por ello tenemos que leerlos detenidamente y en alguno de los casos adaptarlos a nuestra realidad.

Procedimientos	Instrumentos
Observación	<ul style="list-style-type: none"> • Lista de cotejo • Escala de estimación • Bitácoras • R.S.A.
Pruebas	<p>Pruebas escritas que requieren la selección de respuestas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • De selección múltiple • De alternativas constantes. • De respuestas breves. • Pareamiento. <p>Pruebas escritas que requieren la producción de respuestas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pruebas de ensayo. • Pruebas restringidas. <p>Orales.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estructuradas • No estructuradas. <p>Prácticas. De actitud física.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Test para medir cualidades físicas. • Test para medir habilidades motoras • Test para evaluar rendimiento deportivo
Informes	<ul style="list-style-type: none"> • Guía de entrevistas • Cuestionarios • Bitácoras.

Fig. N°23, Instrumentos para la evaluación a través de tres procedimientos.

Se pueden observar algunos ejemplos prácticos de evaluación formativa en educación física, en el apartado de anexos, página.

2. OBJETIVOS.

- Implantar una rúbrica para el área de Educación Física, a través del desempeño del alumno en las diferentes actividades tanto físicas como teóricas como actitudinales, de manera precisa y objetiva.

3. METODOLOGÍA.

3.1.HERRAMIENTAS PARA LA ELABORACIÓN DE RÚBRICAS.

Actualmente es muy común encontrarse con rúbricas elaboradas por infinidad de docentes. También es posible tener acceso a paquetería especializada a través de internet para que sea más fácil su elaboración. Dentro de las páginas web, como Rubistar, la elaboración de rúbricas es muy sencilla, ya que cuentan con plantillas que posibilitan una edición simple de acuerdo a lo que el docente quiere.

Podemos decir entonces que cuando las rúbricas se elaboran con herramientas digitales para utilizarse en entornos digitales, virtuales o en línea, se denominan e-rúbricas. Tienen las características que son interactivas, rápidas de evaluar, sin esfuerzo, facilitando la retroalimentación y el docente puede identificar las áreas a fortalecer oportunamente a diferencia de las rúbricas impresas, que requieren mayor tiempo para procesar los resultados.

Son muy accesibles, ya que la mayoría son gratuitas y las que solicitan la licencia de uso, son de bajo coste.

La rúbrica al hacer una descripción detallada del tipo de desempeño esperado, permite una retroalimentación muy precisa, lo cual favorece en los estudiantes una autoevaluación y el monitoreo de sus avances y obstáculos en el proceso de aprender.

Algunos ejemplos Web para diseñar e-rúbricas:

Herramienta	Sitio	Descripción
SINED e-rúbrica http://rubrica.sined.mx		Herramienta gratuita, interoperable con sistemas virtuales de aprendizaje (VLM), permite diseñarla con enfoque por competencias. Se puede exportar a PDF
Rubistar http://rubistar.4teachers.org/		Herramienta en línea gratuita, que permite generar rúbricas a partir de plantillas, modificarlas, o diseñar nuevos instrumentos. Idioma: Español e Inglés

EvalCOMIX http://evalcomix.uca.es/		Ofrece diversos instrumentos de evaluación e integración del recurso en Moodle. Permite la evaluación, autoevaluación y coevaluación
---	--	--

Penn State cubic rubric http://goo.gl/isRnv		Permite elaborar rúbricas de forma rápida, sencilla a través de un formato preestablecido que puede modificarse. Actualizaciones gratuitas
--	---	--

eRubric Assistant http://goo.gl/69AQi		Funciona con cualquier versión de Microsoft Word para Windows. Fácil creación de rúbricas. Bajo costo de la licencia
---	--	--

Herramienta	Sitio	Descripción
Rubrix http://rubrics.com		Rubrix permite la aplicación en dispositivos móviles. Genera informes y análisis de la información obtenida
Teach-nology http://goo.gl/y4iJW		Ofrece un banco de 500 rúbricas para imprimir y modificar en línea. Herramienta gratuita
iRubric http://goo.gl/dqyFA		Potente herramienta para el diseño de rúbricas en línea. Es gratuita y de fácil manejo

3.2.¿QUÉ DEBEMOS EVALUAR EN LAS RÚBRICAS?

En muchas ocasiones, no tenemos claro lo que tenemos que evaluar, y una confusión podemos tergiversar la práctica educativa. La Evaluación en los Aprendizajes se basa directamente al contenido del mismo y responde en buena medida a qué debemos evaluar, con lo cual, lo primero que vamos a evaluar va a ser los aprendizajes de los estudiantes.

Sin embargo los aprendizajes esperados o producto esperado, van a estar definidos en términos de capacidad y competencia, como trabajo concreto terminado y realizado por el estudiante y que puede ser evaluado, (ej. Informe, proyecto, maqueta...). Los referentes más inmediatos que tenemos los docentes acerca de qué enseñar y evaluar son las capacidades, que a su vez están referidas a una más competencias. Los aspectos a evaluar, están referidos a los elementos que debe contener el producto, determinado por los indicadores de logro, (ej, desarrollo, originalidad, claridad en la redacción...) Los estudiantes aprenden si adquieren las capacidades, niveles de adquisición de las

competencias, especifica las diferencias en cuanto a lo aprendido por el estudiante, evaluados mediante criterios desglosados de los indicadores con mayor de talle especificando las diferencias en cuanto a lo aprendido y que están definidas en el currículum, considerando las adecuaciones que deben realizarse para desarrollar una propuesta ajustada al contexto y a las necesidades de los estudiantes, (ej. Avanzado, excelente, destacado).

3.3. CONTEXTUALIZACIÓN DE LA RÚBRICA DE EVALUACIÓN.

A continuación vamos a proponer una rúbrica. Como hemos mencionado anteriormente y en varias ocasiones, la rúbrica es muy personal y se elabora según el criterio de cada profesor, en función a la realidad del aula en la que esté.

Cada año hay que revisarla, ya que como hemos dicho anteriormente, se tiene que adecuar a la realidad del aula.

A continuación, vamos a desarrollar una Unidad Didáctica para contextualizar la rúbrica. Hemos escogido el curso de 1º de ESO, 1º evaluación, para la elaboración de la misma.

3.4 DISEÑO DE UNA UNIDAD DIDÁCTICA.

ÍNDICE

INFORMACIÓN GENERAL (1 Educación Física Introducción 2010-11.doc)

a) ENSEÑANZA SECUNDARIA OBLIGATORIA

- * Introducción
- * Objetivos del área de Educación Física
- * Competencias Básicas.

MARCO LEGAL

La Ley Orgánica 2/2006 del 3 de mayo, de Educación (BOE del 4 de mayo), determina en su artículo 6.2 que es competencia del gobierno fijar las enseñanzas mínimas de cada una de las enseñanzas. Es en el Real Decreto 1631/2006 del 29 de diciembre donde se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la ESO (BOE del 5 de enero del 2007). Tras este Real Decreto procede establecer el currículum

de dichas enseñanzas para el ámbito de la comunidad autónoma de Madrid. Esto se realiza en el decreto 23/2007, del 10 de mayo (BOCM martes 29 de mayo del 2007).

ENSEÑANZA SECUNDARIA OBLIGATORIA (ESO)

INTRODUCCIÓN

En la sociedad actual se siente, cada vez más, la necesidad de incorporar a la cultura y a la educación aquellos conocimientos que, relacionados con el cuerpo y la actividad motriz, contribuyen al desarrollo personal y a una mejora en la calidad de vida. Al hombre del siglo XXI le resulta imprescindible la ejercitación del cuerpo si no quiere ver atrofiadas prematuramente muchas de sus funciones y capacidades corporales. Es a través del cuerpo y el movimiento como la persona se relaciona con el entorno.

Por tanto, el desarrollo armónico e integral del ser humano conlleva ineludiblemente la inclusión en la formación de los jóvenes de aquellas enseñanzas que van a potenciar el desarrollo de sus capacidades y habilidades motrices, asumiendo actitudes, valores y normas con referencia al cuerpo y sus movimientos.

Por otra parte, la escasa actividad corporal desplegada en el actual sistema de vida (desplazamientos en vehículos, sustitución de los trabajos realizados directamente por el hombre por trabajos de máquinas apropiadas, viviendas con espacios muy reducidos, reducción progresiva del tiempo de trabajo, etcétera) conduce a que cada vez se dé mayor importancia a las actividades físicas como medio de equilibrio psicofísico y de mantenimiento de ocupación del tiempo libre.

El cuerpo y el movimiento son los ejes básicos en los que se debe centrar la acción educativa del área. En este sentido se resalta la importancia del conocimiento corporal y del movimiento, no sólo por su valor funcional, sino también por el carácter integrador que tiene. Se trata, pues, de educación del cuerpo y el movimiento por el valor propio e intrínseco que tiene esta formación, y también de educación a través del cuerpo y el movimiento para conseguir otros objetivos igualmente importantes en el modo de vida actual (salud, ocio, reducción del estrés ...).

La concepción de Educación Física que se propone intenta aunar e integrar las distintas corrientes que actualmente coexisten. En este sentido, se admite la validez de

las distintas funciones asignadas a la Educación Física por dichas corrientes: función de conocimiento; anatómico-funcional; estética y expresiva; comunicativa y de relación; higiénica; agonística; catártica y placentera y de comprensión; en definitiva, el área de Educación Física reconoce la multiplicidad de funciones, contribuyendo a través de ellas a la consecución de los objetivos generales de la Educación Secundaria Obligatoria, por lo que debe recoger todo el conjunto de prácticas corporales y no aspectos parciales de las mismas.

Las líneas de actuación o las orientaciones hacia las que deben dirigirse las acciones educativas se concretan en:

- Educación en el cuidado del cuerpo y de la salud.
- Educación para la mejora corporal.
- Educación para la mejora de la forma física.
- Educación de la utilización constructiva del ocio mediante la práctica de actividades recreativas y deportivas individuales y colectivas.

El deporte, considerado como una parte específica de las conductas motrices, tiene el valor social de ser la forma más habitual de entender y practicar la actividad física en nuestro contexto social y cultural. En general, la valoración social de la práctica deportiva corresponde a planteamientos competitivos, selectivos y restringidos a una sola especialidad, que no siempre son compatibles con las intenciones educativas del currículo escolar. El deporte en el área de Educación Física debe tener un carácter abierto, sin que la participación se supedita a las características de sexo, niveles de habilidad u otros criterios de discriminación, y no debe responder a planteamientos competitivos, selectivos y restringidos a una sola especialidad. Lo que no quiere decir que haya que desterrar la competición de las prácticas deportivas, pues ésta tiene un alto valor motivador para el alumno, siempre que se utilice con criterios estrictamente educativos y acompañados de prácticas que fomenten la colaboración. A lo largo de la etapa se debe promover y facilitar que el alumno domine un número variado de actividades corporales y deportivas.

Las actividades, en esta etapa, dejan de tener un sentido más recreativo, para seguir un tratamiento cada vez más específico en el desarrollo de los contenidos, tanto de condición física, con una clara orientación hacia la salud, como de las habilidades

específicas, en donde se incluyen los juegos y deportes, las cualidades motrices, las actividades en el medio natural y las actividades de ritmo y expresión.

En la ESO el área de Educación Física debe contribuir al logro de los objetivos generales de la etapa. No basta con desarrollar las capacidades instrumentales y habituarse a la práctica continuada de actividades físicas, sino que además hay que vincular esa práctica a una escala de valores, actitudes y normas, y al conocimiento de los efectos que ésta tiene sobre el desarrollo personal. El área debe contribuir también a la consolidación de hábitos, valores y actitudes que favorezcan la salud y un mejor nivel de calidad de vida.

La enseñanza en esta etapa debe tender a la consecución de una creciente autonomía por parte del alumno, que en la práctica se debe traducir en una disminución en la toma de decisiones por parte del profesor y un aumento de éstas por los alumnos. Este proceso se debe ir desarrollando de forma progresiva ya que precisa que el alumno se vaya adaptando a un determinado proceder didáctico en el que se suceden dos fases. Fase directiva, en la cual el profesor asume el rol de protagonista principal, es el encargado de plantear todas las cuestiones referidas al proceso de enseñanza-aprendizaje y procura presentar el conocimiento de forma que pueda ser captado por los alumnos y generar en éstos procesos reflexivos que les lleven a comprender e integrar en su estructura cognitiva los nuevos aprendizajes. El alumno, por su parte, realiza las propuestas planteadas y va adquiriendo un bagaje de conocimientos y experiencias amplio. Fase autónoma, en ella el alumno participa, de forma reflexiva y responsable en numerosos aspectos de la programación como selección de tareas y medios a utilizar, organización de actividades, etcétera hasta llegar a planificar su propia actividad.

OBJETIVOS DEL AREA DE EDUCACIÓN FÍSICA

La programación se ajusta a lo dispuesto por el Decreto 23/2007, de 10 de mayo (B.O.C.M. del 29 de mayo) por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria para el ámbito de la Comunidad de Madrid.

La enseñanza de la Educación Física en esta etapa tendrá como finalidad el desarrollo de las siguientes capacidades:

1. Participar y colaborar de manera activa, con regularidad y eficiencia, en las actividades programadas, con independencia del nivel de habilidad y capacidad personal y valorando

los aspectos de relación que fomentan; mostrando una actitud de respeto y tolerancia hacia todos los miembros de la comunidad educativa.

2. Conocer y valorar los efectos beneficiosos, riesgos y contradicciones que presenta la práctica habitual y sistemática de la actividad física a lo largo de la vida, en el desarrollo personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida y salud, individual y colectiva.
3. Aumentar las propias posibilidades de rendimiento motor mediante la mejora de las capacidades, tanto físicas como motrices, desarrollando actitudes de autoexigencia y superación personal.
4. Mejorar las capacidades de adaptación motriz a las exigencias del entorno y a su variabilidad.
5. Planificar actividades que permitan satisfacer las necesidades personales en relación a las capacidades físicas y habilidades específicas a partir de la valoración del nivel inicial.
6. Conocer el cuerpo y sus necesidades, adoptando una actitud crítica y consecuente frente a las actividades dirigidas a la mejora de la condición física, la salud y la calidad de vida, haciendo un tratamiento diferenciado de cada capacidad.
7. Reconocer, valorar y utilizar el cuerpo como medio de comunicación y expresión creativa, diseñando y practicando actividades rítmicas con y sin una base adecuada.
8. Reconocer el medio natural como espacio idóneo para la actividad física, y discriminar aquellas prácticas que pueden causarle cualquier tipo de deterioro.
9. Recuperar y comprender el valor cultural de los juegos y deportes populares y recreativos, como elementos característicos de nuestra cultura que hace falta preservar; practicarlos con independencia del nivel de habilidad personal y colaborar con la organización de campeonatos y actividades de divulgación.
10. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades, juegos y deportes, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de habilidad.
11. Conocer las posibilidades que el entorno ofrece (espacios, equipamientos e instalaciones) para la práctica de actividad física deportiva.

12. Conocer y utilizar técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones producidas durante la actividad cotidiana y/o en la práctica de actividades físicas deportivas
13. Conocer y practicar actividades y modalidades deportivas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego, con progresiva autonomía en su ejecución.

COMPETENCIAS BÁSICAS

La incorporación de competencias básicas al currículo permite poner el acento en aquellos aprendizajes que se consideran imprescindibles, desde un planteamiento integrador y orientado a la aplicación de los saberes adquiridos. De ahí su carácter básico. Son aquellas competencias que debe haber desarrollado un joven o una joven al finalizar la enseñanza obligatoria para poder lograr su realización personal, ejercer la ciudadanía activa, incorporarse a la vida adulta de manera satisfactoria y ser capaz de desarrollar un aprendizaje permanente a lo largo de la vida.

La inclusión de las competencias básicas en el currículo tiene varias finalidades. En primer lugar, integrar los diferentes aprendizajes, tanto los formales, incorporados a las diferentes áreas o materias, como los informales y no formales. En segundo lugar, permitir a todos los estudiantes integrar sus aprendizajes, ponerlos en relación con distintos tipos de contenidos y utilizarlos de manera efectiva cuando les resulten necesarios en diferentes situaciones y contextos. Y, por último, orientar la enseñanza, al permitir identificar los contenidos y los criterios de evaluación que tienen carácter imprescindible y, en general, inspirar las distintas decisiones relativas al proceso de enseñanza y de aprendizaje.

Con las áreas y materias del currículo se pretende que todos los alumnos y las alumnas alcancen los objetivos educativos y, consecuentemente, también que adquieran las competencias básicas. Sin embargo, no existe una relación unívoca entre la enseñanza de determinadas áreas o materias y el desarrollo de ciertas competencias. Cada una de las áreas contribuye al desarrollo de diferentes competencias y, a su vez, cada una de las competencias básicas se alcanzará como consecuencia del trabajo en varias áreas o materias.

El trabajo en las áreas y materias del currículo para contribuir al desarrollo de las competencias básicas debe complementarse con diversas medidas organizativas y funcionales, imprescindibles para su desarrollo. Así, la organización y el funcionamiento de los centros y las aulas, la participación del alumnado, las normas de régimen interno, el uso de determinadas metodologías y recursos didácticos, o la concepción, organización y funcionamiento de la biblioteca escolar, entre otros aspectos, pueden favorecer o dificultar el desarrollo de competencias asociadas a la comunicación, el análisis del entorno físico, la creación, la convivencia y la ciudadanía, o la alfabetización digital. Igualmente, la acción tutorial permanente puede contribuir de modo determinante a la adquisición de competencias relacionadas con la regulación de los aprendizajes, el desarrollo emocional o las habilidades sociales. Por último, la planificación de las actividades complementarias y extraescolares puede reforzar el desarrollo del conjunto de las competencias básicas.

En el marco de la propuesta realizada por la Unión Europea, y de acuerdo con las consideraciones que se acaban de exponer, se han identificado ocho competencias básicas:

- 1. Competencia en comunicación lingüística.**
- 2. Competencia matemática.**
- 3. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.**
- 4. Tratamiento de la información y competencia digital.**
- 5. Competencia social y ciudadana.**
- 6. Competencia cultural y artística.**
- 7. Competencia para aprender a aprender.**
- 8. Autonomía e iniciativa personal.**

ÍNDICE

PROGRAMACIÓN 1º ESO

(2 Educación Física 1º ESO 2010-11.doc)

- Objetivos
- Competencias básicas
- Contenidos
- Temporalización de los contenidos
- Mínimos exigibles para una valoración positiva del rendimiento.
- Criterios de evaluación
- Procedimientos de evaluación
- Criterios de calificación
- Medidas de atención a la diversidad
- Adaptaciones curriculares para alumnos con necesidades educativas especiales
- Sistemas de recuperación de evaluaciones pendientes
- Actividades de recuperación para los alumnos con materias pendientes
- Pruebas extraordinarias de septiembre
- Metodología didáctica
- Materiales, textos y recursos didácticos
- Actividades complementarias y extraescolares

PROGRAMACIÓN 1º ESO

La programación de 1º de ESO se ajusta a lo dispuesto por el Decreto 23/2007, de 10 de mayo (B.O.C.M. del 29 de mayo) por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria para el ámbito de la Comunidad de Madrid.

OBJETIVOS GENERALES.

La enseñanza de la Educación Física en esta etapa tendrá como finalidad el desarrollo de las siguientes capacidades:

1. Participar y colaborar de manera activa, con regularidad y eficiencia, en las actividades programadas, con independencia del nivel de habilidad y capacidad personal y valorando los aspectos de relación que fomentan; mostrando una actitud de respeto y tolerancia hacia todos los miembros de la comunidad educativa.
2. Conocer y valorar los efectos beneficiosos, riesgos y contradicciones que presenta la práctica habitual y sistemática de la actividad física a lo largo de la vida, en el desarrollo personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida y salud, individual y colectiva.
3. Aumentar las propias posibilidades de rendimiento motor mediante la mejora de las capacidades, tanto físicas como motrices, desarrollando actitudes de autoexigencia y superación personal.
4. Mejorar las capacidades de adaptación motriz a las exigencias del entorno y a su variabilidad.
5. Planificar actividades que permitan satisfacer las necesidades personales en relación a las capacidades físicas y habilidades específicas a partir de la valoración del nivel inicial.
6. Conocer el cuerpo y sus necesidades, adoptando una actitud crítica y consecuente frente a las actividades dirigidas a la mejora de la condición física, la salud y la calidad de vida, haciendo un tratamiento diferenciado de cada capacidad.
7. Reconocer, valorar y utilizar el cuerpo como medio de comunicación y expresión creativa, diseñando y practicando actividades rítmicas con y sin una base adecuada.
8. Reconocer el medio natural como espacio idóneo para la actividad física, y discriminar aquellas prácticas que pueden causarle cualquier tipo de deterioro.
9. Recuperar y comprender el valor cultural de los juegos y deportes populares y recreativos, como elementos característicos de nuestra cultura que hace falta preservar; practicarlos con independencia del nivel de habilidad personal y colaborar con la organización de

campeonatos y actividades de divulgación.

10. Mostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades, juegos y deportes, independientemente de las diferencias culturales, sociales y de habilidad.
11. Conocer las posibilidades que el entorno ofrece (espacios, equipamientos e instalaciones) para la práctica de actividad física deportiva.
12. Conocer y utilizar técnicas básicas de respiración y relajación como medio para reducir desequilibrios y aliviar tensiones producidas durante la actividad cotidiana y/o en la práctica de actividades físicas deportivas
13. Conocer y practicar actividades y modalidades deportivas individuales, colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego, con progresiva autonomía en su ejecución.

COMPETENCIAS BÁSICAS

En 1º ESO, la Educación Física va a contribuir a mejorar las siguientes competencias:

- Competencia en comunicación lingüística:

Vocabulario específico (el correspondiente a los distintos bloques de contenidos) y lectura de textos relacionados con la actividad física y la salud adecuados a la edad y circunstancias del alumno. Se mejorará la competencia lingüística general y la específica de la asignatura de Educación Física.

Se incrementa la comunicación entre los alumnos debido a las diferentes situaciones que se dan en las actividades deportivas.

- Competencia matemática:

Se desarrollará a través del cronometraje de tiempos, registro de marcas y multitud de juegos que brindan al alumnado la oportunidad de encontrar aplicaciones reales de las matemáticas al incluir nociones o elementos como figuras, formas geométricas en espacio, rectas, curvas, paralelismos, etc.

- Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico:

Se desarrollará a través del trabajo de las cualidades físicas asociadas a la salud y la valoración y uso responsable del medio natural. También a través de la valoración crítica de los riesgos asociados al sedentarismo, al consumo de sustancias tóxicas o al abuso del ocio audiovisual. Promoviendo un ocio saludable a través del ejercicio físico.

- Tratamiento de la información y competencia digital:

Se promoverá un uso razonable de los medios digitales para la búsqueda de información relacionada con la educación física, intentando además buscar una valoración crítica del alumno al abuso de videoconsolas, móviles y otros aparatos electrónicos en perjuicio de las vivencias experimentadas por el movimiento del cuerpo.

- Competencia social y ciudadana:

A través de las actividades deportivas colectivas los alumnos aprenderán a trabajar en grupo y respetarse. La aceptación de normas comunes en estas edades colaborarán en la aceptación de los futuros códigos de conducta de una sociedad. También el alumno empieza a asumir las diferencias así como las posibilidades y limitaciones propias y ajenas.

- Competencia cultural y artística:

A través del conocimiento de juegos y deportes el alumno conocerá las manifestaciones culturales específicas de la motricidad humana potenciando de esta manera dicha competencia. También se contribuirá a través de la exploración y utilización de las posibilidades y recursos expresivos y creativos del cuerpo y del movimiento.

- Competencia para aprender a aprender:

Se empezará a utilizar metodologías de búsqueda y descubrimiento para contribuir al desarrollo de esta competencia.

- Autonomía e iniciativa personal:

Se le otorgará protagonismo al alumnado en aspectos de organización individual y colectiva. Se reforzará la iniciativa personal buscando la confianza en uno mismo y una progresiva toma de decisiones con autonomía.

3. CONTENIDOS

BLOQUE I: CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD.

1. El calentamiento. Concepto. Fases.
2. Condición física. Concepto. Capacidades físicas relacionadas con la salud.
3. Efectos de la actividad física sobre el organismo y la salud: beneficios y riesgos.
4. Ejecución de ejercicios de aplicación al calentamiento general.
5. Acondicionamiento general de las capacidades físicas relacionadas con la salud.
6. Práctica de resistencia aeróbica, de fuerza general, flexibilidad y velocidad.
7. Práctica de ejercicios de mantenimiento de las posiciones corporales en situaciones de sentado y en el levantamiento y transporte de cargas pesadas.
8. Relajación muscular progresiva que permita la distinción entre estados de tensión y relajación muscular contribuyendo al bienestar y la paz con los demás y con uno mismo.
9. Valoración del calentamiento general como medio de prevención de lesiones en cualquier actividad física.
10. Discriminación y valoración de hábitos y conductas positivas de las negativas (sedentarismo, drogodependencias, etc.)

BLOQUE II: JUEGOS Y DEPORTES. CUALIDADES MOTRICES PERSONALES.

1. El aprendizaje motor.
2. El movimiento coordinado: equilibrio y agilidad.
3. Clasificación de los juegos deportivos: convencionales, tradicionales y recreativos.
4. Justificación de la necesidad de reglas y normas en la práctica de juegos y deportes.
5. Habilidades básicas gimnásticas globales: saltos, equilibrios, ejercicios de escalada, etc
6. Práctica de juegos reglados y adaptados, convencionales y modificados, populares y tradicionales, que faciliten el aprendizaje de los fundamentos técnicos/tácticos y las

estrategias de ataque y defensa comunes a los deportes individuales, de adversario y colectivos.

7. Realización de actividades cooperativas y competitivas encaminadas al aprendizaje de los fundamentos técnicos y tácticos de un deporte individual, de adversario y colectivo.
8. Participación de forma activa en los diferentes juegos y actividades deportivas.
9. Descubrimiento vivencial y crítico de la necesidad y el sentido de las normas para configurar juegos.
10. Valoración de la importancia del desarrollo motor personal y disposición favorable al aprendizaje en este ámbito.
11. Aceptación del reto que supone competir con los demás sin que eso implique actitudes de rivalidad, entendiendo la oposición como una estrategia del juego y no como una actitud contra los demás.
12. Aceptación y valoración de las normas.

BLOQUE III: EXPRESIÓN CORPORAL.

1. El cuerpo como instrumento de expresión y comunicación.
2. El tiempo y el ritmo.
3. Práctica de actividades expresivas y rítmicas encaminadas a conseguir la dinámica de grupo.
4. Experimentación de actividades dirigidas a romper los bloqueos y las inhibiciones personales.
5. Experimentación de actividades en las que se combinan distintos ritmos y se manejan distintos objetos.
6. Práctica de actividades de bienestar en que se ejecuta el movimiento al ritmo de la respiración.
7. Práctica de juegos y danzas como medio para interiorizar las bases del ritmo y del baile,

(danzas populares, tradicionales etc.)

8. Disposición favorable a la desinhibición.
9. Valoración del ritmo como un elemento presente en todas las acciones que realizamos.

BLOQUE IV: ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL

1. Posibilidades que ofrece nuestro medio natural para llevar a cabo actividades físico-deportivas: tierra, aire y agua.
2. Adquisición de técnicas básicas de manipulación de elementos en el medio natural.
3. Identificación de señales de rastreo y realización de un recorrido por el centro y sus inmediaciones, previamente marcado.
4. Búsqueda de espacios próximos para realizar actividades en la naturaleza.
5. Actividades sencillas de orientación.
6. Aceptación y respeto de las normas para la conservación y mejora del medio urbano y natural.

TEMPORALIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS

1ª evaluación

<u>- Condición física y salud</u>	- Calentamiento. - Coordinación dinámica general - Preparación física: resistencia
<u>- Juegos y deportes. Cualidades motrices personales.</u>	
• Juegos y deportes	- Juegos: convencionales, tradicionales, recreativos y adaptados.
• Atletismo	- Carreras - relevos
• Medio natural	- Marchas y circuitos al aire libre.

2ª evaluación:

<u>- Condición física y salud</u>	- Preparación Física: Resistencia, Flexibilidad, Agilidad, Equilibrio
<u>- Juegos y deportes. Cualidades motrices personales.</u>	
• Gimnasia artística	- Fundamentos básicos
• Juegos y deportes	- Juegos reglados
- <u>En el medio natural</u>	- Técnicas básicas de manipulación.
- <u>Expresión Corporal.</u>	- Ritmo y movimiento.

3ª evaluación:

- <u>Condición física y salud</u>	- Preparación física. Relajación
- <u>Juegos y deportes. Cualidades motrices personales.</u>	
• Juegos y Deportes Alternativos	- Indiacá, Frisby, Malabares etc...
- <u>En el medio natural</u>	- Rastreo. Normas de seguridad
- <u>Expresión Corporal.</u>	. Actividades expresivas y rítmicas.

MÍNIMOS EXIGIBLES PARA UNA VALORACIÓN POSITIVA DEL RENDIMIENTO.

- El comportamiento del alumno será correcto en todo momento respetando siempre al profesor y a los compañeros, de no ser así se le calificará de forma negativa. Así mismo hará un uso correcto del material y acatará las normas de los juegos y deportes.
- Los alumnos deben participar en la actividad física diaria de la clase, para lo cual es fundamental y obligatoria la asistencia y hacerlo con atuendo deportivo adecuado.
- Deben obtener unas capacidades físicas de acuerdo al momento de desarrollo motor, acercándose a los valores normales de su grupo de edad en el entorno de referencia, para ello se utilizarán test de condición física.
- Demostrar el conocimiento y comprensión de los contenidos teóricos del curso, a través de superación de controles y/o presentación de trabajos.
- Tendrán que ser capaces de ejecutar las tareas específicas de los juegos y deportes realizados durante el curso, por lo que deberán superar las pruebas de habilidad motriz seleccionadas para tal efecto.
- Tendrán que resolver problemas motores y de decisión en tareas motrices deportivas.
- Deberán ser capaces de realizar de forma autónoma un calentamiento general.
- Deberán participar activamente en las sesiones de Expresión Corporal, Ritmo y o composiciones Expresivas.
- Conocer los beneficios de la relajación..

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Recopilar actividades, juegos, estiramientos y ejercicios de movilidad articular apropiados para el calentamiento y realizados en clase.
- Identificar los hábitos higiénicos y posturales saludables relacionados con la actividad física y con la vida cotidiana.
- Incrementar las cualidades físicas relacionadas con la salud trabajada durante el curso respecto a su nivel inicial.

- Mejorar la ejecución de los aspectos técnicos fundamentales de un deporte individual, aceptando el nivel alcanzado.
- Realizar la acción motriz oportuna en función de la fase de juego que se desarrolle, ataque o defensa, en el juego o deporte colectivo propuesto.
- Elaborar un mensaje de forma colectiva, mediante técnicas como el mimo, el gesto, la dramatización o la danza y comunicarlo al resto de grupos
- Seguir las indicaciones de las señales de rastreo en un recorrido por el centro o sus inmediaciones.

PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN

Partimos de la base que la evaluación es un proceso sistemático cuyo fin es conseguir la mejora continúa del proceso de enseñanza-aprendizaje y deberá comprender los siguientes aspectos:

Valorar el proceso individual de cada alumno tomando como referencia su situación inicial y el trabajo diario desarrollado.

Determinar el nivel de conocimientos, capacidades y destrezas alcanzado por el alumno en relación con los objetivos planteados.

Indicar las principales dificultades de los alumnos en la consecución de dichos objetivos.

Informar al profesor del grado de eficacia de la programación y metodología en vista a la mejora constante de las enseñanzas que imparte.

Así la evaluación constará de:

EVALUACIÓN INICIAL:

Se comprobará el nivel y aptitud inicial de los alumnos en relación con la materia, determinando mediante observación y/o pruebas específicas el estado general de la condición física y de las diferentes actividades y deportes que los alumnos-as presentan en el momento actual.

EVALUACIÓN CONTINUA:

De tipo formativa fundamentalmente, realizada durante todo el curso y estará concretada con la observación sistemática del alumno a través de:

1. Control de asistencia a clase.
2. Grado de participación y actitud diaria.
3. Contenidos procedimentales.
4. Evaluación puntual realizada durante y al final de cada unidad didáctica o bloque temático, mediante pruebas objetivas que determinarán los mínimos que tendrán que superar los alumnos (verificando el nivel de adquisición de objetivos y contenidos alcanzados). Constará de pruebas de ejecución motriz y/o pruebas escritas (test y trabajos fundamentalmente).

EVALUACIÓN SUMATIVA:

Su aplicación deberá coincidir con el final de cada curso, debiéndose considerar el progreso obtenido a lo largo de las diferentes Unidades Didácticas desarrolladas. Fundamentalmente debe valorarse el cumplimiento de los objetivos didácticos programados para cada curso, ciclo o etapa.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Se tendrán en cuenta cuatro aspectos:

a)	b)	c)	d)
los conocimientos	la asistencia a clase y la puntualidad	la progresión y rendimiento	la actitud

- a) **Conocimientos** mediante pruebas prácticas y escritas, para determinar el nivel alcanzado por el alumno, en relación con los objetivos. Igualmente se calificará la calidad de los trabajos teóricos y/o el cuaderno de clase.
- b) En cuanto a la **asistencia a clase**, este factor tiene un valor considerable en nuestra asignatura, de manera que consideramos que un 15% de faltas sin justificación tendrá una repercusión negativa en las calificaciones, pérdida de la evaluación continua,

teniendo que hacer un examen personalizado, donde demuestre la consecución de los objetivos y el conocimiento y dominio de los contenidos. Igualmente la falta reiterada de **puntualidad** tendrá una valoración negativa.

c) Respecto a **la progresión** utilizaremos, como punto de partida, la evaluación inicial. Mediante listas de observación del trabajo de cada día, calificaciones de pruebas físicas y de habilidad y el esfuerzo por superarse, se valorará el progreso individual de cada alumno.

d) La **actitud** coordina los tres aspectos anteriores, por tanto se evaluará:

- la participación activa,
- la colaboración con los profesores y compañeros,
- la predisposición positiva hacia las prácticas deportivas,
- el afán de superación,
- el respeto hacia los compañeros, profesores, material e instalaciones,
- La capacidad para organizar pequeñas actividades que puedan realizarse en clase.

- Porcentajes de calificación:

30 % - Conceptos: incluye trabajos y exámenes

50 % - Realización práctica: Corresponde a las rúbricas de evaluación de acondicionamiento físico general Resistencia-Velocidad; acondicionamiento físico general Fuerza-Potencia-Flexibilidad; acondicionamiento físico general técnico Relevos.

20% - Actitud, asistencia, cuaderno, trabajos, cuidado del material, vestimenta, higiene, etc: Es condición indispensable en Educación Física un buen comportamiento del alumno, si la actitud no es la correcta se calificará al alumno negativamente. Corresponde a la rúbrica de evaluación de acondicionamiento físico general Participación e Higiene Personal.

Además, hay que tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Si la nota del examen escrito es inferior a 3 puntos, la evaluación estará suspensa

- Si el alumno no entrega el trabajo mandado se suspenderá la evaluación. En caso de entregarlo fuera de plazo sólo se recogerá al día siguiente y tendrá una penalización de 2 puntos.
- Las faltas de asistencia sin justificar tendrán una penalización de -0,5 puntos sobre la nota final.
- Los alumnos enfermos o lesionados que no puedan realizar la parte práctica de la asignatura tendrán que justificar ese hecho. En caso negativo se penalizará con -0,25.
- El alumno que coma chicle en clase pierde -0,1 puntos cada día.
- Hay que venir correctamente uniformado. En caso contrario se penalizará con -0,25.

MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

A) Modificaciones no significativas a los elementos de la programación.

A.1) Alumnos que presentan un problema de tipo médico que les incapacita temporalmente para la práctica de ejercicio físico. Se estudiarán caso por caso según la información del certificado médico y la del propio alumno. Entre los más comunes se encuentran:

* Problemas asmáticos o alérgicos. La adaptación curricular será en relación con el trabajo de resistencia, trabajando con ejercicios moderados sin pedirles una exigencia máxima.

* Problemas de columna vertebral. En general, se les evitarán los ejercicios de carga, algunos ejercicios de gimnasia artística y aquellos otros que especifique el médico.

A.2) Alumnos que presentan mayores dificultades que el resto de los compañeros, para acceder a los aprendizajes que se determinan en el currículo. Se tomarán medidas individualizadas, tales como:

- Dejar más tiempo para realizar la tarea,
- distinta organización y secuenciación de contenidos,

- priorizar contenidos, eliminando los menos básicos,
- empleo de metodología o materiales variados.

B) Modificaciones significativas a los elementos de la programación.

B.1) Alumnos que presentan un problema de tipo médico que les incapacita totalmente para la práctica de ejercicio físico:

- Asistirán a clase, realizarán la parte conceptual de la asignatura, llevarán el diario de clase, harán trabajos relacionados con la asignatura, colaborarán estrechamente en la organización de las clases y el material y arbitrarán en los deportes colectivos.

B.2) Alumnos de integración:

- Se estudiará cada caso junto con el Departamento de Orientación, realizando una adaptación curricular significativa, ampliando los criterios de ayuda en función de sus necesidades específicas.

ADAPTACIONES CURRICULARES PARA LOS ALUMNOS CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES

Los alumnos con necesidades educativas especiales asociadas a discapacidad motora o sensorial, temporal o permanente, deberán solicitar las adaptaciones curriculares ante el Director del Centro e irán acompañadas de los **certificados médicos oficiales** correspondientes.

ES NECESARIO:

- a) Entregar un certificado médico oficial o impreso oficial, en el que se detalle:
- El defecto, lesión o enfermedad que no le permite seguir la práctica de la Educación Física por producir perjuicio para la salud.
 - Tratamiento al que se somete para su restablecimiento y periodo estimado de recuperación.
 - Especificación de si la contraindicación de actividad física es total, o solo limitada a ciertas actividades, especificando en este caso cuáles.

Los certificados médicos deberán ser presentados, con carácter general, **a lo largo del mes de octubre**, o en el momento de producirse la causa que motiva la posible adaptación curricular. El Departamento de Educación Física analizará los certificados y determinará el proceso a seguir.

- b) Dado que **la parte teórica de la asignatura no es objeto de exención**, los alumnos que se encuentren en las circunstancias anteriores deberán:
- Asistir obligatoriamente a todas las clases de Educación Física.
 - Llevarán un cuaderno de clase, en el que se anotarán las diferentes actividades y explicaciones teóricas que se realicen.
 - Colaborarán con el profesor en la organización y control durante la clase.
 - Realizarán los trabajos teóricos, sobre los contenidos de la asignatura, los motivos de su exención u otros, que el profesor considere interesante para la formación del alumno. Igualmente, en su caso, realizarán los mismos exámenes teóricos que el resto de sus compañeros.

Esta parte es objeto de evaluación y deberá ser superada al igual que el resto de sus compañeros.

SISTEMA DE RECUPERACIÓN DE EVALUACIONES PENDIENTES.

Si un alumno/a no realiza las pruebas porque falta a las clases, suspende la evaluación. Para recuperarla deberá realizar todos los contenidos mínimos descritos en la evaluación correspondiente.

Si el motivo de falta a clase fuese enfermedad debidamente justificada, se acogerá a alguna de las medidas de atención a la diversidad que se selecciona en función de las circunstancias.

Si algún alumno/a es calificado como insuficiente por su actitud, forma de trabajo o resultado del aprendizaje tendrán que repetir todo lo anteriormente descrito atendiendo a las recomendaciones que hace su profesor/a.

Los alumnos/as que no superen las distintas Unidades Didácticas podrán recuperarlas superando los niveles mínimos exigidos, repitiendo las mismas pruebas físicas y teóricas realizadas en las anteriores evaluaciones.

Puede darse el caso que, con los baremos que se aplican de carácter general, el alumno no alcance las puntuaciones mínimas exigibles. Sin embargo, es posible, a la vista de su progreso individual y de la actitud observada pueda conseguir una calificación positiva.

Si el Departamento, o más concretamente el profesor, considera necesario para algún alumno/a establecer un programa individual de recuperación y apoyo; o bien, un programa de refuerzo para aquellas tareas que les supongan mayores dificultades, el alumno deberá llevarlo a cabo.

-Recuperación de alumnos que pierden el derecho a la evaluación continua

Al ser esta asignatura eminentemente práctica dichos alumnos deberán también cumplir con los criterios marcados como objetivos en la programación del curso.

Realizarán correctamente los trabajos teóricos que propone el Departamento de Educación Física para cada uno de los trimestres y/o evaluaciones.

Así mismo deberá superar los niveles de Condición física realizando las pruebas físicas (batería de test), al final del curso así como las pruebas físicas correspondientes a los demás bloques de contenidos.

Tendrá que realizar un examen que abarcará todos los objetivos (conocimiento, análisis y aplicación a la actividad física), programados para ese periodo y cuando éste abarque a más del 50% de los objetivos, o al normal transcurso del final de curso, tendrá que realizar un examen final que implicará la evaluación de todos los objetivos del mismo.

Con todos estos datos el Departamento de Educación Física tendrá suficiente información para evaluar a aquellos alumnos que se encuentren en esta situación.

ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN PARA LOS ALUMNOS CON MATERIAS PENDIENTES

En 1º de Eso no existen alumnos con materias pendientes de años anteriores.

PRUEBAS EXTRAORDINARIAS DE SEPTIEMBRE

Los alumnos suspendidos en junio se presentarán en septiembre a examen, donde realizarán las pruebas prácticas y teóricas que los profesores determinen para cada nivel y alumno si fuese necesario.

Las pruebas prácticas consistirán en la realización de pruebas de condición física y de habilidades específicas tratadas durante el curso. A nivel teórico se realizarán trabajos relacionados con los contenidos, que el profesor indicará, y/o exámenes teóricos de dichos contenidos. Se valorará al 50% la teoría y la práctica.

METODOLOGÍA DIDÁCTICA

Debemos intentar que los aprendizajes en nuestros alumnos tengan un significado en función de sus conocimientos, sus intereses o motivaciones y que trasciendan a su vida diaria. Los métodos de enseñanza se corresponderán con los objetivos que se pretendan en cada unidad didáctica, por lo que los modelos de enseñanza serán muy variados.

Tanto en el acondicionamiento físico como en técnicas deportivas o gimnásticas, la ***instrucción directa*** permite un mayor rendimiento motriz en menos tiempo, es decir, el alumno recibe los contenidos que debe aprender en su forma final, sin necesidad de realizar ningún descubrimiento, sino que debe asimilarlos y reproducirlos cuando le sean requeridos.

En actividades de expresión corporal, deportes alternativos o deportes convencionales, puede ser más enriquecedor utilizar la ***enseñanza mediante la búsqueda*** o plantear la ***resolución de problemas***; ambos métodos propician los aspectos perceptivos y los de ejecución.

Para individualizar la enseñanza utilizaremos el método de ***asignación de tareas***, que podemos combinar con situaciones de ***enseñanza recíproca***, que puedan ser altamente motivantes y favorecer la responsabilidad individual.

Siempre que sea posible, la metodología será global, dejando la analítica para aspectos muy complejos o para alumnos que así lo requieran.

MATERIALES, TEXTOS Y RECURSOS DIDÁCTICOS

El Instituto dispone de un gimnasio cubierto de unos 10x18 metros. En la práctica este espacio se ve reducido porque se acumula material propio de la asignatura, a pesar de haberse construido un almacén y departamento.

La pista polideportiva que ha sido reconstruida este verano, permite la práctica simultánea de baloncesto, balonmano y/o fútbol. La pista de voleibol es independiente de la anterior. Asimismo, se utiliza el Polideportivo Municipal, denominado Modulo 4; donde tenemos asignada una pista durante el horario escolar.

Disponemos de material para diversas actividades: colchonetas grandes de caída para saltos, colchonetas pequeñas, plintos, minitramp, bancos suecos, trampolines rígidos de madera; saltómetros y listones para altura, vallas, mancuernas, aros, cuerdas; balones de diferentes deportes, balones medicinales, raquetas de bádminton y lycra, sticks de hockey y discos voladores. Videos didácticos: Fisiología del ejercicio; Cualidades físicas básicas; Baloncesto; Balonmano; Voleibol; Bádminton; Atletismo. También contamos con un compresor eléctrico y 2 casetes para música. Se comprará un televisor y un ordenador portátil.

Se utilizarán periódicos, revistas y apuntes elaborados por el Departamento cuando se considere necesario.

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES (1º ESO)

Se pretende con estas actividades transferir los aprendizajes del aula a la vida real, que el deporte ocupe una parte importante del tiempo de ocio y que el alumno aprenda a ser deportista, actor, juez y espectador. Entre las alternativas se encuentran: realizar actividades fuera del Instituto, con el apoyo de Organismos oficiales o particulares; actividades en la naturaleza, aprovechando los medios facilitados por los Organismos públicos o privados.

Se les ofrecerá la posibilidad de participar en las **Carreras o competiciones interescolares** que proponga el ayuntamiento o municipio en el que está insertado el colegio o instituto.

Se organizará a final de curso una visita para hacer una actividad de **Multiaventura** y carrera de **Orientación**.

También, como todos los alumnos del centro, podrán participar en el programa de **Campeonatos Escolares municipales**, de los deportes y actividades culturales que ofrezca el Ayuntamiento.

Realización de cualquier otra actividad, que por su importancia y relación con nuestro Departamento surja a lo largo del curso y que sea aprobada por el Consejo Escolar.

PROGRAMACIÓN DE AULA

PROFESOR/A:

PRIMER TRIMESTRE

ÁREA	Educación Física		
ETAPA	E.S.O	CICLO 1º	CURSO: 1º
BLOQUE TEMÁTICO	Coordinación Dinámica General		
UNIDAD DIDÁCTICA/TEMA	Acondicionamiento Físico General		
PROGRAMACIÓN DE AULA	Nº 1	<i>TIEMPO 50</i>	(días) 14 días

Objetivos didácticos:

- Conocer y utilizar el calentamiento como práctica habitual de inicio de cualquier actividad física
- Valorar el estado de sus capacidades físicas y habilidades específicas, para utilizarlos adecuadamente
- Incrementar sus posibilidades de rendimiento motor mediante el acondicionamiento físico y mejora de las capacidades físicas, el perfeccionamiento de sus funciones y el dominio y control corporal
- Mejorar el conocimiento del cuerpo para una mejor utilización del mismo
- Controlar el ritmo cardiaco y saber valorarlo: toma de pulsaciones y recuperación
- Conocer y utilizar técnicas básicas de relajación como medio para reducir desequilibrios, y aliviar tensiones producidas en la vida cotidiana y/o en la práctica deportiva
- Aceptar las dificultades propias y ajenas, reconociendo las propias limitaciones
- Respetar las normas establecidas en cada actividad tanto en reglamento como en seguridad

Conceptos:

- Calentamiento: Fundamentos básicos. objetivos, pautas establecidas, prácticas aplicadas.
- Condición física: concepto y trabajo de :
 - Resistencia
 - Velocidad
 - Potencia
 - Fuerza
 - Flexibilidad
 - Agilidad
 - Equilibrio
- Nociones elementales sobre el sistema cardio-respiratorio:
 - Respiración
 - Pulsaciones
 - Recuperación
 - Fatiga
 - Agujetas
- Relajación y estiramientos

Procedimientos:

- Utilización de ejercicios de calentamiento para iniciar toda actividad física, desde una forma global a la específica de cada capacidad trabajada.
- Aplicación de ejercicios de acondicionamiento físico general en el desarrollo armónico de las diferentes capacidades: resistencia , velocidad, agilidad, flexibilidad, equilibrio y potencia
- Utilización de ejercicios dirigidos al desarrollo de la resistencia orgánica, con base en la carrera. continua
- Aplicación de ejercicios que desarrollen la agilidad, velocidad, flexibilidad, equilibrio y fuerza
- Utilización de diferentes velocidades en la ejecución de los ejercicios.

- Utilización de las respuestas motrices como centro directo para responder a diferentes movimientos, distancias y trayectorias.
- Utilización de una batería de test, ya establecida y conocida, para la medición del rendimiento en las diferentes capacidades.
- Adopción de mecanismos de valoración y reconocimiento de las relación existente entre la adopción de una postura correcta en el trabajo realizado a diario en clase y la realización de actividades de la vida cotidiana, como medio de prevención de lesiones o vicios posturales
- Adopción de medidas básicas de seguridad y utilización correcta de los espacios y materiales, como medio de prevención de accidentes.

Actitudes:

- Actitud de valoración de la utilización habitual del calentamiento como prevención y seguridad en la práctica de toda actividad física.
- Actitud de participación en las actividades realizadas, y en la ayuda a compañeros con dificultades, respetando las posibles diferencias entre ellos.
- Actitud de toma de conciencia de la propia condición física y la responsabilidad personal en el desarrollo de la misma
- Actitud de respeto, conocimiento y valoración de las situaciones de riesgo que deriven de la actividad física
- Actitud de disposición favorable a la autoexigencia y superación de los propios límites
- Actitud de respeto ante las dificultades y diferencias físicas de los demás.

Metodología:

- Explicación del profesor-
- Trabajo individual , experimentación y exploración de formas y posibilidades del movimiento propio-
- Utilización de la toma personal de pulsaciones, como control de fatiga y recuperación
- Uso de juegos y ejercicios por parejas y grupos.
- Utilización de baterías de tests ya programadas y utilizadas para conocer y reconocer los avances obtenidos y el estado de condición física personal

Recursos didácticos:

- Gimnasio
- Pista de atletismo.
- Bancos suecos
- Balones medicinales
- Cuerdas, aros ,conos, picas
- Cronómetros y cintas métricas

Temporalización: sesión de 50 ´

Parte inicial **10 ´de calentamiento y puesta en escena**

Parte principal **30´de desarrollo de la actividad**

Parte final **10´de juegos aplicados, estiramientos y recogida del material**

Desarrollo de la sesión:

1º sesión

- Toma de contacto con la unidad, explicación del plan d trabajo del primer trimestre y juegos de persecución.

2º - 3º sesión

- 5´de carrera continua, toma de pulsaciones y recuperación
- 3´de carrera continua, pulsaciones y recuperación
- Ejercicios de movilidad del tren superior
- Ejercicios de potencia del tren superior
- Ejercicios de abdominales y lumbares
- Ejercicios de movilidad del tren inferior
- Ejercicios de potencia del tren inferior
- Ejercicios de flexibilidad y estiramientos

4º- 5º - 6º sesión

- 8´, 9´y 10´de carrera continua, según sesión toma de pulsaciones y recuperación
- ejercicios de estiramientos del tren superior e inferior
- ejercicios de trabajo de potencia con el balón medicinal de 2 kg, en el tren superior, abdominales y lumbares, torsiones y lanzamientos con 1 y 2 manos
- ejercicios de multisaltos, tono y potencia del tren inferior
- juegos de persecución

7º - 8º sesión

- trabajo dirigido a la velocidad
- 5´de carrera continua, toma de pulsaciones y recuperación
- 3 series de 20 mts de velocidad
- 3 series de 30 mts de velocidad
- 3 series de 50 mts de velocidad
- 2 series de 100 mts de velocidad
- trabajo de abdominales y brazos por parejas

9º sesión

- repetición de la sesión nº 6

10º - 11º sesión

- 3´de carrera continua y estiramientos
- 2 series de 600 mts toma de pulsaciones y recuperación

- 1 serie de 1000 mts, toma de pulsaciones y recuperación
- trabajo de balón medicinal de 1 kg, del tren superior y tronco
- juegos de persecución y estiramientos

12º sesión

- 5´de carera continua y estiramientos
- juegos y ejercicios de Multisaltos
 - saltos en horizontal: longitud
 - saltos en vertical: detente

13º - 14º sesión

Aplicación de una batería de test, para observar los avances obtenidos

- 1000 mts sin pararse
- 100 mts
- 50 mts
- 1´de abdominales
- salto horizontal con pies parados
- salto vertical con pies parados
- lanzamiento de un balón medicinal de 2 kg con pies parados

Medidas de atención a la diversidad:

- Atención personalizada en aquellos alumnos con mayores dificultades, proponiéndoles un plan de trabajo con ejercicios mas simples o de menor esfuerzo, de manera que poco a poco puedan llegar a los mínimos exigidos, mediante una nueva progresión más elemental

Evaluación:

- Por medio de la observación continuada del trabajo del día a día.
- Por la aplicación de una batería de test que miden la capacidad y destreza motriz y marquen el nivel personal adquirido y su evolución desde el punto de partida
- Por la asistencia y participación

Criterios de evaluación:

Aplicados los test, conocidos y practicados

- Consigue correr los 1000 metros sin pararse y dentro de un tiempo máximo establecido
- Corre con técnica y soltura los 50 y 100 mts
- Realiza los abdominales mínimos exigidos con corrección
- Salta en vertical y horizontal, una distancia mínima
- Puede lanzar el balón medicinal más de 5 mts, los chicos y 4.50 mts las chicas

PROGRAMACIÓN DE AULA

PROFESOR/A:

PRIMER TRIMESTRE

ÁREA	Educación Física		
ETAPA	E.S.O.	CICLO: 1º	CURSO: 1º
BLOQUE TEMÁTICO	Coordinación Dinámica General		
UNIDAD DIDÁCTICA/TEMA	Atletismo. Carreras.		
PROGRAMACIÓN DE AULA	Nº 2	TIEMPO 50	(días) 7 días

Objetivos didácticos:

- Conocer y utilizar el calentamiento como práctica habitual de inicio de cualquier actividad física.
- Mejorar la técnica de la carrera de velocidad
- Controlar la técnica de la respiración.
- Afianzar la técnica de las salidas de velocidad
- Afianzar la técnica de la carrera en curva.
- Controlar y reconocer los distintos ritmos y distancias, acomodándose a ellos
- Conocer y valorar los límites personales de capacidad física y utilizarlos adecuadamente..
- Respetar las diferencias y dificultades de los demás y admitir las propias.
- Respetar las normas establecidas en cada actividad, tanto en reglamento como en seguridad.

Conceptos:

- Calentamiento: Fundamentos básicos y tipos.
- Velocidad y resistencia
- Ritmo y velocidad
- Ritmo y resistencia
- Técnica de salidas
- Técnica de gesto de carrera
- Progresión de velocidad
- Medidas básicas de seguridad y prevención de accidentes en la práctica de la actividad física y el uso de los materiales y espacios.

Procedimientos:

- Utilización de ejercicios de calentamiento para iniciar toda actividad física, desde una forma global a la específica de cada capacidad trabajada.
- Aplicación de ejercicios que desarrollen la fuerza, velocidad y el equilibrio.
- Utilización de diferentes velocidades en la ejecución de los ejercicios.
- Realización de carreras cambiando ritmos, de rápido a lento, progresiones.
- Realización de ejercicios de toma de conciencia postural, coordinación de brazos y piernas y equilibrio, sin movimientos laterales.
- Utilización de ejercicios de carreras, aumentando progresivamente la zancada
- Utilización de ejercicios de salida partiendo de diferentes posiciones.
- Utilización de ejercicios para mostrar las diferentes maneras de correr, en recta y en curva
- Adopción de medidas básicas de seguridad y utilización correcta de los espacios y materiales, como medio de prevención de accidentes.

Actitudes:

- Actitud de valoración de la utilización habitual del calentamiento como prevención y seguridad en la práctica de toda actividad física.
- Actitud de participación en las actividades programadas, independientemente del nivel propio. aceptando los resultados, buenos o malos
- Actitud de toma de conciencia de la propia condición física y la responsabilidad personal en el desarrollo de la misma
- Actitud de respeto, conocimiento y valoración de las situaciones de riesgo que deriven de la actividad física
- Actitud de disposición favorable a la auto exigencia y superación de los propios límites
- Actitud de respeto ante las dificultades y diferencias físicas de los demás.

Metodología:

- Explicación del profesor-
- Trabajo individual , experimentación y exploración de formas y posibilidades del movimiento propio-
- Utilización de la toma personal de pulsaciones, como control de fatiga y recuperación
- Uso de juegos y ejercicios por parejas y grupos.
- Utilización de la competición como medio de estímulo

Recursos didácticos:

- Gimnasio
- Pista de atletismo.
- Bancos suecos
- Cronómetros

Temporalización: sesión de 50 ´

Parte inicial 10 ´de calentamiento y puesta en escena

Parte principal 30´de desarrollo de la actividad

Parte final 10´de juegos aplicados, estiramientos y recogida del material.

Desarrollo de la sesión:

1º sesión

- Toma de contacto con la unidad, explicación del plan d trabajo de la unidad y juegos de competición en distintas distancias, modos de salida, y formas de correr

2º - 3º sesión

- 5´de carrera continua, toma de pulsaciones y recuperación
- ejercicios de carreras lentas, tomando conciencia de la coordinación de brazos y piernas, como mantener el equilibrio sin movimientos laterales.
- Ejercicios aumentado la progresión de la zancada, prolongando la impulsión
- Ejercicios de carreras elevando las rodillas, cuidando el impulso de la piernas de apoyo
- Ejercicios de trabajo de movimiento rítmico y sincronizado de brazos
- Ejercicios de control de la respiración durante el ejercicio
- Ejercicios de progresiones en distancia muy corta y corta

4º y 5º sesión

- Continuación del trabajo de las sesiones anteriores, pero iniciando la técnica de las diferentes formas de salida
- Salidas de pie: basculación del tronco, 15 salidas cortas, buscando la aceleración progresiva, elevación del tronco y extensión de la pierna de impulso.
- Salidas desde posición de agachados
- Ejercicios de trabajo de la pierna de apoyo
- Realización de series cortas, con las diferentes maneras de salir

6º sesión

- trabajo dirigido a la velocidad
- 5´de carrera continua, toma de pulsaciones y recuperación
- 3 series de 20 mts de velocidad ,en recta y en curva
- 3 series de 30 mts de velocidad, en recta y en curva
- 2 series de 50 mts de velocidad, en recta y en curva
- 1 serie de 100 mts de velocidad

7º sesión

- evaluación de los avances obtenidos por medio de test de la técnica empleada
- competición en distancias cortas

Medidas de atención a la diversidad:

- Atención personalizada en aquellos alumnos con mayores dificultades, proponiéndoles un plan de trabajo con ejercicios más simples o de menor esfuerzo, de manera que poco a poco puedan llegar a los mínimos exigidos, mediante una nueva progresión más elemental

Evaluación:

- Por medio de la observación continuada del trabajo del día a día.
- Por la aplicación de una batería de test que miden la capacidad y destreza motriz y marquen el nivel personal adquirido y su evolución desde el punto de partida
- Por la asistencia y participación

Criterios de evaluación:

Por observación de las diferentes partes trabajadas

- El alumno utiliza el gesto correcto del apoyo de los pies
- Utiliza el gesto correcto del movimiento de los brazos y tronco
- Realiza de una manera correcta las progresiones y ritmos de velocidad
- Coordina correctamente la salida y la progresión de carrera
- Puede correr en curva y recta
- Conoce el reglamento básico de las carreras

PROGRAMACIÓN DE AULA

PROFESOR/A:

PRIMER TRIMESTRE

ÁREA	Educación Física		
ETAPA	E.S.O.	CICLO: 1º	CURSO: 1º
BLOQUE TEMÁTICO	Coordinación Dinámica General		
UNIDAD DIDÁCTICA/TEMA	Atletismo. relevos		
PROGRAMACIÓN DE AULA	Nº 3	TIEMPO 50	(días) 7 días

Objetivos didácticos:

- Conocer y utilizar el calentamiento como práctica habitual de inicio de cualquier actividad física.
- Mejorar la técnica de la carrera de velocidad
- Afianzar el aprendizaje de la entrega del “testigo “
- Afianzar el aprendizaje de la recepción del “testigo”
- Afianzar el aprendizaje de la entrega y recepción del “testigo” usando ambas manos
- Afianzar el aprendizaje tanto la entrega como la recepción del “testigo” sin romper la progresión de la carrera
- Aplicar el gesto de las salidas, ya utilizadas en la unidad anterior, con un “testigo”, para coincidir los dos corredores en la zona optima.
- Controlar y reconocer los distintos ritmos y distancias, acomodándose a ellos
- Conocer y valorar los límites personales de capacidad física y utilizarlos adecuadamente..

- Aprender a trabajar en grupo y a depender de los demás en el resultado de la actividad, aceptando el resultado sea cual sea.
- Respetar las diferencias y dificultades de los demás y admitir las propias.
- Respetar las normas establecidas en cada actividad, tanto en reglamento como en seguridad.

Conceptos:

- Calentamiento: Fundamentos básicos
- Ritmo y velocidad
- Relevos. Técnica y táctica elemental
- Testigo. Que es y cómo se utiliza
- Reglamento básico del relevo
- Medidas básicas de seguridad y prevención de accidentes en la práctica de la actividad física y el uso de los materiales y espacios.

Procedimientos:

- Utilización de ejercicios de calentamiento para iniciar toda actividad física, desde una forma global a la específica de cada capacidad trabajada.
- Utilización de diferentes velocidades en la ejecución de los ejercicios.
- Utilización de juegos y ejercicios aplicados a la toma y entrega del “testigo”
- Utilización de marcas para señalar los diferentes puntos de cambio de “testigo.

- Utilización de ejercicios de salida partiendo de diferentes posiciones.
- Utilización de la competición como medio de aprendizaje práctico de las diferentes técnicas de entrega y recepción y como un ejercicios en grupo
- Aplicación práctica de las diferentes normas y reglamentos básicos de los relevos
- Adopción de medidas básicas de seguridad y utilización correcta de los espacios y materiales, como medio de prevención de accidentes.

Actitudes:

- Actitud de valoración de la utilización habitual del calentamiento como prevención y seguridad en la práctica de toda actividad física.
- Actitud de participación en las actividades programadas, independientemente del nivel propio. aceptando los resultados, buenos o malos
- Actitud de toma de conciencia de la propia condición física y la responsabilidad personal en el desarrollo de la misma
- Actitud de respeto, conocimiento y valoración de las situaciones de riesgo que deriven de la actividad física
- Actitud de disposición favorable a la autoexigencia y superación de los propios límites
- Actitud de respeto ante las dificultades y diferencias físicas de los demás.

Metodología:

- Explicación del profesor-
- Trabajo individual , experimentación y exploración de formas y posibilidades del movimiento propio-
- Uso de juegos y ejercicios por parejas y grupos.
- Utilización de la competición como medio de estímulo

Recursos didácticos:

- Gimnasio
- Pista de atletismo.
- “testigos. Cronómetros
- conos

Temporalización: sesión de 50 ´

Parte inicial 10 ´de calentamiento y puesta en escena

Parte principal 30´de desarrollo de la actividad

Parte final 10´de juegos aplicados, estiramientos y recogida del material

Desarrollo de la sesión:**1º sesión**

- Enlazada con la unidad anterior de carrera, será dedicada a la explicación de las diferentes formas de entrega y agarre, medidas y reglamento básico de las zonas de cambio, colocación de los corredores y todo aquello que favorezca la comprensión de un relevo.
- Haremos una competición entre equipos, sin atender demasiado a la técnica del relevo

2º - 3º sesión

- 5´de carrera continua, toma de pulsaciones y recuperación
- Continuando con el trabajo de carrera, incorporaremos ejercicios para la preparación técnica
- Usaremos juegos y ejercicios de entrega por equipos
- Ejercicios de utilización de la mano y forma de agarre
- Iniciaremos con gestos lentos y andando , para continuar con carrera lenta y

controlada

- Ejercicios de búsqueda de marcas de entrega.
- Series cortas de entrega por equipos.

4° y 5° sesión

- Continuación de las sesiones anteriores
- Ejercicio aumentando velocidad y distancia
- Juegos de relevos con mayor distancia y búsqueda apropiada de las nuevas marcas de distancia
- Cambios de testigos recibiendo con mano derecha y en recta
- Cambios de testigos recibiendo con la mano izquierda y en recta.
- Mismo ejercicio pero en curva
- Series de relevos en distancia reglamentaria, con marcas , y relevando en todos los puestos.

6° sesión

- Evaluación de los avances obtenidos y nivel de técnica individual utilizada

7° sesión

- Competición por equipos., variando los alumnos posiciones

Medidas de atención a la diversidad:

- Atención personalizada en aquellos alumnos con mayores dificultades, proponiéndoles un plan de trabajo con ejercicios mas simples o de menor esfuerzo, de manera que poco a poco puedan llegar a los mínimos exigidos, mediante una nueva progresión más elemental.

Evaluación:

- Por medio de la observación continuada del trabajo del día a día.
- Por la aplicación de una batería de test que miden la capacidad y destreza motriz y marquen el nivel personal adquirido y su evolución desde el punto de partida
- Por la asistencia y participación

Criterios de evaluación:

Por observación de las diferentes partes trabajadas

- Utiliza el gesto correcto del movimiento de los brazos y tronco en la entrega del testigo
- Utiliza el gesto correcto en el agarre del testigo
- Realiza el pase del testigo sin romperla progresión del receptor

- Recibe el testigo sin perder la progresión de la carrera y sin mirar atrás
- Realiza de una manera correcta las progresiones y ritmos de velocidad
- Coordina correctamente la salida y la progresión de carrera
- Conoce el reglamento básico de las carreras
- Trabaja en equipo, respetando las dificultades de los demás

3.5. DIFERENTES TIPOS DE EVALUACIÓN Y ESCALAS DE MEDICIÓN QUE SE VAN A EMPLEAR.

¿Qué vamos a evaluar?

Antes de empezar a evaluar tu condición física, debes saber, qué es lo que tienes que evaluar.

No es otra cosa que las capacidades físicas básicas (Resistencia, Fuerza, Velocidad y Flexibilidad) y aunque a nivel científico esta clasificación es mucho más compleja, a nivel didáctico y para sintetizar será la que utilizemos.

Lo que vamos a evaluar será lo siguiente:

Resistencia: la capacidad de realizar un esfuerzo de mayor o menor intensidad el mayor tiempo posible, un ejemplo sería la cantidad de metros en recorrer durante 12 minutos.

Fuerza: la capacidad de mover o soportar grandes pesos, o para vencer o soportar una resistencia.

Velocidad: la capacidad que permite realizar movimientos o desplazamientos en el menor tiempo posible (por ejemplo, el tiempo que tarda en reaccionar ante un estímulo).

Flexibilidad: la capacidad que permite el máximo recorrido de las articulaciones y la mayor elasticidad de los músculos.

¿Cómo y con qué la evaluamos?

Una vez que sabemos lo que vamos a evaluar (las CFB), el paso siguiente sería cómo lo llevamos a cabo. Para ello vamos a utilizar procedimientos de evaluación objetiva, que son aquellas pruebas o test cuantificables y previamente elaborados, en los cuales el juicio del profesor no puede alterar los resultados.

Nuestra condición física la podemos evaluar mediante la realización de los test o pruebas motoras. Éstas, de una forma objetiva, nos van a posibilitar medir o conocer la condición física de cada uno.

Los objetivos que se pretenden lograr con la aplicación de estas pruebas son los siguientes:

- Conocer tu condición física.
- Permitir averiguar tus posibilidades y tus limitaciones.
- Motivar hacia una práctica deportiva saludable.
- Permitir la planificación del trabajo de forma fiable en función de los resultados obtenidos.
- Orientar la práctica deportiva y analizar la eficacia de los programas desarrollados.
- Informar de tu evolución a lo largo del curso y por otro lado compararte con el resto de compañeros de tu misma edad y sexo.

La descripción de cada una de las pruebas permite: entender mejor su utilidad; qué pretende medir; su realización de manera correcta, y la anotación de los resultados obtenidos en la misma. Están agrupadas en torno a los aspectos fundamentales que pueden interesarnos para valorar la condición física.

Se realizan al comienzo y final de cada curso. Esto permite, por una parte, observar la evolución, y por otra la valoración obtenida tras comparar sus resultados con el baremo (a partir de las marcas obtenidas por las personas de la misma edad y sexo).

La forma de puntuarse, se regirá por las rúbricas elaboradas y que se encuentran en el punto nº 4. Hemos tomado como referencia la tablas aportadas en donde la puntuación mayor corresponde con el 10, la puntuación 1,5 corresponde entre los resultados obtenidos de la puntuación 7-9,5; la puntuación 1, entre los resultados obtenidos entre las puntuaciones 5-6,5 y 0,5 entre los resultados obtenidas entre las puntuaciones menores de 4,5.

1. Test de 1000 Mts.

Objetivo: Valorar la resistencia aeróbica-anaeróbica.

Desarrollo: Consiste en recorrer la distancia de un kilómetro en el menor tiempo posible. Se anota el tiempo empleado. El resultado se puede valorar en la tabla con la baremación correspondiente.

Material e instalaciones: Cronómetro. Pista de atletismo o terreno llano sin muchas curvas perfectamente delimitado.

Marcas a obtener:

CARRERA 1º E.S.O.
10 VUELTAS (1.000 m.)

CHICOS	NOTA	CHICAS
---------------	-------------	---------------

..... - 4' 00"	10 - 5' 00"
4' 01" - 4' 20"	9,5	5' 01" - 5' 20"
4' 21" - 4' 40"	9	5' 21" - 5' 40"
4' 41" - 5' 00"	8,5	5' 41" - 6' 00"
5' 01" - 5' 20"	8	6' 01" - 6' 20"
5' 21" - 5' 40"	7,5	6' 21" - 6' 40"
5' 41" - 6' 00"	7	6' 41" - 7' 00"
6' 01" - 6' 20"	6,5	7' 01" - 7' 20"
6' 21" - 6' 40"	6	7' 21" - 7' 40"
6' 41" - 7' 00"	5,5	7' 41" - 8' 00"
7' 01" - 7' 20"	5	8' 01" - 8' 20"
7' 21" - 7' 40"	4,5	8' 21" - 8' 40"
7' 41" - 8' 00"	4	8' 41" - 9' 00"
8' 01" - 8' 20"	3,5	9' 01" - 9' 20"
8' 21" - 8' 40"	3	9' 21" - 9' 40"
8' 41" - 9' 00"	2,5	9' 41" - 10' 00"
9' 01" - 9' 20"	2	10' 01" - 10' 20"
9' 21" - 9' 40"	1,5	10' 21" - 10' 40"
9' 41" - 10' 00"	1	10' 41" - 11' 00"
10' 01" - 10' 20"	0,5	11' 01" - 11' 20"
10' 21" -	0	11' 21" -

2. Test de Cooper:

-Otras denominaciones: Test de los 12 minutos.

-Objetivo: Valorar la resistencia aeróbica. Determinar el VO2 máximo.

-Desarrollo: Consiste en cubrir la máxima distancia posible durante doce minutos de carrera continua. Se anotara la distancia recorrida al finalizar los doce minutos. El resultado se puede valorar en la tabla con la baremación correspondiente.

Teóricamente, una carga constante que provoca el agotamiento a los 12 minutos de iniciarse, correlaciona significativamente con el valor del VO2 máximo. Según esto, el VO2 máximo se puede determinar según la siguiente ecuación:

$$\text{VO2} = 22,351 \times \text{Distancia (Km.)} - 11,288$$

-Normas: Cuando finalicen los doce minutos, el alumno se detendrá hasta que se contabilice la distancia recorrida.

Material e instalaciones: Cronometro. Pista de atletismo o, en su defecto, un terreno llano señalizado cada 50 metros.

Test de Cooper (13 a 20 años)						
		Muy bueno	Bueno	Normal	Malo	Muy malo
13-14	M	2700+ m	2400 - 2700 m	2200 - 2399 m	2100 - 2199 m	2100- m
	F	2000+ m	1900 - 2000 m	1600 - 1899 m	1500 - 1599 m	1500- m
15-16	M	2800+ m	2500 - 2800 m	2300 - 2499 m	2200 - 2299 m	2200- m
	F	2100+ m	2000 - 2100 m	1900 - 1999 m	1600 - 1699 m	1600- m
17-20	M	3000+ m	2700 - 3000 m	2500 - 2699 m	2300 - 2499 m	2300- m
	F	2300+ m	2100 - 2300 m	1800 - 2099 m	1700 - 1799 m	1700- m

Fig. N° 24 Baremo de puntuación del test de Cooper (Cooper, 1970).

Test de VELOCIDAD (50 metros)

Objetivo: Medir la velocidad de desplazamiento.

Material: Terreno liso, con la medida exacta, y cronómetro.

Ejecución: Tras la línea de salida, a la voz de "listos" (el brazo del profesor/a estará en alto) el alumno/a adoptara una posición de alerta. A la voz de "ya" (el brazo del profesor/a descende) se comienza a correr y se pone en funcionamiento el cronómetro. El alumno/a debe tratar de recorrer a la mayor velocidad posible los 50 metros sin aflojar el ritmo de carrera hasta que se sobrepasa la línea de llegada que es cuando se detiene el cronómetro.

Anotación: El tiempo transcurrido en el recorrido expresado en segundos y décimas de segundo. Se anota el mejor tiempo de los dos intentos realizados.

EDAD	CHICOS						CHICAS						EDAD
	12	13	14	15	16	17 y +	12	13	14	15	16	17 y +	
10	7,30	7,10	6,90	6,70	6,30	6,00	7,90	7,70	7,50	7,40	7,30	7,20	10
9,5	7,45	7,25	7,05	6,80	6,40	6,10	8,00	7,85	7,65	7,55	7,45	7,35	9,5
9	7,60	7,40	7,20	6,95	6,55	6,25	8,10	8,00	7,80	7,70	7,60	7,50	9
8,5	7,75	7,55	7,35	7,10	6,70	6,40	8,25	8,15	7,95	7,85	7,75	7,65	8,5
8	7,90	7,70	7,50	7,25	6,85	6,55	8,40	8,30	8,15	8,05	7,95	7,85	8
7,5	8,05	7,85	7,65	7,40	7,00	6,70	8,55	8,45	8,35	8,25	8,15	8,05	7,5
7	8,20	8,00	7,80	7,55	7,15	6,85	8,70	8,60	8,50	8,45	8,35	8,25	7
6,5	8,35	8,15	7,95	7,70	7,30	7,00	8,85	8,75	8,65	8,60	8,50	8,45	6,5
6	8,50	8,35	8,15	7,85	7,40	7,15	9,00	8,90	8,80	8,75	8,65	8,60	6
5,5	8,65	8,55	8,35	8,00	7,50	7,30	9,15	9,05	8,95	8,90	8,80	8,75	5,5
5	8,80	8,70	8,50	8,10	7,60	7,40	9,30	9,20	9,10	9,05	8,95	8,90	5
4,5	8,95	8,85	8,65	8,25	7,75	7,55	9,45	9,35	9,25	9,20	9,10	9,05	4,5
4	9,10	9,00	8,80	8,40	7,90	7,70	9,60	9,50	9,40	9,35	9,25	9,20	4
3,5	9,25	9,15	8,95	8,55	8,05	7,85	9,75	9,65	9,55	9,50	9,40	9,35	3,5
3	9,40	9,30	9,10	8,70	8,20	8,00	9,90	9,80	9,70	9,65	9,55	9,50	3
2,5	9,55	9,45	9,25	8,85	8,35	8,15	10,05	9,95	9,85	9,80	9,70	9,65	2,5
2	9,70	9,60	9,40	9,00	8,50	8,30	10,20	10,10	10,00	9,95	9,85	9,80	2
1,5	9,85	9,75	9,55	9,15	8,65	8,45	10,35	10,25	10,15	10,10	10,00	9,95	1,5
1	10,00	9,90	9,70	9,30	8,80	8,60	10,50	10,40	10,30	10,25	10,15	10,10	1
0,5	10,15	10,05	9,85	9,45	8,95	8,75	10,65	10,55	10,45	10,40	10,30	10,25	0,5

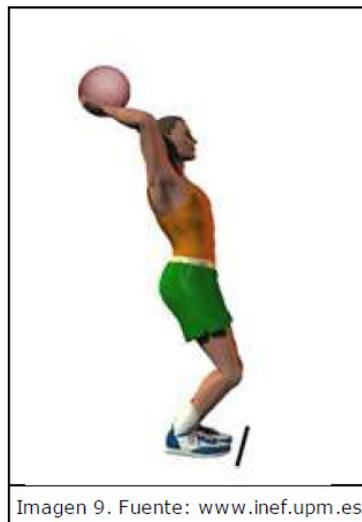
Fig. 25 Baremo de puntuación para el test de Velocidad 50mt (Martínez López, 2002).

Test de fuerza: LANZAMIENTO DE BALON.

- **Objetivos:** Medir la fuerza explosiva en general del cuerpo, con predominio en la musculatura de brazos y tronco.
- **Material:** Balón medicinal de tres kilogramos; cinta métrica.
- **Ejecución:** Tras la línea, con los pies a la misma altura y ligeramente separados, y el balón sujeto con ambos manos por detrás de la cabeza. Flexionar ligeramente las piernas y arquear el tronco hacia atrás para lanzar con mayor potencia.
Lanzar el balón con ambas manos a la vez por encima de la cabeza.
El lanzamiento no es válido si se rebasa la línea con los pies o el cuerpo después de lanzar. Si se sale hacia adelante en la misma dirección que salió el balón. O si se lanza con una sola mano o no se efectúa el lanzamiento saliendo el balón desde detrás de la cabeza.
- **Anotación:** Los metros y centímetros desde la línea de lanzamiento hasta la marca de caída del balón. Se anota el mejor de los dos intentos realizados.

EDAD	CHICOS 3 Kg						CHICAS 2 Kg						EDAD
	12	13	14	15	16	17 y +	12	13	14	15	16	17 y +	
PUNTOS													PUNTOS
10	6,20	7,00	8,00	8,90	9,50	10,50	6,20	6,50	7,00	7,50	8,00	8,50	10
9,5	6,00	6,75	7,70	8,65	9,15	10,15	5,95	6,25	6,80	7,25	7,75	8,20	9,5
9	5,80	6,50	7,40	8,40	8,80	9,80	5,70	6,00	6,60	7,00	7,50	7,85	9
8,5	5,55	6,25	7,15	8,15	8,50	9,45	5,50	5,75	6,40	6,75	7,20	7,50	8,5
8	5,30	6,00	6,90	7,90	8,20	9,10	5,30	5,55	6,20	6,50	6,90	7,15	8
7,5	5,05	5,75	6,65	7,60	7,90	8,80	5,10	5,35	6,00	6,25	6,60	6,80	7,5
7	4,80	5,50	6,40	7,30	7,60	8,50	4,90	5,15	5,80	6,00	6,30	6,50	7
6,5	4,55	5,25	6,15	7,00	7,30	8,20	4,70	4,95	5,60	5,75	6,00	6,20	6,5
6	4,30	5,00	5,90	6,70	7,00	7,90	4,50	4,75	5,40	5,50	5,70	5,90	6
5,5	4,05	4,75	5,65	6,40	6,70	7,60	4,30	4,55	5,20	5,30	5,45	5,60	5,5
5	3,80	4,50	5,40	6,10	6,40	7,30	4,10	4,35	5,00	5,10	5,20	5,30	5
4,5	3,55	4,25	5,15	5,80	6,10	7,00	3,90	4,15	4,80	4,90	5,00	5,10	4,5
4	3,30	4,00	4,90	5,50	5,80	6,70	3,70	3,95	4,60	4,70	4,80	4,90	4
3,5	3,05	3,75	4,65	5,20	5,50	6,40	3,50	3,75	4,40	4,50	4,60	4,70	3,5
3	2,80	3,50	4,40	4,90	5,20	6,10	3,30	3,55	4,20	4,30	4,40	4,50	3
2,5	2,55	3,25	4,15	4,60	4,90	5,80	3,10	3,35	4,00	4,10	4,20	4,30	2,5
2	2,30	3,00	3,90	4,30	4,60	5,50	2,90	3,15	3,80	3,90	4,00	4,10	2
1,5	2,05	2,75	3,65	4,00	4,30	5,20	2,70	2,95	3,60	3,70	3,80	3,90	1,5
1	1,80	2,50	3,40	3,70	4,00	4,90	2,50	2,75	3,40	3,50	3,60	3,70	1
0,5	1,55	2,25	3,15	3,40	3,70	4,60	2,30	2,55	3,20	3,30	3,40	3,50	0,5

Fig. 26 Baremo de puntuación de test de fuerza de balón medicinal (Martínez López, 2002).



Test de FUERZA EXPLOSIVA MIEMBRO INFERIOR

Posición de partida: El participante ha de situarse de forma que las puntas de los pies estén exactamente detrás de la línea de batida y separadas a la anchura de la cintura.

Desarrollo de la prueba: El participante ha de saltar simultáneamente con los dos pies tan lejos como pueda. Los pies han de tener contacto permanente con el suelo hasta el momento de elevarse. En la caída, ninguna parte del cuerpo puede tocar por detrás de

los talones, si lo hiciera, el intento será declarado nulo. El aspirante podrá realizar dos intentos. Dos intentos nulos suponen la eliminación de la prueba.

Evaluación: La distancia se mide en centímetros desde la parte anterior de la línea hasta la marca más posterior hecha con los pies del saltador. Se permitirán dos intentos, siendo necesario alcanzar el mínimo establecido en el baremo. De lo contrario, el aspirante no podrá continuar las pruebas.



SALTO HORIZONTAL

BAREMO DE Puntuación DE LA PRUEBA DE SALTO DE LONGITUD DESDE PARADO:

CHICOS							CHICAS							
Edades							Edades							
	12	13	14	15	16	+17		12	13	14	15	16	+17	
10	1.95	2.10	2.40	2.45	2.50	2.60	10	1.90	1.95	2.10	2.15	2.20	10	
9.5	1.88	2.03	2.33	2.39	2.43	2.53	9.5	1.83	1.88	1.93	2.03	2.08	2.13	9.5
9	1.82	1.97	2.27	2.33	2.37	2.46	9	1.76	1.82	1.87	1.96	2.01	2.06	9
8.5	1.77	1.91	2.21	2.27	2.31	2.40	8.5	1.70	1.76	1.81	1.90	1.95	2.00	8.5
8	1.72	1.86	2.16	2.22	2.26	2.34	8	1.65	1.70	1.75	1.84	1.89	1.94	8
7.5	1.68	1.86	2.11	2.17	2.21	2.29	7.5	1.60	1.65	1.70	1.78	1.83	1.88	7.5
7	1.64	1.77	2.07	2.13	2.17	2.24	7	1.55	1.60	1.65	1.72	1.77	1.82	7
6.5	1.61	1.73	2.03	2.09	2.13	2.20	6.5	1.50	1.55	1.60	1.67	1.72	1.77	6.5
6	1.58	1.70	2.00	2.06	2.09	2.16	6	1.45	1.51	1.56	1.62	1.67	1.72	6
5.5	1.56	1.67	1.98	2.03	2.06	2.13	5.5	1.41	1.47	1.53	1.58	1.63	1.68	5.5
5	1.55	1.65	1.96	2.01	2.03	2.10	5	1.38	1.44	1.50	1.55	1.60	1.65	5
4.5	1.52	1.62	1.93	1.98	2.00	2.07	4.5	1.35	1.41	1.47	1.52	1.57	1.62	4.5
4	1.49	1.59	1.90	1.95	1.97	2.04	4	1.32	1.38	1.44	1.49	1.54	1.59	4
3.5	1.46	1.56	1.87	1.92	1.94	2.01	3.5	1.29	1.35	1.41	1.46	1.51	1.56	3.5
3	1.43	1.53	1.84	1.89	1.91	1.98	3	1.26	1.32	1.38	1.43	1.48	1.53	3
2.5	1.40	1.50	1.81	1.86	1.88	1.95	2.5	1.23	1.29	1.35	1.40	1.45	1.50	2.5
2	1.37	1.47	1.78	1.83	1.85	1.92	2	1.20	1.26	1.32	1.37	1.42	1.47	2
1.5	1.34	1.44	1.75	1.80	1.82	1.89	1.5	1.17	1.23	1.29	1.34	1.39	1.44	1.5
1	1.31	1.41	1.72	1.77	1.79	1.86	1	1.14	1.20	1.26	1.31	1.36	1.41	1
0.5	1.28	1.38	1.69	1.74	1.76	1.83	0.5	1.11	1.17	1.23	1.28	1.33	1.38	0.5

Fig. N° 27 Baremo de fuerza abdominal, tomado de Rev.int.med.cienc.act.fis.deporte, (2001).

EXTREMIDAD INFERIOR:(Salto vertical).

Se tendrá en cuenta el sexo, la edad y otros factores. Estas calificaciones son una guía:

NOTA	SALTO VERTICAL	
	-AS	-OS
10	39	41
9	36	39
8	33	36
7	30	33
6	27	30
5	24	27
4	22	24
3	20	22
2	18	20
1	15	18
0	13	15

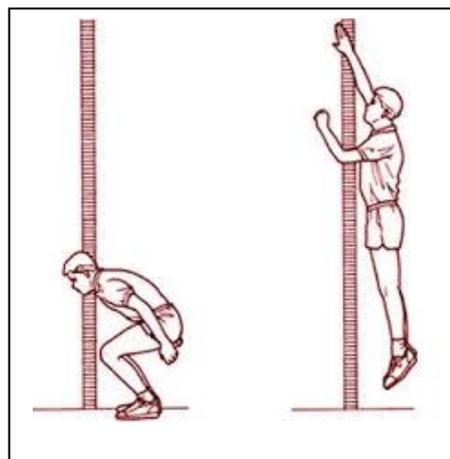


Fig. 28 Baremo del test de fuerza de salto vertical.

Test de fuerza, ABDOMINALES

- **Objetivo:** Medir la fuerza-resistencia de los músculos abdominales.
- **Material:** Una colchoneta o suelo liso. Un reloj o cronómetro.
- **Ejecución:** Tendido supino (sobre la espalda), con piernas flexionadas y separadas a la anchura de los hombros, los brazos cruzados delante del tronco. Un compañero sujeta los pies.

Desde esta posición elevar el tronco hasta quedar sentados.

Durante todo el tiempo que dura el ejercicio las manos tienen que permanecer entrelazadas por delante del tronco. La espalda tiene que tocar completamente la colchoneta cada vez que el tronco va hacia atrás a tumbarse.

- **Anotación:** Solo se anotarán las repeticiones que estén hechas de forma correcta. El compañero las irá contando en voz alta mientras dura el ejercicio.

EDAD	CHICOS						CHICAS						EDAD
	12	13	14	15	16	17 y +	12	13	14	15	16	17 y +	
PUNTOS													PUNTOS
10	48	51	54	56	59	62	44	46	47	49	50	52	10
9,5	47	50	53	55	58	61	43	45	46	48	49	51	9,5
9	46	49	52	54	57	60	42	44	45	47	48	50	9
8,5	45	48	51	53	56	59	41	43	44	46	47	49	8,5
8	44	47	50	52	55	58	40	42	43	45	46	48	8
7,5	43	46	49	51	54	57	38	40	41	43	44	46	7,5
7	42	45	48	50	53	56	36	38	39	41	42	44	7
6,5	40	43	46	48	51	54	34	36	37	39	40	42	6,5
6	38	41	44	46	49	52	32	34	35	37	38	40	6
5,5	36	39	42	44	47	50	30	32	33	35	36	38	5,5
5	34	37	40	42	45	48	28	30	31	33	34	36	5
4,5	32	35	38	40	43	46	26	28	29	31	32	34	4,5
4	30	33	36	38	41	44	24	26	27	29	30	32	4
3,5	28	31	35	37	39	42	22	24	25	27	28	30	3,5
3	26	29	34	36	37	40	20	22	23	25	26	28	3
2,5	24	27	32	34	35	38	18	20	21	23	24	26	2,5
2	22	25	30	32	33	36	16	18	19	21	22	24	2
1,5	20	23	28	30	31	34	14	16	17	19	20	22	1,5
1	18	21	26	28	29	32	12	14	15	17	18	20	1
0,5	16	19	24	26	27	30	10	12	13	15	16	18	0,5

Fig.29 Baremo de test de fuerza, Abdominales (Martínez López, 2002).

Test de Flexibilidad. FLEXIÓN ANTERIOR DEL TRONCO.

- Objetivo: Medir la flexibilidad de tronco y cadera en flexión.
- **Material:** Un cajón o un banco y un metro.
- **Ejecución:** Sentado, con piernas extendidas y toda la planta del pie apoyada en el tope(del cajón o banco), que coincide con el punto cero de la escala o metro, tratar de llevar hacia delante las manos de forma suave y progresiva, evitando tirones, para marcar la máxima distancia a la que se puede llegar con ambas manos a la vez.
- **Anotación:** Anotamos la marca obtenida en centímetros, si no se llega al punto cero se anotan los centímetros con signo negativo (-), y si lo sobrepasa con signo positivo (+). Se anota el mejor de los dos intentos realizados.

EDAD	CHICOS						CHICAS						EDAD
	12	13	14	15	16	17 y +	12	13	14	15	16	17 y +	
PUNTOS													PUNTOS
10	9	10	12	14	15	17	13	15	17	19	20	21	10
9,5	8	9	11	13	14	16	12	14	16	18	19	20	9,5
9	7	8	10	12	13	15	11	13	15	17	18	19	9
8,5	6	7	9	11	12	14	10	12	14	16	17	18	8,5
8	5	6	8	10	11	13	9	11	13	15	16	17	8
7,5	4	5	7	9	10	12	8	10	12	14	15	16	7,5
7	3	4	6	8	9	11	7	9	11	13	14	15	7
6,5	2	3	5	7	8	10	6	8	10	12	13	14	6,5
6	1	2	4	6	7	9	5	7	9	11	12	13	6
5,5	0	1	3	5	6	8	4	6	8	10	11	12	5,5
5	-1	0	2	4	5	7	3	5	7	9	10	11	5
4,5	-2	-1	1	3	4	6	2	4	6	8	9	10	4,5
4	-3	-2	0	2	3	5	1	3	5	7	8	9	4
3,5	-4	-3	-1	1	2	4	0	2	4	6	7	8	3,5
3	-5	-4	-2	0	1	3	-1	1	3	5	6	7	3
2,5	-6	-5	-3	-1	0	2	-2	0	2	4	5	6	2,5
2	-7	-6	-4	-2	-1	1	-3	-1	1	3	4	5	2
1,5	-8	-7	-5	-3	-2	0	-4	-2	0	2	3	4	1,5
1	-9	-8	-6	-4	-3	-1	-5	-3	-1	1	2	3	1
0,5	-10	-9	-7	-5	-4	-2	-6	-4	-2	0	1	2	0,5

Fig. 30. Baremo de test de flexibilidad (Martínez López, 2002).

Test IMC. Índice de Masa Corporal.

El **índice de masa corporal (IMC)** es una medida de asociación entre el peso y la talla de un individuo ideada por el estadístico belga Adolphe Quetelet, por lo que también se conoce como **índice de Quetelet**.

Se calcula según la expresión matemática:

$$\text{IMC} = \frac{\text{masa}}{\text{estatura}^2}$$

Donde la masa o peso se expresa en kilogramos y la estatura en metros, siendo la unidad de medida del IMC en el sistema MKS:

$$\text{kg} \cdot \text{m}^{-2} = \text{kg}/\text{m}^2$$

El valor obtenido no es constante, sino que varía con la edad y el sexo (véanse las figuras 1 y 2). También depende de otros factores, como las proporciones de tejidos muscular y adiposo. En el caso de los adultos se ha utilizado como uno de los recursos para evaluar su estado nutricional, de acuerdo con los valores propuestos por la Organización Mundial de la Salud.

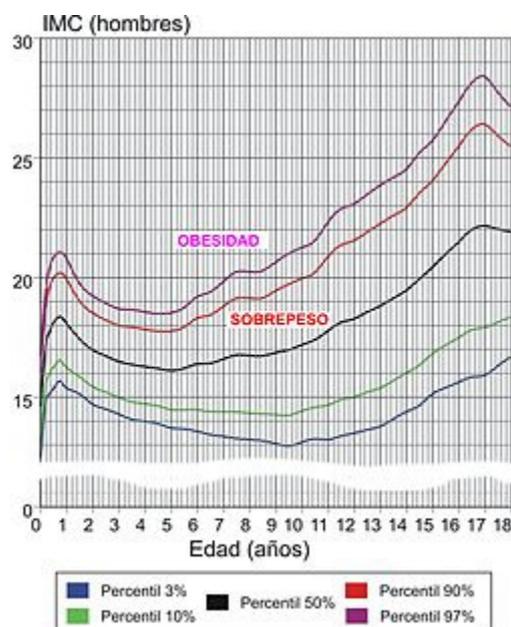


Fig N° 31. Cambios del IMC con la edad de los niños españoles. Se señalan los valores correspondientes a los percentiles más relevantes en la práctica clínica.

Clasificación de la OMS del estado nutricional de acuerdo con el IMC ⁴		
Clasificación	IMC (kg/m ²)	
	Valores principales	Valores adicionales
Bajo peso	<18,50	<18,50
Delgadez severa	<16,00	<16,00
Delgadez moderada	16,00 - 16,99	16,00 - 16,99
Delgadez leve	17,00 - 18,49	17,00 - 18,49
Normal	18,5 - 24,99	18,5 - 22,99
		23,00 - 24,99
Sobrepeso	≥25,00	≥25,00
Preobeso	25,00 - 29,99	25,00 - 27,49
		27,50 - 29,99
Obesidad	≥30,00	≥30,00
Obesidad leve	30,00 - 34,99	30,00 - 32,49
		32,50 - 34,99
Obesidad media	35,00 - 39,99	35,00 - 37,49
		37,50 - 39,99
Obesidad mórbida	≥40,00	≥40,00

Fig. N°32, Índice de masa corporal, tomado de Rev.int.med.cienc.act.fis.deporte-

l, sea

Test de RUFFIER-DICKSON

- **Objetivo:** Medir la adaptación del corazón al esfuerzo. Utilizamos para ello las alteraciones que se producen en la frecuencia cardiaca en reposo, ante un esfuerzo y tras la recuperación del mismo en un minuto.
- **Material:** Solo es necesario un reloj con segundero.
- **Ejecución:** Es importante respetar la ejecución correcta para que el índice final sea fiable.
 - 1°.- Se toma el pulso en reposo P1 en 15".
 - 2°.- Se hacen 30 flexiones de piernas en 45". El hacerlas en más o menos tiempo altera totalmente el resultado. Para mayor facilidad al llevar el ritmo, saber que a los 15" se deben llevar 10, a los 30" serán 20, para terminar los 45" con 30 flexiones justas.
 - 3°.- Tomar el pulso justo al terminar el ejercicio P2. Se toma en 15".

4º.- Se toma nuevamente el pulso al minuto de finalizar las flexiones P3 en 15".

Tabla VII. Valoración del test de Ruffier-Dickson

$$\frac{(P2 - 70) + (P3 - P1)}{10}$$

P1: pulsaciones en reposo
 P2: pulsaciones en 15" x 4, tras realizar 30 flexiones de piernas en 45"
 P3: pulsaciones en 15" x 4, tras un minuto de reposo

Valoración: 0-3: excelente
 4-6: bueno
 7-15: malo
 >15: muy malo



Fig. Nº 33 Test de Ruffier (Alba, 1996).

4. Diseño de una Rúbrica de Evaluación.

ACONDICIONAMIENTO FÍSICO GENERAL. CALENTAMIENTO.

Dimensiones o Criterios	2 puntos 0.50X4=2 puntos	1.5 puntos 0.50x3=1.5 puntos	1 punto 0.50x2 = 1 punto	0.50 puntos 0.50X1= 0.50 puntos.	Total puntos
Calentamiento- estiramientos	Realiza correctamente los ejercicios de estiramiento antes y después de realizar la actividad física sin ayuda del profesor	Realiza correctamente los ejercicios de estiramiento antes y después de realizar la actividad física con ayuda del profesor	Realiza con dificultad los ejercicios de estiramiento antes y después de realizar la actividad física.	No sabe realizar los ejercicios de estiramiento antes y después de la actividad física.	
Sistema Cardio- respiratorio: Respiración.	Controla el ritmo de la respiración de manera correcta y sin ayuda del profesor.	Controla el ritmo de la respiración de manera correcta con ayuda del profesor.	Controla el ritmo de la respiración con dificultad.	No sabe controlar el ritmo de la respiración de manera correcta	
Sistema Cardio- respiratorio: Pulsaciones	Sabe controlar el ritmo cardiaco a través de la toma de pulsaciones de manera correcta sin la ayuda del profesor.	Controla el ritmo cardiaco a través de la toma de pulsaciones con ayuda del profesor.	Controla con dificultad el ritmo cardiaco a través de la toma de pulsaciones.	No sabe controlar el ritmo cardiaco a través de la toma de pulsaciones.	
Sistema Cardio- respiratorio: Recuperación-fatiga	Se recupera con facilidad después de la actividad física.	Se recupera con cierta dificultad después de la actividad física.	Tarda en recuperarse después de la actividad física.	No sabe cómo realizar una correcta recuperación después de la actividad física.	
Relajación	Sabe relajarse sin ayuda del profesor	Sabe relajarse con ayuda del profesor.	Se relaja con dificultad.	No sabe relajarse.	



ACONDICIONAMIENTO FÍSICO GENERAL. RESITENCIA-VELOCIDAD.

Dimensiones o Criterios	2 puntos 0.50X4=2 puntos	1.5 puntos 0.50x3=1.5 puntos	1 punto 0.50x2 = 1 punto	0.50 puntos 0.50X1= 0.50 puntos.	Total puntos
1000 Mt	Recorre 1000mt, por debajo de 4:00 para chicos y por debajo de 5:00 para chicas.	Recorre 1000mt en el tiempo establecido entre 4:41-6:00 para chicos y 5:41 y 7:00' para chicas.	Recorre 1000mt, en el tiempo establecido entre 6:01'-7:20' para chicos y 7:01-8:20' para chicas.	Logra terminar por encima de 7,21 para chicos y 8,21 para chicas.	
Test de cooper.	Recorre más de 2700 mt los chicos y 2000 mt las chicas	Recorre entre 2400-2699mt los chicos y 1600-1999 mt las chicas	Recorre entre 2100-2399mt los chicos y 1500-1600mt las chicas	Recorre menos de 2099mt los chicos y 1499mt las chicas	
50mt	Recorre 50mt, por debajo de 7,30 para los chicos y 7,90 para las chicas.	Recorre 50mt en el tiempo establecido entre 7,45-8,20 para chicos y 8,00-8,70 para chicas.	Recorre 50mt, en el tiempo establecido entre 8,83-8,80 para chicos y 8,85-9,30 para chicas.	Logra terminar los 50mt por encima de 8,95 para chicos y 9,45 para chicas.	

ACONDICIONAMIENTO FÍSICO GENERAL. FUERZA-POTENCIA-FLEXIBILIDAD.

Dimensiones o Criterios	2 puntos 0.50X4=2 puntos	1.5 puntos 0.50x3=1.5 puntos	1 punto 0.50x2 = 1 punto	0.50 puntos 0.50X1= 0.50 puntos.	Total puntos
BALON MEDICINAL	Realiza correctamente el gesto técnico sin ayuda del profesor	Realiza con dificultad y sin ayuda del profesor el gesto técnico.	Realiza con ayuda del profesor el gesto técnico.	No realiza el gesto técnico.	
	Lanza el balón igual o por encima de lo establecido, según el baremo dado	Lanza el balón medicinal entre 4,80-5,55 para chicos y 4,90 y 5,50 para chicas.	Lanza el balón medicinal entre 3,80 y 4,55 para chicos y 4,10 y 4,70 para chicas.	Lanza el balón medicinal menos de 3,55 para chicos y 3,90 para chicas.	
SALTO HORIZONTAL PIES JUNTOS DESDE PARADO.	Realiza correctamente el gesto técnico sin ayuda del profesor.	Realiza con dificultad y sin ayuda del profesor el gesto técnico.	Realiza con dificultad y con ayuda del profesor el gesto técnico.	No realiza el gesto técnico.	
	Salta horizontalmente igual o por encima de 1,95 cm para chicos y de más de 1,90 para chicas.	Salta horizontalmente entre 1,64-1,94cm para chicos y 1,55-1,89cm para chicas.	Salta horizontalmente entre 1,55-1,63 cm para chicos y 1,38-1,54 cm para chicas.	Salta horizontalmente menos de 1,54cm para chicos y menos de 1,37cm para chicas.	
ABDOMINALES.	Realiza correctamente el gesto técnico sin ayuda del profesor.	Realiza con dificultad y sin ayuda del profesor el gesto técnico.	Realiza con dificultad y con ayuda del profesor el gesto técnico.	No realiza el gesto técnico.	
	Realiza más de 48 abdominales para los chicos y 44 abdominales para las chicas.	Realiza entre 42-47 abdominales para los chicos y 36-43 abdominales para las chicas.	Realiza entre 34-41 abdominal para los chicos y 28-35 abdominales para las chicas.	Realiza menos de 33 abdominales para los chicos y 27 abdominales para las chicas.	

SALTO VERTICAL PIES JUNTOS	Realiza correctamente el gesto sin ayuda del profesor	Realiza con dificultad y sin ayuda del profesor el gesto.	Realiza con dificultad y con ayuda del profesor el gesto	No realiza el gesto técnico.	
	Salta verticalmente igual o por encima de 41 cm para chicos y más de 39 cm para chicas.	Salta verticalmente entre 33-39cm chicos y 30-36cm para chicas.	Salta verticalmente entre 27-32cm para chicos y 24-29cm para chicas.	Salta verticalmente menos de 26cm para chicos y 23cm para chicas.	
FLEXIBILIDAD. FLEXIÓN ANTERIOR DEL TRONCO.	Realiza correctamente el gesto sin ayuda del profesor	Realiza con dificultad y sin ayuda del profesor el gesto.	Realiza con dificultad y con ayuda del profesor el gesto	No realiza el gesto técnico.	
	Realiza la flexión anterior del tronco en una distancia igual o por encima de 9 cm para chicos de 13cm para chicas.	Realiza la flexión anterior entre 3-8cm para chicos y 7-12cm para chicas.	Realiza la flexión anterior entre -1/2cm para chicos y 3-6cm para chicas.	Realiza la flexión anterior entre -1/2cm para chicos y 3-6 cm para chicas.	

ACONDICIONAMIENTO FÍSICO GENERAL. TÉCNICA. RELEVOS.

Dimensiones o Criterios	2 puntos 0.50X4=2 puntos	1.5 puntos 0.50x3=1.5 puntos	1 punto 0.50x2 = 1 punto	0.50 puntos 0.50X1= 0.50 puntos.	Total puntos
ENTREGA DEL TESTIGO	Sabe entregar el testigo de manera correcta y sin ayuda del profesor	Entrega el testigo manera correcta con ayuda del profesor.	Entrega con dificultad el testigo	No logra entregar el testigo.	
RECEPCIÓN DEL TESTIGO	Recepciona el testigo de manera correcta y sin ayuda del profesor	Recepciona el testigo de manera correcta y con ayuda del profesor	Recepciona el testigo con dificultad	No sabe recepcionar el testigo.	
ENTREGA-RECEPCIÓN DEL TESTIGO	Entrega y Recepciona el testigo de manera correcta y sin ayuda del profesor.	Entrega y Recepciona el testigo de manera correcta y con ayuda del profesor	Entrega y Recepciona el testigo con dificultad.	No sabe recepcionar y entregar el testigo.	
Carrera de relevos	Realiza la carrera de relevos correctamente y sin ayuda del profesor.	Realiza la carrera de relevos correctamente y con ayuda de profesor	Realiza con dificultad la carrea de relevos.	No sabe realizar la carrera de relevos	

ACONDICIONAMIENTO FÍSICO GENERAL. PARTICIPACIÓN E HIGIENE PERSONAL.

Dimensiones o Criterios	2 puntos 0.50X4=2 puntos	1.5 puntos 0.50x3=1.5 puntos	1 punto 0.50x2 = 1 punto	0.50 puntos 0.50X1= 0.50 puntos.	Total puntos
Participación y conducta	Participa activamente en clases, acata órdenes y escucha atentamente.	Participa en las actividades, pero cuesta que siga instrucciones.	Le cuesta participar en las actividades y seguir instrucciones.	No participa en las actividades y hay que estar constantemente llamándole la atención.	
Responsabilidad de higiene personal	Se presenta con sus materiales de higiene personal	Trae sus materiales de higiene personal de forma regular.	Trae sus materiales de higiene y personal muy de vez en cuando.	No trae materiales de higiene personal.	
IMC	Sabe realizar la medición del IMC, sin ayuda del profesor	Realiza con dificultad la medición IMC y sin ayuda del profesor	Realiza con dificultad y con ayuda del profesor la medición del IMC	No sabe realizar la medición del IMC.	
ÍNDICE DE RUFFIER – DICKSON	Sabe realizar la medición del Índice de Ruffier-Dickson, sin ayuda del profesor.	Realiza con dificultad la medición de Índice de Ruffier-Dickson y sin ayuda del profesor.	Realiza con dificultad y con ayuda del profesor la medición del de Índice de Ruffier-Dickson	No sabe realizar la medición del de Índice de Ruffier-Dickson.	

5. Conclusiones y discusión.

Después de todo lo desarrollado anteriormente, podemos concluir diciendo que la rúbrica en cualquier proceso de aprendizaje, es importantísima, ya que nos permite conocer en todo momento como se encuentra nuestro alumno y a qué nivel de aprendizaje está llegando con respecto a los objetivos planteados previamente y así no llevarnos la sorpresa al final del recorrido propuesto.

El alumno por el contrario, se va a sentir cómodo en este proceso, ya que desde un primer momento va a saber qué es lo que se le va a pedir, y a partir de ahí el va a ir construyendo su aprendizaje.

Yo he podido comprobar, como docente que ha sido en el área de Educación física, que todas las evaluaciones propuestas eran meramente cualitativas, y teniendo que llegar a unas puntuaciones o mediciones muy concretas. Alumno que no llegaba, alumno que no aprobaba independientemente que éste pusiera el máximo empeño. Y al contrario, alumno cualificado físicamente y que no hacía nada, llegaba demás, alumno que encima sacaba la mejor nota.

Esto me hizo replantearme que era muy injusto, que un alumno, por más que trabajara no llegaba y el otro que no hacía nada sacaba la mejor nota. ¿Qué hice?, modificar todo el planteamiento de evaluación y empecé a que en vez de que fuera evaluación por logros, fuera evaluación continua, en la que los parámetros a evaluar, además de las pruebas objetivas y cuantitativas, empezaba a evaluar otros aspectos como comportamiento, participación, utilización del material, recursos para elaborar las actividades... todo esto previo conocimiento del alumno. Aquí se empezaron a ver resultados muy dispares.

Ahora, y una vez visto que funcionaba, me hizo querer saber más sobre el proceso de evaluación, qué formas hay y cómo podría hacer un sistema de evaluación más concreto para educación física.

Empecé con los que parecen más sencillos, pero ahora se que son los más importantes, infantil. Elaboré un practicum de psicomotricidad, y al llegar a la evaluación, la que propuse en su momento, vi que se me quedaba corta, pero bueno era la única que conocía. Ahora y con este trabajo de fin de grado, he podido

ahondar más en el concepto de evaluación y he podido estudiarla más a fondo. El resultado ha sido una propuesta a modo de ejemplo de un trimestre.

Con la elaboración del trabajo, he comprobado, que la rúbrica no puede en ningún momento llegar a ser universal para todos los alumnos una vez que ha sido elaborada, ni tampoco, para todos los profesores. La rúbrica hay que ir la modificando, a partir de la base, durante todos los cursos, ya que cada año los alumnos van siendo diferentes y tienen otras necesidades.

Además para poderla elaborar, el docente tiene que saber en todo momento de qué conocimientos parte el alumno, cómo está adquiriendo esos conocimientos y sobre todo y lo más importante, a dónde quiere llegar con el alumno. Todo este planteamiento tiene que ser realista con la realidad a la que se encuentra en el aula.

Tenemos que apuntar también, que debemos de cambiar el concepto acerca de la evaluación. Esta no la podemos considerar como un mero castigo a algo que no se ha podido alcanzar, sino que debe ser como parte de un proceso formativo en el que actúa como indicador de qué queremos conseguir, qué hemos conseguido y qué debemos cambiar en el proceso de Enseñanza-Aprendizaje que se está llevando a cabo para lograr, en este caso, un conocimiento deseable.

Partiendo de todo lo anterior, tenemos que tener en cuenta que la evaluación constituye uno de los componentes básicos del diseño instruccional, por ello su planificación debe de ser muy concienzuda y no dejarse llevar por la improvisación ni la arbitrariedad. Debe ser coherente con los objetivos fijados y con los contenidos presentados a los estudiantes, para que así permita medir los avances y el progreso cognitivo de éstos, y pueda servir de indicador para constatar la eficacia del proceso formativo (Del Moral y Villalustre, 2009).

Este proceso debe contemplar una evaluación formativa que permita al estudiante conocer sus propios progresos a lo largo de todo su proceso de aprendizaje, donde los avances también puedan ser obtenidos a partir de los propios errores, sin contemplarlos y que pueda ocasionar un freno para su propio aprendizaje. De manera simultánea, se debe de dar a la evaluación un carácter sumativo, procurando buscar fórmulas que contribuyan a apoyar unos aprendizajes en los anteriores, dando coherencia a todo el conjunto.

Hay muchas fórmulas para utilizar a la hora de evaluar, por ello cada docente debe utilizar la que conozca bien, y se encuentre más cómodo.

Por ello la rúbrica tiene un doble valor en el uso que le damos cuando trabajamos con ella, dentro de nuestra práctica docente. Es una herramienta de evaluación que debe entenderse en un contexto diferente al de la evaluación convencional. No solo pretende evaluar los conocimientos del alumnado, sino que además, debe servir como herramienta de reflexión que le permita tomar conciencia de lo aprendido.

Por otra parte, sirve al alumnado como guía para cumplimentar las partes en las que se estructura una actividad. Ésta última función apoya la acción tutorial del docente.

Supone una nueva forma de entender y de llevar a cabo los procesos de evaluación, a la vez que un mayor acercamiento por parte del estudiante a la función tutorial que éste desempeña. Adquiere un sentido más real, conectando con la actividad inmediata el alumno sobre el trabajo que realiza y los aprendizajes que adquiere. El estudiante encuentra en ella, una manera clara de conocer las expectativas del docente respecto a lo que éste espera que haga en una determinada situación de aprendizaje. Además se sirve de los criterios establecidos para evaluar, tomándolos a modo de pautas que le guíen para alcanzar más fácilmente sus objetivos de aprendizaje.

Tenemos que resaltar, que esta herramienta ayuda a los estudiantes a situar con precisión las dudas y problemas que se les va planteando en el transcurso de su actividad de aprendizaje.

Son un eje que permite otorgar gran parte del sentido a todo el proceso, ya que orienta el aprendizaje del alumno al tiempo que le va a permitir compartir, consensuar y articular los criterios y la propuesta de evaluación, facilitando la tutoría entre ambas partes para poder posibilitar los procesos de evaluación del profesor y su propia autoevaluación.

“Es fundamental que en todo momento el docente tenga bien claro lo que sus alumnos deben aprender, y orientar hacia allí sus procesos didácticos. Esto no solo le facilitaría su labor y los procesos de aprendizajes, pues podrá centrar toda su atención en lo que resulte más significativos al alumno. También podrá seleccionar las actividades y los materiales más adecuados de acuerdo a la capacidad a ser abordada” (Del Moral y Villalustre, 2009).

5.1. Futuras líneas de investigación.

Una vez que he elaborado la rúbrica, la futura línea de investigación es algún día poderla llevar a cabo y demostrar que la rúbrica es fundamental, no solo para dentro del aula, sino también para el área de Educación Física.

La elaboración de una rúbrica conlleva, por parte del profesor que la va a elaborar mucha dedicación y tiempo, que en algunas ocasiones no dispone de ello. El resultado no solo es beneficioso para el profesor, sino que más lo es aún para el alumno, ya que el proceso de Enseñanza-Aprendizaje se realiza de manera coherente y efectivo, ya que el alumno en todo momento sabe lo que está haciendo, cuáles son sus debilidades y sobre todo en dónde tiene que mejorar para conseguir el objetivo planteado.

6. Bibliografía.

- Ana M^a wamba Aguado, Carolina Ruiz Aguaded, Nuria Climent Rodríguez, Mario Ferreras Listán. “Las rúbricas de evaluación de los practicum como instrumento de reflexión para los estudiantes de maestros”. Departamento didáctica de las ciencias y Filosofía. Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Huelva.
- Antonio Monje Fernández, 2013 “Modelos de rúbricas para un blog de aula”. Experiencias Educativas.
- Dr. Manuel Cebrián de la Serna. “La evaluación formativa con e-portafolio y e-rúbrica”. Universidad de Málaga.
- Esther Carrizosa Prieto, Jose Ignacio Gallardo Ballester, 2009 “Rúbricas para la orientación y evaluación del aprendizaje en entornos virtuales”. II jornadas sobre la Docencia del Derecho y Tecnología de la Información y la Comunicación.
- Jorge Méndez Martínez, 2011 “Rúbricas. Origen y formatos en evaluación educativa”. Coordinación de Universidad Abierta y Educación a Distancia. Universidad nacional y Autónoma de México.
- Juan Pedro Navarro García, Miguel Juan Ortells Roca, Manuel Martí Puig. “Las rúbricas de Evaluación como instrumento de aprendizaje entre pares” Universidad Jaume I de Castelló. Departamento de Educación. España.
- Jose M^a Etxabe Urbieto, Karmele Aranguren Garayalde y Daniel Losada Iglesias, 2011. “Diseño de rúbricas en la formación inicial de maestros/as”. Revista de Formación e innovación Educativa Universitaria. Vol 4, N° 3, 156-169.

- Juan Jesús Torres Gordillo, Víctor Hugo Perera Rodríguez, 2010. “La rúbrica como instrumento pedagógico para la tutorización y evaluación de los aprendizajes en el foro online en educación superior”. *Revistas de Medios de Educación. Pixel-Bit*.
- Jose Guillermo Martínez-Rojas, 2008, “Las rúbricas en la evaluación escolar; su construcción y su uso”. Universidad de Nacional de Colombia. *Avances en Medición*, 6, 129-138.
- Juan Jesús Ruiz Nebrija, 2009. “Mecanismos e instrumentos de Evaluación en Educación Física “. *Revista Iberoamericana de Educación* n° 48/4-10. Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura, (OEI).
- Leo di Croce, 2013. “1° Congreso Argentino y 5° Latinoamericano de Educación Física y Ciencias. Evaluación de desempeños de Educación física”. Universidad de la Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Educación Física.
- Learning Alliances, 2012. “Taller de Desarrollo Profesional para Maestros. Diseño de Rúbricas”.
- Luis Fernando Iriondo Capello, 2011. “La evaluación de los aprendizajes. Un proceso que conduce al éxito”. *Educación Física. Campaña de apoyo a la gestión pedagógica de Docentes en servicio*. Ministerio de Educación y Cultura de Paraguay.
- Lic. Edgar Alan Vargas Herrera, “Catálogo de rúbricas para la evaluación del aprendizaje”. Centro universitario de Desarrollo intelectual.
- Lourdes Villalustre Martínez y M^a Esther del Moral Pérez, 2010, “E-portafolios y rúbricas de evaluación en ruralnet”. *Revista de medios y educación. Pixel-bit*.
- “La evaluación de los aprendizajes. Un proceso que conduce al éxito. Educación Física”. *Campaña de Apoyo a la gestión pedagógica de docentes en servicio*. Ministerio de Educación y Cultura de Paraguay.
- Martínez López (2002). *Pruebas de Aptitud Física*. Barcelona, Paidotribo.
- Medina Rivilla Antonio (2010), *Didáctica General* Ed. Pearson, Español.
- Marco Antonio Alanis Martínez, 2010. “Rúbrica de Evaluación”. Secretaría de Educación Pública, (SEP).

- Miguel Ángel López Carrasco, 2007. “Guía básica para la elaboración de Rúbricas”. Universidad de Iberoamérica.
- Pre-textos en virtualidad, 2011. “Las rúbricas. Instrumentos para valorar aprendizajes”.
- Robert Aldo Velásquez Huerta, 2007. “Rúbrica, Rubric”. Asignatura de Evaluación Educativa IV Ciclo 2007. Sección de Post Grado, Doctorado en Educación. Universidad de San Martín de Porres.
- Simona Albertazzi, 2010. “La evaluación en Educación Física”.
- Víctor M. López Pastor, 1999. “Ejemplos de instrumentos de evaluación formativa en Educación Física”. Evaluación Formativa en Educación Física.
- Valores de fuerza abdominal, tomado de Rev.int.med.cienc.act.fís.deporte, (2001).
- Víctor M. López Pastor, 2007. “La evaluación en Educación Física y su relación con la atención a la diversidad del alumnado. Aportaciones, ventajas y posibilidades desde la evaluación formativa y compartida”. Escuela de Magisterio de Segovia. Universidad de Valladolid. Kronos La revista universitaria de la Educación Física y el deporte, nº 11, pp.10-15, Enero/junio 2007. Volumen V.
- <http://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/ecoblog/esuasan/rubricas-o-matrices-de-evaluacion/>
- <http://blogs.colombiadigital.net/pre-textos/2011/12/06/las-rubricas-instrumentos-para-valorar-aprendizajes/>
- <http://es.slideshare.net/juancroman18/rubrica-de-habilidades-motoras-basicas-1-18376752>
- <http://es.slideshare.net/analilia/qu-es-una-rbrica>
- [http://es.wikipedia.org/wiki/R%C3%BAbrica_\(docencia\)](http://es.wikipedia.org/wiki/R%C3%BAbrica_(docencia))
- <http://es.slideshare.net/guest78dd3b/rbricas-dgems-comision?related=1>
- <http://es.slideshare.net/ozuani/rubrica-1732658?related=2>
- <http://es.slideshare.net/ticsvalenciacano/evolucin-histrica-de-la-evaluacin>
- <http://www2.udec.cl/ofem/recs/anteriores/vol312006/art3106a.htm>
- <http://es.slideshare.net/Liochma/instrumentos-de-evaluacin-en-educacin-fsica-5063322>
- <http://www.boe.es/boe/dias/2011/07/30/pdfs/BOE-A-2011-13117.pdf>
- <http://www.boe.es/boe/dias/2007/01/05/pdfs/A00677-00773.pdf>

7.ANEXOS.

Anexo nº 1:

CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA. (ANONIMO).

Este cuestionario sirve para valorar el desarrollo de esta asignatura, y así poder realizar cambios y modificaciones para próximos años. Es importante hacerlo con la máxima sinceridad y buscando como mejorar la asignatura. El cuestionario es anónimo y está asegurada la confidencialidad de los datos.

1. ¿qué aspectos destacarías de esta forma de trabajar y plantear la asignatura?
2. ¿qué aspectos crees que habría que modificar y mejorar en la organización y desarrollo de esta asignatura?. Es importante concretar cada aspecto.
3. Valora cada una de las actividades realizadas. Se trata de una escala del 1-4, donde el uno es el mínimo y el cuatro el máximo, (marca con una X). hay una columna donde puedes incluir observaciones o alguna explicación sobre tu valoración.

Actividades realizadas	1	2	3	4	observaciones
Trabajo en grupo: <ul style="list-style-type: none">• Organización.• Reparto equilibrado• Relaciones interna.					
Lecturas de documentos: <ul style="list-style-type: none">• Interés• Aprendizaje• Dificultad.					
Desarrollo de los contenidos					
Motivación					
Papel del profes@r					
Otros aspectos					

--	--	--	--	--	--

Anexo n°2

CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DEL PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD.

ALUMNO:

Curso:

N°:

EVALUACIÓN:

FECHA:

- 1. ¿El programa te ha supuesto mucho esfuerzo para adoptarlo a la vida normal?**
- 2. ¿Te has sentido motivado para hacer este tipo de trabajo?**
- 3. ¿Las actividades que has realizado eran de tu agrado?**
- 4. ¿Cuál han sido las dificultades más importantes a la hora de llevar a cabo el programa?.**
- 5. ¿Has encontrado útil esta forma de trabajo dentro de las clases de E.F.?.**
- 6. Da una opinión general del programa indicando lo que más te ha gustado, lo que ha faltado y lo que cambiarías.**
- 7. Otras observaciones.**

Ficha de autoevaluación.

“Primer alertante y primeros
intervinientes”

ALUMNO:

Curso:

Nº:

EVALUACIÓN:

FECHA:

1. Durante la clase:

	Frecuentemente	A veces	Nunca
Estoy atento a las explicaciones del profesor.	-	-	-
Me pongo rápidamente a realizar las tareas indicadas.	-	-	-
El profesor me llama la atención.	-	-	-
Soy puntual.	-	-	-

• Ayudo a sacar y recoger el material:

• Sólo si me lo pide el profesor
pida.

- Casi siempre aunque no me lo

2. ¿has mejorado o aprendido algo durante el periodo que hemos realizado la actividad?

Nada	Poco	Bastante	Mucho.

3. ¿ha aumentado mi interés por los Primeros Auxilios?.

a. Lo más útil que he aprendido a conseguir ha sido.....

.....

.....

b. No he sido capaz de conseguir.....

.....

.....

4. Evalúa del 1 (-) al 4 (+), tu participación en clase, tu comportamiento, si has aprendido algo, tu colaboración en el grupo y con tus compañeros del resto de la clase.

- Participación en clase
- Comportamiento en clase
- Aprendizaje
- Colaboración tuya en el grupo.
- Colaboración de tus compañeros en el grupo.

1	2	3	4

Cuestionario grupal de autoevaluación

ALUMNO:	Curso:	Nº:
EVALUACIÓN:	FECHA:	

Nombre de los alumnos que evalúan:

Secretario:

1. _____.
2. _____.
3. _____.
4. _____.
5. _____.
6. _____.

Nombre de los alumnos a evaluar:

Coordinador:

1. _____.
2. _____.
3. _____.
4. _____.
5. _____.
6. _____.

1. ¿has comprendido lo que el grupo ha querido demostrar?.
2. ¿cómo han sido empleados los instrumentos?.
3. ¿os gusta el trabajo realizado por el grupo?.

- Evalúa del 1(-) al 4(+).

Nada	Poco	Bastante	Mucho.

4. el esfuerzo empleado por el grupo para realización de la actividad.
5. Las técnicas empleadas para cada maniobra.
6. ¿qué es lo que más te ha gustado de la actividad?
7. ¿y lo que menos?.
8. ¿por qué?.

Nada	Poco	Bastante	Mucho.

Anexo n°5

FICHA GRUPAL OBSERVACIÓN-ACTITUDES.

ALUMNO:	Curso:	Nº:
EVALUACIÓN:	FECHA:	

Nº	APELLIDOS	NOMBRE	Esfuerzo	Particip.	Interés	Respeto.		Total.
1.								
2.								
3.								
4.								
5.								
6.								
7.								
8.								
9.								
10.								
11.								
12.								
13.								
14.								
15.								
16.								
17.								
18.								
19.								
	Total.							

Anexo nº6

ALUMNO:

Curso:

Nº:

EVALUACIÓN:

FECHA:

GUÍA PARA EL AUTOINFORME DEL ALUMNO.

Cuéntame cómo ha sido tu trimestre en esta asignatura, comentando por qué crees tú que has hecho cada cosa y pensando en qué quieres mejorar o cambiar en el siguiente trimestre. Sólo al final de cada apartado si quieres te darás la calificación que creas que te mereces.

- a. Cómo ha sido tu trabajo en clases: asistencia, participación, interés, ayuda a los compañeros, esfuerzo, respeto al material, a los compañeros y al profesor, si has tenido valoraciones positivas o negativas y por qué.
- b. ¿Cómo te han salido las diferentes actividades realizadas en clase?, (¿has mejorado o lo has intentado?), ¿has participado fuera de la sesión de clases para intentar mejorar?.
- c. ¿cómo has trabajado tu cuaderno y fichas de sesión?, ¿comprendes o te resulta difícil?
- d. ¿qué te han parecido las clases, la organización, las actividades, los compañeros, el profesor...¿qué te ha gustado más y que te ha gustado menos?, ¿crees que debería mejorarse?

ESQUEMA FICHA DE CORRECCIÓN DE LOS AUTOINFORMES DEL ALUMNADO.

ASPECTOS	POSITIVAS	OTRAS	NEGATIVAS
Aprendizaje			
Implicación			
Las clases			
Los compañeros			
La profesora			
El proceso			
Actividades			
observaciones			
evaluación			

Anexo n°7

**FICHA DE AUTOEVALUACIÓN SESIONES-SEGUIMIENTO-
(CUADERNO PROFESOR).**

ALUMNO:

Curso:

N°:

EVALUACIÓN:

FECHA:

	DIAS					OBSERVACIONES
AUTOEVALUACIÓN	Claridad en las explicaciones					
	Intervención en el juego					
	Organización					
	Pérdidas de tiempo					
PROCESO	La actividad interesa al alumno					
	Aprenden algo de la actividad					
	Grado cooperativo					
	Se lo pasan bien					
	Juegos adaptados a sus capacidades y motivaciones					
	Observaciones					

Anexo nº8

CUADERNO DEL ALUMNO.

El objetivo es realizar una ficha de cada sesión de clase es el de recapacitar sobre lo que se ha trabajado en la sesión y reflexionar de manera personal sobre el trabajo individual, del grupo y del profesor.

Para que la asignatura pueda ser útil en tu formación no debemos quedarnos en la mera repetición mecánica de lo que manda el profesor cada día sino que debes participar en las sesiones con tu opinión y personalizar todo el trabajo realizado. Para ello procura reflejar en tu cuaderno de clase cada sesión con su evaluación, sin dejar que pasen días sin hacer la ficha en tu cuaderno.

Nº SESIÓN.		FECHA:		
OBJETIVO DE LA SESIÓN, (serán dados por el profesor).				
EXPLICACIONES TEÓRICAS. (en el caso de que las hubiera)				
PARTE PRÁCTICA. De manera breve debes indicar las actividades realizadas en la sesión, (si procede puedes utilizar algún dibujo).				
EVALUACIÓN DE LA SESIÓN. Pon una X donde creas conveniente para valorar los siguientes aspectos de la sesión, intenta que sea lo más personal posible.				
	mucho	normal	poco	Muy poco
1. LA COOPERACIÓN DE TODOS HA SIDO				
2. MI PARTICIPACIÓN Y ATENCIÓN HA SIDO				
3. HE APRENDIDO EN ESTA SESIÓN				
4. LA ACTUACIÓN DEL PROFESOR ME HA AGRADADO				
5. LA ACTUACIÓN DEL PROFESOR ME HA AGRADADO.				

REFLEXIÓN SOBRE LA SESIÓN: Es la parte más importante de la ficha. Puedes opinar todo lo que quieras sobre la sesión. Si quieres puedes explicar alguna cuestión de la evaluación de la sesión. Valora tu trabajo, el del grupo y el del profesor. Es totalmente personal.

Anexo n°9

HOJA DE REGISTRO PARA EL PROFESOR.

CURSO			MES	
NOMBRE	FECHA	COMPRENSIÓN	OBSERVACIONES	AUTOEVALUACIÓN

HOJA DE RECOGIDA SEMANAL Y PROBLEMÁTICA SURGIDA.

VALORACIONES/ASPECTOS	POSITIVAS	NEGATIVAS
PROCESO		
ACTIVIDADES		
PROBLEMAS SURGIDOS		

Anexo nº10

FICHA DE SEGUIMIENTO INDIVIDUAL. U.D.

ALUMNO:

Curso:

Nº:

EVALUACIÓN:

FECHA:

ASPECTOS A EVALUAR						OBSERVACIONES
1. Conexiones entre las actividades realizadas y su tiempo de ocio.						
2. Comprensión del juego motriz y sus posibles modificaciones						
3. Evolución de la habilidad motriz en desplazamientos (carreras, p.ej)						
4. Adquisición progresiva de estrategias de oposición y cooperación en diferentes situaciones						
En caso de trabajarse...						
5. Transferencia de las estrategias de cooperación y oposición a juegos con balón						
OTROS ASPECTOS						
Cuaderno del alumno						
Implicación y aportaciones						
Otros:						
Escala verbal: N: nada MP: muy poco P:poco B:bastante M:mucho						

Anexo n°11

FICHA DE SEGUIMIENTO GRUPAL. U.D.

ALUMNO:

Curso:

N°:

EVALUACIÓN:

FECHA DE OBSERVACIÓN

OBSERVADOR:

CRITERIOS. NOMBRES	CRITERIOS EVALUACION					OTROS			OBSERVACIONES	
PRIMER CICLO										
SEGUNDO CICLO										
TERCER CICLO										

Anexo nº12

AUTOEVALUACIÓN SEGUNDO TRIMESTRE.

ALUMNO:

Curso:

Nº:

EVALUACIÓN:

FECHA:

1. Responde a estas preguntas:

	Malo	Regular	Bueno	M. Bueno
Mi interés por las materias impartidas ha sido				
Mi participación durante las clases ha sido				

	Malo	Regular	Bueno	M. Bueno
Me he esforzado				

	Malo	Regular	Bueno	M. Bueno
He mejorado mi conocimiento sobre mi propio cuerpo				
Han mejorado mis conocimientos sobre:				
Habilidades gimnásticas, P.Ej				
Expresión corporal. P.Ej.				

	Malo	Regular	Bueno	M. Bueno
Mi comportamiento durante todo el trimestre ha sido				

Lo más útil que he aprendido a conseguir ha sido:
No he sido capaz de conseguir:

Anexo nº13

FICHA DE AUOTEVALUACIÓN:

ALUMNO:

Curso:

Nº:

EVALUACIÓN:

FECHA:

	1	2	3
1. EXPOSIXIÓN DEL TEMA			
1.1. HE COMPRENDIDO Y ASIMILADO EL TEMA QUE HAN TRATADO			
1.2. LA EXPOSIXIÓN HA SIDO CLARA Y COHERENTE			
1.3. HAN TRATADO EL TEMA CON PROFUNDIDAD.			
2. NÚMERO DE FALTAS AL TRIMESTRE			
3. PARTICIPO ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES DE CLASE			
4. HE NOTADO MEJORÍA EN SU NIVEL DE DESTREZA.			
5. HE APRENDIDO: ¿EL QUÉ?			
6. RESPETO AL OS COMPAÑEROS			
7. RESPETO EL MATERIAL			
8. ESTOY INTEGRADO EN EL GRUPO DE CLASE. ¿POR QUÉ?			
9. HE TENIDO ALGÚN TIPO DE PROBLEMA EN LA REALIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES.			
10. ¿ME HA GUSTADO LA FORMA DE PLANTEAR LAS CLASES? ¿POR QUÉ?.			
11. OTRAS OBSERVACIONES.			
ESCALA:	1=POC O	2=REGUL AR	3=MUCH O

Anexo nº16

FICHA DE AUTOEVALUACIÓN DEL ALUMNO.

UNIDAD DIDÁCTICA Nº:

ALUMNO:

CURSO-GRUPO:

	SI	NO	AV	OBSERVACIONES
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				

GUÍA PARA EL INFORME DE AUTOEVALUACIÓN FINAL.

La finalidad de esta guía es recordar las actividades que hay que realizar de cara a la organización de la carpeta y la revisión y evaluación de todo el proceso de aprendizaje que has **ORGANIZACIÓN DE LA CARPETA.**

- El primer documento que debe aparecer es el informe de autoevaluación. El informe de evaluación de la asignatura hay que entregarle aparte, fuera de la carpeta.
- A continuación deben estar todos los documentos que hayan sido entregados por primera vez, (últimos informes, o bien documentos retrasados que todavía no se han entregado).
- A continuación deben estar todos los documentos entregados y corregidos, organizados por tipos de documentos, o bien por bloques de temario.

1. INFORME DE AUTOEVALUACIÓN.

1.1. **Explica como se ha organizado la carpeta**, de forma general. En el siguiente punto ya se detallan todos los documentos que contiene, utilizando un cuadro similar al que se presenta.

1.2. **Recopilación de todos los documentos presentados**, así como su valoración personal global, en una escala del 1-7 siendo el 1 mínimo y el 7 el máximo. Hay una columna en donde puedes incluir observaciones o alguna explicación sobre tu valoración.

ACTIVIDADES REALIZADAS	HORAS SUPUSO	EVALUAR 1-7	OBSERVACIONES
Trabajo en grupo: (tema, grupo, fecha, valoración)			
Reflexiones de artículos o libros, solo autor y año de edición.			
Desarrollo de los informes por bloques.			
Temas de ampliación.			
Grado de aprendizaje y dominio de los contenidos.			
- Implicación en el debate y funcionamiento de la clase. - Aportaciones realizadas por ti al grupo. -			
Otros aspectos.			

2.3. **Valoración general del proceso de aprendizaje** individual y grupal que se ha llevado a cabo.

2.4. **Autocalificación** que consideras que mereces, en función de los criterios de calificación que fijamos al principio de curso y que están en el programa de la asignatura.

Anexo n°17

FICHAS DE AUTOEVALUACIÓN PARA DOCUMENTOS.

A. PARA UNA SESIÓN DE CLASE.

	POCO					MUCHO	
	1	2	3	4	5	6	7
ACITUD, (CONVIVENCIA, RESPETO...)							
PARTICIPACIÓN (EN LA ACTIVIDAD)							
INTERÉS PERSONAL EN EL TEMA							
APRENDIZAJE (MEJORA, LOGRO..)							
OTROS....							
Comentarios, aclaraciones, opiniones, dudas...							

A. PARA UN DOCUMENTO, (Trabajo, libros, reflexiones).

	POCO					MUCHO	
	1	2	3	4	5	6	7
CALIDAD DEL CONTENIDO							
PRESENTACION Y ORGANIZACIÓN							
TRABAJO, DEDICACIÓN, TIEMPO, ESFUERZO							
OTROS.							
Comentarios, aclaraciones, opiniones, dudas...							

Anexo n°18

FICHAS DE AUTOEVALUACIÓN PARA DOCUMENTOS.

FICHA PARA UNA SESIÓN, (PRACTICAS).

Aspectos a evaluar	1	2	3	4	observaciones
Aprendizaje					
Organización y presentación					
Calidad del análisis					
Otros aspectos					
Tiempo de elaboración					

PARA UN INFORME O TRABAJO

Aspectos a evaluar	1	2	3	4	observaciones
Organización y presentación					
Desarrollo de los contenidos					
Aportaciones personales a partir de lecturas realizadas.					
Otros aspectos					
Tiempo de elaboración					

PARA UN LIBRO, ARTÍCULO,...

Aspectos a evaluar	1	2	3	4	observaciones
Organización y presentación					
Calidad del análisis					
Conexión con otras lecturas y conocimientos.					
Otros aspectos					
Tiempo de elaboración					

Anexo n°19

PARA UN TRABAJO EN GRUPO

COMPONENTES DEL GRUPO:

1. Coordinador:
2. Secretario:
3. Vocal:
4. Vocal:
5. Vocal:
6. Vocal:

ASPECTOS EVALUAR	COMPONENTES DEL GRUPO						OBSERVACIONES
	1	2	3	4	5	6	
APRENDIZAJE							
ORGANIZACIÓN Y PRESENTACIÓN							
DESARROLLO DE LOS CONTENIDOS							
TIEMPO DE ELABORACIÓN							REUNIONES.
APORTACIÓN DE CADA UNO AL TRABAJO GRUPAL.							
OTROS ASPECTOS							

ESCALA: PARA UTILIZAR EN LAS CASILLAS DE CADA ALUMNO.

- Numérica: 1 mínimo, 2,3,4 máximo
- Verbal: MB muy bajo- B, bajo- A-alto, MA- muy alto.

Anexo nº 20

CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE LA ASIGNATURA, PROYECTO O ACTIVIDAD. (ANÓNIMO).

Este cuestionario sirve para valorar el desarrollo de esta asignatura, y así poder realizar cambios y modificaciones para próximos años. Es importante hacerlo con la máxima sinceridad, y buscado como mejorar la asignatura. El cuestionario es anónimo y está asegurada la confidencialidad de los datos.

1. ¿qué aspectos destacarías de esta forma de trabajar y plantear la asignatura?.
2. ¿qué aspectos crees que habría que modificar y mejorar en la organización y desarrollo de esta asignatura? Es importante concretar cada aspecto que menciones.
3. Valora cada una de las actividades realizadas. Se trata de una escala del 1 al 4, en donde el 1 es el mínimo y el 4 es el máximo, marca con una X. hay una columna donde puedes incluir observaciones o alguna explicación sobre tu valoración.

ACTIVIDADES REALIZADAS	-		+		OBSERVACIONES
	1	2	3	4	
Trabajo en grupo: - Organización. - Reparto equilibrado - Relaciones internas					
Lecturas de documentos - Interés - Aprendizaje - Dificultad					
Desarrollo de los contenidos					
Motivación					
Papel del profesor					
Otros aspectos					

Anexo n°21

FICHA COEVALUACIÓN, EVALUACIÓN DEL COMPAÑERO.

ALUMNO:

Curso:

N°:

EVALUACIÓN:

FECHA:

	1	2	3
1- EXPOSICIÓN DEL TEMA.			
1.1.HE COMPRENDIDO Y ASIMILADO EL TEMA QUE HAN TRATADO.			
1.2.LA EXPOSICIÓN HA SIDO CLARA Y COHERENTE.			
1.3.HAN TRATADO EL TEMA CON PROFUNDIDAD.			
2. NÚMERO DE FALTAS EN EL TRIMESTRE...			
3. HAS NOTADO MEJORÍA EN SU NIVEL DE DESTREZA			
4. CREES QUE HA APRENDIDO			
5. PARTICIPA ACTIVAMENTE EN LAS ACTIVIDADES DE CLASE			
6. RESPETA A LOS COMPAÑEROS			
7. RESPETA EL MATERIAL.			
8. ESTÁ INTEGRADO EN EL GRUPO DE CLASE. POR QUÉ			
9. HA TENIDO ALGÚN TIPO DE PROBLEMA EN LA REALIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES, DIFICULTAD EN LAS TAREAS, ALGÚN TIPO DE LESIÓN.			
ESCALA: 1=poco 2=regular 3=mucho			

Evaluación realizada por:

Anexo n°22

FICHA GRUPAL OBSERVACIÓN-ACTITUDES.

ALUMNO:

Curso:

N°:

EVALUACIÓN:

FECHA:

N°	APELLIDO	NOMBRE	Esfuerzo	Participación	Interés	Respeto		Total
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
	TOTAL							

Anexo nº23

VALORACIÓN ASPECTOS A EVALUAR	POSITIVA	OTRAS	NEGATIVA