


VÍDEO ESCALFAMENT 2n D'ESO

	Assoliment excel·lent	Assoliment notable	Assoliment satisfactori	No assolit
01. Inclusió de les parts de l'escalfament	L'escalfament inclou totes les parts que es demanen: activació, mobilitat articular i flexibilitat.	L'escalfament inclou dues de les parts que es demanen: activació, mobilitat articular i flexibilitat. Una no s'inclou.	L'escalfament inclou una part de les que s'han d'observar (activació, mobilitat articular, flexibilitat).	L'escalfament no segueix cap criteri dels que s'han parlat a classe o no s'envia.
02. Adequació de les tasques proposades	Tots els exercicis proposats en l'escalfament són adequats per la seva realització.	La majoria d'exercicis i tasques són adequades per la seva realització.	Pocs exercicis i activitats són adequats per a l'escalfament proposat.	Gairebé cap exercici és adequat per a l'escalfament proposat.
03. Participació de tots els membres del grup en portar a terme l'escalfament	Hi ha un equilibri en l'explicació i la direcció dels exercicis . Participen tots de forma més o menys equitativa durant l'escalfament.	Hi ha força equilibri en l'explicació i la direcció dels exercicis però algun alumne participa molt més que els altres.	Només assumeix la responsabilitat de l'explicació i la direcció de les activitats un membre del grup.	S'observa poca organització en l'explicació i direcció de les tasques d'escalfament.
04. Inclusió del nombre de tasques	S'inclou tot el què es demana: activació, 10 tasques de mobilitat, 10 tasques de flexibilitat i 1 joc.	S'inclou la majoria del què es demana però falta alguna tasca d'una part.	Falta una part de les que es demanen o tasques de diverses parts.	No s'inclouen la major part d'activitats que es demanen o falta més d'una part sencera.
05. Originalitat en l'edició	L'edició del vídeo és molt adequada, original i inclou tots els paràmetres que es demanen.	L'edició del vídeo és força adequada, original i inclou tots els paràmetres que es demanen.	L'edició del vídeo és correcte, poc original i inclou tots els paràmetres que es demanen.	L'edició del vídeo és poc original, no inclou tots els paràmetres que es demanen.

Ens agradaria
comentar que...

 INSTITUT DE GURB	25/03/2020	Aprovat	Pàgina 2 de 2
	EF_Rúbrica_vídeo_escalfament	Rúbrica vídeo escalfament grupal 2n d'ESO	
	Aquest document pot quedar obsolet una vegada imprès.		