

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN WARMING UP

1. Rúbrica de evaluación del producto final (vídeo de calentamiento en inglés)

Descripción del instrumento

La rúbrica se utiliza para evaluar el **producto final**, que consiste en la grabación de un vídeo por parejas en el que el alumnado realiza y explica un calentamiento completo en inglés. Se trata de un instrumento claro y transparente que el alumnado conoce antes de comenzar la tarea, lo que le permite saber qué se espera de su trabajo.

Qué se evalúa

A través de esta rúbrica se evalúan aspectos como:

- La correcta **estructura del calentamiento** (actividad general, movilidad articular y estiramientos).
- La **ejecución adecuada de los ejercicios**.
- El uso funcional del **inglés** (vocabulario y expresiones básicas).
- El **trabajo cooperativo** y la implicación en la tarea.
- El **uso responsable y seguro de la tecnología**.

Cuándo y cómo se aplica

La rúbrica se aplica en el momento de la entrega del vídeo y durante su visionado. La usaré para evaluar el producto final y, en algunos criterios, también se puede incorporar la coevaluación entre iguales de forma guiada.

Uso de los datos obtenidos

Los resultados de la rúbrica permiten:

- Valorar el grado de consecución de los criterios de evaluación.
- Detectar dificultades comunes (uso del idioma, organización del calentamiento, expresión corporal).
- Ofrecer un feedback claro y concreto al alumnado, con sugerencias de mejora para futuras tareas. Más allá de la calificación, estos datos sirven para ajustar la práctica docente y reforzar aquellos aspectos que necesitan mayor trabajo.

Rúbrica Vídeo de calentamiento en inglés (por parejas)

CRITERIOS	4 · MUY ADECUADO	3 · ADECUADO	2 · EN PROCESO	1 · INICIAL
Estructura del calentamiento	Incluye correctamente las tres partes del calentamiento, bien organizadas.	Incluye las tres partes con pequeños desajustes.	Falta alguna parte o el orden no es claro.	No respeta la estructura del calentamiento.
Ejecución de los ejercicios	Ejercicios bien realizados y adaptados al calentamiento.	Ejercicios correctos con algún error leve.	Varios errores en la ejecución.	Ejercicios incorrectos o poco adecuados.
Uso del inglés	Usa vocabulario y expresiones en inglés de forma clara y comprensible.	Usa inglés sencillo con algunos errores.	Uso muy limitado del inglés.	Apenas utiliza el inglés.
Trabajo en pareja	Excelente coordinación y reparto equilibrado de tareas.	Buena colaboración con pequeños desequilibrios.	Participación desigual.	Falta de cooperación.
Uso responsable de la tecnología	Uso correcto, seguro y autónomo de la tecnología.	Uso adecuado con alguna ayuda.	Necesita mucha ayuda para usar la tecnología.	Uso inadecuado o poco responsable.

2. LISTA DE COTEJO (AUTOEVALUACIÓN DEL ALUMNADO)

Descripción del instrumento

La lista de cotejo se utiliza como instrumento de autoevaluación y reflexión final, permitiendo al alumnado comprobar de forma sencilla si ha cumplido los aspectos básicos de la tarea. Es un instrumento especialmente adecuado para 1º ESO por su claridad y facilidad de uso.

Qué se evalúa

El alumnado revisa su propio trabajo marcando *Sí / En parte / No* en cada uno de los siguientes ítems:

ÍTEM	SÍ	EN PARTE	NO
Comprendo para qué sirve el calentamiento.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
He participado activamente en las sesiones.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
He colaborado de forma adecuada con mi pareja.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
He utilizado vocabulario básico en inglés.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El calentamiento que realizamos tiene todas sus partes.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
He usado la tecnología de forma responsable y segura.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Cuándo y cómo se aplica

La lista de cotejo se completa al finalizar la SdA, tras la entrega y visionado del vídeo. El alumnado dispone de un tiempo específico en el aula para completarla de forma individual y reflexionar sobre su aprendizaje.

Uso de los datos obtenidos

La información recogida mediante la lista de cotejo permite:

- Favorecer la toma de conciencia del propio aprendizaje.
- Detectar posibles dificultades percibidas por el alumnado.
- Comparar la autoevaluación con la evaluación del docente.

Este instrumento no se utiliza únicamente con fines calificadores, sino como apoyo al feedback y a la mejora continua.