

# 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 (AUOEVALUACIÓN 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
<b>Comprendo para qué sirve el calentamiento.</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>He participado activamente en las sesiones.</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>He colaborado de forma adecuada con mi pareja.</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>He utilizado vocabulario básico en inglés.</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>El calentamiento que realizamos tiene todas sus partes.</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>He usado la tecnología de forma responsable y segura.</b>	<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.