



Prof. Edgar Lopategui Corsino
M.A., Fisiología del Ejercicio

ACCESO: http://www.saludmed.com/ejercicio/evaluacion/PF1_10-Hrs_Practica_Gym_Inter_RUBRICA.pdf

HPER-4308: DISEÑO DE PROGRAMAS DE EJERCICIOS RÚBRICA PARA LAS DIEZ HORAS DE PRÁCTICA

Nombre: _____ # Est: _____
Sección: _____ Fecha: _____
Lugar de Práctica: _____

Nota:

Total:

Criterios	Valor	Puntos
1. Organización: Secuencia lógica de la presentación escrita	3	
2. Organización: Provee todos los componentes solicitados	5	
3. Bitácora: Redacta una bitácora	8	
4. Bitácora: Escribe la bitácora en un procesador de palabras (Ej: MS. Word)	4	
5. Bitácora: Describe las tareas solicitadas en el proyecto	5	
6. Tabla: Completa la hoja de la práctica	8	
7. Tabla: Describe las funciones principales	3	
8. Tabla: Indica el tiempo dedicado (minutos u horas)	3	
9. Tabla: Posee el nombre y la firma, o sello, del encargado o supervisor.	8	
10. Tabla: Indica y el lugar y fecha de la actividad	2	
11. Anexos: Dispone de los anejos requeridos	8	
12. Anexos: Provee evidencia de las evaluaciones de la salud y aptitud física	5	
13. Anexos: Provee evidencia de la prescripción de ejercicio	5	
14. Reflexión: Redacta una reflexión	8	
15. Reflexión: Escribe la reflexión en un procesador de palabras (Ej: MS. Word)	4	
16. Reflexión: Expresa el valor práctico de la experiencia	2	
17. Reflexión: Indica los inconvenientes o problemas que tuvo	2	
18. Reflexión: Indica comentarios de cómo se puede mejorar esta práctica	2	
19. Redacción: Uso de prosa o párrafo en las secciones del proyecto	5	
20. Redacción: Coordinación de ideas y análisis	4	
21. Redacción: Ortografía y gramática	2	
22. Entrega: En la fecha indicada	2	
23. Entrega: Provee una copia impresa	2	
TOTAL:	100	

Comentarios: _____

Escala Numérica para Determinar la Nota:

100 - 90 = A

89 - 80 = B

79 - 70 = C

69 - 60 = D

59 - 0 = F