|  |
| --- |
| **RÚBRICA DEFINICIÓN Y CARACTERÍSTICAS DE SALUD Y ENFERMEDAD.** |

Nombre del alumno o alumnos: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ASPECTOS** | 4 | **3** | **2** | **1** |
| **Define salud y enfermedad, es capaz de reconocer los componentes de la salud y los pilares básicos que la estructuran reconociendo la importancia de mantener un equilibrio entre todos los elementos.** | Define salud y enfermedad, enuncia los componentes de la salud y reconoce los pilares básicos (bienestar físico, social y emocional) como elementos clave e interrelacionados para la salud. | Define salud y enfermedad, enuncia los componentes de la salud y reconoce los pilares básicos (bienestar físico, social y emocional) pero no sabe establecer las relaciones entre todos los elementos. | Raramente es capaz de definir salud y enfermedad, pero enuncia algunos componentes de la salud, o reconoce algunos de los pilares básicos y sus relaciones. | No define salud ni enfermedad, ni enuncia los componentes de la salud y tampoco reconoce los pilares básicos y sus relaciones. |
| **Reconoce la necesidad de mantener un bienestar físico, el cuidado de la nutrición, las rutinas y el ejercicio físico como mecanismos para preservar la condición física.** | Reconoce la necesidad de mantener el bienestar físico, y de mantener una dieta equilibrada, rutinas y ejercicio físico como mecanismos para mantener la condición física como pilar básico para la salud. | Habitualmente reconoce la necesidad de mantener el bienestar físico, pero solo reconoce algunos mecanismos necesarios para mantener la condición física. | Raramente reconoce la necesidad de mantener el bienestar físico, reconoce algunos mecanismos necesarios para el bienestar físico pero no contribuye con ellos en la práctica. | No reconoce la necesidad de mantener un bienestar físico ni reconoce los mecanismos que contribuyen a su mantenimiento y tampoco los integra en su vida diaria. |
| **Reconoce sus emociones y sabe gestionarlas para lograr un equilibrio emocional, reconoce los signos que alertan de un desequilibrio emocional y sabe encontrar los puntos fuertes para superar retos emocionales.** | Es capaz de reconocer sus emociones y de gestionarlas utilizando las prácticas que contribuyen a su bienestar (yoga, mindfulness, relajación, disfrute de la naturaleza, etc.) y tiene un conocimiento de sí mismo y de sus puntos fuertes. | Habitualmente es capaz de reconocer y gestionar sus emociones y conoce las prácticas que contribuyen al bienestar emocional, pero aún no tiene un conocimiento de sí mismo y de sus puntos fuertes. | Raramente es capaz de reconocer y gestionar sus emociones, aunque reconoce algunas prácticas que contribuyen al bienestar no las integra en su práctica diaria y le falta autoconocimiento de sí mismo. | No es capaz de reconocer y gestionar sus emociones, ni de acercarse a las prácticas que contribuyen al bienestar emocional y al autoconocimiento de sí mismo. |
| **Define adecuadamente bienestar social y describe distintas habilidades sociales, reconociendo la importancia de la empatía, la asertividad y la resiliencia con forma de afrontar los conflictos y resolverlos adecuadamente.** | Siempre define bienestar social y reconoce las distintas habilidades sociales, llegando a definir la empatía, asertividad y resiliencia como habilidades claves para la resolución de conflictos y mejora del bienestar social. | Habitualmente define bienestar social y reconoce distintas habilidades sociales, pero no reconoce las habilidades clave para la resolución de conflictos y mejora del bienestar social. | Raramente reconoce las habilidades sociales clave o es capaz de utilizarlas para la resolución de conflictos en la búsqueda del bienestar social. | No define bienestar social ni reconoce las habilidades sociales clave para la resolución de conflictos. |