|  |
| --- |
| **RÚBRICA HÁBITOS SALUDABLES: POSTURA CORPORAL.** |

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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ASPECTOS** | 4 | **3** | **2** | **1** |
| **Reconoce los beneficios del control postural en los tres pilares de la salud: bienestar físico, emocional y social.** | Reconoce los beneficios del control postural en los tres pilares de la salud: bienestar físico, emocional y social. | Reconoce algunos de los beneficios del control postural en los tres pilares de la salud: bienestar físico, emocional y social. | Raramente reconoce los beneficios del control postural en los tres pilares de la salud: bienestar físico, emocional y social. | No reconoce los beneficios del control postural en los tres pilares de la salud: bienestar físico, emocional y social. |
| **Es capaz de definir control postural y reconoce la importancia de la estructura musculoesquelética de la columna vertebral como eje central del cuerpo humano.** | Es capaz de definir control postural y reconoce la importancia de la estructura musculoesquelética de la columna vertebral como eje central del cuerpo humano. | Reconoce algunos de los elementos principales de la definición de control postural y la importancia de la estructura musculoesquelética de la columna vertebral como eje central del cuerpo humano. | Raramente define control postural y en ocasiones reconoce la importancia de la estructura musculoesquelética de la columna vertebral como eje central del cuerpo humano. | No es capaz de definir control postural ni reconoce la importancia de la estructura musculoesquelética de la columna vertebral como eje central del cuerpo humano. |
| **Identifica las enfermedades y alteraciones relacionadas con malos hábitos posturales en la actividad diaria.** | Identifica las enfermedades y alteraciones relacionadas con malos hábitos posturales en la actividad diaria. | En ocasiones identifica las enfermedades y alteraciones relacionadas con malos hábitos posturales en la actividad diaria. | Raramente identifica las enfermedades y alteraciones relacionadas con malos hábitos posturales en la actividad diaria. | No es capaz de Identificar las enfermedades y alteraciones relacionadas con malos hábitos posturales en la actividad diaria. |
| **Reconoce la importancia de los hábitos saludables relacionados con la postura corporal y es capaz de integrarlos en sus rutinas diarias y reflexionar sobre ellos.** | Reconoce la importancia de los hábitos saludables relacionados con la postura corporal y es capaz de integrarlos en sus rutinas diarias y reflexionar sobre ellos. | En ocasiones reconoce la importancia de los hábitos saludables relacionados con la postura corporal y es capaz de integrarlos en sus rutinas diarias y reflexionar sobre ellos. | Raramente reconoce la importancia de los hábitos saludables relacionados con la postura corporal y es capaz de integrarlos en sus rutinas diarias y reflexionar sobre ellos. | No es capaz de reconocer la importancia de los hábitos saludables relacionados con la postura corporal ni es capaz de integrarlos en sus rutinas diarias ni reflexionar sobre ellos. |