

Proyectos de regularización. JULIO-AGOSTO 2026

PROFRA:	Jessica Chávez Sandoval
UAC:	Educación para la salud
GRUPO:	Primero 4

	1er momento	2do momento	3er momento
Actividades:	Libreta completa Valor 30% Examen escrito Valor 70%	<i>Propuesta para la mejora de la salud en la comunidad escolar</i> Valor 30% Examen escrito Valor 70%	<i>Plan personal de bienestar y salud</i> Valor 30% Examen escrito Valor 70%
Objetivo:		Que el alumno identifique un problema de salud presente en la escuela o comunidad y diseñe una propuesta de intervención sustentada en evidencia.	Análisis de hábitos
Desarrollo	1) Entrega de libreta con cada actividad realizada durante el semestre. Enterado Diego Emmanuel Benal Díaz De Enterado Luis Nieto	1) Investigar un problema de salud de su entorno, por ejemplo: - Alimentación poco saludable - Sedentarismo - Estrés escolar - Consumo de bebidas azucaradas - Falta de actividad física - Higiene 2) Recopilar información mediante encuestas, observación, entrevistas o fuentes confiables. 3) Analizar:	1) Responder preguntas de análisis: ¿Cómo es mi alimentación? ¿Cuántas horas duermo? ¿Cuánta actividad física realizo? ¿Cómo manejo el estrés? ¿Cuáles son mis principales fortalezas y áreas de oportunidad? 2) Registro de hábitos Durante dos semanas registrar: Alimentación. Actividad física. Horas de sueño. Consumo de agua.

Proyectos de regularización. JULIO-AGOSTO 2026

		• Causas • Consecuencias • Población afectada • Posibles soluciones 4) Propuesta Diseñar una campaña preventiva y presentarla en un tríptico.	Estado de ánimo. 3. Análisis Comparar los resultados con las recomendaciones de organismos de salud e identificar hábitos saludables y aquellos por mejorar. 4. Plan de mejora Plantear al menos cinco metas SMART (específicas, medibles, alcanzables, relevantes y con tiempo definido), por ejemplo: Caminar 30 minutos cinco días a la semana. Dormir ocho horas. Consumir dos frutas diarias. Reducir el consumo de bebidas azucaradas. Practicar una técnica de relajación tres veces por semana.
Producto Final:	Examen escrito y libreta	Tríptico Examen escrito	Portafolio de evidencias con cada actividad
Instrumento de evaluación:	Examen	Rúbrica 1	Rúbrica 2 y 3

RÚBRICAS DE EVALUACIÓN

1



docentesalida.com

RÚBRICA PARA EVALUAR TRABAJOS ESCRITOS



Criterios	Excelente	Bien	Regular	Deficiente
Tratamiento del tema	Profundiza en los conceptos centrales y expone sus principales características.	Menciona la mayoría de los conceptos centrales y expone sus características.	Menciona solamente algunos conceptos y expone algunas de sus características.	No aborda los conceptos principales ni expone sus características.
Organización	El contenido se presenta en una secuencia lógica que facilita su comprensión.	La secuencia del contenido es lógica, pero tiene algunas ideas incompletas.	El texto tiene fallas en la secuencia lógica que impiden comprenderlo completamente.	El contenido está desorganizado y es muy difícil seguir la secuencia de ideas.
Redacción	El texto está escrito correctamente.	La mayor parte del texto está escrito correctamente.	El texto presenta fallas de redacción.	El texto presenta demasiadas fallas en su redacción.
Ortografía	Utiliza correctamente las reglas ortográficas.	Presenta dos o tres errores u omisiones al utilizar las reglas ortográficas.	Presenta cuatro o cinco errores u omisiones al utilizar las reglas ortográficas.	No utiliza las reglas ortográficas, presenta errores u omisiones incluso en palabras comunes.
Signos de puntuación	Utiliza correctamente los signos de puntuación.	Presenta dos o tres errores u omisiones al utilizar los signos de puntuación.	Presenta cuatro o cinco errores u omisiones al utilizar los signos de puntuación.	No utiliza los signos de puntuación o lo hace de manera equivocada en todo el texto.
Bibliografía	Todas las fuentes de información están incorporadas y ordenadas adecuadamente.	La bibliografía está incompleta, pero ordenada.	La bibliografía es escasa (dos o tres fuentes), pero está ordenada.	No incluye bibliografía.

LISTA DE COTEJO PARA EVALUAR UN TRÍPTICO

No.	Indicador	Cumplimiento	Ejecución		Observaciones
		Si/No	Ponderación	Calif.	
1	El tríptico alude al tema		2		
2	Utiliza imágenes adecuadas		2		
3	Redacción clara y precisa, sin faltas de ortografía		3		
4	Es atractivo y novedoso		2		
5	Incluye la bibliografía consultada		1		
Puntos en total: 10			Calificación obtenida:		

RÚBRICA PARA EVALUAR LA INFOGRAFÍA

CRITERIOS	PUNTAJE DE CADA CRITERIO				PUNTAJE
	NOTABLE 4	ALTO 3	MEDIO 2	BAJO 1	
Patrón organizativo	Están presentes todos los elementos propios de una infografía (título, cuerpo y fuentes), existe un equilibrio perfecto entre el texto y la imagen.	Falta alguno de los elementos característicos de una infografía (título, cuerpo y fuentes) y/o no existe un buen equilibrio entre la información visual y textual.	Presenta hasta dos de los elementos propios de una infografía (título, cuerpo y fuentes) y/o la información visual y textual no está equilibrada.	Solo presenta el cuerpo de la infografía, la información textual no es coherente con el tema propuesto.	
Diseño	La información está distribuida de una manera visualmente muy atractiva, la combinación de colores es muy armónica y la tipografía empleada es legible y muy apropiada.	La información está distribuida de una manera visualmente poco atractiva, los colores no se combinan de una manera demasiado armónica y/o la tipografía no es la más apropiada.	La información está distribuida de una manera visualmente nada atractiva, los colores no se combinan de manera armónica y/o la tipografía empleada es inapropiada y poco legible.	La información está distribuida de manera desorganizada y poco legible.	
Contenido	En la infografía aparecen recogidos con mucha claridad todos y cada uno de los conceptos e ideas claves del tema, así también las imágenes empleadas poseen dimensiones perfectas y apoyan con total claridad el mensaje que se quiere transmitir.	En la infografía no aparecen recogidas todas las ideas claves del tema, pero sí las más relevantes, así también algunas de las imágenes empleadas no poseen las dimensiones adecuadas y/o no apoyan de una manera clara el mensaje que se quiere transmitir.	En la infografía no se reflejan la mayor parte de las ideas fundamentales del tema, así también, la mayor parte de las imágenes no poseen dimensiones adecuadas y no se adecúan al mensaje que se quiere transmitir.	El contenido no se ajusta a al tema propuesto, carece de imágenes y cuadros.	
Corrección lingüística	No se aprecian errores ortográficos, morfosintácticos ni de puntuación.	Aparecen uno o dos errores ortográficos, morfosintácticos o de puntuación.	Aparecen tres o hasta cinco errores ortográficos, morfosintácticos o de puntuación.	Aparecen más de cinco errores ortográficos, morfosintácticos o de puntuación.	

Tomado de: StuDocu – Rúbricas para infografías

Criterios de Evaluación	Puntuaciones				
	4 Excelente	3 Bueno	2 Regular	1 Deficiente	NOTA
Tono de voz El estudiante modula correcta y apropiadamente el tono de voz. La comunicación oral fluye con naturalidad y corrección. Se utiliza el vocabulario correcto y adecuado.					
Calidad de la presentación El estudiante mantiene la atención en los espectadores. Evita limitarse a leer únicamente lo que está escrito en su presentación.					
Dominio del contenido El estudiante demuestra dominio del contenido. Entiende lo que dice y transmite los contenidos al resto de compañeros.					
Lenguaje corporal El estudiante utiliza un adecuado lenguaje corporal, movimiento de manos correcto, etc que complementa la exposición oral.					
Uso de recursos visuales y/o tecnológicos El estudiante hace uso adecuado de recursos visuales y/o tecnológicos para enriquecer su presentación.					