

## Nutrición Deportiva

### Rúbrica de evaluación para evidencia final

**Competencia:** Propone un plan de alimentación para optimizar el desempeño del deportista a través de la evaluación de su composición corporal.

**Nivel taxonómico:** Utilización.

Criterios de evaluación	Nivel de desempeño			%
	Altamente competente 100%-86%	Competente 85%-70%	Aún sin desarrollar la competencia 69%-0%	
1. Redacta un cronograma en Excel para intervenir en el deportista.	20-17	16-14	13-0	20
	Redacta un cronograma que incluye todas las acciones a realizar para intervenir en el deportista, indicando fechas concretas para su realización.	Redacta un cronograma incompleto que incluye la mayoría las acciones a realizar para intervenir en el deportista, sin indicar fechas concretas para su realización.	Redacta un cronograma incompleto que incluye un mínimo de acciones a realizar para intervenir en el deportista, sin indicar fechas concretas para su realización.	
2. Realiza un documento con resultados de la evaluación inicial.	30-26	25-21	20-0	30
	Presenta un documento con todos los resultados completos de la evaluación antropométrica y nutricional del deportista.	Presenta un documento con la mayoría de los resultados de la evaluación antropométrica y nutricional del deportista, con su interpretación incompleta.	Presenta un documento incompleto, con escasos resultados de la evaluación antropométrica y nutricional del deportista, sin su interpretación.	
3. Realiza plan de alimentación personalizado.	30-26	25-21	20-0	30
	Presenta un plan de alimentación adecuado a las características personales del deportista.	Presenta un plan de alimentación completo, pero sin tomar en cuenta las características personales del	Presenta un plan de alimentación incompleto, sin tomar en cuenta las características personales del	

		deportista para su elaboración.	deportista para su elaboración.	
4. Construye la reflexión final de aprendizaje.	20-17	16-14	13-0	20
	Construye una reflexión final del aprendizaje, dando respuesta a las tres preguntas que marcan el desarrollo de la actividad.	Construye una reflexión final del aprendizaje, dando respuesta a dos preguntas que marcan el desarrollo de la actividad.	Construye una reflexión final del aprendizaje, dando respuesta a una pregunta que marca el desarrollo de la actividad.	
			Total	100%