

# UD 5: "ALTUS FORTUS"



## PLICKERS: 2 PUNTOS

Contenido teórico práctico.

Evaluación de la teoría de la unidad. Se realizarán 5 preguntas sobre el **sustento teórico básico** de la unidad didáctica. Además se incluye la pregunta sobre el artículo de lectura perteneciente a la misma.

**INSTRUMENTO:** Tarjetas Plickers.

## AUTOEVALUACIÓN: 1,5 PUNTOS

Autoevaluación.

Valoración de cada alumno sobre su participación en el **"Reto Crossfit Cooperativo"** desarrollado durante la unidad. Se atenderá a aspectos como: realización de las técnicas de los ejercicios correcta, número de repeticiones válidas realizadas, colaboración con el grupo, esfuerzo y actitud, etc.

**INSTRUMENTO:** Rúbrica + Plickers imán.



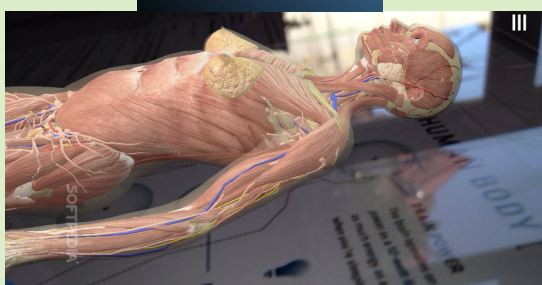
## HETEROEVALUACIÓN: 3 PUNTOS

Realización de ejercicios con **REALIDAD AUMENTADA**.

En este apartado el profesor evaluará la realización y entrega de los ejercicios con **realidad aumentada** realizados en la unidad. Se atenderá a aspectos como: entrega de todas las tareas, corrección de los ejercicios y la localización de los grupos musculares, colaboración con el grupo, etc.

**INSTRUMENTO:** Lista de control.

Anatomy 4D



## DESEMPEÑO DEL ALUMNO: 3,5 PUNTOS

Desempeño del alumno durante las clases.

En este apartado, se valorará: la ejecución correcta de calentamiento autónomo, desarrollo del contenido impartido durante las clases, el cumplimiento de las normas de la asignatura, la participación en la misma de manera activa y positiva, las medidas de vestimenta e higiene, etc.

**INSTRUMENTO:** LISTA DE CONTROL ADDITIO.

Historia (Ejemplo)		Trimestre 1						Media Final	
So A		10%	Ejercicio 1	Ejercicio 2	Media Ejercicios 30%	Examen 40%	Asistencia 10%	Participación 10%	Media Final
1. Hurtado, Rafael		6	7,4	8	7,7	8,4	9	8,6	8,03
2. Vidal, Sergi		6	6,6	7,4	7	7	9,5	7,4	7,19
3. Losada, Omar		5	6,8	6	6,25	7,2	9,5	7,6	6,97
4. Casanova, Teresa		6	8,8	8,5	8,65	6,8	9,8	8,2	7,72
5. Hingosa, Andrés		7	7,4	7	7,2	6,7	10	8,2	7,36
6. Trías, Lucas		4	4	4,3	4,15	6	10	8,8	5,53
7. Corra, María		8	8,5	9	8,75	6,6	10	9	7,97
8. Gibert, Karina		5	4,3	4	4,15	5,5	10	7,8	