

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

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

ASPECTOS	4	3	2	1
<b>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.</b>	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.
<b>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.</b>	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.
<b>Reconoce sus emociones y sabe gestionarla para lograr un equilibrio emocional, reconoce los signos que alertan de un desequilibrio emocional y sabe encontrar los puntos fuertes para superar retos emocionales.</b>	Es capaz de reconocer sus emociones y de gestionarla 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.
<b>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.</b>	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.



ÁREA: Ciencias Naturales.  
ITINERARIO: Salud y enfermedad.

