



U.T.P.

SEMANA N°19 DEL 3 AL 7 DE AGOSTO.

EVALUACIÓN FORMATIVA 2. EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD

SÉPTIMOS BÁSICOS 2020

Profesor: LEONARDO MENESES INOSTROZA.

Nombres:		Apellidos:		Curso:	Fecha:		
					3 al 7 de agosto.		
Exigencia:	Puntaje máximo:	Puntaje de aprobación:		Puntaje obtenido:	Nota o nivel de logro:		
60%	14 puntos	9 puntos			L	ML	NL

***OA3, OA4 y OA5:** EVALUAR CONTENIDOS DESARROLLADOS EN GUÍAS Y CLASES ONLINE.

***Habilidad:** Reconocer, Identificar y Analizar.

.....

EVALUACIÓN FORMATIVA 2.

ITEM I. RELACIÓN DE CONCEPTOS CON ACCIONES Y DESCRIPCIONES.

***Instrucciones:** Registra el concepto, relacionándolo con la acción o descripción.

Conceptos: FUERZA, PULSO RADIAL, FRECUENCIA, RESISTENCIA AERÓBICA, FLEXIBILIDAD, PULSO CAROTÍDEO y RESISTENCIA ANAERÓBICA.

ACCIÓN O MOVIMIENTO	CONCEPTO
1. Ejercicios de larga duración y de baja intensidad.	
2. Pulso que se toma en el cuello.	
3. Ejercicios de corta duración, pero de alta intensidad.	
4. Elongar los músculos de las piernas.	
5. Cantidad de sesiones a trabajar diaria o semanalmente.	
6. Pulso que se toma en la muñeca.	
7. Levantar 20 kilos de arena.	



U.T.P.

ITEM II. SELECCIÓN MÚLTIPLE.

<p>1. Es un deporte sin oposición:</p> <p>a) El Basquetbol. b) El Fútbol. c) El Balonmano. d) El Ciclismo.</p>	<p>2. Correr, comer una manzana y cepillarse los dientes corresponde a:</p> <p>a) Hábitos higiénicos. b) Hábitos alimenticios. c) Hábitos de vida saludable. d) Ninguna de las anteriores.</p>										
<p>3. ¿Cuál de las siguientes acciones es de intensidad vigorosa?:</p> <p>a) Subir y bajar escaleras velozmente. b) Caminar. c) Bailar un lento. d) Trotar.</p>	<p>4. ¿Para qué sirven las medidas de seguridad y autocuidado?:</p> <p>a) Para ganar un partido. b) Para mejorar la autoestima. c) Para protegernos de golpes o caídas. d) Para vivir saludablemente.</p>										
<p>5. ¿Qué aseveración es verdadera?:</p> <p>a) Hábito higiénico: bañarse. b) Hábito alimenticio: desayunar. c) Hábito de Actividad física: correr. d) Todas las anteriores.</p>	<p>6. Juan práctica 100 metros planos en atletismo. Lo anterior hace referencia a:</p> <p>a) Intensidad moderada. b) Intensidad vigorosa. c) Ejercicios de fuerza. d) Ejercicios de elongación.</p>										
<p>7. El deporte es:</p> <p>a) Un juego. b) Una actividad física competitiva c) Una actividad física recreativa. d) Una actividad artística.</p>	<p>ANOTAR ALTERNATIVA SELECCIONADA AQUÍ</p> <table border="1" data-bbox="808 1360 1482 1558"> <tr> <td data-bbox="808 1360 976 1451">1.</td> <td data-bbox="976 1360 1127 1451">2.</td> <td data-bbox="1127 1360 1294 1451">3.</td> <td data-bbox="1294 1360 1482 1451">4.</td> </tr> <tr> <td data-bbox="808 1451 976 1558">5.</td> <td data-bbox="976 1451 1127 1558">6.</td> <td data-bbox="1127 1451 1294 1558">7.</td> <td data-bbox="1294 1451 1482 1558">¡ÉXITO!</td> </tr> </table>			1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	¡ÉXITO!
1.	2.	3.	4.								
5.	6.	7.	¡ÉXITO!								



U.T.P.

RÚBRICA EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD 7MOS BÁSICOS 2020.

ITEM I.

INDICADOR: Reconoce los conceptos, relacionándolos con las acciones y/o movimientos descritos.							
0 punto.	1 punto	2 puntos	3 puntos	4 puntos	5 puntos	6 puntos	7 puntos
No reconoce ni relaciona ningún concepto o descripción.	Reconoce 1 concepto o descripción y lo relaciona de manera correcta.	Reconoce 2 conceptos o descripciones y los relaciona de manera correcta.	Reconoce 3 conceptos o descripciones y los relaciona de manera correcta.	Reconoce 4 conceptos o descripciones y los relaciona de manera correcta.	Reconoce 5 conceptos o descripciones y los relaciona de manera correcta.	Reconoce 6 conceptos o descripciones y los relaciona de manera correcta.	Reconoce todos los conceptos o descripciones y los relaciona de manera correcta.

ITEM II.

INDICADOR: Identifica, reconoce o analiza el encabezado de la pregunta o aseveración con las alternativas y escoge la correcta.							
0 punto.	1 punto	2 puntos	3 puntos	4 puntos	5 puntos	6 puntos	7 puntos
No relaciona, ni analiza ninguna correctamente.	Identifica, reconoce o analiza 1 pregunta o aseveración, escogiendo la alternativa correcta.	Identifica, reconoce o analiza 2 preguntas o aseveraciones, escogiendo la alternativa correcta.	Identifica, reconoce o analiza 3 preguntas o aseveraciones, escogiendo la alternativa correcta.	Identifica, reconoce o analiza 4 preguntas o aseveraciones, escogiendo la alternativa correcta.	Identifica, reconoce o analiza 5 preguntas o aseveraciones, escogiendo la alternativa correcta.	Identifica, reconoce o analiza 6 preguntas o aseveraciones, escogiendo la alternativa correcta.	Identifica, reconoce o analiza todas las preguntas o aseveraciones, escogiendo la alternativa correcta.

RESULTADO DE LA EVALUACIÓN FORMATIVA

0 pts.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1.0	1.4	1.7	2.1	2.4	2.8	3.1	3.5	3.9	4.3	4.9	5.4	5.9	6.5	7.0
NO LOGRADO									MEDIANAMENTE LOGRADO			LOG	RADO	

ENVIAR FOTOGRAFÍAS DE RESPUESTAS ITEM I y II A:

WHATSAPP ED. FÍSICA Y SALUD: +569 20672798.