



U.T.P.

SEMANA N°26 DEL 28 DE SEPTIEMBRE AL 2 OCTUBRE.

EVALUACIÓN FORMATIVA 3 EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD 5TOS BÁSICOS

Profesor: LEONARDO MENESES INOSTROZA.

Nombres:		Apellidos:		Curso:	Fecha:		
					28 de sept. Al 2 de octubre		
Exigencia:	Puntaje máximo:	Puntaje de aprobación:		Puntaje obtenido:	Nota o nivel de logro:		
60%	14 puntos	9 puntos			L	ML	NL

***OA1, OA6, OA9 y OA11:** EVALUAR CONTENIDOS DESARROLLADOS EN GUÍAS Y CLASES ONLINE.

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

EVALUACIÓN FORMATIVA 3.

SELECCIÓN MÚLTIPLE.

Instrucciones: Lee la pregunta o aseveración y **responde escogiendo la alternativa que consideres correcta.**

1. ¿Para qué sirven los hábitos de vida saludable? a) Para mejorar la concentración. b) Para mejorar la calidad de vida. c) Para mejorar la lectura. d) Ninguna de las anteriores.	2. Juan corre, come y se baña. Lo anterior corresponde a (según el orden): a) Hábito físico, alimenticio e higiénico. b) Hábito higiénico, físico y alimenticio. c) Hábito alimenticio, higiénico y físico. d) Ninguna de las anteriores.
3. ¿Cuál de las siguientes acciones es de intensidad vigorosa (alta intensidad)? a) Carreras en bicicleta. b) Andar lento en skate. c) Trotar lento. d) Caminar por el parque.	4. Los ejercicios físicos forman parte de: a) Actividades culturales. b) Actividades que mejoran la lectura. c) Actividades recreativas y/o deportivas. d) Actividades científicas.
5. ¿Qué aseveración es verdadera? a) Manipulación-ejercer contacto. b) Estabilidad-equilibrio. c) Locomoción-desplazamiento. d) Todas las anteriores.	6. Andar en skate, corresponde a: a) Locomoción y estabilidad. b) Locomoción y manipulación. c) Locomoción, manipulación y estabilidad. d) Manipulación y estabilidad.



U.T.P.

7. Correr conduciendo un balón de fútbol, corresponde a: a) Un ejercicio físico y técnico. b) Un ejercicio físico. c) Un ejercicio técnico. d) Ninguna de las anteriores.	8. Trasladar objetos de un lugar a otro, en el menor tiempo posible, corresponde a: a) Un ejercicio de velocidad b) Un ejercicio de fuerza. c) Un ejercicio de flexibilidad. d) Todas las anteriores.
9. ¿Qué ejercicio corresponde a la Fuerza? a) Levantar pesas. b) Correr 10 minutos. c) Elongar piernas. d) Subir y bajar escaleras velozmente.	10. Desplazar, ejercer contacto y equilibrar, corresponde específicamente a: a) Intensidades. b) Ejercicios físicos recreativos. c) Hábitos de vida saludable. d) Habilidades motrices específicas.
11. Los 4 tipos de ejercicios físicos son: a) Correr, saltar, trepar y reptar. b) Jugar, leer, escribir y dormir. c) Saltar, escribir, dormir y comer. d) Resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad.	12. Un ejercicio físico es moderado cuando: a) Produce mayor cansancio físico. b) Hay menor consumo de oxígeno. c) Ejecuto velocidad o fuerza. d) Produce menor cansancio físico.
13. Es importante realizar un calentamiento ya que: a) Sirve sólo para elongar. b) Fomenta la participación. c) Prepara el cuerpo para la actividad y previene las lesiones. d) Estimula la creación.	14. El deporte es: a) Sólo una actividad física recreativa. b) Una actividad física competitiva. c) Una actividad cultural y artística. d) Ninguna de las anteriores.

ANOTAR ALTERNATIVA ESCOGIDA ACÁ (SACAR FOTO Y ENVIAR POR CORREO O WHATSAPP):

1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.

¡ÉXITO EN LA EVALUACIÓN FORMATIVA 3!



U.T.P.

RÚBRICA EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD 5TOS BÁSICOS 2020.

SELECCIÓN MÚLTIPLE.

INDICADOR:	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Reconoce, identifica y/o analiza las preguntas y aseveraciones correctamente.	Preg. o Asev.														
	0 Pts	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14

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	

¡IMPORTANTE!

ES NECESARIO ENVIAR FOTOGRAFÍAS DE RESPUESTAS A:

WHATSAPP ED. FÍSICA Y SALUD: +569 20672798, o al

CORREO ELECTRÓNICO: leonardo.meneses@colegio-moisesmussa.cl