



U.T.P.

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

EVALUACIÓN FORMATIVA 3 EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD 6TOS BÁSICOS

Profesor: LEONARDO MENESES INOSTROZA.

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

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



U.T.P.

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

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

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