



COLEGIO DOMINGO EYZAGUIRRE
SAN BERNARDO // EL BOSQUE
EDUCACION FISICA Y SALUD
PROFESOR FELIPE GRABUZ

PRUEBA FORMATIVA

Nombre:	Curso: 8vo A
Fecha inicio: JULIO	Fecha Término: JULIO

Descripción Curricular de la Evaluación

Objetivos a evaluar	1 – 3
Habilidades a evaluar	Resolver

INSTRUCCIONES:

Queridos alumnos la presente Prueba Formativa debes contestarla sin ayuda de tus apuntes, su objetivo es saber cuánto han aprendido hasta el momento y poder reforzar los aprendizajes que les han presentado dificultades.

Esta prueba la debes venir a dejar al colegio en lo posible antes del 24 de Julio si las condiciones sanitarias lo permiten o enviarla a mi correo: f.grabuz@colegiodomingoeyzaguirre.cl

I.- Deportes Grupales.

1. ¿Cuál es la altura reglamentaria de la malla para Varones y Damas?
 - a. Varones 2.43 metros – Damas 2.24 metros.
 - b. Varones 2.30 metros – Damas 2.0 metros.
 - c. Varones 2.20 metros – Damas 2.10 metros
 - d. Varones 1.90 metros – Damas 1.80 metros.
 - e. Ambos tienen la misma altura.

2. ¿Cuáles son las posiciones en el voleibol?
 - a. Delantero centro, defensas y laterales.
 - b. Volante derecho e izquierdo, defensa central, defensas laterales.
 - c. Pívol, alero, atacante, defensa.
 - d. Atacante, armador, zaguero, libero.
 - e. No hay posiciones, todos juegan libre.

3. Nombre tres tipos de golpes usados en el voleibol.
 - a. _____
 - b. _____
 - c. _____

II. - Acondicionamiento físico.

1. Mencione los músculos que te trabajan con la flexión de brazos.



2. Mencione los músculos que te trabajan en el abdominal.

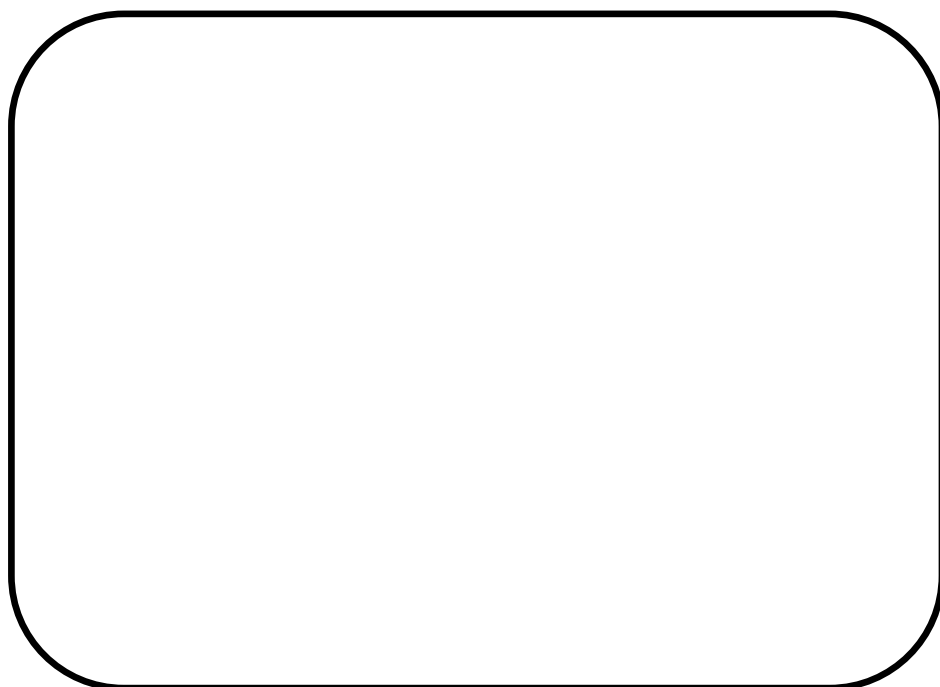


3. ¿Cuáles son los principales beneficios de realizar actividad física con regularidad?



III. – Actualidad.

4. Cuéntame con tus palabras cuales han sido las mayores dificultades para realizar las actividades de educación física durante la pandemia.

A large, empty rounded rectangular box with a black border, intended for the student to write their response to the question.