



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

PRUEBA FORMATIVA N°2

Nombre:	Curso: 1M
Fecha inicio: SEPTIEMBRE	Fecha Término: SEPTIEMBRE

Descripción Curricular de la Evaluación

Objetivos a evaluar	1
Habilidades a evaluar	<i>Resolver</i>

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.

I.- Teoría del deporte.

1. ¿Cuál es el peso del martillo en varones y damas (Adultos)?
 - a. 10 kg Varones y 7 kg damas.
 - b. 7.285 kg Varones y 4.025 kg damas.
 - c. 8.567 kg Varones y 5 kg damas.
 - d. 13,4 kg Varones y 9.260 kg damas.
 - e. Ambos lanzan con el mismo peso

2. ¿Cuáles son los diámetros del martillo para varones y damas?
 - a. 10 cm para varones / 8 para damas.
 - b. Entre 17 y 20.5 cm para varones / entre 15 y 17 para damas.
 - c. Entre 11 y 13 cm para varones / entre 9,5 y 11 para damas.
 - d. 16 cm para varones / 13cm para damas.
 - e. Entre 10 y 12 cm para varones / entre 8 y 10 para damas.

3. Nombre una atleta femenina y masculino (Lanzamiento de martillo).
 - a. _____
 - b. _____

II. – Práctica del deporte.

1. Explique cómo se realiza la técnica para lanzar el martillo.



2. Que diferencias existen entre el lanzamiento de varones y damas.



3. Describa como es el terreno donde se debe realizar el lanzamiento.



III. – Opinión.

4. Cuénteme como fue para usted llevar a cabo las guías N°8, 9 y 10.
¿Cuáles fueron sus dificultades? ¿Qué opina respecto a este deporte?

A large, empty rounded rectangular box with a black border, intended for the respondent to write their opinion and answer the questions posed above.