



COLEGIO DOMINGO EYZAGUIRRE
SAN BERNARDO / EL BOSQUE
ASIGNATURA: Educación física y salud.
PROFESORA/PROFESOR: Evers Salas U.

PRUEBA FORMATIVA

Nombre:	Curso: Quinto Básico
Fecha inicio: Septiembre.	Fecha Término: Septiembre.

Descripción Curricular de la Evaluación

Objetivos a evaluar	
Habilidades a evaluar	

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 si las condiciones sanitarias lo permiten o enviarla a mi correo: e.salas@colegiodomingoeyzaguirre.cl

I. Preguntas de selección múltiple, encierra en un círculo la alternativa que creas correcta.

1. ¿Cuáles son las 4 cuatro capacidades físicas que debemos trabajar día a día?

- a) Velocidad, Fuerza, Resistencia aeróbica, Flexibilidad.
- b) Saltar, Correr, Reptar, Caminar.
- c) Lanzar, Botear, Recibir, Chutear.
- d) Bailar, Correr, Andar en bicicleta, Tregar arboles.
- e) Ninguna de las anteriores.

2. ¿Qué es la velocidad?

- a) La capacidad de moverme de un punto a otro en el menor tiempo posible.
- b) Mover un mueble.
- c) Correr lo más que pueda.
- d) Lanzar un balón lo más lejos posible.
- e) Ninguna de las anteriores.

3. ¿Qué es la capacidad física de la fuerza?

- a) Capacidad de nuestro cuerpo de desplazar un objeto o sostenerlo.
- b) La capacidad de moverme de un punto a otro, en el menor tiempo posible.
- c) Llegar primero que mi compañero a la meta.
- d) Saltar más alto.
- e) Ninguna de las anteriores.

4. ¿Qué es la Resistencia aeróbica?

- a) La capacidad de nuestro cuerpo de mantener un esfuerzo prolongado en el tiempo.
- b) Capacidad de nuestro cuerpo de desplazar un objeto o sostenerlo.
- c) La capacidad de moverme de un punto a otro, en el menor tiempo posible.
- d) Correr más rápido.
- e) Todas las anteriores.

II. A continuación verás 3 imágenes, debajo de ellas debes colocar el nombre de la capacidad física que se representa en la imagen.

1.



Nombre de la capacidad física:



2.

Nombre de la capacidad física:



3.

Nombre de la capacidad física:

III. Encierra en un círculo los dibujos que representen **los deportes de colaboración con oposición**. Ejemplo: Fútbol.

