



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

PRUEBA FORMATIVA N°2

Nombre:	Curso: 2M A-B
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 la altura reglamentaria de las vallas en 400mts para Varones y Damas (Adultos)?
 - a. Varones 84 cm – Damas 70 cm.
 - b. Varones 90 cm – Damas 80 cm.
 - c. Varones 1.3 metros – Damas 84 cm.
 - d. Varones 91.4cm – Damas 72.2 cm.
 - e. Ambos tienen la misma altura.

2. ¿Cuáles son los tipos de carreras que existen en salto de vallas?
 - a. Carrera de 100 y 300 metros para Varones y Damas.
 - b. Todos corren 200 metros.
 - c. 110/400 metros Varones – 100/400 metros Damas.
 - d. 100/200 metros Varones – 110/200 metros Damas.
 - e. Carrera de 110 y 200 metros para Varones y Damas.

3. Nombre un atleta masculino y una atleta femenina (De salto de valla).
 - a. _____
 - b. _____

II. – Práctica del deporte.

1. Cuáles son las principales diferencias en el salto de valla masculino y femenino.



2. Describa el paso a paso de la técnica para realizar el salto de valla.



3. Según usted ¿Cuál es la mayor dificultad para realizar un correcto salto de valla ?



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 above.