

EVALUACIÓN-FORMATIVA5-EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD -6AB-OA1-SEMANA25

Objetivo de la clase.

Aplicar conocimientos de habilidades motrices básicas, para mejorar las capacidades físicas de: resistencia, fuerza, flexibilidad y velocidad, en beneficio de nuestro cuerpo.

Indicadores:

Detectan y proponen soluciones a errores en la ejecución de habilidades motrices de locomoción, manipulación y estabilidad.

Describen cómo se ejecuta un determinado patrón de movimiento.

OA 1: Demostrar la aplicación de las habilidades motrices básicas adquiridas, en una variedad de actividades deportivas, por ejemplo, realizar un giro sobre una viga de equilibrio, lanzar un balón hacia la portería y correr una distancia determinada (por ejemplo, 50 u 80 metros), superando pequeños obstáculos.

Evaluación Formativa de Educación física y salud 6º año A y B

Profesor: Oscar Navarro Hidalgo

Fecha : 05 al 09 de Octubre del 2020

***Obligatorio**

Instrucciones generales:

- 1° Escribe correctamente tu nombre y apellido.
- 2° Lee comprensivamente antes de responder, seleccione la respuesta correcta haciendo un clic en ella.
- 3° Responde sin la ayuda de un adulto.

1. Nombre completo: *

2. Curso: *

Marca solo un óvalo.

6° año A

6° año B

Habilidades motoras básicas.

Recurso número 1

Las habilidades motoras básicas son aquellos movimientos que se presentan de manera natural en el hombre como correr, saltar, caminar, etc.

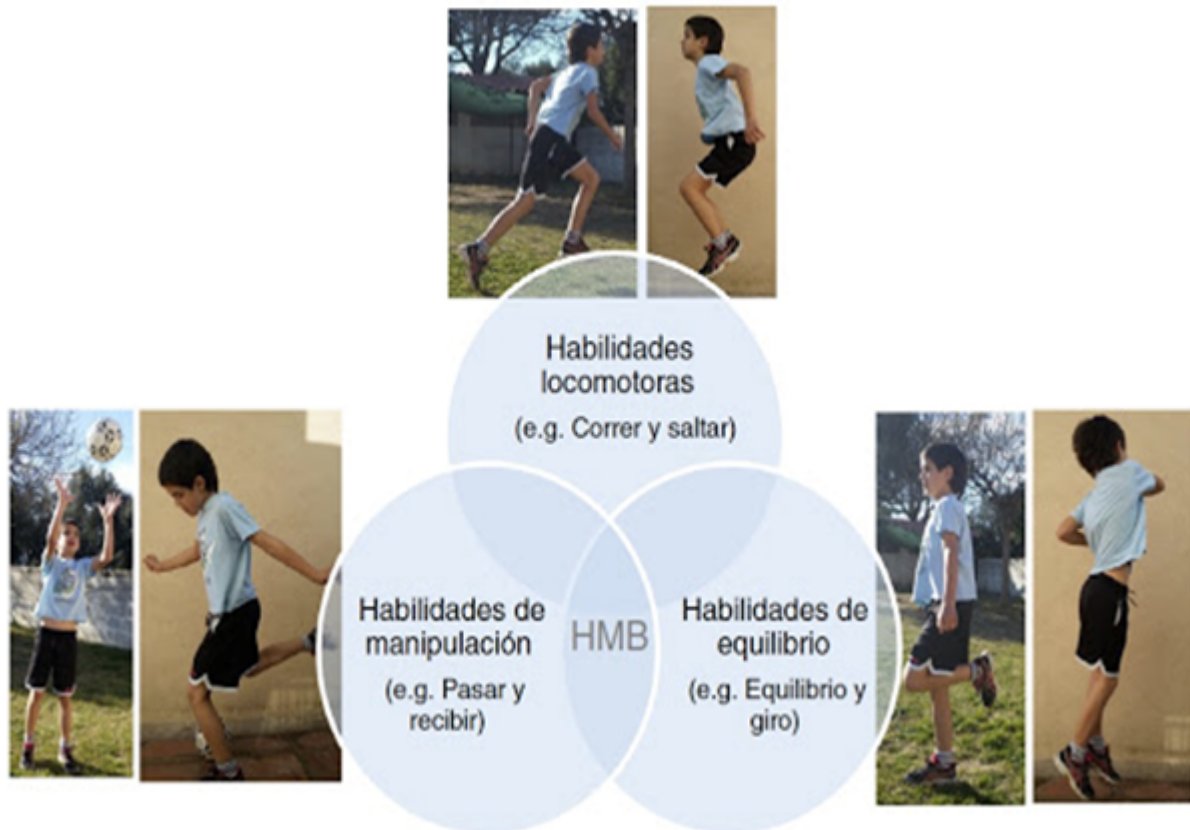
Las habilidades motoras básicas se clasifican en:

Habilidades locomotrices: Para realizar estas habilidades se necesita desplazamiento, por ejemplo: Caminar, trotar, correr, saltar, gatear, etc.

Habilidades de Estabilidad: Para realizar esta habilidad se necesita dominio de nuestro cuerpo, puede ser en equilibrio estático (sin movimiento) o equilibrio dinámico (en movimiento).

Habilidades Manipulativas: Implica manejo de objetos pudiendo emplearse las manos o pies, por ejemplo: Lanzar, recibir, agarrar, atrapar, botear, chutear, patear, etc.

Recurso número 2



3. 1.- Según lo visto en el recurso número 1 y 2 ¿cómo definirías las habilidades motoras básicas? * 1 punto

Marca solo un óvalo.

- A) Son todos los movimientos que se aplican en algún deporte.
- B) Son actos motores que se aprenden de manera natural.
- C) Son movimientos que se aprenden en la niñez.
- D) Son movimientos que se aprenden de forma sistemática en clases de educación física.

4. 2.- ¿Qué habilidad motora corresponde la siguiente definición? “Manejo de objetos pudiendo utilizar manos y pies”. * 1 punto

Marca solo un óvalo.

- A) Manipulación.
- B) Estabilidad.
- C) Locomoción.
- D) Equilibrio a un pie.

5. 3. ¿Cuál es la definición que mejor define a la habilidad motora básica de locomoción? * 1 punto

Marca solo un óvalo.

- A) Para esta habilidad se necesita el manejo de pies y manos.
- B) Para esta habilidad se necesita dominio de nuestro cuerpo.
- C) Para esta habilidad se necesita desplazamiento por ejemplo caminar, gatear, etc.
- D) Para esta habilidad se necesita desplazamiento por ejemplo bicicleta, automóvil, etc.

Observa la siguiente imagen.



6. 4.- ¿Qué habilidad motriz se observa en la imagen? *

1 punto



Marca solo un óvalo.

- A) Locomoción.
- B) Manipulación.
- C) Estabilidad.
- D) Coordinación.

7. 5.- Observa el círculo rojo de la imagen ¿Qué habilidades se combinan en el siguiente movimiento? * 1 punto



Marca solo un óvalo.

- A) Locomoción y Equilibrio.
- B) Locomoción y manipulación.
- C) Estabilidad y manipulación.
- D) Equilibrio estático y manipulación.

8. 6.- ¿Qué habilidad motriz se observa en la imagen? *

1 punto



Marca solo un óvalo.

- A) Locomoción.
- B) Manipulación.
- C) Estabilidad.
- D) Resistencia.

9. 7.- Identifica que habilidad motora hacen referencia los siguientes círculos. * 1 punto
I. Manipulación. II. Locomoción. III. Estabilidad.



Marca solo un óvalo.

- A) Sólo I.
- B) Sólo II.
- C) I y III.
- D) II y III.

10. 8.- ¿Qué habilidad motriz se observa en la siguiente imagen? *

1 punto

I. Manipulación. II. Locomoción. III. Estabilidad.



Marca solo un óvalo.

- A) Sólo I.
- B) Sólo II.
- C) I y III.
- D) II y III.

11. 9.- ¿Qué habilidad motora hace referencia la siguiente imagen? *

1 punto



Marca solo un óvalo.

- A) Locomoción.
- B) Manipulación.
- C) Estabilidad.
- D) Resistencia.

12. 10.- ¿Qué habilidad motora debería mejorar para poder ejecutar un saque de tenis? *

1 punto

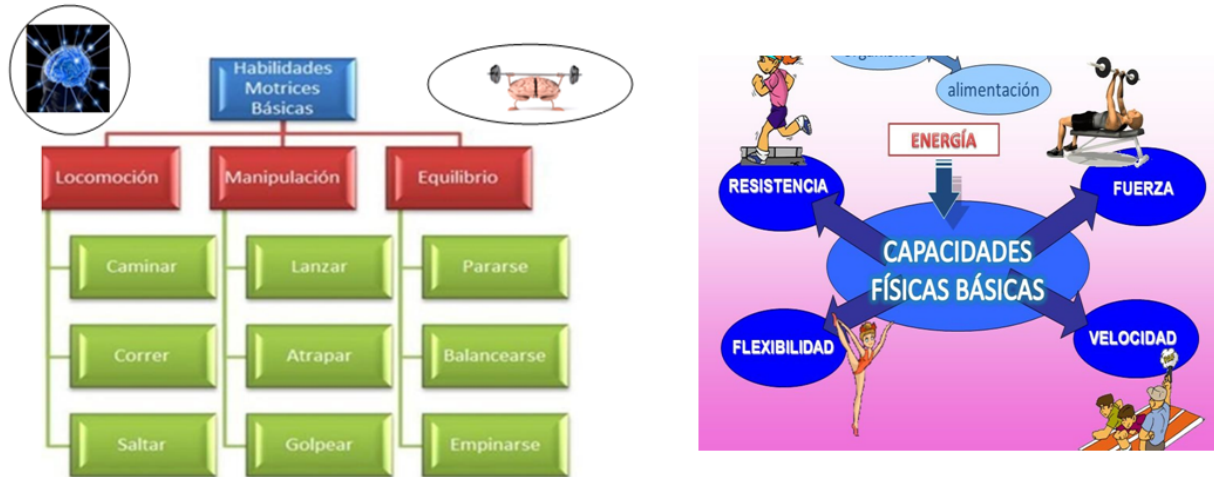
I. Locomoción. II. Manipulación. III. Estabilidad.



Marca solo un óvalo.

- A) Sólo I
- B) I y II.
- C) II y III.
- D) Sólo II.

Observa la siguiente infografía.



13. 11.- Un jugador de voleibol quiere mejorar su juego y a su vez el gesto técnico de levantamiento de dedos. ¿Qué capacidades y habilidades debería tener su plan de entrenamiento? * 1 punto

Marca solo un óvalo.

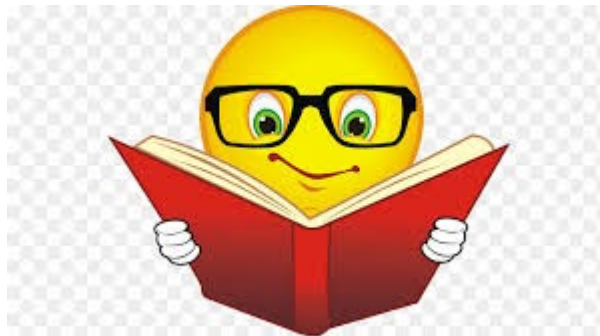
- A) Resistencia – Velocidad – Locomoción.
- B) Flexibilidad – Fuerza – Manipulación.
- C) Resistencia – Flexibilidad – Manipulación.
- D) Flexibilidad – Velocidad – Estabilidad.

14. 12.- En el ejercicio de anillas ¿Qué capacidades y habilidades se trabaja. * 1 punto



Marca solo un óvalo.

- A) Resistencia – Velocidad – Locomoción.
- B) Flexibilidad – Fuerza – Manipulación.
- C) Fuerza – Velocidad – Manipulación.
- D) Fuerza – Flexibilidad – Estabilidad.



Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google.

Google Formularios