



# COLEGIO PUMANQUE

• Educando Mentes y Corazones •

Altos de la Paloma Lote k-1, Puerto Montt, Los Lagos / R.B.D 40316-4

Teléfono: +56 652772250

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD

Profesor: Valentina Castillo Bravo

## GUIA EVALUADA N°1 DE EDUCACION FISICA Y SALUD

Curso: 2°B	Fecha:	Calificación:	Puntaje Ideal: 27 Pts.	Puntaje Obtenido:
------------	--------	---------------	------------------------	-------------------

Nombre del estudiante:

Objetivo de aprendizaje	Indicadores de Evaluación
Demostrar capacidad para ejecutar de forma combinada las habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles.	➤ Ejecutan combinaciones básicas simples de habilidades motrices básicas, con precisión y control del cuerpo; por ejemplo: correr y lanzar, saltar y girar, recibir y lanzar o saltar y rodar

### Instrucciones:

- Escribe tu nombre en el casillero indicado.
- Fecha de envío: 07/Julio
- Importante mantenerse hidratado durante la sesión.
- Si tienes alguna duda sobre cómo contestar, envía un correo a [Profesora.edfísica88@gmail.com](mailto:Profesora.edfísica88@gmail.com)
- **Recuerda** que, al momento de enviar tu guía resuelta en el asunto del correo, debes escribir tu nombre y apellido.

## Autoevaluación

Item 1 :Según lo que creas y consideres en la ejecución de cada estación responde.

Selecciona y marca con un círculo, una de las caras ilustradas en el siguiente recuadro, realiza un círculo alrededor de esta .(16Pts)



**Muy bien**



**Bien, pero podría ser mejor**



**Falta por mejorar**





















**COLEGIO PUMANQUE**  
• Educando Mentes y Corazones •

Altos de la Paloma Lote k-1, Puerto Montt, Los Lagos / R.B.D 40316-4

Teléfono: +56 652772250

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD

Profesor: Valentina Castillo Bravo

<b>Estación</b>	<b>Pregunta</b>	<b>Muy bien</b>	<b>Bien podría ser mejor</b>	<b>Falta por mejorar</b>
	<b>¿Puedo saltar 5 veces consecutivas una cuerda?</b>			
	<b>¿Mantengo el equilibrio en un pie durante 5 segundos?</b>			
	<b>Sentando en el suelo, con piernas separadas, manos apoyadas en el suelo, manteniendo durante 8 segundos.</b>			
	<b>Tomo el pie (empeine) y mantengo 6 segundos la postura.</b>			



















**COLEGIO PUMANQUE**  
• Educando Mentes y Corazones •

Altos de la Paloma Lote k-1, Puerto Montt, Los Lagos / R.B.D 40316-4

Teléfono: +56 652772250

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD

Profesor: Valentina Castillo Bravo

	<p><i>¿Puedo atrapar una pelota 4 veces consecutivas?</i></p>			
	<p><i>¿Puedo mantener el equilibrio en un pie, y patear un balón?</i></p>			
	<p><i>¿Me mantengo hidratado, cuando realizo actividad física?</i></p>			
	<p><i>¿Incluyo frutas y verduras en mi dieta alimentaria?</i></p>			



# COLEGIO PUMANQUE

• Educando Mentes y Corazones •

Altos de la Paloma Lote k-1, Puerto Montt, Los Lagos / R.B.D 40316-4

Teléfono: +56 652772250

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD

Profesor: Valentina Castillo Bravo

**Ítem 2: Encuentra en la sopa de letras, las siguientes palabras relacionadas con las habilidades motrices básicas que conoces(11Pts):**

*Adelante*

*Atrás*

*Derecha*

*Izquierda*

*Arriba*

*Abajo*

*Adentro*

*Afuera*

*Locomoción*

*Manipulación*

*Estabilidad*





# COLEGIO PUMANQUE

• Educando Mentes y Corazones •

Altos de la Paloma Lote k-1, Puerto Montt, Los Lagos / R.B.D 40316-4

**Teléfono: +56 652772250**

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD

Profesor: Valentina Castillo Bravo

---