



¿Cuanto hemos aprendido?

Esta evaluación es de carácter formativo, sirve para ir monitoreando el aprendizaje que han tenido durante estas semanas de pandemia, no tiene nota y es fundamental para el proceso de retroalimentación para las siguientes semanas.

En relación a los objetivos que hemos vistos de la semana 1 a la semana 8, responde las siguientes preguntas.

1.- ¿Cuáles son las partes del cuerpo que apunta cada flecha? Semana 1

- a.- Pierna – Brazo – Tronco
- b.- Cabeza – Mano - Pie
- c.- Cabeza – Tronco – Pierna



2.- Las respuestas corporales provocadas por la práctica de actividad física son: (OA8) semana 3

- a.-Cambios del color de la piel, Cansancio, Dificultad al hablar, Sudor, ritmo de respiración y agitación
- b.- Fuerza, Sudor, dolor muscular, cambios del color de la piel
- c.- Cambios del color de la piel, mejora la coordinación, trabaja la fuerza

3.- ¿Cuál es la importancia de lavarse bien las manos? (OA9) semana 4

- a.- Ayuda a mantener nuestras manos limpias
- b.- Prevenir la transmisión de infecciones y enfermedades, por lo tanto, además de ser un buen hábito de higiene es importante para la salud.
- c. Mantiene la piel hidratada limpia y sana.

4.- En cuál de estos ejercicios se trabaja la Flexibilidad (OA 8)



a.-



b.-



c.-

5.- Según la imagen en que parte está ubicada la Manzana (semana 5)



a.- Al lado de la mesa

b.- Arriba de la mesa

c.- Debajo de la mesa

6.- Cual de las 3 alternativas es un Hábito de Higiene (semana 6)



a.-



b.-



c.-

7.- La hidratación es importante para la vida y también lo es en la actividad física, su consumo debe ser:
(OA 9)

- a.- Solo antes de la realizar los ejercicios.
- b.- Antes, durante y después del ejercicio.
- c.- Solo después de realizar el ejercicio.



8.- ¿Qué enfermedades puede ayudar a prevenir la alimentación saludable? (semana7)

- a.- Estrés, enfermedades respiratorias.
- b.- Bronquitis, obesidad.
- c.- Obesidad, Diabetes.

9.- ¿Qué habilidad motriz se está trabajando según la imagen? (semana 8)



- a.- Lanzar
- b.- Atrapar
- c.- Saltar