



Colegio Cristiano Emmanuel.

Prueba término de proceso Ed física.

- **Curso:** 2do básico.
- **Objetivo General:** Desarrollar habilidades motoras básicas con y sin implemento (Pelota que de bote)
- **Fecha de la realización:** 7 de mayo 2021
- **Puntaje:** _____ **Nota:** _____

Nombre: _____

OA 1 Demostrar habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles, como saltar de forma continua en un pie y luego en el otro, botear un balón, mientras camina, mantener el equilibrio sobre una base a una pequeña altura, realizar suspensiones, giros y rodadas o volteos.

OA 11 Practicar actividades físicas, demostrando comportamientos seguros, como: realizar un calentamiento mediante un juego; escuchar y seguir instrucciones; utilizar implementos bajo supervisión; mantener su posición dentro de los límites establecidos para la actividad.

OA 6 Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que incrementen la condición física por medio de juegos y circuitos.

OA 9: Practicar actividades físicas en forma segura, demostrando la adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable, como lavarse las manos y la cara después de la clase, mantener una correcta postura, comer un desayuno y/o colación saludable antes y después de practicar actividad física

Ejercicios:

1. Tocar, muslo muslo, tobillo tobillo 4 veces.
2. Patear 2 veces adelante con una pierna luego con la otra 10 veces sin tambalear mucho manteniendo el equilibrio en el lugar.
3. Lanzar 10 veces la pelota hacia arriba y la recepciona también con las dos manos sin que se caiga 10 veces.
4. Lanzar con las dos manos hacia arriba aplaudir 1 vez y la recepciona con ambas manos 10 veces.
5. Lanzar con las dos manos hacia arriba aplaudir 2 veces y la recepciona con ambas manos 10 veces.
6. Botear en el suelo con ambas manos al menos 5 veces seguidas.
7. Botear con una mano al menos 3 veces seguidas.
8. Lanzar a la pared en 10 oportunidades sin que se caiga.



Colegio Cristiano Emmanuel.

	Indicador 1	Indicador 2	Indicador 3	Indicador 4
	Realizar 8 ejercicios mencionados por la profesora cada uno con 10 repeticiones, menos el primer ejercicio.	Posee el implemento necesario para la evaluación (Pelota que dé bote).	Refleja conocimiento de los ejercicios indicados por la profesora (conoce los ejercicios).	Demuestra dominio en los ejercicios aprendidos en este primer proceso (buena ejecución).
Criterio Insuficiente. (0)				
Criterio Suficiente. (4)				
Criterio Adecuado. (6)				
Criterio Óptimo. (8)				

Importante: Se descontará 1 punto a los alumnos que tengan su cámara apagada en cualquier momento de la evaluación (clase).

Puntaje total: 32 puntos.

Observación: _____

