

**EVALUACIÓN FORMATIVA / RETROALIMENTACIÓN**

**IDENTIFICACIÓN:**

|  |  |
| --- | --- |
| **NOMBRE ESTUDIANTE** |  |
| **CURSO** | **SÉPTIMOS BÁSICOS** |
| **ASIGNATURA** | **EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD** |

**INSTRUCCIONES:**

1. **El objetivo de esta evaluación es recoger información de tus avances, logros o dificultades que has encontrado en esta nueva forma de aprender y de esta manera poder ayudarte a mejorar tus procesos de aprendizaje.**
2. **Debes contestar lo que realmente has realizado o trabajado.**
3. Debes enviar está evaluación al correo:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 7°A-B-C | Juan Codocedo Silva | Juan.codocedo@colegio-mineralelteniente |

1. Fecha de entrega: **VIERNES 29 DE MAYO 2020.**
2. **Después de haber trabajado con los 6 guías entregadas en línea, necesitamos saber cuánto has aprendido, que no lograste entender y las dudas que tienes, para esto debes completar la siguiente tabla:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **GUÍA TRABAJADA** | **Lo que el Docente espera que el estudiante logre aprender.** | **¿Qué es lo que aprendiste al trabajar en cada una de las guías?** | **¿Qué es lo que no lograste entender o que dudas tienes de las guías que trabajaste?** |
| **Guía N°1** | DOCENTES NO HA ENVIADO MATERIAL |  |  |
| **Guía N°2** | Comprender y aplicar conceptos básicos en Educación Física. Flexibilidad- resistencia- pulsaciones- frecuencia cardiaca. |  |  |
| **Guía N°3** | Describen los efectos positivos para el bienestar, de la práctica regular de variadas actividades físicas; por ejemplo: reduce el estrés, aumenta la interacción social, entre otros. |  |  |
| **Guía N°4** | Desarrollar la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular, la velocidad y la flexibilidad para alcanzar una condición física saludable, considerando: Frecuencia. Intensidad. Tiempo de duración. Tipo de ejercicio (correr, andar en bicicleta, realizar trabajo de fuerza, ejercicios de flexibilidad, entre otros) |  |  |
| **Guía N°5** | Participar en una variedad actividades físicas y/o deportivas de su interés y que se desarrollan en su comunidad escolar y/o en su entorno; por ejemplo: Integrarse en talleres de actividades físicas y/o deportivas extraprogramáticas que se desarrollan en su comunidad y/o entorno. Asumir variados roles en la participación y promoción de una vida activa. Utilizar los entornos cercanos para realizar alguna actividad física y/o deportiva. (Teórico – practico) conociendo nuestro cuerpo para realizar una buena actividad, sin lesiones, sin tropiezos para el desarrollo de las actividades cualquiera que sea e implique esfuerzo físico |  |  |
| **Guía N°6** | Participar en una variedad actividades físicas y/o deportivas de su interés y que se desarrollan en su comunidad escolar y/o en su entorno; por ejemplo: Integrarse en talleres de actividades físicas y/o deportivas extraprogramáticas que se desarrollan en su comunidad y/o entorno. Asumir variados roles en la participación y promoción de una vida activa. Utilizar los entornos cerca MATERIALES DE LA CLASE: actitud, ganas, esfuerzo y ropa adecuada para el movimiento simple y tranquilo también agua para hidratarte |  |  |

2.- ¿Qué necesitas que el Docente de la asignatura realice para poder ayudarte a comprender y trabajar mejor las guías de estudio entregadas en línea?

|  |
| --- |
|  |

Agradecemos tu compromiso y dedicación en trabajar cada una de las guías en línea, la información que tú nos entregas es muy valiosa, la cuál será un aporte para mejorar nuestro trabajo.

