ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA "ALONSO DE ILLESCAS"
BARRIO: MATILDE ÁLVAREZ / CALLE FERDINAND N° S55-215 Y CALLE I
Teléfono: 022694546

EVALUACIÓN PRIMER QUIMESTRE

Asignatura: Educación Física
Nombre:_____ **Año:** Quinto "A" "B"
Fecha:

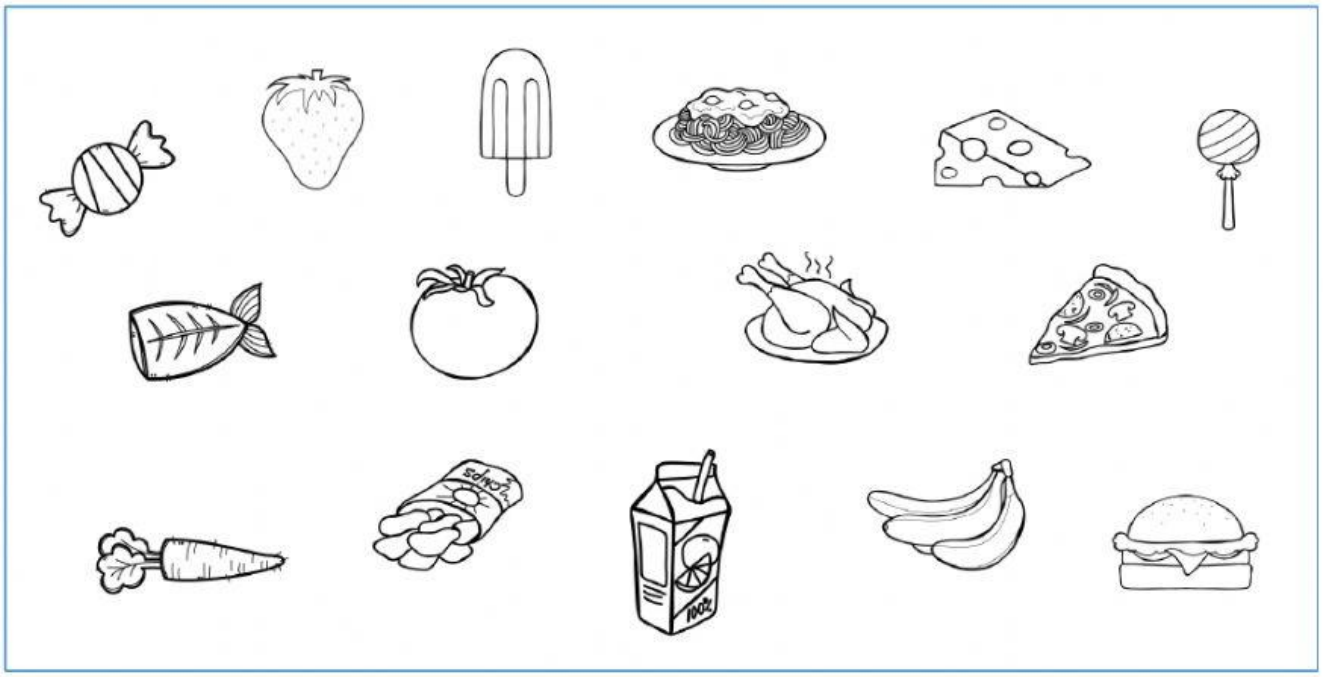
INDICADOR DE EVALUACIÓN	DESTREZA
I.EF.3.1.2. Reconoce las características, objetivos y proveniencias de diferentes juegos y elige participar o jugar en ellos, acordando reglas y pautas de trabajo colectivo seguras.	Reconocer la importancia del cuidado de sí y de las demás personas durante la participación en diferentes prácticas corporales, dieta equilibrada, identificando los posibles riesgos. (Ref. EF.3.6.4.)

INDICACIONES GENERALES

- Lea y analice las preguntas para que pueda responder con seguridad
- Entregar sin manchones borrones
- Haga silencio al momento del examen.

NIVEL DE LOGRO DE APRENDIZAJE

PREGUNTA 1: Seleccionar los alimentos saludables para nuestro cuerpo:



LIVEWORKSHEETS

ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA "ALONSO DE ILLESCAS"
BARRIO: MATILDE ÁLVAREZ / CALLE FERDINAND N° S55-215 Y CALLE I
Teléfono: 022694546

PREGUNTA 2: Señalar las imágenes donde la dieta, la alimentación y el ejercicio benefician el cuerpo.



PREGUNTA 3: Escribe 2 beneficios de realizar ejercicios de calentamiento antes de la actividad física:

1._____

2._____

PREGUNTA 4: Escribe V si es verdadero o F si es falso según corresponda:

- ✓ Una dieta balanceada contiene únicamente papas fritas y gaseosa. ( )
- ✓ Comer golosinas en exceso, no produce caries. ( )
- ✓ Debemos lavarnos las manos antes de comer los alimentos. ( )
- ✓ Antes de comer frutas y verduras debemos lavarlas. ( )
- ✓ Debemos tener por lo menos dos comidas al día. ( )

LIVEWORKSHEETS



METACOGNICIÓN

PREGUNTA 5: ¿Crees que hacer ejercicio físico puede ayudar a llevar una vida saludable? ¿Por qué?

_____

_____

PREGUNTA 6: ¿Qué beneficios puede tener para nuestro cuerpo el alimentarnos saludablemente?

_____

_____

PREGUNTA 7: ¿Crees que las Ciencias Naturales ayudaría a conocer de mejor manera el funcionamiento de nuestro cuerpo? ¿Por qué?

_____

_____

PREGUNTA 8: ¿Realizar ejercicio físico ayuda a fortalecer el sistema inmunológico de nuestro cuerpo? ¿Por qué?

_____

_____

PREGUNTA 9: ¿Qué ejercicios o actividad física practicas para mantenerte activo y saludable?

_____

_____

LIVEWORKSHEETS



REFLEXIONA

PREGUNTA 10: Completa la rutina de pensamiento de qué se, qué quiero saber, que he aprendido sobre la alimentación y el ejercicio benefician el cuerpo.

QUÉ SE, QUÉ QUIERO SABER, QUÉ HE APRENDIDO

¿QUÉ SE? 	¿QUÉ QUIERO SABER? 	¿QUÉ HE APRENDIDO? 

ELABORADO	REVISADO	APROBADO
Lic. Santiago Arteaga Prof. Christian Cunduri **DOCENTES**	Lic. Stalin Cando **COORDINADOR EGB MEDIA**	Lic. Marianita Villota **DIRECTORA**
Firma:	Firma:	Firma:
Fecha: 02/02/2022	**Fecha:**	**Fecha:**

LIVEWORKSHEETS