UNIDAD EDUCATIVA VICENTE ANDA AGUIRRE

EXAMEN DEL PRIMER QUIMESTRE 2021-2022

DATOS GENERALES

NOMBRE: ……

CURSO: ……

I.EF.4.5.2. Construye con pares espacios de confianza, respeto, colaboración y seguridad antes y durante la presentación, frente a un público, de diferentes prácticas corporales expresivo-comunicativas.

I.EF.4.1.1. Participa individualmente y con pares en diferentes categorías de juegos, reconociendo lógicas, características, orígenes, demandas y conocimientos corporales que le permitan mejorar cooperativamente y de manera segura las posibilidades de resolución de tácticas y estrategias colectivas. (J.1., S.4.)

I COGNITIVA

1. UNA CON SU CORRESPONDIENTE (1P)

MOROCHO

PAPA

YUCA

CANGREJOS

CUY

VICERAS DE BORREGO

JORA

MOTE

LIVEWORKSHEETS

UNIDAD EDUCATIVA VICENTE ANDA AGUIRRE

EXAMEN DEL PRIMER QUIMESTRE 2021-2022

CHONTACUROS

CHANCHO

HARINA NEGRA

2. Escoge la respuesta correcta.

- ¿Qué alimentos debes consumir para mantener sano?
  a. Embutidos.
  b. Galletas
  c. Helados
  d. Frutas y verduras.
- ¿Por qué debes realizar ejercicio físico de manera constante?
  a. Para mejorar mi salud y mi condición física.
  b. Para subir de peso
  c. Porque me agota
  d. Ninguna
- ¿Qué cantidad de sal debes consumir?
  a. Dos cucharadas colmadas de sal
  b. Una cucharada de sal
  c. Comer sin sal
  d. No abusar de la sal
- ¿Qué cantidad de agua debes consumir?
  a. 1 litro
  b. 1 o 2 litros diarios
  c. 3 litros
  d. 4 litros a la semana

3. ESCRIBA LOS NOMBRES DE LAS SIGUIENTES PARTES DE TU CUERPO QUE DEBEMOS FORTALECER

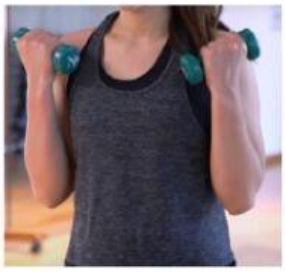
4. UNE CON QUIEN CORRESPONDA

LOS EJERICIOS CON SU NOMBRE

LIVEWORKSHEETS

UNIDAD EDUCATIVA VICENTE ANDA AGUIRRE

EXAMEN DEL PRIMER QUIMESTRE 2021-2022



CON LAS MANCUERNAS EN VERTICAL

CON LAS MANCUERNAS HACIA ATRAS

CON LAS MANCUERNAS EN VERTICAL

II METACOGNITIVA

5. LUEGO DE HABER APRENDIDO SOBRE LA IMPORTANCIA DE LA ACIVIDAD FISICA PARA MANTENER TU CUERPO Y MENTE REPSONDE ESTAS PREGUNTAS

¿Realizas actividad Física?
Si no
¿Cuánto tiempo realizas Actividad Física?

¿Por qué es importante evitar el sedentarismo?

6. AL APRENDER SOBRE NUESTRA CULTURA Y LAS' DIFERENTES FORMAS DE EXPRESION DANZAS, MUSICA, GASTRONOMIA, etc. ESCRIBE QUE RECETA ECUATORINA CONSULTASTE Y SUS INGREDIENTES

COMENTA COMO TE SENTISTE AL REALIZAR ESTA RECETA Y PORQUE LA ESCOGISTE
.....

LIVEWORKSHEETS

UNIDAD EDUCATIVA VICENTE ANDA AGUIRRE

EXAMEN DEL PRIMER QUIMESTRE 2021-2022

……

7.EN LOS BENEFICIOS DE UNA ALIMENTACION SALUDABLE APRENDISTE QUE ES IMPORTANTE HIDRATAR NUESTRO CUERPO, ESCOGE TU REPSUESTA
AL HIDRATAR MI CUERPO

A. MI CUERPO REGULA SU TEMPERATURA
B. MI PIL SE HIDRATA
C. SE LUBRICAN MIS ARTICULACIONES
D. TODAS SON CORRECTAS

9 CUANDO RELAIZAMOS UNA ACTIVIDAD FISICA ES IMPORTANTE L CALENTAMIENTO
SI NO
SI CONTESTASTE SI DIME PORQUE ES IMPORTANTE CALENTAR ANTES DE EJERCITARSE
……
……

10. LA ALIMENTACION SALUDABE ES MUY IMORTANTE PARA MANTENER NUESTRO ESTADO FISICO PSIQUICO Y MENTAL, ENUMERA 5 PRODUCTOS QUE ESTAN EN TU DIETA DIARIA Y COMPLETA EL CUADRO

ALIMENTO	VITAMINAS	MINERALES

DEL CUADRO A NTERIOR INDICA CUAL DE ESOS PRODUCTOS LOS CONSUMES MAS A MENUDO Y PORQUE ES IMPORTANTE PARA TI CONSUMIRLO

……

ELABORADO POR DOCENTE	REVISADO POR JEFE DE AREA	APROBADO VICERRECTOR
MGS VERONICA GUERRERO	LIC. PATRICIO ZAMBRANO	MGS VLADIMIR LESCANO
FECHA: 25 DE ENERO	FECHA: 25 DE ENERO	FECHA: 25 DE ENERO

LIVEWORKSHEETS