Colegio Padre Antonio Zanandrea

"Dios me ama, que alegría y felicidad"

EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD

PAUTA DE EVALUACIÓN ACONDICIONAMIENTO FÍSICO
6° BÁSICO

CONTENIDO: Condición Física

OBJETIVO: Ejecutar una variedad de ejercicios específicos combinando las diferentes habilidades motrices.

HABILIDADES: Ejecutar

FECHA: 13/04/2023

PUNTAJE IDEAL : 36

PUNTAJE OBTENIDO :

NOTA :

NOMBRE	Criterios	Realizar un trote moderado alrededor de la cancha durante 8 minutos. "5pts"	Realizar 2 serie de 10 repeticiones de flexiones de brazos. "5pts"	Realizar 2 series salto tijera durante 30 segundos. "5pts"	Ejecutar planchas 2 serie manteniendo la postura durante 30 segundos. "5pts"	Realizar carreras cortas con diferentes obstáculos "5pts"	Realizar carrera de velocidad de 15 metros en el menor tiempo posible. "5pts"	Participa activamente en la clase y respeta su turno y a sus compañeros. "3pts"	Asiste con implementos de hábitos de higiene . "3pts"	Puntaje Total. 36pts.	Nota
1-											

2-										
3-										
4-										
5-										
6-										
7-										
8-										
9-										
10-										
11-										
12-										
13-										
14-										
15-										
16-										
17-										
18-										
19-										
20-										
21-										
22-										
23-										
24-										
25-										
26-										
27-										
28-										
29-										

30-										
31-										
32-										
33-										
34-										
35-										
36-										
37-										
38-										
39-										
40-										