



<b>Nombre Profesor</b>	Camila Cruzat
<b>Curso</b>	8voA
<b>Asignatura</b>	Educación Física y Salud
<b>Evaluación (nombre de la unidad o tema a evaluar)</b>	Prueba escrita a través de formulario de google “conceptos básicos del entrenamiento” como herramienta para aplicar actividad física en casa
<b>Fecha de la evaluación</b>	VIERNES 02 DE JULIO
<b>Contenidos y Habilidades a evaluar</b>	<i>OA1:Relacionar conceptos de resistencia cardiovascular, la fuerza muscular, la velocidad y la flexibilidad para alcanzar una condición física saludable, considerando: Frecuencia. Intensidad. Tiempo de duración y recuperación. Progresión. Tipo de ejercicio.</i> Habilidad a evaluar: Relacionar
<b>Valor porcentual de la prueba con relación a las pruebas definidas para el semestre</b>	Equivale 60 % de la nota 2 del Semestre.