



San Felipe 7 de Abril 2020

**Cuestionario Educación Física Nº 1
4to Medio A- B 2020**

Profesor: Ricardo Sánchez Salinas

Habilidades y Capacidades: Producción y comprensión de textos, investigar, analizar, seleccionar información relevante.

Correo electrónico: materialefisunnyland@gmail.com

Paginas recomendadas: <https://scholar.google.cl> - <https://scielo.org/es/> - <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/> - <https://www.epistemonikos.org/es>

Nombre alumno:

Instrucciones

Lee atentamente cada pregunta, las respuestas deben ser fundamentadas con base científica (revistas científicas, papers, investigaciones, estudios, etc.). No olvides adjuntar la bibliografía correspondiente. Tómate tu tiempo y responde de forma clara; el trabajo debes enviarlo el 27 de abril al correo señalado en la parte superior del documento, esta actividad corresponde a una evaluación formativa.

ITEM: Actividad física y salud

- 1.- ¿Qué son las evaluaciones antropométricas y para qué se utilizan?
- 2.- Nombra cinco tipos de evaluaciones antropométricas y entrega una breve descripción de cada una de ellas.
- 3.- Elige una de las evaluaciones descritas anteriormente, explica de forma completa el proceso práctico y describe cuál es el objetivo principal de realizar este tipo de evaluación. Si posee tablas de categorización o fórmulas debes adjuntarlas.
- 4.- ¿Por qué crees tú que es importante aplicar este tipo de evaluaciones en la etapa escolar?
- 5.- Explica brevemente que es el índice de masa muscular (IMC), índice cintura cadera (ICC) índice cintura altura (ICA), y para qué se utilizan.
- 6.- ¿A qué hace referencia la evaluación de pliegues cutáneos y para que se utilizan?
- 7.- ¿Qué instrumento se utiliza para la toma de pliegues cutáneos y que pliegues se miden?
- 8.- Realiza la toma de peso, talla y circunferencias (cintura - cadera) de tu grupo familiar y categorízalos en las tablas de IMC, ICC, ICA. Cada uno debe tener una ficha de "estado de salud", donde tiene que ir (nombre, edad, género, peso, talla, IMC, categorización IMC, circunferencia cintura, circunferencia cadera, categorización ICC y categorización ICA). Recuerda utilizar las fórmulas de cada uno de los índices.
- 9.-

		DESCRIPCIÓN DE LOS INDICADORES A EVALUAR
INDICADOR:	I/1	Las respuestas poseen la profundidad requerida.
INDICADOR:	I/2	Las repuestas presentan coherencia y cohesion adecuada.
INDICADOR:	I/3	Los contenidos presentados en el trabajo poseen respaldo científico.
INDICADOR:	I/4	Resuelven todas las preguntas (o actividades) de acuerdo a las indicaciones solicitadas por el profesor.