

Instrumento de Conocimientos Específicos y Pedagógicos

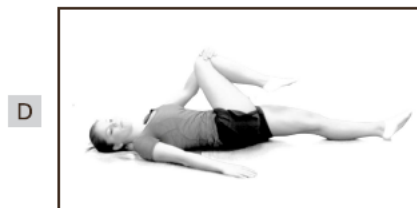
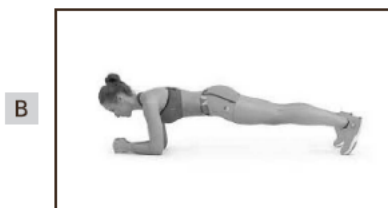
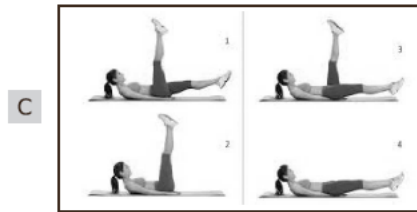
Educación Física

Educación Básica

1.-

Un docente, en una clase con un 8° Básico, propone a los estudiantes que realicen un circuito de estaciones alternando diferentes ejercicios, con énfasis en el trabajo de abdominales y piernas. Una estudiante señala que padece de hiperlordosis severa, por lo que no puede ejecutar los abdominales solicitados por el docente.

De acuerdo con el diagnóstico de la estudiante, ¿qué tipo de ejercicio es pertinente que considere el docente para adaptar la actividad?



2.-

Un docente trabaja con sus estudiantes de 6° Básico en la unidad de atletismo, para que logren realizar la salida de la partida alta en las carreras de velocidad.

De acuerdo con las características de esta salida, ¿cuál de las siguientes actividades es pertinente para que los alumnos logren cumplir con este propósito?

- A Los estudiantes realizan skipping en el lugar y, al sonar el silbato, corren 10 metros.
- B Los estudiantes, desde una posición estática, a la señal del docente, realizan zancadas por 5 metros.
- C Los estudiantes, desde la posición de decúbito abdominal, a la señal del docente, se paran y corren 5 metros.
- D Los estudiantes, desde la posición de pie, al visualizar un balón que es lanzado desde atrás, lo persiguen hasta alcanzarlo.

3.-

Una docente, en un 8° Básico, comenzará a desarrollar la unidad de tenis. Como los estudiantes no han practicado previamente este deporte, se propone diseñar una actividad introductoria.

¿Qué actividad sería apropiada para una aproximación inicial a la práctica de este deporte?

- A** Los estudiantes se ubican en cinco filas, cada uno con su raqueta, e imitan los movimientos técnicos ejecutados analíticamente por el profesor. Luego de cinco minutos de práctica, cambian el orden de las filas.
- B** Los estudiantes se agrupan en parejas ocupando distintos puntos de la cancha, y practican los golpes enseñados por el docente. Una vez que consiguen dominar el gesto técnico, deben iniciar la práctica de otro.
- C** Los estudiantes se organizan en filas de ocho. El primero de cada fila golpea con la raqueta la pelota lanzada por un compañero ubicado a diez metros de él. Luego, entrega la raqueta a quien le sigue en la fila y se ubica al final de esta. Se repite esta acción cinco veces por cada estudiante.
- D** Los estudiantes se distribuyen en duplas por pequeñas canchas, para jugar con otros compañeros. Luego, cada cinco minutos, el docente solicita realizar rotaciones para que enfrenten a otros compañeros. La actividad finaliza cuando han jugado con todas las duplas.

4.-

Al finalizar una clase en un 8° Básico, durante la vuelta a la calma, el profesor pide realizar estiramiento estático de isquiotibiales por 15 segundos. Un estudiante del curso le señala: "¿Profesor, por qué no puedo realizar el estiramiento por menos tiempo?".

¿Cuál de las siguientes explicaciones del profesor es pertinente para responder la consulta del estudiante?

- A** Porque si realizas el estiramiento por menos tiempo, corres riesgo de lesionar tu músculo.
- B** Porque si realizas el estiramiento por menos tiempo, no logras generar la relajación del músculo.
- C** Porque si realizas el estiramiento por menos tiempo, tu músculo no se estirará completamente.
- D** Porque si realizas el estiramiento por menos tiempo, no logras generar la intensidad necesaria para estirar tu musculatura.

5.-

En un 5° Básico, el objetivo de una clase es mejorar la resistencia cardiorrespiratoria, aplicando el sistema de entrenamiento *fartlek* en 12 minutos. La principal instrucción que refuerza la docente es no detenerse durante la ejecución. Antes de comenzar la actividad, una estudiante consulta: “¿Por qué no puedo detenerme?”.

¿Cuál de las siguientes explicaciones de la docente permite responder la duda planteada de forma conceptualmente precisa y acorde al nivel que cursa esta estudiante?

- A** Porque si realizas pausas, el ejercicio deja de ser continuo y no lograrás mejorar tu resistencia. Si te sientes cansada, controla tu respiración durante la actividad.
- B** Porque estamos trabajando tu resistencia aeróbica, y el esfuerzo físico realizado durante 12 minutos nos asegura una intensidad igual o superior al 70 %.
- C** Porque al interrumpir el ejercicio pierdes rápidamente el nivel de resistencia aeróbica conseguido. Mejorando tu ventilación pulmonar, lograrás el principio de la continuidad, que es lo más importante.
- D** Porque la característica fundamental de este sistema de entrenamiento es la continuidad y los cambios de intensidad, para lograr incrementar tu capacidad de esfuerzo aeróbico. Aprovecha la carrera suave para recuperarte.

6.-

Un docente se encuentra trabajando con un 7° Básico y como tarea ha solicitado a los estudiantes practicar el lanzamiento con salto para balonmano. Durante la ejecución, observa que a un grupo de estudiantes les cuesta mantenerse en suspensión, porque saltan hacia adelante y no hacia arriba, lo que resta eficiencia a su lanzamiento.

¿Cuál de las siguientes intervenciones del docente es adecuada para favorecer en sus estudiantes un mejor desempeño en su lanzamiento?

- A** Indicar a los estudiantes que sobrepasen una minivalla, rechazando antes con el pie contrario a la mano que lanza.
- B** Hacer una marca para indicar a los estudiantes dónde deben realizar el rechazo para el salto en suspensión.
- C** Ubicar aros para que los estudiantes realicen una secuencia de pasos, comenzando con el pie contrario a la mano que lanza.
- D** Solicitar a los estudiantes que realicen saltos a pie junto con el balón en la mano y al tercer salto lanzar el balón.

7.-

En una clase de un 5° Básico, durante la unidad Práctica de juegos y deportes colectivos, un docente diseña una actividad para mejorar la visión periférica de los estudiantes. Esta consiste en que los estudiantes, mientras conducen un balón con los pies tienen que ver un material que les muestre su compañero y decir el color en voz alta. Para el logro del objetivo, el material se debe presentar de forma fluida, evitando mostrar todos los colores simultáneamente.

¿Cuál de los siguientes materiales es el más apropiado para la actividad descrita?

- ☐ A Petos.
- ☐ B Tarjetas.
- ☐ C Pañolines.
- ☐ D Cintas.

8.-

¿Cuál de las siguientes actividades es pertinente que desarrollen los estudiantes en la etapa de exploración en un deporte?

- ☐ A Ubicados en hileras se desplazan en velocidad para ejecutar en repetidas oportunidades la pasada de vallas.
- ☐ B En tríos se enfrentan en una situación adaptada de juego de básquetbol, en la cual para ganar deben encestar por medio de una bandeja.
- ☐ C Se desplazan conduciendo el balón de fútbol por distintas direcciones del campo de juego. A la orden de la docente cambian de balón con algún compañero y continúan su desplazamiento.
- ☐ D En parejas realizan desplazamientos a lo largo de la cancha de balonmano realizando tres pasos, bote y tres pasos. Luego pasan el balón a su compañero, quien repite la secuencia mientras ellos siguen la jugada.

9.-

Un docente, en la unidad de habilidades gimnásticas y acrobáticas, solicita a los estudiantes que trabajen en una miniserie que contenga seis habilidades combinadas. En su planificación se determina que los estudiantes realicen la tarea utilizando el estilo de enseñanza recíproca.

¿Qué actividad es pertinente que realicen los estudiantes según el contexto descrito?

- A** El docente divide al curso en tríos de estudiantes con un mismo nivel de ejecución y entrega una miniserie distinta a cada trío. Da un tiempo de práctica con ayuda entre ellos y, a determinado tiempo de ejecución, corrige por grupo.
- B** El docente divide al curso en parejas de estudiantes, uno de ellos tiene un nivel de ejecución más elevado que el compañero, de modo que el que sabe más realice una corrección más técnica, y el que sabe menos aprende mediante la observación.
- C** El docente solicita a los estudiantes que se distribuyan en parejas que tengan un nivel de ejecución similar. Deben inventar una miniserie individual, de ejecución alternada, y mientras uno ejecuta el otro corrige.
- D** El docente solicita a los estudiantes que se dividan en tríos formados por un estudiante de un alto nivel, uno medio y otro de bajo nivel de ejecución de habilidades. Deben crear una miniserie que todos puedan ejecutar, corrigiéndose entre ellos.

10.-

Según el modelo de Fitts y Posner, ¿cuál de las siguientes opciones corresponde a la acción de un estudiante que se encuentra en la fase asociativa del aprendizaje motor?

- A** Golpe de volea posterior a un pase durante un juego.
- B** Golpe de antebrazos con bote intermedio en vóleybol.
- C** Lanzamiento de un tiro libre durante la práctica de básquetbol.
- D** Desplazamiento en trote libre por un perímetro determinado.

11.-

Los estudiantes de un 8° Básico han finalizado el programa de mejoramiento de la flexibilidad.

¿Cuál de los siguientes test permite medir la cualidad física intervenida?

- ☐ A Test de Wells.
- ☐ B Test de Cafrá.
- ☐ C Test de George Fisher.
- ☐ D Test de Ruffier-Dickson.

12.-

Un profesor de un 7° Básico ha trabajado con los estudiantes las habilidades rítmicas y gimnásticas. En la próxima clase, evaluará la ejecución de la voltereta atrás, para lo cual diseña una escala de apreciación.

¿Cuál de los siguientes indicadores de desempeño es pertinente que el docente incluya en el instrumento de evaluación?

- ☐ A Eleva la pelvis al iniciar el giro, cerrando el tronco sobre los miembros inferiores.
- ☐ B Realiza un apoyo alternado de manos en el suelo en la misma línea de movimiento, al igual que con los pies.
- ☐ C Eleva una pierna antes de iniciar la flexión del tronco hacia atrás, efectuando una fuerte acción de lanzamiento del miembro inferior.
- ☐ D Realiza la repulsión de las manos en el suelo en la parte final con vigor, para elevar la cabeza y no golpearla con ella en el suelo.

13.-

En la unidad de vóley de 6° Básico, un docente planifica evaluar la correcta ejecución del fundamento técnico del golpe de dedos.

Considerando el propósito de esta evaluación, ¿qué actividad a realizar por los estudiantes permite obtener evidencia precisa acerca de su desempeño?

- ☐ A Dar 10 toques seguidos con autopase.
- ☐ B Dar pases con una pareja de un lado a otro de la red.
- ☐ C Realizar golpe de dedos contra un muro repetidas veces.
- ☐ D Recibir con golpe de dedos el balón lanzado por un compañero con las manos.

14.-

Lea las siguientes actividades que promueven el desarrollo de la habilidad motriz de lanzar:

1. Lanzar balones a un aro de básquetbol.
2. Participar de un juego de pases.
3. Lanzar pelotitas de plástico lo más lejos posible.
4. Lanzar un penal en una competencia de balonmano.

Considerando la evolución de las habilidades motrices, desde las habilidades motoras básicas hasta las motoras especializadas, ¿cuál es el orden que las actividades anteriores deben seguir?

- ☐ A 2-3-4-1.
- ☐ B 2-1-3-4.
- ☐ C 3-1-4-2.
- ☐ D 3-2-1-4.

15.-

Un docente, en el contexto de la unidad de deportes de colaboración, planifica incorporar el palín como deporte a practicar por los estudiantes.

Considerando las fases del desarrollo motor de Gallahue y Sánchez Bañuelos, ¿cuál es la edad óptima para comenzar a trabajar los fundamentos del palín?

- ☐ A 5 a 6 años.
- ☐ B 7 a 9 años.
- ☐ C 10 a 13 años.
- ☐ D 14 a 17 años.

16.-

Según las teorías respecto del desarrollo motor de Gallahue y Sánchez Bañuelos, ¿cuál es la prioridad al trabajar con estudiantes de entre 7 y 10 años de edad?

- ☐ A El inicio de los deportes.
- ☐ B Las habilidades motrices especializadas.
- ☐ C Las habilidades motrices básicas.
- ☐ D Las habilidades motrices específicas.

17.-

Durante la ejecución de una carrera en clases, un estudiante sufre un accidente generándole una inversión del tobillo derecho. Al asistirlo, el estudiante refiere mucho dolor al intentar mover el pie y se observa inflamación evidente en la zona.

¿Qué medidas de primeros auxilios debe aplicar el docente para atender al estudiante lesionado antes de derivarlo a un centro de salud?

- ☐ A Presión, calor, masaje, reposo y vendaje.
- ☐ B Protección, masaje, calor, compresión y reposo.
- ☐ C Presión, reposo, hielo, vendaje y elevación.
- ☐ D Protección, reposo, hielo, compresión y elevación.

18.-

Durante una clase de acondicionamiento físico de 8° Básico, los estudiantes deben realizar un trabajo de resistencia de trote continuo de 2 kilómetros. En los últimos 30 segundos de trabajo, los alumnos deben correr al 90% de su capacidad.

De acuerdo con el contexto anterior, ¿de qué sistema energético obtienen la energía los estudiantes en los últimos 100 metros?

- ☐ A ATP PC.
- ☐ B Ciclo de Krebs.
- ☐ C Anaeróbico láctico.
- ☐ D Anaeróbico aláctico.

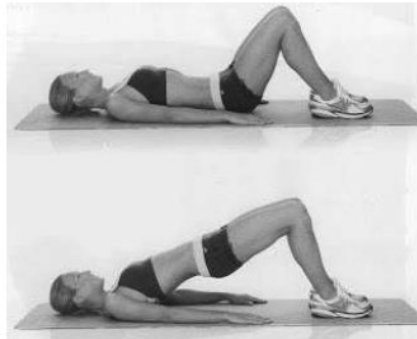
19.-

En relación con los procesos energéticos del sistema aeróbico, ¿en cuál de las siguientes opciones se establece una correcta relación entre el consumo de grasas, intensidad y duración del ejercicio?

- A** Las grasas constituyen la principal fuente de energía en los ejercicios de alta intensidad y corta duración.
- B** Las grasas constituyen el principal sustrato metabólico en los ejercicios de baja intensidad y larga duración.
- C** Las grasas aportan de manera decreciente su aporte como fuente de energía en los ejercicios de baja intensidad y mediana duración.
- D** Las grasas contribuyen a menos del 10 % del aporte total de energía utilizada en ejercicios de alta intensidad y de larga duración.

20.-

Observe las siguientes imágenes:



Considerando el ejercicio presentado, ¿qué músculos agonistas están implicados en la extensión de cadera?

- A** Psoas ilíaco y sartorio.
- B** Glúteo mayor y sartorio.
- C** Isquiotibiales y glúteo mayor.
- D** Isquiotibiales y psoas ilíaco.

21.-

Observe la siguiente imagen:



¿Cuál de estos músculos participa en la elevación de talón de la imagen anterior?

- ☐ A Sóleo.
- ☐ B Tibial anterior.
- ☐ C Peroneo largo.
- ☐ D Extensor largo de los dedos.

22.-

Observe la siguiente imagen:



¿Qué beneficios otorga la postura de yoga presente en la imagen?

- ☐ A Tonifica los músculos abdominales, la espalda y los brazos. La respiración se hace más profunda. Mejora la circulación sanguínea.
- ☐ B Flexibiliza la columna, fortalece la musculatura abdominal, las lumbares y los brazos. Produce un buen masaje intestinal. Tonifica, fortalece y da energía.
- ☐ C Permite la apertura de los pulmones y favorece la respiración profunda. Tonifica y fortalece la columna, la pelvis, las nalgas, la parte superior del cuerpo y los hombros.
- ☐ D Tonifica la espalda y la flexibiliza, estira los músculos abdominales. Expande el pecho, mejora los problemas respiratorios. Fortalece las piernas y los glúteos, tonifica los riñones, estimula el sistema nervioso otorgando un aumento de la energía.

23.-

¿En cuál de las siguientes situaciones se ejecuta una acción motriz en que intervienen fundamentalmente la coordinación y la velocidad?

- ☐ A En el contexto del fútbol, un estudiante realiza un sprint para desmarcarse de un defensa y ubicarse con posibilidades de recepción de pase.
- ☐ B En un ejercicio de hándbol, un estudiante recibe un pase cerca de la línea de 9 metros, enfrenta sin detención a un defensa, realiza una finta, esquivo y lanza en profundidad a portería.
- ☐ C Durante un ejercicio de básquetbol, una estudiante ejecuta en un minuto la mayor cantidad de canastas desde la línea de tiro libre; como obstáculo, un compañero se ubica al frente levantando sus brazos.
- ☐ D En una práctica de atletismo, un estudiante realiza una carrera de aproximación de 6 metros, respetando los límites de la zona para lanzar una pelotita por sobre su cabeza buscando la mayor distancia en su ejecución.

24.-

Lea los siguientes ejercicios de clase para un 6° Básico:

1. Siete estudiantes en hilera, de pie. El último estudiante pasa un balón medicinal de 2 kilos al compañero que está delante de él, así sucesivamente hasta que el balón llega al primer estudiante, quien sale corriendo ida y vuelta, hasta un cono a 4 metros de distancia; cuando vuelve se ubica al final de la hilera, y comienzan nuevamente.
2. Repiten la posta variando la entrega del balón: por el lado izquierdo, por el lado derecho, por debajo de las piernas, sin que toque el suelo.
3. Cada vez que finalice una vuelta realizan estiramientos de brazos durante 30 segundos antes de comenzar la siguiente posta.

¿Qué cualidad física está promoviendo predominantemente el docente con esta rutina?

- ☐ A Fuerza.
- ☐ B Agilidad.
- ☐ C Velocidad.
- ☐ D Resistencia.

25.-

¿Cuál de los siguientes métodos de entrenamiento es pertinente para desarrollar la resistencia anaeróbica?

- ☐ A Continuo variable y fraccionado.
- ☐ B Continuo uniforme y por repeticiones.
- ☐ C Interválico extensivo largo y fraccionado.
- ☐ D Interválico intensivo corto y por repeticiones.

26.-

Observe la siguiente imagen:



En el ejercicio de fuerza de la imagen, ¿qué tipo de contracción se produce en la musculatura isquiotibial al bajar lentamente?

- ☐ A Excéntrica.
- ☐ B Concéntrica.
- ☐ C Isocinética.
- ☐ D Alodinámica.

27.-

Un docente, en un 7° Básico, durante una clase de acondicionamiento físico, solicita a los estudiantes ejecutar abdominales, sentadillas, flexoextensiones de codo y estocadas, aumentando la velocidad de realización de estos de una serie a otra, para realizar un mayor esfuerzo.

¿Qué factor influyente en la condición física se relaciona con el aumento de velocidad en la ejecución del ejercicio descrito?

- ☐ A Intervalos.
- ☐ B Intensidad.
- ☐ C Progresión.
- ☐ D Duración.

28.-

¿Cómo se debe trabajar la condición física para mejorar la resistencia anaeróbica?

- ☐ A Con periodos de trabajo repetidos y un número elevado de repeticiones.
- ☐ B Con periodos de trabajo sin interrupciones y a una intensidad del 80 %.
- ☐ C Con periodos de trabajo sin interrupciones y a una intensidad del 60 %.
- ☐ D Con periodos de trabajo fraccionados y una intensidad mínima del 80 %.

29.-

¿En cuál de las siguientes opciones se señalan tres efectos del calentamiento en el organismo?

- ☐ A Incremento del oxígeno movilizado, disminución de la viscosidad intramuscular, aumento de la elasticidad.
- ☐ B Aumento del intercambio gaseoso respiratorio, disminución de la fuerza de contracción, incremento de la tensión arterial.
- ☐ C Incremento del volumen sanguíneo, disminución de la sensibilidad propioceptiva, disminución de la tensión arterial.
- ☐ D Aumento de la frecuencia respiratoria, incremento de la rapidez de contracción, disminución de los sustratos energéticos disponibles.

30.-

¿Cuál de las siguientes opciones corresponde a una característica del principio de intensidad?

- ☐ A El entrenamiento debe ser un proceso multifactorial, el cual debe tener una visión de conjunto de todas las tareas.
- ☐ B El entrenamiento será óptimo cuando los programas de trabajo consideren las capacidades individuales de los sujetos.
- ☐ C El entrenamiento debe estructurarse de lo general y multilateral para luego dar paso al entrenamiento específico en la disciplina.
- ☐ D El entrenamiento de un sujeto se mejora cuando el estímulo es suficiente para provocar una activación del metabolismo energético y de los distintos sistemas del cuerpo humano.

31.-

Un profesor en un 8° Básico, en la unidad de acondicionamiento físico, utiliza un método de entrenamiento consistente en un trote de 8 minutos, en el cual, a través de zonas marcadas visualmente, les indica a los estudiantes que varíen la intensidad del mismo en los siguientes tiempos y rangos: 2 minutos 30 segundos al 40-60%, 1 minuto al 60-85% y 30 segundos al 85-95% de su frecuencia cardíaca máxima. Para completar los 8 minutos, deben repetir dos veces esta secuencia.

¿Qué método de entrenamiento ha aplicado el docente a los estudiantes?

- ☐ A Circuito.
- ☐ B Fartlek.
- ☐ C Interval training.
- ☐ D Continuo extensivo.

32.-

¿Cuál de las siguientes actividades corresponde a un juego predeportivo de vóley para estudiantes de 8° Básico?

- ☐ A Reunir a los estudiantes en parejas, cada una con un balón, y solicitar que realicen 10 pases de dedos, sin que el balón toque el suelo.
- ☐ B Ubicar a 6 estudiantes en un lado de la cancha y solicitar que, formados en el sistema de recepción W, realicen la fase de recepción y armado, finalizando el ataque por la zona 4.
- ☐ C Formar grupos de 4 estudiantes frente a la red y solicitar que, mediante golpe de dedos y antebrazo, pasen el balón al otro lado de la cancha, evitando que toque el suelo.
- ☐ D Ubicar a los estudiantes detrás de la zona 1, cada uno con un balón, y solicitar que saquen realizando saque alto, tratando de botar un cono situado en la zona 5.

33.-

Considerando el momento del desarrollo motor en el que se encuentran, ¿cuál de las siguientes actividades corresponde a un juego orientado preferentemente a estudiantes de 10 a 11 años de edad?

- ☐ A Los estudiantes trotan en diferentes direcciones, y a la señal del profesor, deben simular estar congelados.
- ☐ B Los estudiantes pasan caminando sobre una línea dibujada en el piso, con una lenteja en la cabeza, evitando que esta se caiga.
- ☐ C Los estudiantes se ubican en columnas enfrentadas; a la señal del profesor, el primer estudiante de una columna debe correr y entregar un objeto al primero de la fila contraria.
- ☐ D Los estudiantes reunidos en grupos de 20 integrantes, trotan a un ritmo suave; el profesor nombra a un estudiante y este debe escapar evitando que el resto del grupo lo alcance.

34.-

Lea la siguiente situación:

El centrodelantero de la selección del colegio ha desperdiciado dos ocasiones claras de gol. En la primera, estando solo frente al arquero con el segundo palo libre, al intentar eludir al portero este le quita el balón. En la segunda, estando frente al arquero, que cubría bien su ángulo, miró que atrás estaba un compañero mejor ubicado, sin embargo, realiza un amague del pase y pateo al arco desviado.

¿Qué principio del juego debe trabajar el jugador para terminar de mejor manera las jugadas?

- ☐ A Jugar simple.
- ☐ B Jugar a lo ancho.
- ☐ C Seguir la jugada.
- ☐ D Visión periférica.

35.-

En un partido de futbolito de 7x7, entre estudiantes de un 8° Básico, se observa la siguiente secuencia de jugadas:

1. El lateral derecho del equipo rojo recibe un pase de su arquero, realiza un control orientado y da un pase al lateral izquierdo que está pegado a la línea lateral al otro lado de la cancha.
2. El lateral izquierdo avanza, elude a un jugador del equipo blanco, realiza una pared, en mitad de cancha, con un mediocampista con el peto número 8 y da un pase al delantero izquierdo.
3. El delantero izquierdo controla y da un pase atrás a un compañero con el peto número 6 que, sin mirar, da un pase al lateral derecho que se proyectó en ataque, el cual elude a dos adversarios y pateo al arco haciendo el gol.

Considerando el contexto anterior, ¿qué principios del juego aplicaron el mediocampista con el peto número 8 y el lateral derecho, respectivamente?

- ☐ A Visión periférica - jugar simple.
- ☐ B Jugar simple - acompañar la jugada.
- ☐ C Jugar a lo largo y a lo ancho - jugar simple.
- ☐ D Visión periférica - jugar a lo largo y a lo ancho.

36.-

Lea la siguiente secuencia de acciones que ocurre en una clase de 7° Básico en la unidad de balonmano, en un juego de 5x5:

1. El portero del equipo blanco da un pase al jugador que está pegado a la línea izquierda.
2. El jugador recibe el pase, y le entrega el balón a un compañero que está cerca del área por el mismo lado.
3. Este, a su vez, al verse marcado por un estudiante del equipo rojo, da un pase al compañero que está frontal al área.
4. El jugador que está frontal al área se perfila para dar un pase al jugador que está desmarcado en el extremo derecho de la ofensiva.
5. Al momento de dar el pase, el jugador carga su peso hacia el lado derecho, pero rota la muñeca y le envía el balón nuevamente al compañero que está por el lado izquierdo, quien se había desplazado a la posición de pivote.
6. El jugador recepciona el pase y lanza el balón al arco.

En la secuencia descrita anteriormente, ¿qué principio general del juego aplica el jugador que da el último pase?

- ☐ A Jugar simple.
- ☐ B Visión periférica.
- ☐ C Acompañar la jugada.
- ☐ D Jugar a lo largo y a lo ancho.

37.-

Un docente de 6° Básico, en una clase de iniciación al balonmano, se propone relevar dos principios generales del juego. Para ello, realiza dos actividades en paralelo, dividiendo al curso en 4 equipos, 2 equipos jugarán en cada cancha.

— En la cancha 1, la principal indicación de la actividad es que un jugador designado debe dar el pase a un compañero, recibir el pase de vuelta y entregar obligatoriamente el balón a otro compañero.

— En la cancha 2, el docente ha colocado aros en las cuatro esquinas de la cancha, dejando como principal indicación que cada 3 pases consecutivos que dé el equipo que posee el balón, el pase 4 debe ser a un compañero que se pare en el aro más lejano respecto de donde se encuentra el balón.

¿Qué principios del juego está intencionando preferentemente el profesor en las canchas 1 y 2, respectivamente?

- ☐ A Visión periférica - jugar simple.
- ☐ B Jugar simple - acompañar la jugada.
- ☐ C Jugar a lo largo y ancho - visión periférica.
- ☐ D Acompañar la jugada - jugar a lo largo y ancho.

38.-

Observe la siguiente imagen:



Dentro del espacio que se observa en la imagen presentada, ¿qué principios del juego debe aplicar el deportista que posee el balón para que la jugada sea efectiva?

- ☐ A Seguir la jugada - jugar simple.
- ☐ B Jugar simple - visión periférica.
- ☐ C Visión periférica - seguir la jugada.
- ☐ D Jugar a lo largo y ancho - visión periférica.

39.-

¿En cuál de las siguientes opciones se menciona un ejercicio acrobático y un ejercicio gimnástico, respectivamente?

- A Handvolt y chassé.
- B Galopa y paloma.
- C Salto en extensión y rondat.
- D Voltereta y rueda lateral.

40.-

En una clase de expresión corporal, en un 6° Básico, la tarea propuesta por el docente consiste en que los estudiantes se desplacen libremente en distintas direcciones y, cuando el profesor da una señal, se deben ubicar frente a un compañero e imitar los movimientos del primero que se mueve como si estuviera mirándose en el espejo. Al minuto, el docente da una segunda señal para que nuevamente se desplacen y repitan el ejercicio.

En la actividad descrita, ¿qué elementos de la expresión corporal se están trabajando principalmente?

- A Intensidad, estilo y ritmo.
- B Espacio, expresión y ritmo.
- C Estilo, intensidad y forma.
- D Espacio, expresión y forma.

41.-

¿Cuál es una de las diferencias entre la cueca urbana y la cueca chilota?

- A La cueca urbana cuenta con escobillado, no así la cueca chilota.
- B La cueca chilota no tiene fase de “zapateo”, mientras que la cueca urbana sí lo posee.
- C En la cueca chilota hay medialunas y vueltas de acercamiento; en la cueca urbana solo vueltas de acercamiento.
- D En la cueca chilota hay desplazamientos con zapateo redoblado continuo, mientras que en la cueca urbana el desplazamiento puede ser caminado.

42.-

¿Cuál de los siguientes criterios permite agrupar tanto a la danza del pavo como al chocolate en la misma categoría de danzas?

- ☐ A La ocasionalidad, ya que ninguna se danza en contextos religiosos.
- ☐ B El diseño de piso, ya que en ambas el hombre sale a buscar a la pareja de baile.
- ☐ C El vestuario, ya que en ambas danzas sus bailarines requieren de un pañuelo en cada mano.
- ☐ D La organización de los intérpretes, ya que ambas son danzas de parejas mixtas, sueltas e independientes.

43.-

¿Qué similitudes presentan las danzas folclóricas tamuré y sau-sau?

- ☐ A Son danzas de pareja mixta, suelta y de centro cambiante.
- ☐ B Son danzas ejecutadas de manera circular, en ronda y en bloque frontal.
- ☐ C Son danzas con movimientos suaves y flexibles de caderas, brazos y manos.
- ☐ D Son danzas casi acrobáticas, que demuestran gran destreza en el manejo de las piernas.

44.-

De acuerdo con las etapas de la iniciación deportiva, ¿cuál de las siguientes estrategias defensivas es la más adecuada para estudiantes de 5° Básico que están desarrollando la unidad de balonmano?

- ☐ A Marca 1-1.
- ☐ B Marca 2-2.
- ☐ C Marca 3-1.
- ☐ D Marca 4-0.

45.-

Un docente organiza una actividad en la que se forman grupos de 8 jugadores alrededor de un círculo. Un estudiante del grupo se ubica al centro con un balón de vóleybol, el cual es lanzado hacia arriba mediante golpe de dedos o antebrazo. Luego, un segundo estudiante sale del círculo y se ubica al centro, golpeando de nuevo el balón, y así sucesivamente, hasta que todos los miembros del grupo participan en la actividad, evitando que el balón caiga al suelo.

¿Cuáles son los dos principios generales del juego que se trabajan en la actividad descrita?

- ☐ A Visión periférica - seguir la jugada.
- ☐ B Seguir la jugada - jugar simple.
- ☐ C Visión periférica - jugar simple.
- ☐ D Jugar simple - jugar a lo largo y ancho.

46.-

Observe la siguiente secuencia de ataque en un juego deportivo de fútbol:



Con respecto al orden de cada una de las imágenes, ¿qué principios generales del juego aplica el jugador con balón (1), el jugador sin balón (3) y el jugador con balón (3), respectivamente?

- ☐ A Visión periférica - jugar simple - jugar a lo largo y a lo ancho.
- ☐ B Jugar a lo largo y a lo ancho - seguir la jugada - jugar simple.
- ☐ C Jugar a lo largo y a lo ancho - visión periférica - seguir la jugada.
- ☐ D Seguir la jugada - jugar a lo largo y a lo ancho - visión periférica.

47.-

¿Cuál es una de las diferencias reglamentarias entre la carrera de 400 y la de 800 metros planos?

- ☐ A En la carrera de 400 metros los atletas parten desde los tacos de salida; en la de 800 metros parten en posición de pie.
- ☐ B En la carrera de 400 metros cada atleta sale de su propio carril; en la de 800 metros se ubican agrupados en la línea de salida uno al lado del otro, sin separación por carril.
- ☐ C En la carrera de 400 metros se considera cualquier parte del tronco para determinar la llegada a la meta; en la de 800 metros se considera la cabeza.
- ☐ D En la carrera de 400 metros los atletas pueden cambiar de carril después de la primera curva; en la de 800 metros deben mantener su carril hasta finalizar la carrera.

48.-

De acuerdo con los aspectos reglamentarios de los distintos deportes, ¿en qué deporte es necesario tocar una de las líneas del campo de juego con un solo pie, para poder reiniciar el juego?

- ☐ A Tenis.
- ☐ B Fútbol.
- ☐ C Vóleybol.
- ☐ D Balonmano.

49.-

Además del golpe de antebrazos y el saque, ¿cuáles son los fundamentos técnicos básicos del vóleybol?

- ☐ A Ataque y defensa.
- ☐ B Ataque y recepción.
- ☐ C Remache y bloqueo.
- ☐ D Defensa y recepción.