

EVALUACIÓN MENSUAL N° 3 (MAYO) EDUCACIÓN FÍSICA

NOMBRE		CURSO:
---------------	--	---------------

ASIGNATURA	Educación Física y salud	NIVEL	7 ° - 8° Básico
OBJETIVO DE LA PRUEBA	<ul style="list-style-type: none"> Reconocer los beneficios de la actividad física Identificar las consecuencias del consumo de Alcohol. Tabaco y drogas 	INDICADORES DE EVALUACION.	

INSTRUCCIONES PARA EL DESARROLLO DE LA PRUEBA (17 PUNTOS)	Lee atentamente cada pregunta que está en la prueba y responde de acuerdo a lo trabajado en las guías 4 y 5
---	---

Prueba N° 3	FECHA: MAYO 2021	contenido	Beneficios de la actividad física y consecuencias del consumo de drogas, tabaco y alcohol
<p>I. Verdadero o falso (1 punto cada una) El estudiante debe evaluar el grado de verdad del enunciado , escribiendo una letra F si considera que el enunciado es falso y una V si considera que el enunciado es verdadero.</p> <p>1.- _____ El alcoholismo, tabaquismo y drogadicción son las drogodependencias más extendidas en nuestra sociedad.</p> <p>2.- _____ La adicción a las drogas hace que una persona deje sus obligaciones , actividades recreativas y se aleje de sus amigos y familia.</p> <p>3.- _____ Cada vez los adolescentes consumen a más temprana edad alguna sustancia ilícita.</p> <p>4.- _____ La Actividad física permite que tengas mejor ánimo, energía para cualquier actividad y mejora la autoestima.</p> <p>5.- _____ El alcohol y tabaco son sustancias o productos legales, debido a que los puedo conseguir en locales establecidos.</p> <p>6.- _____ Un adolescente puede consumir drogas o alcohol y no afecta su capacidad física.</p> <p>7.- _____ Hacer actividad física previene la ingesta de alcohol o drogas.</p> <p>II. Responde las siguientes preguntas ,recordando las guías trabajadas, videos o cápsulas de las clases online (2 puntos cada una).</p> <p>8.- “Enfermedad causada por el consumo abusivo de bebidas alcohólicas y por la adicción que crea este hábito.”. Corresponde a la definición de :</p> <p>a) Tabaquismo b) Drogadicción c) Drogodependencia d) Alcoholismo</p> <p>9.- “Intoxicación aguda o crónica producida por el consumo abusivo de tabaco. ”, corresponde a la definición de:</p> <p>a) Tabaquismo b) Alcoholismo c) consumo de cigarrros d) Depresión.</p>			

10.- ***Cuando una persona consume drogas y alcohol:***

- a) Deja sus obligaciones de lado (Escolares o laborales)
- b) Altera el ciclo del sueño
- c) Deja de alimentarse como corresponde
- d) Todas las anteriores.

11.- ***“ Es una enfermedad crónica que se caracteriza por la búsqueda y el consumo compulsivo o incontrolable de la droga a pesar de las consecuencias perjudiciales que acarrea y los cambios que causa en el cerebro, los cuales pueden ser duraderos”***, esta definición corresponde a :

- a) Consumo de marihuana
- b) Drogadicción
- c) Enfermedad cardiovascular
- d) Tabaquismo

12.- Cuando una Persona realiza actividad física, deporte o ejercicios:

- a) Disminuye los niveles de estrés, angustia y agresividad.
- b) Ayuda a mejorar tu autoestima.
- C) Mejora mi condición física y salud
- d) Todas la anteriores