INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN

TEST CONOCIMIENTOS PREVIOS

CONOCIMIENTO ⬭ **X** **PRODUCTO** ⬭ **DESEMPEÑO** ⬭

CRITERIOS DE DESARROLLO:

Este test permite identificar el desempeño de los aprendices acerca de la competencia a desarrollar, enfocada al curso cualidades físicas en el entrenamiento deportivo. Su resultado permitirá evidenciar como está el desempeño previo al inicio del desarrollo de la formación, con el fin de orientar mejor el desarrollo de la misma.

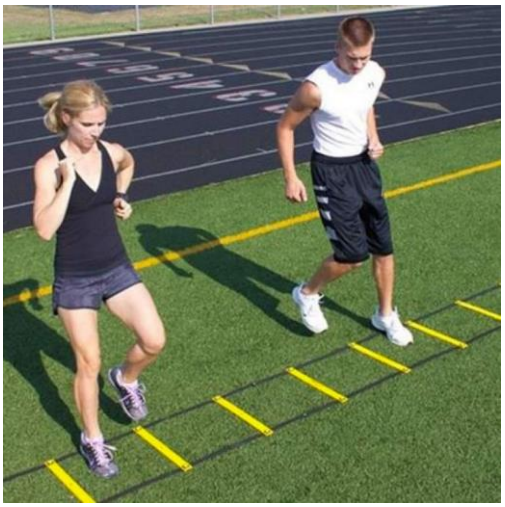
1. Realiza el test de la sentadilla en 30 segundos



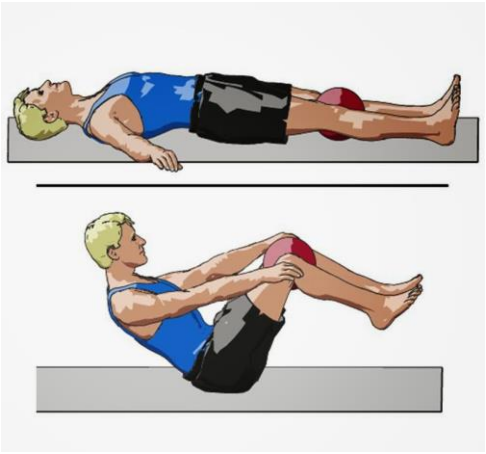
2. Realizar el test de flexiones en 30 segundos mayor número de repeticiones.



3. Ejecutar el test de coordinación gruesa



4. Realizar el test de abdominales en 30 segundos.



RESULTADOS:

CUMPLIMIENTO (SI EN LOS FACTORES)	**APRUEBA**
NO CUMPLIMIENTO (NO EN AL MENOS UN FACTOR)	**NO APRUEBA**

OBSERVACIONES – RECOMENDACIONES:

FIRMA APRENDIZ **FIRMA INSTRUCTOR.**