



PRUEBA DE DIAGNOSTICO

DATOS INFORMATIVOS:

MATERIA: EDUCACION FISICA

CURSO: PRIMERO DE BACHILLERATO

DOCENTES: LIC. FERNANDO HIDALGO Y MGS. VERONICA GUERRERO

AÑO LECTIVO: 2021-2022

1. ENCUENTRA LAS PALABRAS EN LA SOPA DE LETRAS

EJERCICIOS DE CALENTAMIENTO

Y S E K M O V I M I E N T O D E L O S T O B I L L O S N G
P Y M P N G T F K F M D U C Q C O R J Q X J B P Y G Y J M
F S R J F L C D A N M K P X Y Y L T F L Y K H O F H O F J
R F Q C Q K M X E Y O E C D G P L M I O M T N G W Y O B G
D U G T W U F J Y J V V U E N M E N V T K R I L F K N P H
M L D O N Y M U H G I D I F T G U T U A D S R E C L Y M I
O M N D N C X X J Y M Y X H P L C J P O I O Y J U N T C M
V S C S M S B I O T I K Q H A S L H O C Q R V N F X W V U
I L B I O K K U O Q E N C U Y S E J P Y K B W O U C H T D
M L V O C B S C H C N P V K A U D F M N U M M J Y S R T M
I V C J F S F J M S T I Q U M V R K X F R O Y L X B W A W
E U K H N M J O L Q O E B Y C W A T U I Q H E Q M D W K V
N T Q G N W S A S D D T B E E J L B F I M S O M R M V R B
T Q A K A Q K H V U E W N B C F U O K C B O L G B K S H Q
O W O Q B Q F L F D L C U Q J D C A K Y U L R J U P H M U
D X I H M L M Q C P A V I O F G R P Q U X E H P V M R C K
E A K I I Y S K Y F S N B R P L I T F Y E D C S X G R P Q
L H G V E D L J M O R A S P Y L C Y I D Y O F S O E P N Q
A U I X T R B A L V O R Y A R G O T B T P T K P V J Y L J
C D W C C P F C D R D C B U A S T G S H X N X V R W T F A
I B Q W B E G M L K I V R D L J N N N Y Q E N K C G P E I
N A V F N X S S H W L T K Q R D E V T E I I V P K V K C R
T M L E L Y C N V G L E E J B G I E D R A M S R P K I O P
U C U F X C U M M M A V X E P S M X G S O I X D C X R A X
R B J S O L L X L A S L L R P U I J I M G V U Y H W A R C
A T N K H U H C H F O M B V N F V D C J K O K G U E Q S Y
I J L D G C W E R F M Y U D Q R O F A Y R M L Y R O E S W
Q D G H T P U N R L H S P Y S Y M W J O W R X N X H E M S
E L T M M T O K T H I F O S F R V D D P N P H T W C I L S

1. MOVIMIENTO CIRCULAR DEL CUELLO
2. MOVIMIENTO DE LAS RODILLAS
3. MOVIMIENTO DE LOS TOBILLOS
4. MOVIMIENTO DE LOS HOMBROS
5. MOVIMIENTO DE LA CINTURA



2. UNE LAS COLUMNAS

COLUMNA A

Camino elevando piernas.

Trote elevando rodillas

Trotar y subir escaleras

Salto en el puesto abriendo y cerrando mis piernas.

COLUMNA B



3. ESCOJA LA RESPUESTA CORRECTA

CUALES SON LOS BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FISICA

- a. La actividad física reduce el riesgo de padecer: Enfermedades
- b. Ayuda a alcanzar mayor volumen corporal
- c. No es importante hidratarse antes y durante la actividad física
- d. Todas son correctas

4. ESCRIBE LOS NOMBRES DE LOS EJERCICIOS SIGUIENTES

