



## UNIDAD EDUCATIVA "SANTA LUISA DE MARILLAC"

Hijas de la Caridad  
Machachi-Ecuador

### EVALUACIÓN DE DIAGNÓSTICO

#### DATOS INFORMATIVOS

ASIGNATURA: CULTURA FISICA

AÑO: NOVENO

DOCENTE: EDISON QUINTERO

FECHA: 17/08/2021

AÑO LECTIVO: 2021-2022

#### DESARROLLO DE LA PRUEBA

El deporte es sin duda una práctica en educación en valores. Mediante las diferentes disciplinas, se transmiten virtudes como lealtad, superación personal, convivencia, compañerismo, tolerancia y responsabilidad.

Destreza con criterio de desempeño

1.-Capacidades físicas básicas arrastra cada definición según correspondas

FUERZA	VELOCIDAD	RESISTENCIA	FLEXIBILIDAD
Capacidad que tiene el organismo para soportar una actividad prolongada.	Capacidad de realizar movimientos con la máxima amplitud, con facilidad y soltura.	Capacidad de oponerse o vencer una resistencia.	Capacidad que nos permite realizar movimientos en el menor tiempo posible

Dirección: García Moreno E-139 y Sucre

Teléfonos: (02) 2315-062

Email: uelmachachi@gmail.com

Formar integralmente hombres y mujeres dispuestos a servir.





# UNIDAD EDUCATIVA "SANTA LUISA DE MARILLAC"

Hijas de la Caridad  
Machachi-Ecuador

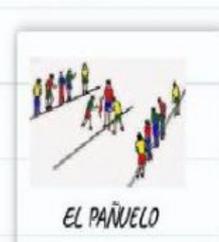
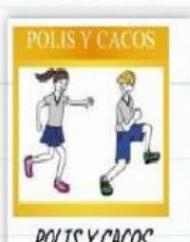
2.- Capacidades fisicas basicas deportivas arrastra cada definicion según corresponda

FUERZA	VELOCIDAD	RESISTENCIA	FLEXIBILIDAD

Ciclismo, maratones, natación, remo, triatlón...	Gimnasia rítmica, patinaje, danza, golf, yoga...	Halterofilia, lanzamientos, judo, sumo...	Carreras de 100, 200 y 400 en atletismo, esgrima.
--	--	---	---

3.- Capacidades fisicas basicas juegos arrastrada definicion según corresponda

RESISTENCIA	FUERZA	VELOCIDAD	FLEXIBILIDAD



Dirección: García Moreno E-139 y Sucre

Teléfonos: (02) 2315-062

Email: uelmachachi@gmail.com

Formar integralmente hombres y mujeres dispuestos a servir.





## UNIDAD EDUCATIVA "SANTA LUISA DE MARILLAC"

Hijas de la Caridad  
Machachi-Ecuador

4.- Marque la respuesta correcta según corresponda el enunciado



### ¿Verdadero o Falso?

Tenemos peor condición física si no hacemos ejercicio.

El consumo de alcohol y/o tabaco perjudican nuestra condición física.

La edad y el sexo influyen en la condición física.

Una mala nutrición afecta a nuestra condición física.

La condición física está muy relacionada con la genética.

VERDADERO

FALSO

Dirección: García Moreno E-139 y Sucre

Teléfonos: (02) 2315-062

Email: uelmachachi@gmail.com

Formar integralmente hombres y mujeres dispuestos a servir.

