



ESCOGE LA RESPUESTA CORRECTA:

1. Test físico es:

- a) Medir la capacidad de entendimiento
- b) Mide la capacidad física al realizar una actividad deportiva
- c) Mide la velocidad de leer

2. Las cualidades físicas básicas son:

- a) Pensar, razonar y correr
- b) Dormir, descansar y vivir
- c) Resistencia, fuerza, velocidad y movilidad

3. La expresión corporal es una actividad empleada por aquellas personas que utilizan los movimientos de su cuerpo para expresar:

- a) Inteligencia y razonamiento.
- b) Emociones y sensaciones de manera no verbal.
- c) Leer y entender las cosas.

4. Ejemplos de danzas tradicionales del Ecuador:

- a) Cumbia, Vals, Tango.
- b) Hip-hop, Funky, Jarabe Tapatío.
- c) Sanjuanito, Pasacalle, Pasillo.

5. Los juegos tradicionales son aquellas actividades típicas de cada región o país, que se realizan sin la ayuda de la tecnología, ejemplos:

- a) Saltar, lanzar, correr.
- b) Leer, pensar, razonar.
- c) La gallinita ciega, el juego de las sillas, el ratón y el gato.

6. Para realizar estos juegos tradicionales, es necesario el empleo de su propio cuerpo o de recursos que se pueden obtener fácilmente de la naturaleza como:

- a) pelotas, ulas, sillas.
- b) piedras, ramas, tierra.
- c) celular, laptop, Tablet.

7. Ser un buen atleta requiere mucho más que tan solo ser muy bueno en un deporte, tener una buena perspectiva mental y:

- a) comer, bailar, gritar.
- b) estudiar, dormir y descansar.
- c) entrenar todos los días, tener un estilo de vida saludable, dormir lo suficiente.

8. Estas son algunas de las disciplinas del atletismo:

- a) fútbol, basquetbol, natación.
- b) carreras de velocidad, vallas, carrera con obstáculos.
- c) saltar, correr, brincar.

9. El acrosport es un deporte que combina:

- a) saltos y descanso.
- b) baile y gritos.
- c) acrobacia y coreografía.

10. Los roles en el acrosport son funciones que caracterizan a cada uno de los miembros del grupo y son:

- a) arquero, defensa, delantero.
- b) ponedor, servidor, volador.
- c) portor, ágil, ayudante.