

FICHA DE EDUCACIÓN FÍSICA

1. Completa arrastrando el nombre de las siguientes articulaciones:

Tobillo – cuello – hombro – muñeca – rodilla – codo - cadera



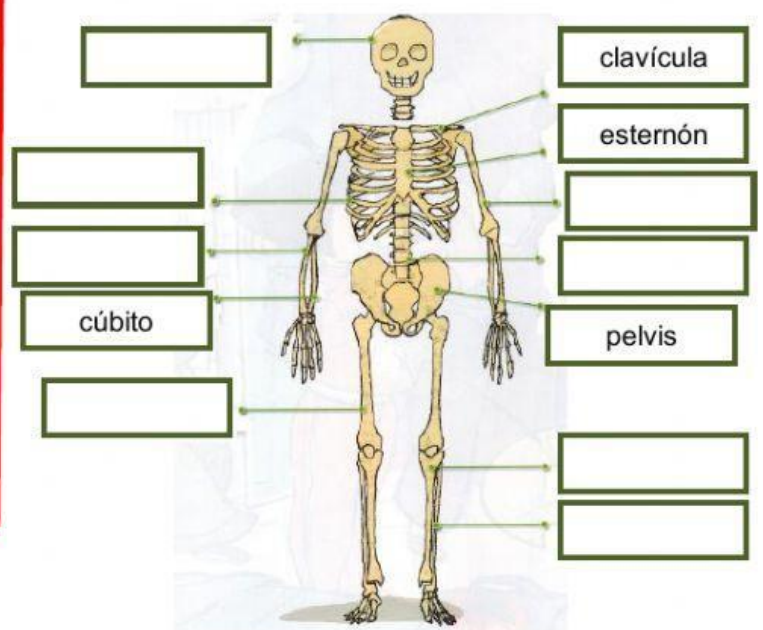
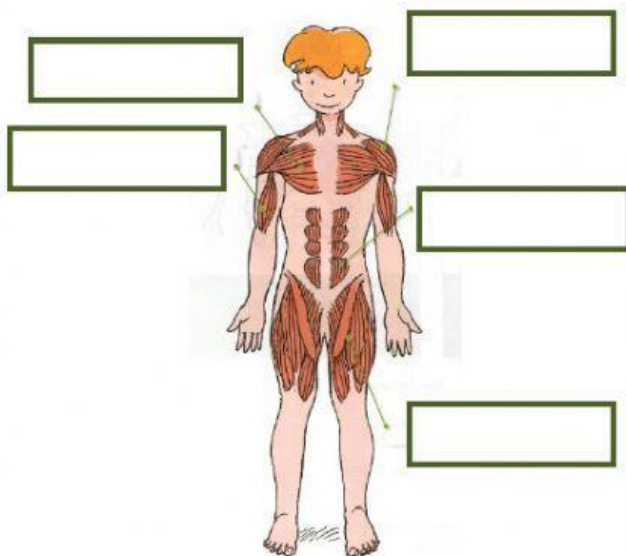
2. Completa arrastrando el nombre de estos músculos y huesos:

abdominales – pectoral – deltoides

cuádriceps - bíceps

Radio – fémur – tibia – cráneo – peroné

húmero –costillas – columna vertebral



3. Señala las frases que sean hábitos saludables:

Limpiarse los dientes después de cada comida.

Beber agua y refrescos todos los días.

Realizar mínimo 5 comidas diarias.

Lavar las manos antes y después de comer.

No es necesario lavarse las manos si voy a utilizar cuchara o tenedor.

Beber agua a menudo.

Dormir 8-10 horas diarias.

Realizar 3 comidas diarias.

Hacer ejercicio físico.

Limpiarse los dientes solo por la mañana.

Comer dulces y chucherías todos los días.

Comer chucherías y dulces solo alguna vez.

4. Une:



ZAPATO DERECHO



MANO IZQUIERDA



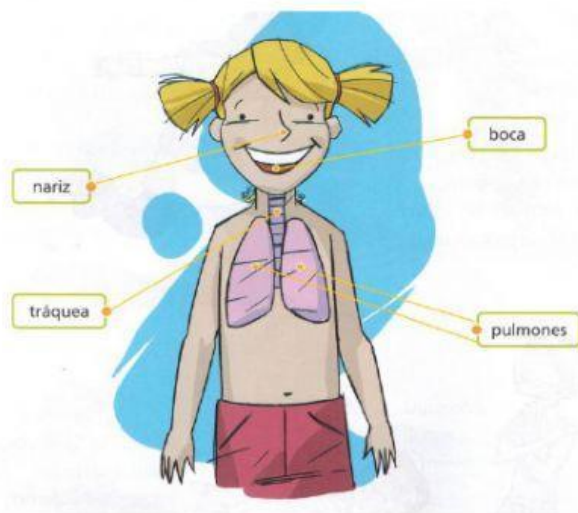
OJO DERECHO



RODILLA IZQUIERDA

5. Completa estas oraciones con las siguientes palabras:

Espiración - Respiración - Inspiración



La _____ tiene dos fases: inspiración y espiración.

En la _____ cogemos aire para que entre a los pulmones.

En la _____ expulsamos el aire que hemos utilizado.

6. Une cada imagen con el juego al que representa:

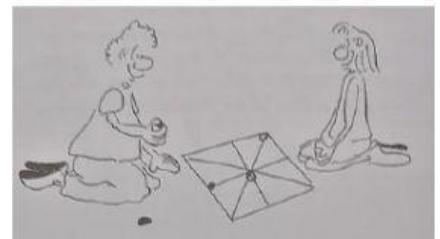


Chinos

El bolinche

Tres en raya

Chapas



7. Une cada palabra con una imagen:



Saltar

Correr

Girar

Recibir

Gatear

Reptar

Andar

Lanzar

Botar

Golpear

Trepar

