



## **UNIDAD EDUCATIVA PARTICULAR**

### **“MONTE EVEREST”**

**APOORTE**

**1ER TRIMESTRE**

**ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA    CURSO: 6TO EGB**

#### **1. Seleccione la respuesta correcta ¿Qué es educación física?**

- A. Es una disciplina pedagógica que no basa su intervención del movimiento corporal.
- B. La educación física es una disciplina pedagógica que se basa en el movimiento corporal.
- C. Es una disciplina pedagógica que basa su intervención del movimiento espacial.

#### **2. Seleccione ¿Qué es la motivación en la educación física?**

- A. Es la forma de realizar ejercicios adecuadamente.
- B. Es el impulso de hacer ejercicio de forma voluntaria.
- C. Sirve para ejercitar nuestro cuerpo.

#### **3. Seleccione las capacidades físicas básicas**

- A. Movimiento corporal
- B. Velocidad
- C. Resiliencia
- D. Fortalecimiento
- E. Debilidad
- F. Fuerza
- G. Resistencia
- H. Flexibilidad

#### 4. Seleccione dos factores motivacionales de la educación física

- A. Dañar los órganos de nuestro cuerpo.
- B. Mejorar la salud de nuestro cuerpo.
- C. Determinar ejercicios fáciles y difíciles.
- D. Mejorar la autopercepción y la autoestima.

#### 5. Seleccione el nombre correcto de cada músculo



- Bíceps
- Cuádriceps
- Gemelos
- Deltoides



- Tríceps
- Cuádriceps
- Gemelos
- Deltoides



- Bíceps
- Cuádriceps
- Isquiotibiales
- Deltoides



- Bíceps
- Cuádriceps
- Gemelos
- Deltoides



- Bíceps
- Cuádriceps
- Gemelos
- Deltoides



- Bíceps
- Dorsal ancho
- Gemelos
- Deltoides



- Bíceps
- Cuádriceps
- Gemelos
- Deltoides



- Aductores
- Cuádriceps
- Gemelos