



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA



D.L.NO.69-04 DE ABRIL DE 1969

“Calidad, Pertinencia y Calidez”

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

CARRERA PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

TRABAJO AUTONOMO

Integrantes:

ALBA VEGA BRYAN ALEXANDER

DOCENTE:

Lic. María Magdalena Román Aguilar

CURSO:

Sexto “A”

Machala-El Oro-Ecuador

AÑO LECTIVO

2025-D1

CUESTIONARIO EDUCACION FISICA

1. Señale V o F según corresponda.

	V	F
A. El calentamiento se realiza al finalizar una actividad física		
B. No es necesario realizar un calentamiento antes de realizar una actividad física		
C. En el calentamiento movemos todo el cuerpo		
D. El calentamiento previene lesiones		

2. Indiquen en cada imagen si es una actividad positiva o negativa para nuestros músculos y corazón.



POSITIVO

NEGATIVO



POSITIVO

NEGATIVO



POSITIVO

NEGATIVO



POSITIVO

NEGATIVO

3. Subraye la respuesta correcta.

¿Porque es importante el calentamiento?

- a) Para estar sanos y fuertes.
- b) Para preparar nuestros músculos y evitar lesiones musculares.
- c) Para no tener sobrepeso.

4. Observe la imagen y escriba que parte del cuerpo estamos calentando.

brazo



rodilla



cadera



hombro



5. Complete con las palabras del recuadro.

ARO / JUGADOR / CINTURA / CAER

- En el hula-hula se debe tener un _____ de plástico, este se coloca en la _____ y se hace girar en torno al cuerpo.
- El participante o _____ que dure mas tiempo sin dejar _____ el hula-hula será quien gane.

6. Relacione correctamente.



Ir en bicicleta



Correr



Nadar



Bailar

7. Relacione cada imagen con el deporte que se practica.



Voleibol

Tenis

Fútbol

Básquet

8. Observe los gráficos y escriba el nombre de los juegos tradicionales.



Carrera de ensacados



Juego de canicas

9. Completa la siguiente sopa de letras.

DEPORTES



FÚTBOL
BALONCESTO

VOLEIBOL
GIMNASIA

10. ¿Qué es cultura física?