



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA**  
**D.L.NO.69-04 DE 14 DE ABRIL DE 1969**  
**"Calidad, Pertinencia y Calidez"**



**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**  
**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD**

**FÍSICA Y DEPORTE**

**LECCIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA**

Nombre del estudiante:

Curso:

Lic.:

Asig:

1. Seleccione la respuesta según las imágenes



2. Encontrar en la sopa de letras las siguientes palabras :

H	U	E	C	T	W	I	M	O	I
X	G	I	M	N	A	S	I	A	W
K	T	G	G	E	X	I	I	N	G
E	G	B	Y	H	W	F	I	J	R
A	M	L	V	O	V	C	I	R	G
C	I	A	E	R	U	P	Q	A	I
V	O	L	E	I	B	O	L	N	K
B	B	T	G	P	P	F	I	Z	C
B	A	L	O	N	C	E	S	T	O
N	Y	W	F	Ú	T	B	O	L	G

FÚTBOL  
BALONCESTO



VOLEIBOL  
GIMNASIA



3. Unir según corresponda:



VOLEY

PING PONG

NATACIÓN

FÚTBOL

BÁSQUET

4. Completar:

El \_\_\_\_\_ es un ejercicio que se realiza al inicio de la clase para preparar el cuerpo.

5. Ordenar (después del ejercicio):

- ( ) Descansar
- ( ) Estirarse
- ( ) Tomar agua

6. Unir (actividad con su beneficio):

Actividad	Beneficio
Jugar en el recreo	A. Mejora la coordinación
Saltar la cuerda	B. Fortalece los músculos
Lanzar y atrapar	C. Ayuda a socializar

7. Selección múltiple:

¿Cuál de los siguientes es un deporte?

- a) Dormir
- b) Comer
- c) Fútbol
- d) Ver televisión

8. Escribir:

¿Qué alimentos saludables puedes comer después de una clase de Educación Física?

.....

.....

9. Completa según corresponda:

Debemos hacer ejercicio por lo menos \_\_\_\_\_ minutos todos los días.

10. Escribe (respuesta abierta):

¿Por qué es importante hacer ejercicio todos los días?