

# Institución educativa “La Victoria del Saber”

## Examen de Educación Física

**Lic. Aaron Anguisaca**

**Nombre del estudiante:**

**Curso:**

**Paralelo:**

**Fecha:**

### 1. Verdadero o falso

El ejercicio físico mejora el funcionamiento del corazón y los pulmones. ( )

👉 **Respuesta:** Verdadero

### 2. Completa la siguiente oración

El \_\_\_\_\_ ayuda a fortalecer los músculos y mantener el cuerpo activo.

👉 **Respuesta:** entrenamiento

### 3. Une con líneas

#### Columna A

1. Estiramiento
2. Coordinación
3. Juego en equipo
4. Resistencia

#### Columna B

- A. Aguantar más tiempo corriendo
- B. Compartir responsabilidades
- C. Preparar los músculos
- D. Controlar los movimientos

👉 **Respuestas:**

1-C, 2-D, 3-B, 4-A

### 4. ¿Qué capacidad física se trabaja más al hacer abdominales?

👉 **Respuesta:** Fuerza

## 5. Verdadero o falso

Sudar mucho significa que el ejercicio está mal hecho. ( )

👉 **Respuesta:** Falso

## 6. Completa la definición

La \_\_\_\_\_ permite movernos con agilidad y precisión.

👉 **Respuesta:** coordinación

## 7. Elige la correcta

¿Cuál de estas actividades mejora la resistencia?

- A. Leer un libro
- B. Correr 20 minutos
- C. Pintar una casa
- D. Dormir una siesta

👉 **Respuesta correcta:** B. Correr 20 minutos

## 8. Verdadero o falso

El calentamiento evita lesiones durante la actividad física. ( )

👉 **Respuesta:** Verdadero

## 9. Completa la oración

El trabajo en \_\_\_\_\_ es esencial para muchos deportes.

👉 **Respuesta:** equipo

## 10. Sopa de letra

**C U E R P O M G A**

**A R I T M O B S L**

**D U E L G F U E O**

**J U E G O A R T T**

**M Q B V R Z A O O**

**S A L T O E P Q X**

### **Palabras a buscar:**

- FUERZA
- RITMO
- SALTO
- JUEGO
- CUERPO