



REPÚBLICA DEL ECUADOR
MINISTERIO DE EDUCACIÓN
COLEGIO DE BACHILLERATO
“ISMAEL PÉREZ PAZMIÑO”
MACHALA – EL ORO - ECUADOR



HOJA DE TRABAJO No 1

Nombres completos: -----

Curso y paralelo: -----

Fecha: -----

Instrucción general: De acuerdo al conocimiento adquirido durante las clases de educación física, realiza lo que se indica a continuación.

1. Une con líneas cada deporte con el implemento que se utiliza.

DEPORTES

Fútbol
Baloncesto
Natación
Tenis

IMPLEMENTOS

Raqueta
Canasta
Piscina
Balón

2. Arrastra cada palabra al ejercicio correcto.

• Saltar



• Correr



- Estirar



- Lanzar



3. Selecciona ¿Cuál de estas actividades ayuda a mejorar la resistencia física?

- a) Dormir
- b) Correr
- c) Dibujar
- d) Leer

4. Lee con atención y pon una V si es verdadero y una F si es falso.

- () El calentamiento ayuda a evitar lesiones.
- () En educación física no es importante hidratarse.
- () El ejercicio físico mejora la salud.
- () Solo los deportistas deben hacer actividad física.

5. Encuentra las palabras relacionadas con la Educación Física.

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

PALABRAS A ENCONTRAR

- FÚTBOL
- SALTO
- CARRERA
- BALÓN
- TENIS
- SALUD
- FUERZA