



EXAMEN MES DE JUNIO

Marca la alternativa correcta.

1

La deportista, esta utilizando una toalla para realizar su rutina.



Seleccione una:

- ☐ Verdadero
- ☐ Falso

3 ¿Cuáles son los momentos para medir la frecuencia cardíaca?

Seleccione una:

- ☐ a. En reposo y después de descanso
- ☐ b. En reposo y antes de ejercicios
- ☐ c. En reposo y después de ejercicios

5. ¿Por qué es importante tener una vida saludable?

2

¿Cuáles son los alimentos cereales y granos?



Seleccione una:

- ☐ a. Arroz, avena, trigo, lenteja y fréjol
- ☐ b. papa, oca y camote
- ☐ c. Manzana, platano y naranja

4.

¿Que deporte esta practicando?



Seleccione una:

- ☐ a. Balonmano
- ☐ b. Baloncesto
- ☐ c. Fútbol