IEP "SAN MARTINCITO"

EVAS TRIMESTRALES

EVALUACIÓN DEL II TRIMESTRE DE EDUCACIÓN FÍSICA

NOMBRE:

Grado:

PROFESOR: José Rodriguez

CURSO: Educación Física

MARCA LA RESPUESTA CORRECTA

1- Que contracción muscular es, ¿Cuando los MUSCULOS SE ACERCAN?

a) Isométrica

b) Concéntrica

c) Excéntrica

d) Esquelética

2- El siguiente concepto a que clasificación de los músculos pertenece:

- **Sus movimientos son lentos e involuntarios**

a) Musculo Esquelético

b) Musculo Cardiaco

c) Musculo lizo

d) Todas las respuestas

3- ¿Qué es la Resistencia?

4- Cuándo el ejercicio dura máximo 30 segundos, ¿qué tipo pertenece?

a) Anaeróbica

b) aeróbica

5- Menciona si la Siguiente afirmación es verdadera o falsa. Flexibilidad activo: Es el estiramiento realizado por un agente externo, que puede ser un compañero, un terapeuta o máquina.

a) verdad

b) Falso

LIVEWORKSHEETS