

**EXAMEN PRIMER QUIMESTRE EDUCACIÓN FÍSICA**

**NOMBRE:**

**GRADO:**

**FECHA:**

**A.- ACTIVIDADES EVALUATIVAS: (4 puntos)**

**1.- Identifica** los juegos tradicionales y coloca los nombres donde corresponde.



**La rayuela**



**Los  
ensacados**



**El trompo**



**La soga**



2. Une con líneas los materiales que necesitas para realizar los siguientes juegos.



**SOGA**



**COSTAL DE YUTE**



**HUEVO Y CUCHARA**



**PALO ENCEBADO**

3.- Escribe V o F sobre la importancia de realizar actividad física.

a) Hacer ejercicio le ayudará a mantener un peso ideal

☐

b) Los ejercicios le ayudarán a que su corazón y sus pulmones estén en una mejor condición.

☐

c) La actividad física solo la pueden realizar los adultos.

☐

d) Es mejor ver televisión y jugar video juegos que realizar actividad física.

☐

**4. Busca en la sopa de letras cuatro deportes.**



**B.- METACOGNICIÓN: (6 puntos)**

1.- ¿Por qué es importante realizar actividad física?

2. Haz una lista de los hábitos de higiene que practicas después de terminar una actividad física.

---



---



---



---

3.- Piensa y escribe 2 actividades físicas que realizas con tu familia.

1.

2.



### C. AUTORREGULACIÓN

Reflexiono sobre lo que aprendí en este quimestre.

Señalo el casillero en el que me encuentro ✓

CONTENIDOS	CLAVE		
	LO HAGO MUY BIEN	LO HAGO A VECES Y PUEDO MEJORAR	¡NECESITO AYUDA! PARA HACERLO
Reconozco las actividades físicas que me ayudan a mantenerme saludable.			
Practico deportes con entusiasmo con mi familia.			
Disfruto de las actividades y ejercicios prácticos realizados en clase.			



*Con esfuerzo y perseverancia  
podrás alcanzar  
tus metas."*