Alumno: _____
Examen diagnóstico SEGUNDO GRADO- Grupo: _____
Materia: EDUCACIÓN FÍSICA
Docente: Jose Alfredo Tirado Fuentes
Escuela: secundaria Ignacio Zaragoza

Instrucciones: selecciona la respuesta correcta

1.- ¿Que es la educación física?

A) Es una disciplina que se especializa en la enseñanza y aprendizaje de ejercicios físicos cuyo objetivo principal es la educación y la salud.

B) Es el conocimiento de la lengua española en forma oral y escrita para que el alumno maneje el vocabulario, la sintaxis (forma en que se conjugan las palabras) y la gramática (estudio de las reglas y principios que regulan el uso de las lenguas.

C) Es la ciencia deductiva que se dedica al estudio de las propiedades de los entes abstractos y de sus relaciones. ... Esto quiere decir que trabaja con números, símbolos, figuras geométricas, etc.

2.- ¿Qué es el calentamiento deportivo?

A) Es el que permite que la temperatura del auto esté por arriba de la temperatura ambiente y es generalmente usada en días de invierno.

B) Se denomina el fenómeno de aumento paulatino de las temperaturas experimentado durante el último siglo en la Tierra.

C) Es un conjunto de ejercicios de todos los músculos y articulaciones ordenados de un modo gradual con la finalidad de preparar al organismo para un mejor rendimiento físico y para evitar algún tipo de contracción muscular o fracturas.

3.-Menciona cual NO es un beneficio del calentamiento deportivo.

A) Evitar lesiones musculares.

B) Aumento del flujo sanguíneo general y de la musculatura en particular,

C) Provocar una lesión muscular.

4.- ¿Qué es la frecuencia cardiaca?

A) Los pasos que se realizan en una carrera.

B) es el número de contracciones del corazón o pulsaciones por unidad de tiempo.

C) Es un tipo de asfixia provocado por la inundación de las vías respiratorias

5-¿se juega en equipo de 6 vs 6 en una cancha la cual es dividida por una red?

a)-tenis b)-voleibol c)- futbol

6-¿el objetivo de este deporte es meter el mayor número de enceste?

a)-tenis b)-voleibol C)-basquetbol

7-¿este deporte se juega 11 vs 11 en una cancha rectangular y gana el que logre más anotaciones, cual deporte es?

a) -voleibol b)- futbol c)-basquetbol

8-¿la expresión corporal nos puede ayudar a?

A)- dominar el cuerpo y sus movimientos B)- sentirnos mal

C)- experimentar el placer por leer

9.- ¿cómo se llaman los acuerdos asumidos por el equipo durante el juego formativo?

A) Estrategias de juego B) Violar las reglas C) Acciones de juego

10)- ¿Para qué sirve la educación física?

A)- Darnos fuerza y correr rápido.

B)-Ayudarnos a desarrollar adecuadamente nuestro cuerpo y mantenerlo sano.

C- para saber jugar futbol

11)-¿Son acciones concretas como caminar, correr, saltar, reptar, lanzar, patear etc.?

A)-Patrones básicos de movimiento b)-Corporeidad c)-Creatividad

12).- ¿cuáles son las partes del cuerpo donde se toma la frecuencia cardiaca?

A) Cuello y muñeca B) cuello y rodilla c) pie y mano

13)- ¿Cuál es el fin de promover en lo deportivo el manejo del juego limpio?

A) La formación de líderes B) respetar las reglas C) violar los acuerdos

14).- ¿para qué es importante el calentamiento muscular antes de una actividad?

A) para entrar con más ganas a la actividad

B) agarrar confianza para realizar actividades

C) para evitar algún tipo de lesión

15) Se forman dos equipos mixtos de igual número de integrantes. Cada uno se coloca en un extremo del área de juego y en contra esquina de la zona de prisioneros.
A cada jugador se le designa un número del 1 al 10. Al mencionar el maestro un número, los jugadores con ese número corren hacia el banderín colocado en el centro del área. El primero en llegar lo toma y persigue al oponente, si lo atrapa lo hace su prisionero.

Los capturados son liberados cuando uno de sus compañeros toma la bandera. Gana el equipo que tome más prisioneros. Se juegan tantas rondas como número de alumnos.

15).- ¿cuál es el nombre de este juego?
A) Las escondidas B) los quemados C) prisioneros