



Universidad técnica de Machala

Educación física



Preguntas para niños de 5to grado de educación física

1. Sopa de letras a continuación les presento algunos implementos de educación física que deben encontrar:
 - Cono, Balón, Silbato, Colchonetas, Cuerda, arco, aro, vallas, raqueta, cronómetro.

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

2. CRUCIGRAMA

Horizontal

2. Ejercicios previos al inicio de una actividad física

5. Acción intensa en pos de un objetivo

8. Capacidad del cuerpo para moverse con amplitud

9. Actividad física

12. Habilidad para realizar movimientos de forma armoniosa y eficiente

Vertical

1. Persona que practica deportes

3. Persona encargada de preparar a los deportistas

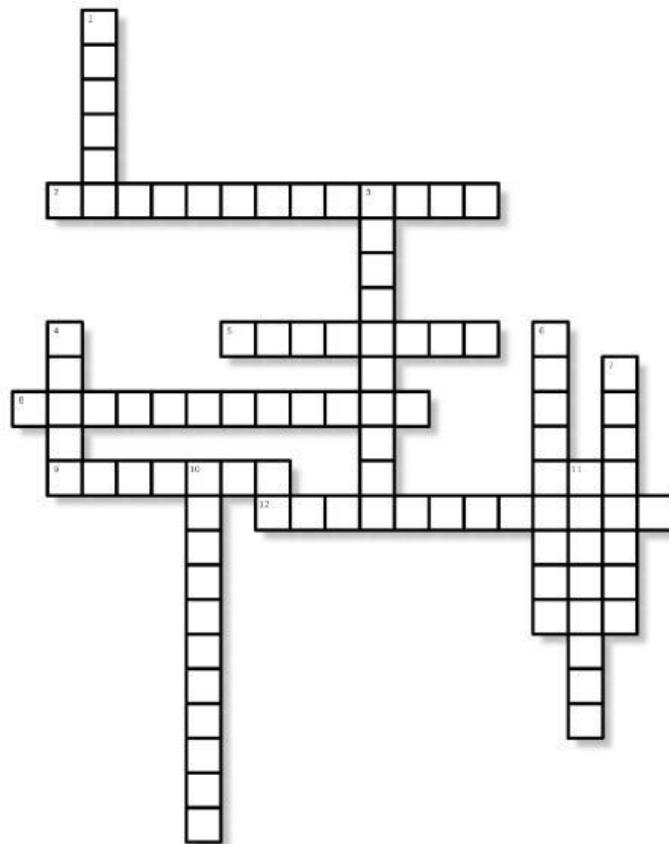
4. Estado de bienestar físico y mental

6. Alimentación adecuada para el buen funcionamiento del cuerpo

7. Estudio de la estructura del cuerpo humano

10. Capacidad del cuerpo para mantener un esfuerzo durante un tiempo prolongado

11. Ejercicios para fortalecer el cuerpo



3. Completar la oración

1. El _____ es una actividad importante para tener un cuerpo sano.
2. Para evitar lesiones, antes de hacer ejercicio hay que _____.
3. La _____ mejora nuestra resistencia.

calentar ,ejercicio, actividad física

4. Une con línea equipo deportivo y su función

| Equipo | Función |
|------------|---------------------|
| Cono | Marcar zonas |
| Balón | Jugar |
| Silbato | Dar señales sonoras |
| Colchoneta | Seguridad en saltos |
| Cuerda | Saltar o medir |

5. Actividades: Calentamiento y Estiramiento

Completa las siguientes oraciones sobre el calentamiento:

1. Antes de hacer ejercicio se debe realizar un _____.
2. El estiramiento ayuda a evitar _____.
3. El calentamiento prepara los _____ para la actividad física.

Músculos, lesiones, calentamiento

6. Escribe una regla para cada uno de los siguientes juegos tradicionales:

- La cuerda
- La rayuela
- Encantados
- La soga
- El pañuelo

7. Relaciona la palabra con su significado:

| Valor | Significado |
|-------------------|---|
| Respeto | Aceptar a los demás y seguir las reglas |
| Trabajo en equipo | Colaborar para alcanzar un objetivo común |
| Esfuerzo | Dar lo mejor de uno mismo |
| Solidaridad | Ayudar a los compañeros cuando lo necesitan |
| Disciplina | Cumplir con horarios y normas del juego |

Sopa de letras: Habilidades motrices básicas

Busca las siguientes palabras:

- CORRER
- SALTAR
- LANZAR
- CAMINAR
- ATRAPAR
- GIRAR
- TREPAR

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