

Institución Educativa “Horizontes del Saber”

Examen de Educación Física

Lic. Abner Murillo

Nombre del estudiante:

Curso:

Paralelo:

Fecha:

1. Verdadero o Falso

La actividad física mejora la salud física, mental y social de las personas. ()

2. Completa la oración

La _____ permite movernos con ritmo, coordinación y equilibrio.

3. Une con líneas

Columna A

1. Flexibilidad
2. Resistencia
3. Coordinación
4. Fuerza

Columna B

- A. Capacidad de doblarse sin dolor
- B. Aguantar más tiempo corriendo o pedaleando
- C. Combinar movimientos con precisión
- D. Levantar objetos

4. Identifica

¿Qué capacidad física se trabaja al correr durante mucho tiempo sin parar?

5. Verdadero o Falso

Solo los deportistas profesionales deben practicar actividad física ()

6. Opción múltiple

¿Qué parte de la clase ayuda a evitar lesiones?

- A. Juego libre
- B. Competencia
- C. Calentamiento
- D. Receso

7. Completa

El _____ muscular ayuda a mantener el cuerpo firme y fuerte.

8. Une con líneas

Columna A

- 1. Fútbol
- 2. Yoga
- 3. Atletismo
- 4. Baile

Columna B

- A. Flexibilidad y concentración
- B. Velocidad y resistencia
- C. Coordinación y ritmo
- D. Trabajo en equipo

9. Verdadero o Falso

Hacer actividad física regularmente mejora la autoestima. ()

10. Sopa de letra

Sopa de Letras - Educación Física

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

- CUERPO
- JUEGO
- FUERZA
- SALTO
- RITMO