

Evaluación de Fundamentos de la Educación Física

1. ¿Cuál es el principal objetivo de la educación física en el contexto educativo?

- a. Únicamente desarrollar habilidades deportivas
- b. Exclusivamente mejorar la condición física
- c. Promover el desarrollo integral físico, mental y social
- d. Preparar atletas de alto rendimiento

2. ¿Qué teoría del aprendizaje está más estrechamente relacionada con el desarrollo de habilidades motoras?

- a. Teoría del condicionamiento operante
- b. Teoría del aprendizaje social
- c. Teoría del desarrollo cognitivo
- d. Teoría del aprendizaje motor de Fitts y Posner

3. ¿Cuál de los siguientes componentes NO es considerado una capacidad física básica?

- a. Resistencia
- b. Velocidad
- c. Coordinación
- d. Memorización

4. En el contexto de la educación física, ¿qué se entiende por feedback kinestésico?

- a. Instrucciones verbales del profesor
- b. Sensaciones internas del movimiento corporal
- c. Observación visual del movimiento
- d. Correcciones escritas en un papel

5. ¿Qué principio fundamental debe considerarse al planificar actividades físicas educativas?

- a. La individualización y adaptación al nivel del estudiante
- b. La competición como único medio de motivación
- c. La uniformidad en todos los ejercicios
- d. El rendimiento deportivo máximo

6. ¿Cuál es la importancia del periodo de calentamiento en una sesión de educación física?

- a. Sirve solo para ocupar tiempo de clase
- b. Previene lesiones y prepara el cuerpo para la actividad
- c. Es únicamente un requisito administrativo
- d. Solo tiene beneficios psicológicos

7. ¿Qué aspecto caracteriza el desarrollo motor en el proceso educativo?

- a. Es igual para todos los estudiantes
- b. No requiere supervisión docente
- c. Sigue una progresión secuencial
- d. Es independiente de la edad

8. ¿Cuál es un componente esencial en la evaluación de la educación física?

- a. Solo el rendimiento deportivo
- b. La valoración integral del proceso de aprendizaje
- c. Únicamente las marcas y tiempos
- d. La comparación entre estudiantes

9. ¿Qué factor es fundamental para el desarrollo de la motivación en educación física?

- a. La competición constante
- b. Las calificaciones numéricas
- c. El clima positivo de aprendizaje
- d. Los premios materiales

10. ¿Qué principio metodológico es esencial en la enseñanza de la educación física?

- a. La especialización temprana
- b. La progresión de lo simple a lo complejo
- c. La uniformidad de ejercicios
- d. El entrenamiento intensivo