Cuestionario de Atletismo

Educación Física — 5.º Año de Básica / Primaria

Nombre: _____ **Fecha:** _____

1. Verdadero o Falso

En las carreras de relevos, los corredores se pasan un objeto cilíndrico llamado "testigo" o "estafeta".

- ☐ Verdadero
- ☐ Falso

2. Escoge la opción correcta

¿Cuál de las siguientes pruebas es un **lanzamiento** oficial en el atletismo?

- ◯ a) Lanzamiento de balón de fútbol
- ◯ b) Lanzamiento de jabalina
- ◯ c) Lanzamiento de cuerda

3. Pregunta abierta

El atletismo tiene carreras muy rápidas (velocidad) y otras muy largas (resistencia). Si tuvieras que competir hoy, ¿cuál de las dos elegirías y por qué?

---

4. Escoge la opción correcta

¿Qué acción está totalmente prohibida (no se puede hacer) en la prueba de **marcha atlética**?

- ◯ a) Correr o despegar los dos pies del suelo al mismo tiempo
- ◯ b) Caminar moviendo los brazos
- ◯ c) Mirar hacia adelante

LIVEWORKSHEETS

5. Verdadero o Falso

El salto con garrocha (pértiga) consiste en saltar lo más lejos posible dentro de un cajón lleno de arena.

- [ ] Verdadero
- [ ] Falso

LIVEWORKSHEETS

Hoja de Respuestas e Instrucciones

Exclusivo para el Docente

Clave de Corrección

Pregunta 1: Verdadero

Explicación: El testigo o estafeta es el implemento cilíndrico obligatorio que define las carreras por equipos o relevos.

Pregunta 2: b) Lanzamiento de jabalina

Explicación: La jabalina forma parte de las cuatro disciplinas de lanzamiento oficiales (junto con bala, disco y martillo). Los otros objetos no pertenecen al atletismo regular.

Pregunta 3: Respuesta Libre (Criterio del estudiante)

Pauta de evaluación: El alumno debe identificar la diferencia básica entre velocidad y resistencia, fundamentando su preferencia según su propia condición física o gusto personal de forma lógica.

Pregunta 4: a) Correr o despegar los dos pies del suelo al mismo tiempo

Explicación: La marcha atlética exige por reglamento mantener siempre un pie en contacto visible con el suelo y la pierna de apoyo completamente recta.

Pregunta 5: Falso

Explicación: El salto con garrocha busca superar una barra a gran altura. La prueba que se ejecuta buscando la mayor distancia en un cajón de arena es el salto de longitud (largo).

LIVEWORKSHEETS