

Formato ticket de salida 20 formato impreso
Curso: 3° _____
Nombre estudiante :
Objetivo: OA6- Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que incrementen la condición física, por medio de juegos y circuitos.
Indicador de evaluación: Reconocer conceptos de las Capacidades física
Preguntas de selección múltiple
<p>¿Cuál sería una definición de intensidad moderada a vigorosa?</p> <p><input type="radio"/> Se puede definir como aquella actividad que se realiza con un esfuerzo de moderado a extenuante, e incrementa la frecuencia cardíaca de forma notable o sustancial.</p> <p><input type="radio"/> Se puede definir como aquella actividad que se realiza con un esfuerzo de liviano a relajado</p> <p><input type="radio"/> Se puede definir como aquella actividad que se realiza solo cuando trotas y corres.</p> <hr/>
<p>¿Cuál sería una definición de Resistencia cardiovascular?</p> <p><input type="radio"/> La resistencia cardiovascular es la capacidad que la piel,, los pulmones y los vasos sanguíneos para suplirle energía al cuerpo durante un ejercicio continuo y prolongado.</p> <p><input type="radio"/> La resistencia cardiovascular es la capacidad que tiene el corazón, los pulmones y los vasos sanguíneos para suplirle energía al cuerpo durante un ejercicio continuo y prolongado.</p> <p><input type="radio"/> La resistencia cardiovascular es la capacidad que tiene la mente, los pulmones y los vasos sanguíneos para suplirle energía al cuerpo durante un ejercicio continuo y prolongado.</p> <hr/>
<p>¿De qué trata la carrera de sacos?</p> <p><input type="radio"/> De saltar con los pies amarrados</p> <p><input type="radio"/> De saltar con saco</p> <p><input type="radio"/> De realizar cuadrupedia</p>