








Ticket de salida N°21 educación física y salud						
Curso: 5°						
Nombre estudiante :						
Objetivo: 6						
Ejecutar actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que desarrollen la condición física por medio de la práctica de ejercicios de resistencia cardiovascular, fuerza, flexibilidad y velocidad, estableciendo metas de superación personal.						
Indicador de evaluación:						
<i>Identificar capacidades físicas en situaciones para conocer el concepto.</i>						
<i>¿Cómo te sientes el día de hoy? Marca el emoticón que refleja tu estado de ánimo el día de hoy</i>						
						
MUY FELIZ	FELIZ	CON SUEÑO	ENOJADO(A)	MUY ENOJADO(A)	TRISTE	MUY TRISTE
Preguntas de selección múltiple						
<i>Lee atentamente la pregunta y responde identificando el concepto dentro de la definición.</i>						
1. La es la capacidad que nos permite oponernos a una resistencia o ejercer una presión por medio de una tensión muscular. Ejemplos: levantar un peso, arrastrar un objeto o empujar algo. ¿Cuál es la capacidad física que en la definición? a) Fuerza b) Agilidad c) Velocidad d) Resistencia						
2. Laes la habilidad que tiene un organismo de esforzarse y permanecer activo por un largo periodo de tiempo, así como también la capacidad de resistir, soportar y recuperarse de la fatiga. ¿Cuál es la capacidad física que en la definición? a) Velocidad. b) Flexibilidad. c) Locomoción. d) Resistencia.						

3. La es la capacidad que tienen las articulaciones para realizar movimientos con la mayor amplitud posible. No genera movimiento, sino que lo posibilita.
- a) Manipulación
 - b) Flexibilidad
 - c) Fuerza
 - d) Velocidad