

Ticket de salida N°23 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:

Identificar las distintas capacidades físicas para ejecutarlas en distintas situaciones.

¿Cómo te sientes el día de hoy? Marca el emoticón que refleja tu estado de ánimo el día de hoy



MUY FELIZ



FELIZ



CON SUEÑO



ENOJADO(A)



MUY
ENOJADO(A)



TRISTE



MUY
TRISTE

Preguntas de selección múltiple

Observa las imágenes y responde las siguientes preguntas.



1. ¿Cuáles son las capacidades físicas que se ejecutan en el lanzamiento de béisbol?
 - a) Resistencia y Velocidad
 - b) Fuerza y Velocidad
 - c) Manipulación y lanzamiento
 - d) Agilidad y lanzamiento



2. ¿Cuál es la capacidad física que se ejecuta en la imagen?
 - a) Velocidad
 - b) Manipulación
 - c) Locomoción
 - d) Flexibilidad

3. ¿Cómo puedes ejecutar la fuerza en tu hogar? Para esto debes redactar una situación ejecutando la capacidad física señalada.

.....

.....

.....