

**Ticket de salida N°27 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 capacidades físicas que ejecuta el personaje en distintas acciones.*

*¿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**

*Para contestar las preguntas, deberás visualizar el siguiente video, donde tendrás que identificar las capacidades físicas en las distintas acciones que se ejecutan.*

Video: <https://www.youtube.com/watch?v=r55vCOiLKV4>

- 1- ¿Qué CAPACIDAD FÍSICA está trabajando Homero asistiendo al gimnasio en la "toma 1"?
  - a) Fuerza
  - b) Resistencia
  - c) Músculos
  - d) Levantar Peso
  
2. ¿Cuáles son las CAPACIDADES FÍSICAS que ejecuta Homero al levantar pesa y saltar la cuerda en la "toma 2"?
  - a) Velocidad y Flexibilidad
  - b) Velocidad y Fuerza
  - c) Resistencia y Fuerza
  - d) Músculos y Salto

3. ¿Qué CAPACIDAD FÍSICA debería fortalecer Homero para terminar la carrera de buena manera en la "toma 3"?
- a) Fuerza
  - b) Resistencia
  - c) Dejar de comer
  - d) Correr