

Ticket de salida educación física

Curso:

Nombre estudiante :

Objetivo

Coordinar sus habilidades psicomotoras practicando posturas, movimientos de fuerza y resistencia

Indicador de evaluación:

Identificar movimientos de resistencia a través de preguntas.

Preguntas de selección múltiple

1. ¿Qué es la resistencia física?

- a. Es la capacidad de realizar un trabajo, eficiente, durante el máximo tiempo posible.



- b. Es la capacidad que nos permite oponernos a una resistencia o ejercer una presión por medio de una tensión muscular.



2. ¿En cuáles de estos deportes necesitas mayor tiempo de ejecución?

- a. Halterifilia



- b. Lanzamiento de la jabalina



- c. Fútbol



- d. salto largo



3. ¿En cuál situación te demoras más en terminar la actividad?

- a. Barrer el patio.
- b. Hacer la cama.
- c. Lavarse las manos
- d. Vestirse.

4. ¿Cómo te sientes después de bailar 30 minutos? (hazlo y después responde).

Colegio Eduardo De Geyter – Corporación Municipal Rancagua
Dirección: Calle Italia 582, Población Rancagua Norte. Fono: (72) 223 04 21. E-Mail: eduardo.geyter@cormun.cl