

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTOR ABAD GÓMEZ		
	Proceso: GESTION CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: Examen de periodo		Versión 01	Página 1 de 2

FECHA:	PERIODO: 01	GRADO: SEPTIMO
AREA: EDUCACIÓN FISICA. DOCENTES. ALEJANDRO ACEVEDO – FABIAN CASTRLLÓN.		
NOMBRE DEL ESTUDIANTE:		

Pregunta tipo I, selecciona la respuesta correcta

1. Es el arte de desarrollar por medio de ejercicios de fuerza, velocidad, elasticidad, agilidad. Etc.; los aspectos psíquicos, físicos y motrices del ser humano:
 - A. La gimnasia
 - B. El atletismo
 - C. El fútbol
 - D. La resistencia
2. Son tipos de gimnasia menos:
 - A. Olímpica
 - B. Deportiva
 - C. Artística
 - D. Descriptiva
3. La palabra gimnasia viene del vocablo griego Gimnos, que significa:
 - A. Desnudo
 - B. Vestido
 - C. Al aire libre
 - D. Con el uniforme adecuado
4. Uno de los objetivos de la gimnasia como base en el desarrollo motor e intelectual del hombre es:
 - A. La conservación de la salud
 - B. El desarrollo de las capacidades físicas
 - C. El desarrollo de la condición física
 - D. Todas las anteriores
5. Buscar la educación armónica de gestos y movimientos en los que intervienen el ritmo, la música, la expresión corporal y los elementos como (pelotas, balones, aros, bastones, etc.) hacen referencia a:
 - A. La gimnasia rítmica
 - B. La gimnasia olímpica
 - C. La gimnasia deportiva
 - D. Ninguna de las anteriores
6. Prepara al hombre para desarrollar varios grupos de ejercicios, empleando elementos como las barras, los anillos, el banco sueco, las paralelas y el mismo suelo:
 - A. La gimnasia rítmica
 - B. La gimnasia olímpica
 - C. La gimnasia pre deportiva
 - D. Ninguna de las anteriores
7. Las capacidades físicas son:
 - A. Una serie de movimientos
 - B. Una serie de ejercicios
 - C. El conjunto de aptitudes físicas que tiene el hombre para realizar o ejecutar un trabajo físico con eficiencia
 - D. Ninguna de las anteriores
8. La velocidad es:
 - A. Un gesto motor
 - B. Un patrón de movimiento
 - C. La capacidad que tiene el hombre para recorrer una distancia determinada en el menor tiempo posible
 - D. Ninguna de las anteriores
9. El calentamiento es:
 - A. Un conjunto de ejercicios
 - B. Una adaptación
 - C. Una serie de movimientos
 - D. La adecuación y/o preparación física y mental del organismo, a través de una serie de ejercicios.
10. La resistencia es:
 - A. Capacidad que tiene el hombre para realizar un trabajo físico de larga duración sin llegar a la fatiga
 - B. Una actividad física
 - C. Una serie de ejercicios
 - D. Ninguna de las anteriores

