

PRUEBA DE EDUCACIÓN FÍSICA CLEI 5

PERIODO 2

1 Aceptación que le daban los antiguos, tiene un origen muy remoto. Hace más de 5.000 años se practicó en la India, China y Egipto. En este último país alcanzó un gran desarrollo. Así lo demuestran sus pinturas milenarias.

En la cultura vicus, que fue anterior a la de los incas (antigua Perú), se practicó este tipo de Ejercicios. Esto se ha comprobado con el descubrimiento de una cerámica en que se ve un individuo haciendo "el puente".

1º según el texto la idea principal es:

- ☐ A. La Fuente de la Gimnasia
- ☐ B. Historia de la Gimnasia
- ☐ C. Importancia de la gimnasia
- ☐ D. Naturaleza de la gimnasia

2 2º Según el texto en qué país las pinturas milenarias demuestran la antigüedad de la Gimnasia:

- ☐ A. En Egipto
- ☐ B. En la India
- ☐ C. En Perú
- ☐ D. En La China

3 3º Según el Texto en qué cultura, anterior a la de los Incas, se practicó ejercicios Gimnásticos:

- ☐ A. Cultura Chibcha
- ☐ B. Cultura Azteca
- ☐ C. Cultura Inca
- ☐ D. Cultura Vicus

4 En Grecia fue en donde nació la definición de Gimnasia que significa: Ejercicios físicos en general. Los realizaban sin Ropa alguna. La idea de la Gimnasia, como medio de acrecentar el vigor y la salud del individuo, resucitó en el Renacimiento y su verdadero iniciador fue el médico Italiano Jerónimo Mercuriali, que escribió un magnífico libr/o, para aquella época: de Arte Gimnástica, cuyo primera edición la publico en 1569.

4º Según el texto Gimnasia significa:

- ☐ A. Ejercicio Gimnástico
- ☐ B. Ejercicio Acrobático
- ☐ C. Acrobacias Físicas
- ☐ D. Ejercicios Físicos

5 5º Según el texto el libr/o de Mercuriali fue publicado en el año:

- ☐ A. 1596
- ☐ B. 1569
- ☐ C. 1695
- ☐ D. 1956

6 Gimnasia es una de las partes o medios básicos científicos de la educación física, que se propone buscar el desarrollo armonioso e integral del cuerpo humano, con la finalidad de conseguir y mantener el equilibr/io funcional, morfológico y psíquico. Además, como dice lindhard, tiene finalidad estética e higiénica.

Para lograr su fin, educación por movimiento, se vale de ejercicios naturales y contruidos (artificiales); simples y de forma definida: sujetos a disciplinas y ordenamiento; metódicos y sistematizados.

6º Según el texto para que la gimnasia logre su fin "Educación por el movimiento, se debe valer de:

- ☐ A. ejercicios naturales y expresivos (articulados); simples y de formación definida.
- ☐ B. ejercicios naturales y especiales (artificiales); simples y de forma definida.
- ☐ C. ejercicios naturales y contruidos (artificiales); simples y de forma definida
- ☐ D. ejercicios naturales y contruidos (artificiales); simples y de forma definida.

7 7º Según el texto anterior la Gimnasia se propone:

- ☐ A. Buscar el desarrollo Armonioso e integrado de la humanidad.
- ☐ B. buscar el desarrollo armónico e integral de la corporalidad del Hombr/e
- ☐ C. buscar el desarrollo armonioso e integral del cuerpo humano
- ☐ D. buscar el desarrollo armonioso e integral del hombr/e con su cuerpo

8

Lectura:

Los Valores educativos de la Gimnasia se clasifican en 6 tipos, especialmente cuando nos referimos a la gimnasia de Suelo, Manos libr/es, o destrezas.

1. Físico. Se refiere a que debido a que por medio de la ejecución de ejercicios de Gimnasia se requiere de un aporte muscular completo, dando como resultado un desarrollo de las cualidades físicas, tales como la fuerza, Flexibilidad, equilibrio, coordinación y agilidad.

2. Bio-fisiológico. Se obtiene por medio de la gimnasia una constitución orgánica y una mejor funcionalidad del aparato Respiratorio, Circulatorio y del sistema nervioso.

3. Sicológico. El alumno logra tomar conciencia de las diferentes dificultades que se le presentan durante el proceso de aprendizaje.

4. Espiritual. Se desarrollan cualidades espirituales como la valentía, El coraje, la decisión, el deseo de superación continua, a medida que se va dando cuenta, por medio de la progresión constante.

5. Social. Se manifiesta la Amistad y la ayuda mutua por parte de los alumnos entre sí, precisamente cuando se presentan las diversas dificultades dentro del proceso Enseñanza Aprendizaje.

Intelectual. Se logra un buen desenvolvimiento intelectual, por medio de la gimnasia si le damos oportunidad que exprese su creatividad, básicamente desarrollará la capacidad creativa mediante la elaboración de Ejercicios combinados formando esquemas simples.

8º Según el texto anterior en cuál de estos Valores Educativos el alumno manifiesta un deseo de superación continuo:

- ☐ A. Bio-Físico
- ☐ B. Espiritual
- ☐ C. Intelectual
- ☐ D. Social

9 **9º** Una de las características importante en los valores educativos de la Gimnasia es el desarrollo de las cualidades físicas, tales como: la fuerza, flexibilidad, .equilibr/io, coordinación y agilidad: a cuál de estas corresponde la frase.

- ☐ A. Físico
- ☐ B. Sicológico
- ☐ C. Biofísico
- ☐ D. Psicológico

10 **10º** Según el texto el Italiano Jerónimo Mercuriali escribió sobr/e:

- ☐ A. Arte Acrobático en la Gimnasia
- ☐ B. Gimnasia Moderna
- ☐ C. Arte Gimnastica
- ☐ D. Gimnasia de suelo