

# COLEGIO LUCES DEL FUTURO

¡Iluminando el Porvenir!

## Evaluación de Educación Física 6to Secundaria

Nombre: \_\_\_\_\_

### Subraya la respuesta correcta

- 1- En este sistema del cuerpo humano existen una distribución de nutrientes para la realización de actividades físicas o motoras:  
a) Sistema Circulatorio   b) Sistema Nervioso   c) Sistema Endocrino   d) Sistema Respiratorio
- 2- Es la parte más importante dentro de los seres humanos donde al alimentarse obtendrán los nutrientes necesarios para realizar todo tipo de actividades físicas de la vida diaria:  
a) La Nutrición                      b) La Respiración                      c) Los Nervios                      d) Sistema Locomotor
- 3- Es una parte importante de los nutrientes serán atrapados para obtener la energía necesaria:  
a) Exhalación                      b) Inhalación                      c) Digestión                      d) Respiración
- 4- En la circulación los nutrientes viajan después de haber sido digeridos para proporcionar la energía necesaria al cuerpo y esto lo hace a través de:  
a) Los Poros de la piel   b) El Hígado                      c) Torrente Sanguíneo   d) Cuerpo
- 5- Es el proceso en el cual el organismo carga la energía para que después sea desechada en alguna actividad física:  
a) Actividad Física                      b) Caminando                      c) Durmiendo                      d) Soñando
- 6- Es el sistema que nos permite la coordinación y funciones vitales sin que nos estemos cayendo o perdiendo la coordinación de movimientos:  
a) El Movimiento                      b) Sist. Respiratorio                      c) Sist. Nervioso                      d) Sist. Muscular
- 7- Este sistema está formado en su mayor parte del cuerpo por músculos esqueléticos los cuales conforman el 60% de la masa muscular:  
a) Sist. Genético                      b) Sist. Muscular                      c) Sist. Nervioso                      d) Coordinación

- 8- Este sistema es el almacén de nuestro cuerpo dividido en dos partes llamadas axial y coaxial:
- a) Sist. Genético      b) Coordinación      c) Sist. Nervioso      d) Cerebro
- 9- Este sistema está en nuestro cuerpo permitiendo la coordinación de los mensajes al cuerpo:
- a) Sist. Circulatorio      b) Sist. Respiratorio      c) Sist. Nervioso Periférico      d) Cuerpo
- 10- Este sistema busca la eliminación de las toxicidades que están sobresaturadas en nuestro cuerpo y lo hace de dos maneras:
- a) Sist. Circulatorio      b) Sist. Nervioso      c) Sist. Linfático e Inmune      d) Sist. Digestivo
- 11- Este sistema convierte los alimentos en energía para las actividades diarias:
- a) Sist. Digestivo      b) Sist. Nervioso      c) Sist. Circulatorio      d) Sist. Nervioso Periférico
- 12- Es la capacidad física básica del individuo que forma parte del rendimiento humano:
- a) Velocidad Física      b) Desplazamiento      c) Comida      d) Calentamiento
- 13- Esta resistencia se refiere a la del ser humano de dominar su respiración después de un esfuerzo mayor posible:
- a) Resistencia Física      b) Resistencia Anaeróbica      c) Resistencia Aláctica  
d) Resistencia Aeróbica
- 14- Es parte de un plan de acción en los juegos para resolver cualquier situación de juego:
- a) Estrategia      b) Trampa      c) Ganar      d) Vencer
- 15- En un resultado en los juegos o en cualquier deporte, la estrategia sirve para trabajar una parte importante del cuerpo humano ¿Cuál es?:
- a) Nutrición      b) La Respiración      c) Hemisferios Cerebrales      d) Sistema Locomotor
- 16- Este tipo de estrategia se ocupa en la solución de problemas de juego en la vida diaria del ser humano:
- a) Estrategia de te toca      b) Reglas de Juego      c) Instrucciones Básicas      d) Estrategia de Ruleta
- 17- Tipo de estrategia que se emplea con diversos medios de acción empleando un método para su solución:
- a) Instrucción      b) Toma y Da      c) Estrategia Militar      d) Juego
- 18- Fecha en que se celebró la primera competencia deportiva de tipo religioso:
- a) 776 a.c      b) 1900      c) 777 a.c      d) 555 d.c

19- Deporte que se practica en parejas o de forma individual:

- a) Basquetbol                      b) Tenis                      c) Futbol                      d) Sistema de Campeonatos

20- Práctica de este deporte en donde el competidor cumple una serie de pruebas que derivan para su clasificación en cuanto a puntuación:

- a) Clasificación Individual      b) Clasificación Grupal      c) Coordinación      d) Campeón

21- Practica en la que se enfrentan en una pista en la que cada competidor debe romper un tiempo ya establecido:

- a) Carreras                      b) Campeonato                      c) Relevos                      d) Valet

22- Sistema de competencias en el cual el competidor debe desafiar al nuevo campeón anterior:

- a) Titulo                      b) Medalla                      c) Campeonato Mundial                      d) Cuerpo

23- Sobre esta prueba compiten equipos de dos personas teniendo para su clasificación siempre un ganador:

- a) Partido                      b) Relevos                      c) Partidos a Dos                      d) Jugadas

24- Son partidos de tiempo completo como el futbol:

- a) Tiempo Reglamentario      b) Reglas                      c) Tiempos de Jugada                      d) Jugada

25- Juego o deporte con tiempos cortos o más de dos momentos de juego:

- a) Velocidad                      b) Desplazamiento                      c) Sets                      d) Calentamiento

26- ¿Cuál de los siguientes deportes que aparecen en la lista se juegan en un tipo de SETS?

- a) Futbol Americano                      b) Natación                      c) Futbol Soccer                      d) Maratón

27- Se le conoce al deporte como dos facetas importantes para su ejercicio o realización de actividad deportiva:

- a) Competencias                      b) Profesional y Amateur                      c) Ganar                      d) Vencer

28- Dentro de la iniciación deportiva se realiza bajo una vertiente que se llama:

- a) Esquemática                      b) Avanza a lo Largo                      c) Hemisferios Cerebrales                      d) Sist. Locomotor

29- Elementos que componen a la parte esquemática de la iniciación deportiva:

- a) Estrategia de te toca                      b) Reglas de Juego  
c) Reglas, Competencias Deportiva, Resultado                      d) Estrategia de la Ruleta

30- Es la característica para poder practicar el deporte amateur en cualquier lugar:

- a) Torneo                      b) Toma y Da                      c) Combinado o con dos personas                      d) Juego