COLEGIO SAN SEBASTIÁN

EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD

EVALUACIÓN FORMATIVA

EDUCACION FISICA

NOMBRE: CURSO: 1ro

\*La presente evaluación formativa consta de una serie de preguntas de alternativas las cuales hacen alusión a las últimas clases realizadas.

\*La evaluación debe ser enviada en formato **WORD,** no PDF, no PPT o similar.

**\***La evaluación debe ser enviada al correo matiasmonbas@gmail.com, cualquier duda o consulta pueden hacerlo a este mismo correo.

1. ¿Cuál es la finalidad de la gimnasia artística?
2. Demostrar las virtudes del gimnasta y su capacidad
3. Ganar a toda costa sin importar como
4. Alardear de mis capacidades físicas
5. Ninguna de las anteriores
6. ¿Cuál es el tiempo promedio de las competencias en la gimnasia artística?
7. 3 minutos
8. De 4 a 5 minutos
9. De 30 a 90 segundos
10. De 10 a 25 segundos
11. Respecto a los aparatos o pruebas femeninas encontramos:
12. Suelo femenino – anillos – salto femenino – paralelas
13. Viga – barras asimétricas – suelo femenino – salto femenino
14. Paralelas – salto – viga – anillos
15. Caballo con arcos – suelo masculino – viga – barras asimétricas
16. I Y II
17. Solo I
18. Solo II
19. Solo IV
20. Son características del salto femenino:
21. Mesa de salto
22. Pista de salto
23. Barras paralelas
24. Trampolín
25. Alternativas a,b y d.
26. ¿Cuáles son los 3 elementos fundamentales de la competencia “viga”? Puedes seleccionar una o más alternativa.
27. Elemento Artístico
28. Elemento Gimnástico
29. Elementos fisiológicos
30. Elemento coreográfico
31. ¿Las barras asimétricas es una prueba o competencia exclusivamente para mujeres?
32. Verdadero
33. Falso
34. El suelo femenino se caracteriza por dos elementos:
35. Elementos de fuerza y velocidad
36. Elementos de carreras y saltos de obstáculos
37. Elementos de danza y acrobacias
38. Ninguna de las anteriores
39. La prueba masculina de los anillos está compuesta básicamente por elementos de fuerza, mantención e impulso:
40. Falso
41. Verdadero
42. “Consiste en una barra redonda metálica que descansa horizontalmente en dos bases metálicas con graduación”, la definición anterior corresponde a:
43. Suelo masculino
44. Barras asimétricas
45. Caballo con arcos
46. Barra fija
47. ¿En que consiste la prueba de las barras paralelas?
48. Constan de dos barras paralelas ubicadas a diferente altura. Cada barra esta soportada por dos bases verticales.
49. Consiste en la combinación de elementos acrobáticos y de danza.
50. consiste en dos anillos de forma circular colgados a un marco metálico.
51. Consiste en dos barras de las mismas dimensiones, que están paralelas y a la misma altura.
52. “contemporáneo se caracteriza por diferentes tipos de impulsos circulares piernas juntas y abiertas, en una variedad de posiciones de apoyo en todo el caballo, impulsos de una pierna y/o tijeras”, lo anterior corresponde a:
53. Barras asimétricas
54. Salto femenino
55. Salto masculino
56. Ninguna de las anteriores