



## Castilla-La Mancha

Consejería de Educación,  
Cultura y Deportes

### EDUCACIÓN FÍSICA

Apellidos \_\_\_\_\_ Nombre \_\_\_\_\_

DNI \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

#### INSTRUCCIONES GENERALES

- Duración de la prueba: 1 hora
- Mantenga su DNI en lugar visible durante la realización de la prueba.
- Lea detenidamente la prueba y responda únicamente a lo que se le pregunte.
- Cuide la presentación y la ortografía. Revise la prueba antes de entregarla.
- Cada ejercicio tiene asignada su calificación correspondiente.
- Esta prueba se calificará numéricamente entre 0 y 10. Para superar la materia de Educación Física, deberá obtener una puntuación mínima de cinco puntos.

### EJERCICIOS

**1) Explique qué son las capacidades físicas básicas. (2 puntos)**

**2) Defina la resistencia y explique sus tipos. (2 puntos)**

**3) Defina fuerza y explique sus tipos. (2 puntos)**

**4) Defina velocidad y explique sus tipos. (2 puntos)**

**5) Defina flexibilidad y explique sus tipos. (2 puntos)**





**Castilla-La Mancha**  
Consejería de Educación,  
Cultura y Deportes

