



## **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

