



# CUADERNO DE TRABAJO

EDUCACIÓN FÍSICA

I.E.S. CIUDAD DE LAS CABEZAS

1º E.S.O.

Ficha nº 09

Evaluación

## “Las Cualidades motrices”

Nombra las cualidades motrices:

Relaciona cada actividad con la cualidad motriz que sea **más** necesaria para realizarla y para qué.

- Montar en bicicleta:
- Bailar en una discoteca:
- Jockey sobre hielo:
- Saltar en una cama elástica:
- Jugar a baloncesto:
- Remar:
- Carrera de vallas.

### TU SALUD

*Explica cómo debemos sentarnos correctamente:*

- 1.
- 2.
- 3.