



Colegio Ciudad Educativa
Educación parvularia, básica y media
RBD 18028-9
Camino a Las Mariposas N° 4109
Fono: +56 9 961 920 32
Chillán

“HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS”

Profesor(a):	Sergio Andrés Pereira Araya	Asignatura	Educación Física Y Salud
Correo:	sergio.pereira.edufis@gmail.com		
Instagram:			
Curso	5° Básico A - B	Fecha máxima de envío:	24-08-2020
Objetivo de aprendizaje:	Conocer las habilidades motrices básicas y demostrar la aplicación en un circuito lúdico de creación propia.		
Instrucciones:	Leer las definiciones de qué y cuáles son las habilidades motrices básicas, luego crear un circuito de estaciones de 5 ejercicios en total, en el que se trabajen distintas habilidades motrices según lo aprendido. El circuito debe estar en un dibujo o esquema, especificando en cada estación el tipo de habilidad trabajada. Además debe adjuntar un video en el que el estudiante ejecute las habilidades motrices de cada estación.		

HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS

Son unas acciones motrices estructuradas y organizadas de una forma secuencial que evolucionan y se desarrollan en el ser humano desde su nacimiento, mejorando con el aprendizaje.

El aprendizaje de estas habilidades motrices básicas permitirá al individuo realizar habilidades motrices específicas.

- Características para que una habilidad motriz sea básica:

Ser comunes a todos los individuos. Esto quiere decir que las habilidades están innatas (Que ha nacido con la persona, no adquirido por educación ni experiencia) en nuestra persona y que poco a poco se van desarrollando y mejorando en la medida en que vamos creciendo.

Haber permitido la supervivencia al hombre. Antiguamente los hombres primitivos se valían de estas habilidades para la caza: saltaban obstáculos, corrían detrás de las presas...

Ser base de aprendizajes de nuevos movimientos. Esto quiere decir, que el dominio de estas habilidades nos permitirá desarrollar otras más complejas, ejemplo: saltar un arroyo, nos puede permitir poder pasar una valla de atletismo)

- Tipos de habilidades motrices básicas:

- **Habilidades locomotrices:** Para ejecutar estas habilidades se necesita desplazamiento. Ejemplo de ellas: Caminar, correr, reptar, nadar, trepar, gatear, rodar, saltar, equilibrio dinámico.
- **Habilidades no locomotrices:** Para realizar estas habilidades no se requiere desplazamiento, pero si un dominio de nuestro cuerpo. Ejemplo de ellas: Saltar, girar, equilibrio estático, balancearse, colgarse, empujar, traccionar.
- **Habilidades Manipulativas:** Implica manejo de objetos. Ejemplo de ellas: Lanzar, recoger, golpear, batear, recortar.



Colegio Ciudad Educativa
Educación parvularia, básica y media
RBD 18028-9
Camino a Las Mariposas N° 4109
Fono: +56 9 961 920 32
Chillán

¡¡¡A trabajar con lo aprendido!!!

- Crea un circuito de 5 estaciones en el que se trabajen las habilidades motrices aprendidas. Debes especificar en cada estación la o las habilidades motrices que se están ejecutando. El circuito debe estar explicado en un dibujo o esquema.

- Graba un video donde tú realices el circuito creado y adjúntalo con el trabajo.