



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”

<b>Profesor(a):</b>	Sergio Andrés Pereira Araya	<b>Asignatura</b>	Educación Física Y Salud
<b>Correo:</b>	sergio.pereira.edufis@gmail.com		
<b>Instagram:</b>			
<b>Curso</b>	6° Básico A - B	<b>Fecha máxima de envío:</b>	24-08-2020
<b>Objetivo de aprendizaje:</b>	Conocer las habilidades motrices básicas y demostrar la aplicación en un circuito lúdico de creación propia.		
<b>Instrucciones:</b>	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.