



EVALUACIÓN FORMATIVA DE EDUCACION FISICA Y SALUD 4º AÑOS
SEMANA 30 -31

Nombre:	
Curso:	Fecha: del 26 de octubre al 6 de noviembre
<p>OA1 Demostrar control en la ejecución de las habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles; por ejemplo: atrapar un objeto con una mano a diferentes alturas, desplazarse boteando un objeto en zigzag y saltar, caminar sobre una base a una pequeña altura y realizar un giro de 360° en un solo pie.</p>	



COMO ESTAN!! En esta **SEMANA** comenzaremos a conocer las **habilidades motrices básicas** y su estrecha relación entre ellas con nuestra capacidad física.

La habilidad motriz es la capacidad que nos permite desempeñar cualquier actividad física de forma ordenada y con poco esfuerzo. **La capacidad de movimiento de la persona evoluciona de lo más simple a lo más complejo (organizado)**, de modo que, partiendo de una serie de movimientos elementales, se alcanzan otros mucho más complejos y específicos.

Los movimientos voluntarios se integran paulatinamente en actos coordinados e intencionados que, gracias al aprendizaje y a la experiencia, conforman las habilidades motrices básicas y más tarde, las habilidades motrices específicas.

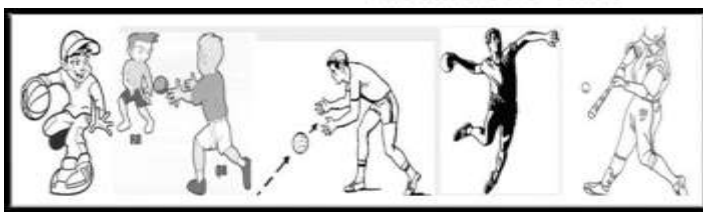
Observemos el siguiente esquema:



PORQUE SON IMPORTANTES



- **NOS PERMITEN LLEVAR A CABO CUALQUIER TRABAJO , ACTIVIDAD U OFICIO.**
- **NOS AYUDAN A MANEJAR NUESTRO CUERPO EN CIERTOS ESPACIOS.**
- **SI SE PERFECCIONAN , SE PUEDEN EJECUTAR TAREAS MAS COMPLEJAS.**
- **HACEN PARTE DE LA MOTRICIDAD GRUESA Y LA MOTRICIDAD FINA.**

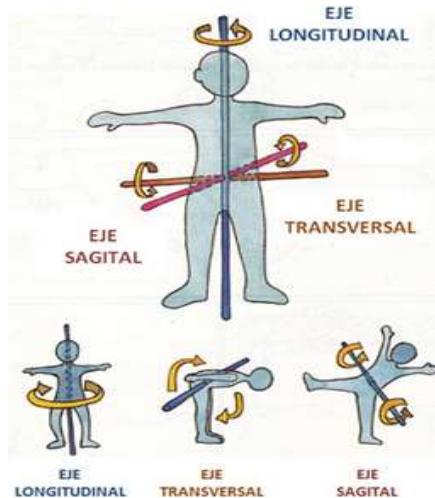


¡¡ AHORA VAMOS POR CADA HABILIDAD!!

1.-Habilidades locomotrices o desplazamientos:

Son movimientos que tiene como objetivo fundamental llevar el cuerpo de un lugar a otro en un espacio determinado.

Ejemplo: andar, correr, trotar, saltar, reptar, cuadrupedias frontal y ventral.



2.- Giros: Entendemos por giro todo aquel movimiento corporal que implica una rotación a **través de los ejes ideales que atraviesan el ser humano** longitudinal, transversal y sagital. Los giros, desde el punto de vista funcional constituyen una de las habilidades de utilidad en la orientación y situación de la persona.

Podemos establecer que los giros se pueden realizar según los tres ejes corporales:

a) **Eje Longitudinal:** Por ejemplo las **Rotaciones**

b) **Eje Transversal:** Por ejemplo las **Volteretas y,**

c) **Eje Sagital:** Por ejemplo las **Ruedas.**

De acuerdo al espacio donde se realicen se clasifican en:

Giros en contacto con el suelo o Giros en suspensión.

3.-Saltos: El salto puede ser definido como el desplazamiento que se realiza al brincar de un lugar al otro en el aire. Existe una gran variedad de saltos, pero nosotras sólo utilizaremos algunos de ellos, los que mejor se adaptan a la etapa escolar del niño.



El salto es una habilidad motriz poco valorada, pero sin embargo resulta muy útil y provechosa para realizar diferentes tareas de la vida cotidiana: coger objetos fuera de nuestro alcance, evitar obstáculos, etc.



Variaciones del salto: horizontal, vertical, combinado y con obstáculos.

4.- Lanzamientos, recepciones y coordinación visomotriz:

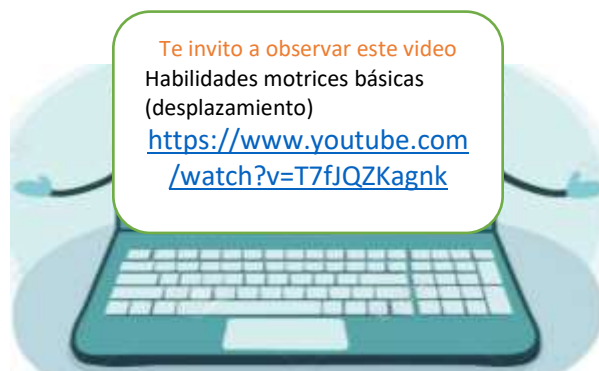
Los Lanzamientos : Consisten en arrojar un objeto hacia un lugar determinado.

Las recepciones: consiste en atajar, detener o controlar un objeto con los brazos, las manos ó los pies.

La coordinación visomotriz: La coordinación viso-motriz implica el ejercicio de movimientos controlados y deliberados que requieren de mucha precisión.



Te invito a observar este video
Habilidades motrices básicas
(desplazamiento)
<https://www.youtube.com/watch?v=T7fJQZKagnk>





ACTIVIDADES DE TRABAJO

ACTIVIDAD N° 1: Observa las imágenes y luego coméntalas con un adulto.



Ahora responde las siguientes preguntas con letra clara, respetando uso de mayúsculas y puntuación:



¿Qué crees que están haciendo los niños de la imagen?

R: _____



¿Identificas alguna Habilidad Motora Básica en las imágenes?
¿Cuál o cuáles son?

R: _____

ACTIVIDAD 2.- Escribe debajo de cada imagen, que tipo de habilidad observas: desplazamiento, salto, giro o lanzamiento y recepción



AMA TU CUERPO
PORQUE ES EL LUGAR DONDE
VAS A VIVIR TODA TU VIDA

NOS VEMOS EN CLASES!!!!