IDENTIFICACIÓN			
INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTOR ABAD GÓMEZ			
DOCENTE: Paola Mejía - Jorge Patiño		**NÚCLEO DE FORMACIÓN**: Lúdico-recreativo	
CLEI: VI	**GRUPOS**: CLEI VI	**PERIODO:** Primero	**CLASES:** SEMANA 05
NÚMERO DE SESIONES: 1	**FECHA DE NICIO:** 9 de agosto	**FECHA DE FINALIZACIÓN:** 15 de agosto	

PROPÓSITO

- Fortalecer creaciones lúdico-recreativas
- Incentivar los estudiantes a practicar hábitos saludables

● ACTIVIDAD 1 (INDAGACIÓN)

¿Realizas algún deporte o actividad física?

¿Del 1 al 10 que prioridad le das a la actividad física y por qué?

¿Qué te impide realizar alguna actividad física o entrenamiento?

ACTIVIDAD 2 (CONCEPTUALIZACIÓN)

LEE ATENTAMENTE EL SIGUENTE TEXTO

El aprendizaje motor

La conducta del hombre se modifica y adapta normalmente por medio del entrenamiento y la experiencia; esta regla útil para todo tipo de aprendizaje en general, lo es también para la Educación Física, la cual toma los esquemas y principios que la Psicología establece como modelos explicativos de los procesos de aprendizaje. En el fondo en todas las teorías psicológicas que explican el aprendizaje motor subyace el principio de que todo aprendizaje se cumple en **tres fases:**

1) Un estímulo

2) Que activa un proceso neurofisiológico

3) Que genera una conducta y/o respuesta.

Aprendizaje operante de Skiner

1. Las habilidades motrices básicas

El concepto de Habilidad Motriz Básica en Educación Física viene a considerar toda una serie de acciones motrices que aparecen de modo filogenético en la evolución humana, tales como marchar, correr, girar, saltar, lanzar, recepcionar. Estas habilidades básicas encuentran un soporte para su desarrollo en las habilidades perceptivas, las cuales están presentes desde el momento del nacimiento al mismo tiempo que evolucionan conjunta y yuxtapuestamente.

Habilidades motrices

Por habilidades motrices básicas entendemos aquellos actos motores que se, llevan a cabo de forma natural y que constituyen la estructura sensomotora básica, soporte del resto de las acciones motrices que el ser humano desarrolle.

Para **Guthrie** la habilidad motriz es definida como "la capacidad, adquirida por aprendizaje, de producir resultados previstos con el máximo de certeza y, frecuentemente, con el mínimo dispendio de tiempo, de energía o de ambas"

Se trata, por consiguiente, de la capacidad de movimiento humana adquirida por aprendizaje, entendiendo el desarrollo de la habilidad motriz como producto de un proceso de aprendizaje motor. Estas habilidades básicas, base en el aprendizaje de posteriores acciones motrices más complejas, son los desplazamientos, saltos, equilibrios, lanzamientos y recepciones.

Destrezas motrices

Como hemos dicho anteriormente, el término destreza motriz está muy relacionado con el de habilidad, llegando numerosos autores a identificarlos y a emplear como norma el de habilidades y destrezas

Podríamos decir que la destreza es parte de la habilidad motriz en cuanto que ésta se constituye en un concepto más generalizado, restringiéndose aquella a las actividades motrices en que se precisa la manipulación o el manejo de objetos.

Características de las habilidades motrices básicas

Las características particulares que hacen que una habilidad motriz sea básica son:

- Ser comunes a todos los individuos.
- Haber facilitado/permitido la supervivencia del ser humano.
- Ser fundamento de posteriores aprendizajes motrices (deportivos o no).

Siguiendo a **Godfrey y Kephart** podemos agrupar los movimientos básicos en dos categorías (Sánchez Bañuelos, 1.986):

- Movimientos que implican fundamental mente el manejo del propio cuerpo. Se encuentran presentes en tareas de locomoción (andar, correr, etc.) tareas relacionadas con el equilibrio postural básico (estar de pie o sentado).
- Movimientos en los que la acción fundamental se centra en el manejo de objetos, como sucede en las tareas manipulativas (lanzar, recepcionar, golpear, etc.).

Algunos autores coinciden en considerar las Habilidades Motrices Básicas, englobando todas las acciones posibles en tres apartados o áreas concretas (Ruíz Pérez, 1987):

- Locomotrices. Su característica principal es la locomoción. Entre ellas tenemos: andar, correr, saltar, galopar, deslizarse, rodar, trepar, etc.
- No locomotrices. Su característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio. Ejemplos de estas habilidades son: balancearse, girar, retroceder, colgarse, etc.
- Proyección/percepción. Caracterizadas por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos. Están presentes en tareas tales como lanzar, recepcionar, batear, atrapar, etc.

ACTIVIDAD 3 (APLICACIÓN Y EVALUACIÓN)

MIRA ATENTAMENTE CADA IMAGEN:

1. Explica que trabajo motriz se evidencia en las caricaturas.
2. Dibuja cada una de las imágenes y aplica, la técnica que desees (claro-oscuro, puntillismo y esgrafiado, entre otros)
3. Escribe que aspectos de tu salud cambiarían si hicieras actividades físicas con mayor frecuencia.

FUENTES DE CONSULTA

- https://www.google.com/search?q=imagenes+de+ejercicios+fisicos&tbm=isch&hl=es-419&chips=q:imagenes+de+ejercicios+fisicos,g_1:dibujos,online_chips:ni%C3%B1os&hl=es-419&ved=2ahUKEwjW1-CvirnoAhXOC1MKHRfXA20Q4VZ6BAgBEBg&biw=1349&bih=625#imgrc=uQsNrNxFUOQ5BM&imgdii=NxM5v_QUyKYzHM
- https://www.youtube.com/watch?v=T7fJQZKagnk
- https://www.youtube.com/watch?v=EYUzjREVkhY
- https://www.youtube.com/watch?v=BDJ0uoFdoiY