DESARROLLO DE LAS HABILIDADES

LEA LA SIGUIENTE INFORMACIÓN

La habilidad motriz (o motora) **se aprende** para causar un resultado de movimiento predeterminado con la máxima certeza. Según J.A. Lawther, el aprendizaje motor es un cambio relativamente permanente en el comportamiento motriz de una persona como **resultado de la experiencia o la práctica**. El rendimiento es un acto de ejecutar una habilidad motora.



Las habilidades motoras son **acciones que involucran el movimiento de los músculos** del cuerpo. Se dividen en dos grupos: **las habilidades motoras gruesas**, que incluyen los movimientos más grandes de brazos, piernas, pies o todo el cuerpo (gatear, correr y saltar); y **las habilidades motoras finas**, que son acciones más pequeñas, como agarrar un objeto entre el pulgar y un dedo o usar los labios y la lengua para probar objetos. Ambos tipos de destrezas motoras usualmente se desarrollan juntas, debido a que muchas actividades dependen de la coordinación de las destrezas motoras gruesas y finas.

Tipos de habilidades motrices

Existen tres tipos de habilidades motrices: locomotrices, no locomotrices y manipulativas. Vamos a ver ejemplos de cada una de ellas:

Habilidades locomotrices: andar, correr, rodar, reptar, nadar, gatear, saltar o nadar.

Habilidades no locomotrices: girar, saltar, empujar, balancearse, colgarse o traccionar.

Habilidades manipulativas: recoger, lanzar o golpear.

Para alcanzar el dominio de cualquier habilidad son importantes las cualidades físicas y las perceptivo motrices. Se pueden diferenciar cinco grupos de habilidades:

Los desplazamientos (caminar, correr, cuadrupedias, reptar, trepar, propulsiones, deslizamientos).

Los saltos (en alto, largo, profundidad, combinados).

Los giros (en contacto constante con el suelo, en suspensión, con agarre constante de manos, con apoyos y suspensiones, múltiples y sucesivas).

Las manipulaciones (lanzamientos, pases, recepción, recogidas, impactos, conducciones, adaptaciones a otros segmentos corporales.

Equilibraciones son habilidades en las que se trata de mantener una estabilidad, el equilibrio es la cualidad motriz que nos permite controlar la posición del cuerpo y su eficacia se basa en la coordinación.

LIVEWORKSHEETS

Unidad Educativa

LUIS AUGUSTO MENDOZA MOREIRA

La libertad – Ecuador

2021-2022

Con base a la información leída desarrolle las actividades.

1- Se puede definir como habilidad motora a:

- Reposo que involucran a los músculos.
- Movimientos que involucran a los músculos.
- Reposos y movimiento de los músculos.

2- Se puede definir como habilidad motora gruesa a:

- Movimientos más grandes.
- Movimientos pequeños.
- Movimientos mixtos.

3- Se puede definir como habilidad motora fina a:

- Movimientos más grandes.
- Movimientos pequeños.
- Movimientos mixtos.

4- Selecciona la imagen que corresponde a una habilidad motriz.













Diana Mejillón Cantuña

Barrio 10 de agosto, Calle 14 y Av. 5. // e-mail: centroeducativomendoza@hotmail.com Telf. 2786873 - 0993888588

LIVEWORKSHEETS

Unidad Educativa

LUIS AUGUSTO MENDOZA MOREIRA

La libertad – Ecuador

2021-2022

5-SELECCIONA EL NOMBRE DEL TIPO DE HABILIDAD DE ACUERDO A CADA IMAGEN: DESPLAZAMIENTO, SALTO, GIRO, EQUILIBRACIONES O MANIPULACIONES.























Diana Mejillón Cantuña

Barrio 10 de agosto, Calle 14 y Av. 5. // e-mail: centroeducativomendoza@hotmail.com Telf. 2786873 - 0993888588

LIVEWORKSHEETS

6-¿Cuáles serían unos ejemplos de Giros?

- Media luna, rueda, volteretas, rollos
- Moverse hacia adelante y moverse hacia atrás
- Gimnasia, Voleibol, futbol, Baloncesto

6- Con base en el video organiza la habilidad según el grupo que pertenezca.

Locomoción	Manipulación	Estabilidad

Lanzar | Recepcionar | Golpear | Atrapar | Driblar | Batear | Empujar

Caminar | Galopar | Correr | Rodar | Saltar | Bajar | Trepar | Subir

Arrastrarse | Colgarse | Equilibrarse | Levantarse | Estirarse | Doblarse

LIVEWORKSHEETS