Habilidades Psicomotrices

Completa. Usa las palabras correctas.

1. Las habilidades perceptivo-motrices se dividen en tres categorías:
   a) _____ (habilidad para percibir estímulos internos como la respiración o el ritmo cardíaco).
   b) _____ (habilidad para percibir la posición y movimiento del cuerpo en el espacio).
   c) _____ (habilidad para percibir estímulos externos como el tacto, el sonido o la vista).
2. La habilidad que utilizamos para mantener el _____ mientras caminamos por un terreno irregular está relacionada con la propiocepción.
3. Cuando sentimos cómo cambia nuestra _____ después de realizar ejercicio, estamos utilizando la interocepción.
4. Si un jugador de baloncesto percibe el movimiento del balón con el sentido de la _____, está utilizando la exterocepción.
5. Cuando cerramos los ojos y sentimos la _____ de nuestro cuerpo para mantenernos erguidos, estamos trabajando la propiocepción.
6. Identificar un olor agradable, como el de una flor, requiere el sentido del _____.
7. Un ejemplo de estímulo interno que detectamos gracias a la interocepción es el _____ generado en situaciones de nerviosismo.
8. Un ejemplo de actividad que combina interocepción, propiocepción y exterocepción es _____ (escribe un ejemplo).

Posibles opciones de respuesta:

Interocepción, Propiocepción, Exterocepción, Estrés, Respiración, Postura, Equilibrio, Oído, Tacto, Sabor, Visión, Olfato, Velocidad, Fuerza, Sueño, Reflexión, Movimiento, Futbol, Tiro al arco, Ajedrez.

LIVEWORKSHEETS