

Tarea N°18

Curso:	
Asignatura:	Educación física y salud
Profesores:	Francisco Albornoz M. – Christopher Rubilar
Nombre de alumno:	

OBJETIVO DE APRENDIZAJE	INDICADOR DE EVALUACIÓN
O.A. 1: Demostrar la aplicación de las habilidades motrices básicas adquiridas, en una variedad de actividades deportivas, por ejemplo, realizar un giro sobre una viga de equilibrio, lanzar un balón hacia la portería y correr una distancia determinada (por ejemplo, 50 o 80 metros).	Resolver situaciones de movimiento para reconocer HMB presentes.

Habilidades motrices básicas

El concepto de Habilidad Motriz Básica en Educación Física viene a considerar toda una serie de acciones motrices que aparecen 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

Tenemos 4 categorías de habilidades motrices básicas, las cuales son:

De locomoción: se considera movimiento locomotor el realizado por el cuerpo que se desplaza de un punto a otro del espacio, conjugando los diferentes elementos espaciales: direcciones, planos y ejes.

De manipulación: Movimientos en los que la acción fundamental se centra en el manejo de objetos (lanzamientos y recepciones)

De equilibrio: El equilibrio es la cualidad motriz que nos permite controlar la posición del cuerpo y su eficacia se basa en la coordinación.

Actividad 1: Lee atentamente la situación y responde la siguiente pregunta.

Ernesto es un deportista destacado en el atletismo. Para comenzar su práctica diaria él se va caminando hacia su colegio. Durante la clase de educación física trota durante largo tiempo, al salir del colegio él se va a practicar con su club de atletismo, en donde realizan saltos largos en el desarrollo de clase.

¿Cuál es la HMB que predomina en la situación?

.....

Actividad 2: Lee atentamente la descripción del siguiente deporte y responde la siguiente pregunta.

El lacrosse es un deporte originario de Estados Unidos, en donde dos equipos de diez jugadores juegan en contra, cada uno lleva en su mano un palo con una red, para pasar y recibir una pelota de goma con el objetivo de meter goles embocando la pelota en la red del equipo contrario.



¿Cuáles son las HMB que predominan en el lacrosse?

.....

Si eres alumno(a) del 5° año básico A enviar tu tarea al siguiente correo:
christopher.rubilar@colegio-educardodegeyter.cl. **Si eres alumno(a) del 5° año básico B debes enviar tu tarea al siguiente correo:** francisco.albornoz@colegio-educardodegeyter.cl .