ASIGNATURA: EDUCACION FISICA

NOMBRE ESTUDIANTE: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

CURSO 5° Básico LETRA: A-B-C FECHA: 29/04/2020

**MATERIAL DE APOYO 5° BÁSICO**

**Qué son las habilidades motrices básicas?**

**Las habilidades motrices básicas son aquellas habilidades motoras que aparecen de manera natural conforme a la evolución humana. Se trata de aquellas habilidades innatas, que surgen como consecuencia del desarrollo, tales como andar, correr, saltar, girar, lanzar, etc. y que sustentan el desarrollo de habilidades motrices más complejos. El aprendizaje de las habilidades motrices básicas es esencial para la educación física, y el desarrollo físico de los niños y niñas.**

**Cómo surgen las habilidades motrices básicas**

**Las habilidades motrices básicas surgen como parte natural del desarrollo, se trata de todas aquellas acciones motoras que el individuo adquiere de manera natural, a medida, que avanza su desarrollo, como andar, lanzar, correr, saltar, etc.**

**Estas habilidades motrices básicas, parten de la propia motricidad natural, y son la base sobre la que se producen nuevos aprendizajes motores y que sustentan el desarrollo psicomotor**

**La estimulación motriz**

**El desarrollo físico y psicomotor, es una parte esencial del desarrollo humano. El ser humano es un ser que integra diferentes facetas y su desarrollo, solo se puede concebir como un desarrollo global, ya que los avances en diferentes partes, servirán de apoyo y de impulso a las demás facetas.**

**Resulta esencial fomentar el desarrollo de la psicomotricidad desde un primer momento, ya que gracias a este desarrollo se alcanzar nociones básicas para el funcionamiento como el dominio del propio cuerpo, el esquema corporal, la coordinación, etc**

**Clasificación:**

**Estas habilidades físicas básicas se pueden clasificar en: locomotrices, no locomotrices y de proyección/recepción.**

**--Locomotrices: Andar, correr, saltar, variaciones del salto, galopar, deslizarse, rodar, pararse, botar, esquivar, caer, trepar, subir, bajar, etc...**

**--No locomotrices: Su característica principal es el manejo y dominio del cuerpo en el espacio: balancearse, inclinarse, estirarse doblarse, girar, retorcerse, empujar, levantar, tracciones, colgarse, equilibrarse, etc...**

**--De proyección/recepción: Se caracterizan por la proyección, manipulación y recepción de móviles y objetos: recepciones, lanzar, golpear, batear, atrapar, rodar, driblar, etc...**