



ACTIVIDADES

1. Realizar una pequeña lectura sobre las **Habilidad motriz básica**

El concepto de habilidad motriz básica en Educación Física considera una serie de acciones motrices que aparecen de modo filogenético en la evolución humana, tales como **marchar, correr, girar, saltar, lanzar, atrapar o recepcionar entre otras**. Las características particulares que hacen que una habilidad motriz sea básica son comunes a todas las personas. Consideramos habilidades motrices básicas a los desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos, todos ellos relacionados con la coordinación y el equilibrio. 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.

Responder:

- De acuerdo a la lectura anterior explicar cómo adquirimos las habilidades motrices básicas.
- Explicar por qué se le consideran habilidades básicas

2. Realizar un dibujo en donde indiques o muestres cada habilidad motriz básica, ejemplo: alguien lanzando o corriendo, recuerda que debes hacer siete (7) dibujos, en cada uno de ellos explicando cada habilidad.

3. Describe un deporte donde se implementen cada una o varias de las habilidades motrices, ejemplo: en el atletismo se **corre**, se **salta**, se **gira**, y se pueden hacer lanzamientos.

4. ¿Cuál consideras que es la importancia de las habilidades básicas en la Educación Física?