



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA SIERRA  
"FORMANDO PERSONAS, CRECIENDO EN VALORES"

ACTIVIDAD FINAL EDUCACIÓN FÍSICA  
PRIMER PERIODO 2020

GRADOS: 7º1, 7º2 y 7º 3  
EJES CONCEPTUALES:  
EJE MOTRIZ

## 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.
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.
3. Describe un deporte donde se implementen cada una o varias de las habilidades motrices, ejemplo: en el futbol se **corre**, se **salta**, se **gira**, el arquero **atrapa** el balón, y se puede hacer **recepción** con el borde interno del pie.