

PRIORIZACIÓN NIVEL 1, MES AGOSTO: HABILIDADES MOTRICES

OA Priorizado (OA1): Demostrar control en la ejecución de las habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad en diferentes direcciones, alturas y niveles, por ejemplo, atrapar un objeto con una mano a diferentes alturas, desplazarse boteando un objeto en zigzag y saltar, caminar sobre una base a una pequeña altura y realizar un giro de 360° en un solo pie.

OA Priorizado Orientación (OA4): Identificar y practicar en forma autónoma conductas protectoras y de autocuidado en relación a: rutinas de higiene; actividades de descanso, recreación y actividad física; hábitos de alimentación.

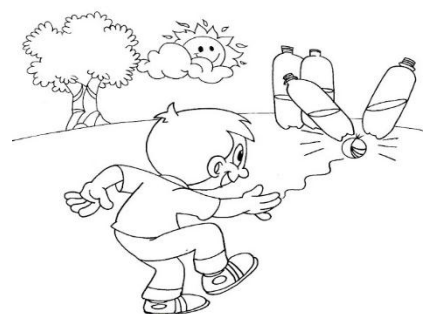
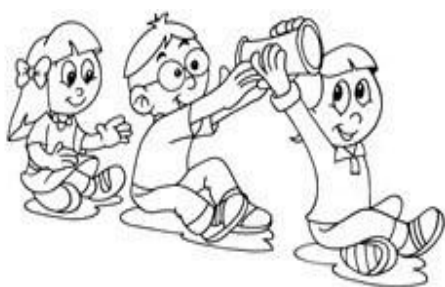
Objetivo de la clase (OA1): Conocer las habilidades motrices básicas y su importancia para el desarrollo de nuestro cuerpo.

¿Recuerdas que son las **habilidades motrices**? Son aquellas actividades cotidianas del ser humano, que son base del desarrollo de actividades más avanzadas y específicas como lo son las deportivas. **Las habilidades motrices se clasifican en habilidades de manipulación, habilidades de locomoción y habilidades de estabilidad.**



Actividad 1: Colorea las imágenes de las respectivas definiciones de las habilidades motrices.

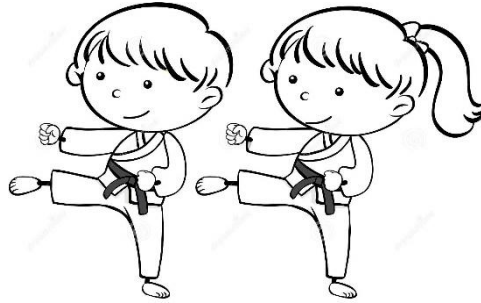
1.-Habilidades de Manipulación: Movimientos en los cuales debemos manipular objetos con nuestras manos u otra parte del cuerpo. **Ejemplo:** lanzar y recepcionar un balón



2.-Habilidades de Locomoción: capacidad de nuestro cuerpo de llevarnos de un punto a otro. Ejemplo: correr, saltar, gatear.



3.- Habilidades de Estabilidad: capacidad de nuestro cuerpo para estabilizarse en movimiento o mismo lugar, durante un acto motor.



Las habilidades motrices básicas se clasifican en: **habilidades de manipulación, habilidades de estabilidad y habilidades de locomoción.**

La actividad física es fundamental para niños y niñas, no solo les permite crecer sanos en el aspecto físico, sino también desarrollarse cognitiva, emocional y afectivamente, permitiéndoles entender su cuerpo, las posibilidades que ofrece, como expresarse y relacionarse con el entorno.

Actividad 2: Escribe en el que habilidad se está trabajando durante la actividad física.



PRIORIZACIÓN NIVEL 1, MES AGOSTO: HABILIDADES MOTRICES

Objetivo de la clase (OA1): Incorporar hábitos de una vida activa y saludable.

Se considera actividad física cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía.

La actividad física abarca el ejercicio, pero también otras actividades que incluyen movimiento corporal y se realizan como parte de los momentos de juego, del trabajo, de formas de transporte activas, de las tareas domésticas y de actividades recreativas.

Beneficios de la Actividad Física

- ❖ Mejora el estado muscular y cardiorrespiratorio.
- ❖ Mejora la salud ósea y funcional.
- ❖ Reduce el riesgo de hipertensión, cardiopatía coronaria, accidente cerebrovascular, diabetes, cáncer de mama y colon y depresión.
- ❖ Reduce el riesgo de caídas y de fracturas vertebrales o de cadera.
- ❖ Es fundamental para el equilibrio energético y el control de peso.
- ❖

Actividad 1: Une con una línea las actividades físicas con las habilidades motrices que correspondan. Utilizando los colores amarillo, rojo y verde.

HABILIDADES MOTRICES
DE LOCOMOCIÓN

HABILIDADES MOTRICES
DE ESTABILIDAD

HABILIDADES MOTRICES
DE MANIPULACIÓN



Actividad 2: Responde con tus palabras ¿Qué es actividad física?

Empty dashed box for student response.

Actividad 3: Encierra la imagen de las HBM de Estabilidad con lápiz de color rojo; HBM Manipulación con lápiz de color verde; HBM de Locomoción con lápiz de color amarillo.



✓ Busca en Youtube BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA
<https://www.youtube.com/watch?v=YwoArv0QMBw>





EVALUACIÓN FORMATIVA: PRIORIZACIÓN MES AGOSTO

NOMBRE COMPLETO: _____ **P. ideal: 21 pts. P. obtenido:** _____

OA Priorizado (OA1): Demostrar control en la ejecución de las habilidades motrices básicas de locomoción, manipulación y estabilidad

INSTRUCCIONES:

- ✓ Debes responder la evaluación de forma individual. Pero pon atención porque tu apoderado leerá cada pregunta para que puedas responder la evaluación.
- ✓ Escribir tu respuesta con lápiz de color a tu elección, cuando sea necesario.
- ✓ Una vez que finalices la evaluación, debes enviar una foto de ella al WhatsApp.

1.- Define los conceptos de las habilidades motrices. (6 PTS)

**HABILIDADES DE
LOCOMOCIÓN**

**HABILIDADES DE
MANIPULACIÓN**

**HABILIDADES DE
ESTABILIDAD**



EVALUACIÓN FORMATIVA: PRIORIZACIÓN MES AGOSTO

NOMBRE COMPLETO:

2.- Explica con tus palabras la importancia de realizar actividad física con frecuencia. (4 PTS)

Empty dashed box for student response.

3.- Responde con una **V** si es *verdadero* o **F** si es *falsa*, si las siguientes actividades favorecen el desarrollo de las habilidades motrices. (6 PTS.)

Quedarse acostado jugando con el celular nos ayuda a crecer sanos y fuertes.

Jugar con nuestras mascotas nos permite tener una vida activa.

Saltar, correr y trepar nos ayuda a potenciar nuestras habilidades motrices.

Ver televisión todo el día no ayuda a mejorar las habilidades motrices.

Lanzar y recibir un balón es una habilidad motriz de manipulación.

Ayudar en actividades de aseo en el hogar es una forma de trabajar las habilidades motrices.

EVALUACIÓN FORMATIVA: PRIORIZACIÓN MES AGOSTO

NOMBRE COMPLETO:

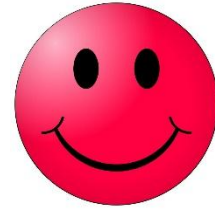
4.- ¿Consideras que realizar actividad física potencia el desarrollo de nuestras habilidades motrices, habilidades cognitivas y sociales? (2 PTS)



ESTOY DE
ACUERDO



MEDIANAMENTE
DE ACUERDO



NO ESTOY DE
ACUERDO

COMENTA TU RESPUESTA: _____

5.- Colorea las imágenes que representan a las habilidades motrices básicas. (3 PTS)

