

PRIORIZACIÓN NIVEL 1, MES AGOSTO: HABILIDADES MOTRICES

OA Priorizado (OA1): Aplicar, combinar y ajustar las habilidades motrices específicas de locomoción, manipulación y estabilidad en, al menos: un deporte individual, un deporte de oposición, un deporte de colaboración, un deporte de oposición/colaboración, una danza.

OA Priorizado Orientación (OA1): construir, en forma individual y colectiva, representaciones positivas de sí mismos, incorporando sus características, motivaciones, intereses y capacidades.

Objetivo de la clase (OA1): Reconocer las habilidades motrices en diferentes deportes.

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: Movimientos en los cuales debemos manipular objetos con nuestras manos u otra parte del cuerpo. **Ejemplo:** lanzar y recibir un balón.

Habilidades de Locomoción: Capacidad de nuestro cuerpo de llevarnos de un punto a otro. **Ejemplo:** correr, saltar, gatear.

Habilidades de Estabilidad: Capacidad de nuestro cuerpo para estabilizarse en movimiento o mismo lugar, durante un acto motor estático o dinámico. **Ejemplo:** Mantener el equilibrio con un pie, caminar en posición invertida con las manos.

1.- **Actividad:** Identifica las habilidades motrices en las imágenes deportivas.



2.- **Actividad:** Escribe 5 deportes que creas tengan relación con las habilidades motrices, según su clasificación.

HABILIDADES DE LOCOMOCIÓN	HABILIDADES DE ESTABILIDAD	HABILIDADES DE MANIPULACIÓN



PRIORIZACIÓN NIVEL 1, MES AGOSTO: HABILIDADES MOTRICES

Objetivo de la clase (OA1): Reconocer la diferencia entre un deporte individual y colectivo.

Las **actividades deportivas** son aquellas que suponen la práctica de una de estas disciplinas, como parte de un deporte, estas actividades deben enmarcarse en un cierto reglamento. El deporte es un tipo de ejercicio que se realiza con fines recreativos, competitivos o a nivel profesional, lo podemos practicar en forma individual o de manera grupal.

Los **deportes individuales** son aquellos en los que el deportista realiza una actividad él solo, para superar un objetivo medible por el tiempo (carrera de atletismo, moto ciclismo) la distancia (lanzamiento de peso, jabalina, saltos en esquí) una ejecución técnica (natación sincronizada, saltos de trampolín) o precisión y control de un gesto (tiro con arco, billar, golf).

Actividad: Menciona tres deportes individuales de "Locomoción, manipulación y estabilidad".

HABILIDADES DE
LOCOMOCIÓN

HABILIDADES DE
MANIPULACIÓN

HABILIDADES DE
ESTABILIDAD

EXISTEN 4 TIPOS DE DEPORTE INDIVIDUAL

- ❖ Donde no existe ningún compañero, ni adversario, ni incertidumbre en el medio. Ejemplo el salto de altura o el lanzamiento de peso.
- ❖ No existe compañero, ni adversario, pero si incertidumbre en el espacio de acción. Ejemplo: la escalada en solitario, esquí y carrera en contra reloj.
- ❖ Deportes donde la incertidumbre esta en los adversarios. Ejemplo maratón y carreras de 400 mts.
- ❖ Deportes donde la incertidumbre está en los adversarios y el espacio. Ejemplo carreras de cross y esquí de fondo.

Busca en Youtube ACTIVIDAD FÍSICA, EJERCICIO Y DEPORTE

<https://www.youtube.com/watch?v=jzuTkODugYM>



Los **deportes colectivos** son aquellos en los que existe cooperación entre dos o más compañeros oposición a los deportistas contrarios, realizando una participación simultánea o alternativa de los jugadores, pudiendo compartir un espacio común y utilizar un objeto móvil. Podemos decir las características de los deportes colectivos son **a)** La cooperación, **b)** la oposición, **c)** la presencia de dos o más jugadores, **d)** la interrelación del mismo, **e)** en un espacio, **f)** con un móvil.

Actividad: Menciona tres deportes colectivos de "Locomoción, manipulación y estabilidad".

HABILIDADES DE
LOCOMOCIÓN

HABILIDADES DE
MANIPULACIÓN

HABILIDADES DE
ESTABILIDAD

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

EXISTEN 2 TIPOS DE DEPORTE COLECTIVO

- ❖ **DEPORTES DE COOPERACIÓN:** Donde dos o más deportistas colaboran y cooperan para conseguir el mismo objetivo, como hacer mejor tiempo, mayor número de puntos. Ejemplo: el remo, acrosport.
- ❖ **DEPORTES DE COOPERACIÓN Y OPOSICIÓN:** donde se enfrentan dos equipos, los jugadores cooperan entre sí a la vez que se enfrentan al rival, para conseguir el objetivo del deporte, meter goles, hacer canastas o hacer puntos. Ejemplo: el fútbol, baloncesto y waterpolo.





EVALUACIÓN FORMATIVA: PRIORIZACIÓN MES AGOSTO

NOMBRE COMPLETO: _____ **P. ideal:** 16 pts. **P. obtenido:** _____

OA Priorizado (OA1): Aplicar, combinar y ajustar las habilidades motrices específicas de locomoción, manipulación y estabilidad en al menos un deporte.

INSTRUCCIONES:

- ✓ Debes responder la evaluación de forma individual. Lee con atención cada pregunta.
- ✓ 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 las habilidades motrices básicas. 3 pts.

HBM DE LOCOMOCIÓN: _____

HBM DE MANIPULACIÓN: _____

HBM DE ESTABILIDAD: _____

2.- Identifica las habilidades motrices en las siguientes imágenes. 6 pts.















3.- Define deporte individual. 1 pto.

4.- Define deporte colectivo. 1 pto.

5.- Escribe un **V** si la afirmación es verdadera o una **F** si es falsa. 5 pts.

El salto largo en atletismo es un deporte de cooperación y oposición.

Fútbol, baloncesto y waterpolo son deportes de manipulación.

Las habilidades motrices son fundamentales en el desarrollo del cuerpo humano.

El deporte es un ejercicio con fines recreativos, competitivo o a nivel profesional.

En el deporte colectivo no existe cooperación entre compañeros de equipo.