



WORKSHEET 15% 1 NOTA.

NAME: _____

I'm in _____ **Junior A- B**

Today is: _____

OBJETIVE (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.



Recordemos...

¿ Qué son las habilidades motrices de locomoción?

Estas habilidades se caracterizan porque en ellas se presenta el desplazamiento del cuerpo de un lugar a otro en el espacio, y en su desarrollo se interrelacionan los diferentes elementos espaciales: direcciones, planos y ejes. Las habilidades locomotrices se adquieren y desarrollan en forma automática, ya que son movimientos naturales y heredados, sobre los que se pueden desarrollar varias habilidades fundamentales, habilidades que con el crecimiento del individuo van madurando y se van diversificando en varias formas, de acuerdo con los factores externos que influyen en la especialización motriz de cada niño.

Entre las habilidades locomotrices se encuentran las siguientes: andar, correr, saltar, variaciones del salto, galopar, deslizarse, rodar, pararse, botar, caer, esquivar, trepar, bajar,

ACTIVIDAD:

Después de leer este breve párrafo del concepto de habilidad locomotriz, responde las siguientes preguntas de alternativa.(1 PT C/U)

1. La locomoción se caracteriza por:
 - a. Desplazarse siempre sobre algo desde un punto hasta otro punto.
 - b. Avanzar y nunca retroceder en un espacio determinado.
 - c. Desplazar el cuerpo de un lugar a otro en el espacio
 - d. Recorrer distancias rápidamente.
2. Entre las habilidades locomotrices encontramos:
 - a. Saltos, rodar, trepar, deslizarse.
 - b. Trepar, lanzar, equilibrarse, caminar
 - c. Equilibrarse, lanzar, correr, caminar
 - d. Reptar, esquivar, trepar, hidratarse.
3. Los elementos espaciales que se relacionan con la locomoción son:
 - a. Direcciones, planos y ejes.
 - b. Direcciones, estaciones y ejes
 - c. Direcciones, puntos cardinales y planos
 - d. Direcciones, ejes y estaciones.
4. Escribe 4 deportes donde se utilice mayormente la habilidad de locomoción
Por ejemplo: Fútbol.(2 PTS)



Le Monde School
Miss **Tamara Cuevas Manriquez**
Subject: **Physical Education**
Class: **4 junior A-B**



ACTIVIDAD:

En el siguiente recuadro crea un circuito y dibújalo con ejercicios de locomoción, parecido a los que realizamos en clases, explicando que harías en cada uno de ellos. Recuerda que es tu creación y puedes dejar volar tu imaginación, pero recuerda siempre que deben ser ejercicios de locomoción. Puedes usar, conos, colchonetas, cuerdas, lentejas, balones, vigas de equilibrio, elásticos, bastones etc..(2 PTS)