

EVALUACIÓN-FORMATIVA6-EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD -8AB-OA1-SEMANA30

Objetivo de la clase.

Demostrar conocimientos de habilidades motrices básicas de locomoción, estabilidad y manipulación, para mejorar las capacidades físicas de: resistencia, fuerza, flexibilidad y velocidad, en beneficio de nuestro cuerpo.

Indicadores:

Combinan y aplican las habilidades motrices específicas y seleccionan la forma de practicarlas según el contexto.

OA 1: Seleccionar, combinar y aplicar con mayor dominio las habilidades motrices específicas de locomoción, manipulación y estabilidad en, al menos: Un deporte individual (atletismo, gimnasia artística, entre otros). Un deporte de oposición (tenis, bádminton, entre otros). Un deporte de colaboración (escalada, vóleybol duplas, entre otros). Un deporte de oposición/colaboración (básquetbol, hándbol, hockey, entre otros). Una danza (folclórica, moderna, entre otras).

Evaluación Formativa de Educación física y salud 8º año A y B

Profesor: Oscar Navarro Hidalgo

Fecha : 09 al 13 de Noviembre del 2020

***Obligatorio**

Instrucciones generales:

1º Escribe correctamente tu nombre y apellido.

2º Lee comprensivamente antes de responder, selecciona la respuesta correcta haciendo un clic en ella.

3º Responde sin la ayuda de un adulto.

1. Nombre completo: *


2. Curso: *

Marca solo un óvalo.

8° año A

8° año B


Recurso número 1.



1º ESO / TEMA - 5

LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS

<http://www.ismaelcanoel.wordpress.com>




1 - ¿QUÉ SON LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS?

Las habilidades motrices son todas aquellas habilidades o acciones que todo el mundo realiza, bien o mal, y que son básicas para el ser humano, pues le han permitido salvar peligros o satisfacer sus necesidades o lograr su supervivencia.

Para que nos entendamos, son todas aquellas acciones (las más básicas) que tienen en común las siguientes características:

- Todo el mundo las realiza, mejor o peor
- Han permitido (si hablamos del pasado del hombre), la supervivencia del ser humano.
- Son el fundamento de otras habilidades más complejas, es decir, es necesario conocer o realizar estas habilidades básicas para aprender otras.




Es verdad que estas definiciones nos pueden liar un poco, pero veamos cuáles son estas habilidades motrices básicas (HMB) con sus ejemplos y veréis qué fácil es entenderlo.

2 - ¿CUÁLES SON LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS?


Vamos a utilizar un truco para no olvidar nunca estas habilidades. Vamos a utilizar lo que se conoce como un Acrónimo, es decir, vamos a coger las primeras letras de unas palabras para formar otra palabra. La palabra que vamos a formar es la siguiente (y no se debe olvidar):

LAGISADERE


Rara, ¿verdad? Pues veamos que es todo esto. Si descomponemos la palabra podemos ver todas las habilidades motrices básicas...Mira:




LA - LANzamientos




GI - GIros




SA - SAItos



DE - DEsplazamientos



RE - REcepciones



Recurso número 2.



Responde las preguntas 1, 2, 3, 4 y 5 apóyate con estos recursos.

3. 1.- Al observar los recursos 1 y 2 ¿cómo definirías las habilidades motoras básicas? *

1 punto

Marca solo un óvalo.

- A) Son todos los movimientos que se aplican en los diversos deportes.
- B) Son movimientos básicos que se aprenden en la niñez de forma natural.
- C) Son actos motores que se aprenden con la práctica.
- D) Son movimientos que se aprenden de forma sistemática en clases de educación física.

4. 2. ¿Cuál es la definición que mejor define a la habilidad motora básica de locomoción? * 1 punto

Marca solo un óvalo.

- A) Para esta habilidad se necesita el manejo de pies y manos.
- B) Para esta habilidad se necesita dominio de nuestro cuerpo.
- C) Para esta habilidad se necesita desplazamiento por ejemplo caminar, gatear, etc.
- D) Para esta habilidad se necesita desplazamiento por ejemplo bicicleta, automóvil, etc.

5. 3.- ¿Qué habilidad motora corresponde la siguiente definición? “Manejo de objetos pudiendo utilizar manos y pies”. * 1 punto

Marca solo un óvalo.

- A) Locomoción.
- B) Estabilidad.
- C) Manipulación.
- D) Coordinación.

6. 4.- ¿Qué habilidad motriz se observa en la imagen? *

1 punto



Marca solo un óvalo.

- A) Locomoción.
- B) Estabilidad.
- C) Manipulación.
- D) Coordinación.

7. 5.- ¿Qué habilidad motriz muestra la imagen? *

1 punto



Marca solo un óvalo.

- A) Locomoción.
- B) Estabilidad.
- C) Manipulación.
- D) Coordinación.

Observa la imagen y responde las preguntas 6, 7 y 8.



8. 6.- ¿Qué habilidad motriz se observa en la imagen? *

1 punto



Marca solo un óvalo.

- A) Locomoción.
- B) Estabilidad.
- C) Manipulación.
- D) Coordinación.

9. 7.- La siguiente acción motriz a que habilidad motora básica, hace referencia. 1 punto

*



Marca solo un óvalo.

- A) Locomoción.
- B) Estabilidad.
- C) Manipulación.
- D) Coordinación.

10. 8.- Observa el círculo rojo de la imagen. ¿Qué habilidades motora se observa? *

1 punto



Marca solo un óvalo.

- A) Locomoción.
- B) Estabilidad.
- C) Manipulación.
- D) Coordinación.

Recurso 3.



Responde las preguntas 9 y 10.

11. 9.- ¿Cuál definición define mejor a las habilidades motrices combinadas? * 1 punto

Marca solo un óvalo.

- A) Un movimiento donde realizas sistemas de juegos pre – deportivos.
- B) La realización sucesiva de dos o más acciones motoras.
- C) La realización repetitiva de un movimiento en específico.
- D) Un conjunto de movimientos de coordinación óculo – manual.

12. 10.- Observa la imagen ¿Qué habilidades motoras se combinan en el siguiente movimiento? *

1 punto



Marca solo un óvalo.

- A) Locomoción y Equilibrio.
- B) Locomoción y manipulación.
- C) Estabilidad y manipulación.
- D) Equilibrio estático y manipulación.

Te invito a conocer algunas disciplina de atletismo.



Responde las preguntas 11 y 12.



13. 11.- En la siguiente imagen ¿Qué habilidades motrices combinadas se observan en el lanzamiento del martillo? * 1 punto



Marca solo un óvalo.

- A) Coordinación – Estabilidad.
- B) Locomoción – Manipulación.
- C) Manipulación – Estabilidad.
- D) Estabilidad – Locomoción.

14. 12.- En el salto con garrocha. ¿Qué habilidades motrices se combinan en esta acción? * 1 punto



Marca solo un óvalo.

- A) Coordinación – Estabilidad.
- B) Locomoción – Manipulación.
- C) Manipulación – Estabilidad.
- D) Estabilidad – Locomoción.

Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google.

Google Formularios