



Colegio Aurora de Chile
Rancagua

Guía 2° básico Educación Física

Habilidades Motoras Básicas

Las habilidades motoras básicas son aquellos movimientos que se presentan de manera natural en el hombre.

-Giros: Entendemos por giro todo aquel movimiento corporal que implica una rotación a través de los ejes que atraviesan el ser humano, vertical, transversal y sagital. Los giros, desde el punto de vista funcional constituyen una de las habilidades de utilidad en la orientación y situación de la persona.

-Equilibrio: está estrechamente ligado al sistema nervioso central, así, por equilibrio podemos entender, la capacidad de asumir y mantener una determinada postura en contra de la fuerza de gravedad.

- ¿Puedes darme un ejemplo de la vida cotidiana de cada uno?

1.Giros.: _____

2.Equilibrio: _____
