**Capacidades perceptivas motrices**

Son aquellas que precisan de un ajuste psico-sensorial complejo para su ejecución; y dependen de las habilidades neuromusculares.

|  |  |
| --- | --- |
| **Elemento** | **Concepto** |
| **Coordinación** | Es una capacidad compleja en la que confluyen todos los elementos que constituyen las funciones de la corporeidad.  La coordinación como tal es la capacidad de regular con precisión las conductas motrices en la ejecución funcional y eficaz de las acciones planeadas de acuerdo a la idea motriz propuesta.  La coordinación se puede clasificar en:  La **dinámica general** se refiere a movimientos y acciones de carácter global, que incluyen varios grupos musculares y generalmente presenta acciones que implican locomoción.  La coordinación **segmentaria o específica,** hace referencia a movimientos segmentarios, localizados o analíticos, generalmente trata de la relación entre la vista y algún segmento corporal. |
| **Lateralidad** | La lateralidad es un predominio motor relacionado con las partes del cuerpo, que integran sus mitades derecha e izquierda. La lateralidad es el predominio funcional de un lado del cuerpo humano sobre el otro, determinado por la supremacía que un hemisferio cerebral ejerce sobre el otro. |
| **Equilibrio** | Es entendido como la capacidad de mantener la postura, o recuperarla cuando se ha perdido por la acción de fuerzas externas que pueden incidir sobre el cuerpo. El equilibrio desde esta perspectiva interactúa en relación permanentemente con el control tónico postural. |
| **Organización espacial** | Se refiere a la capacitación que se debe adquirir y desarrollar para dominar el cuerpo en el espacio en diferentes situaciones.  La organización espacial corresponde a la adquisición y desarrollo de la capacidad para analizar datos perceptivos inmediatos y elaborar relaciones espaciales de mayor complejidad. |
| **Organización temporal** | Para percibir el tiempo se requiere de elementos que el mismo no posee, así se describen situaciones o acontecimientos ubicados entre varios estímulos, como periodos de tiempo, y de esta forma se desarrolla la conciencia de tiempo. |
| **Ritmo** | El ritmo se puede comprender como la organización del movimiento humano, y se determina por medio de las secuencias de movimiento. |
| **Respiración-relajación** | La respiración y la relajación son medios naturales del cuerpo, que en su acción desencadenan diferentes procesos de orden fisiológico y psicológico que influyen en la conciencia corporal.  La respiración se constituye en un medio a través del cual el niño puede conocer su cuerpo, y en cierto modo por medio de la toma de conciencia se puede adaptar un tipo o una forma de respiración para un actividad determinada, e incluso puede llegarse a la automatización de formas de respiración para estados de reposo y actividades físico motrices específicas del cuerpo.  La relajación por su parte constituye una conducta fisiológica desde la cual se pueden generar disposiciones en el ámbito morfo fisiológico, constituyéndose en una capacidad de control de los grupos musculares mediante una acción intencionada. |
| **Postura** | La postura está relacionada con la localización de las diferentes partes del cuerpo en el espacio. La postura constituye una adaptación del esquema corporal al espacio por medio de una determinada disposición de los diferentes segmentos corporales.  Depende de la distribución tónica de los músculos que controlan la acción de los segmentos corporales. En sí el término postura tiene un significado mecánico que hace referencia a la ubicación de los diferentes segmentos corporales en el espacio, y se traduce en formas de equilibración del cuerpo. |
| **Tono muscular** | Estado permanente de contracción parcial, pasiva y continua de los músculos.  El tono muscular se reduce mientras dormimos debido a la relajación, y vuelve a incrementarse en la vigilia. |

**Bibliografía**

<http://definicion.de/tono-muscular/>

<http://docencia.udea.edu.co/edufisica/guiacurricular/Perceptivomotrices.pdf>

<http://efescolaryliceal.wordpress.com/2008/05/31/la-lateralidad/>