|  |  |
| --- | --- |
| **CAPACIDADES PERCEPTIVO MOTRICES** | **Conceptos** |
| Coordinación | * *Álvarez del Villar (1998)*: la coordinación es la capacidad neuromuscular de ajustar con precisión lo querido y pensado de acuerdo con la imagen fijada por la inteligencia motriz a la necesidad del movimiento**.**
* *Jiménez y Jiménez (2002)***:**es aquella capacidad del cuerpo para aunar el trabajo de diversos músculos, con la intención de realizar unas determinadas acciones.

http://www.efdeportes.com/efd130/la-coordinacion-y-el-equilibrio-en-el-area-de-educacion-fisica.htm |
| Lateralidad  | * El predominio de una parte del cuerpo sobre otra
* La habilidad para integrar el contacto sensomotor del cuerpo con el ambiente a través del dominio homolateral de mano, ojos, oído y pie. Este predominio puede variar en intensidad y ser diferente entre estos miembros y órganos sensoriales, originándose las siguientes modalidades: destralidad, zurdería, zurdería contrariada, ambidextrismo, lateralidad cruzada o mixta.
* Según Rigal (1979) es un conjunto de predominancias particulares de una u otra de las diferentes partes simétricas del cuerpo a nivel de las manos, pies, ojos y oídos.

http://federlou.comuf.com/1\_13\_Lateralidad-en-la-EF.html |
| Equilibrio  | En general, el equilibrio podría definirse como “el mantenimiento adecuado de la posición de las distintas partes del cuerpo y del cuerpo mismo en el espacio”. El concepto genérico de equilibrio engloba todos aquellos aspectos referidos al dominio postural, permitiendo actuar eficazmente y con el máximo ahorro de energía, al conjunto de sistemas orgánicos.* *Contreras (1998)*: mantenimiento de la postura mediante correcciones que anulen las variaciones de carácter exógeno o endógeno.
* *García y Fernández (2002)*: el equilibrio corporal consiste en las modificaciones tónicas que los músculos y articulaciones elaboran a fin de garantizar la relación estable entre el eje corporal y eje de gravedad.

http://www.efdeportes.com/efd130/la-coordinacion-y-el-equilibrio-en-el-area-de-educacion-fisica.htm |
| Organización espacial  | * Es el resultado del conjunto de relaciones espaciales (Castañer y Camerino, 1991; López, 1992): la orientación y la estructuración espacial, constituyen los pilares que posibilitan al niño organizar sus movimientos en el espacio. La organización espacial del niño evoluciona a partir: una localización egocéntrica, en la que el niño no distingue el espacio que ocupa su cuerpo, con el que ocupan los objetos que le rodean y una localización objetiva en la que el niño es capaz de discriminar el espacio ocupado por su cuerpo y por cada objeto.

http://www.csicsif.es/andalucia/modules/mod\_ense/revista/pdf/Numero\_38/MIGUEL\_ANGEL\_PRIETO\_BASCON\_01.pdf |
| Organización temporal  | * Se trata de un proceso lento y paulatino, que exige que el niño sea capaz de distinguir previamente otras nociones más básicas como: mañana/tarde/noche, antes/ahora/después, ayer/hoy/mañana u otros más complejos como los días de la semana, los meses y los años. La hora es el último escalón dentro de este complejo proceso.

http://cappaces.com/tag/organizacion-y-orientacion-temporal/ |
| Ritmo  | * “Proporción de tiempo entre diversos sonidos, movimientos, fenómenos o actos repetitivos.”
* “Disposición simétrica, y en ocasiones periódica, de tiempos fuertes y débiles en un verso, en una composición plástica.”
* “Frecuencia de un fenómeno fisiológico o biológico periódico.”
* “Movimiento que imprimimos a la música, de la cual es un elemento esencial, que consiste en la alternancia sucesiva de sonidos fuertes y débiles, cortos y largos, y que surge del autodesarrollo de la frase musical.”
* “La organización temporal de la periodicidad percibida; estructura repetida, idéntica a ella misma.”

http://iledes.files.wordpress.com/2010/01/t10-def-ritmo2.pdf |
| Respiración-relajación  | * Respiración; proceso fisiológico indispensable para la vida de los organismos aeróbicos (Pellizari y Tovaglieri, 2007), gracias a la cual el ser humano obtiene energía y lleva a cabo su alimentación y vida diaria de una manera adecuada.
* Relajación; estado o nivel de distensión muscular y psíquica que facilita el equilibrio integral del organismo y su descanso (Prado y Charaf, 2000). De esta manera el estado de relajación se manifiesta por diversos signos, fácilmente observable por cualquier persona, y más concretamente por el alumnado del área de Educación Física.
* La relajación total a nivel físico y mental tiene como objetivo modificar las reacciones del organismo ante el ambiente, dando lugar a la adaptación psicológica y comportamental que caracteriza a una situación de bienestar en el hombre.

http://emasf.webcindario.com/La\_respiracion\_consciente.pdf |
| Postura  | * Etimológicamente proviene de la palabra latina positura, que significa planta, acción, figura, situación o modo en que está colocada una persona, animal o cosa. Si atendemos a criterios funcionales, podrían entenderse como la tensión que nuestro cuerpo desarrolla para conseguir la posición ideal con una eficacia máxima y un gasto energético mínimo.

http://educacionfisicaplus.wordpress.com/2013/06/10/postura-corporal/ |
| Tono muscular | * Para Fabre y Rougier el tono es “un estado de base y variable de la contracción muscular permanente e involuntario de naturaleza refleja”.
* Para López Prieto, los músculos están en un estado de contracción permanente, aún en reposo, involuntario e inconsciente; es el llamado tono residual o de reposo, que se modifica según las actitudes.
* Para M. Dubois, la actividad tónica es aquella actividad muscular que no se acompaña de movimientos de desplazamiento. Todo músculo se encuentra en un estado de tensión permanente, variable con el estado de vigilia del sujeto.

http://www.portaleducacionfisica.es/webplazas/desarrollo/tema6.pdf |