**ESCUELA NORMAL DE EDUCACIÓN PREESCOLAR**

**DANIELA MILAGROS CARBAJAL AGUILAR 1°A**

**ESTRATEGIAS DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA EL APRENDIZAJE Y LA ENSEÑANZA**

**PROF.JESUS ARMANDO VILLANUEVA VILLAREAL**



**29/08/2023**

**¿Qué es educación física?**

Es una disciplina que trata de ofrecer una educación integral sobre el cuerpo humano contribuyendo al cuidado de la salud con la materia de uso de su cuerpo, enseñándoles a mantener su salud física y corporal. Construye acciones motrices encaminadas al logro de metas vinculadas con el cuerpo y su corporeidad.

**¿Qué son estrategias didácticas?**

Conjunto articulado de acciones pedagógicas y actividades programadas con una finalidad educativa, apoyadas en métodos, técnicas y recursos de enseñanza y de aprendizaje que facilitan lograr los aprendizajes y guían los pasos a seguir.

**Motricidad**

Capacidad de producir movimientos, los cuales son producto de contracción muscular que se produce por los desplazamientos y segmentos del cuerpo, a la vez, que por la actitud y el mantenimiento del equilibro.

Fina: Movimientos cortos, por ejemplo: escribir o recortar.

Gruesa: Movimientos largos y bruscos, por ejemplo: caminar.

**Corporeidad**

Es la complejidad humana, es cuerpo físico, emocional, mental, trascendente, cultural, mágico e inconsciente; son éstos siete cuerpos que nos diferencia de otras criaturas.

**Lateralidad.**

Inclinación sistematizada a utilizar más una de las dos partes simétricas del cuerpo y uno de los órganos pares, como las manos, los ojos y los pies.