

INVESTIGACIÓN DE CONCEPTOS

- ¿Que es Educación Física?

Los términos educación física, cultura física enseñanza deportiva y educación deportiva se refieren a la enseñanza y aprendizaje de ejercicios físicos y de prácticas corporales cuyo objetivo principal es la educación y la salud.

- ¿Que es Estrategia Didáctica?

Recordemos que una estrategia didáctica es, el 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.

- ¿Que es Motricidad?

Una habilidad motora es una función que implica movimientos específicos de los músculos del cuerpo para realizar una determinada tarea. Estas tareas pueden incluir caminar, correr o andar en bicicleta. Para realizar esta habilidad, el sistema nervioso, los músculos y el cerebro del cuerpo tienen que trabajar juntos.

- Tipos de Motricidad

Se dividen en dos grupos: motricidad gruesa y motricidad fina”. La motricidad gruesa incluye cualquier gran movimiento que se realice con los brazos, piernas, pies o incluso el cuerpo como un todo. Mientras que la motricidad fina es la facultad de hacer movimientos que requieren de precisión.

- ¿Que es Corporeidad?

Desde la perspectiva psico-corporal, el concepto de corporeidad es considerado como la percepción individual del cuerpo, que es posible gracias a la cinestesia, lo que implica que solo puede usarse en la vida. Es, además, la que le permite al ser humano establecer vínculos emocionales mediante el cuerpo.