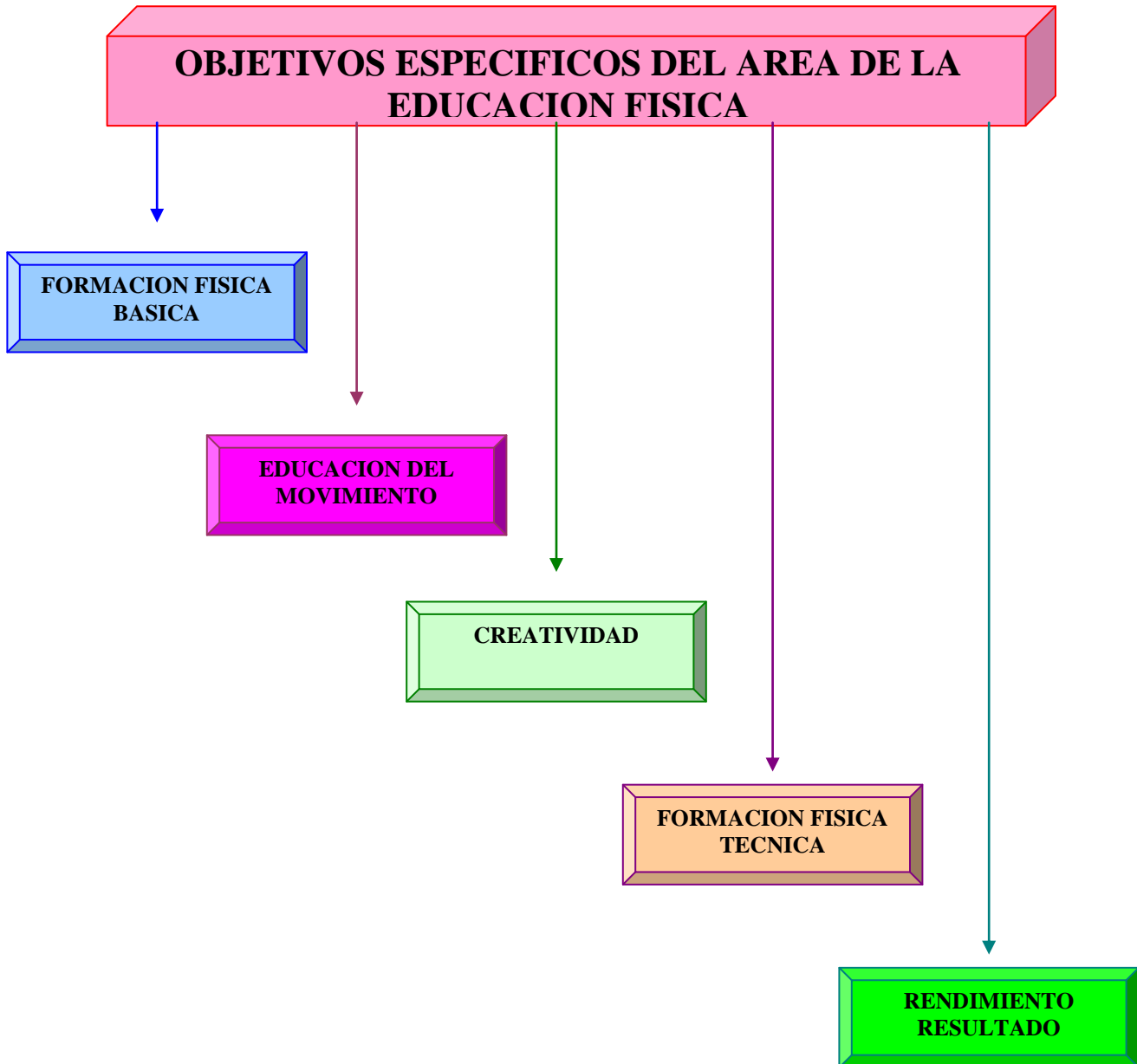


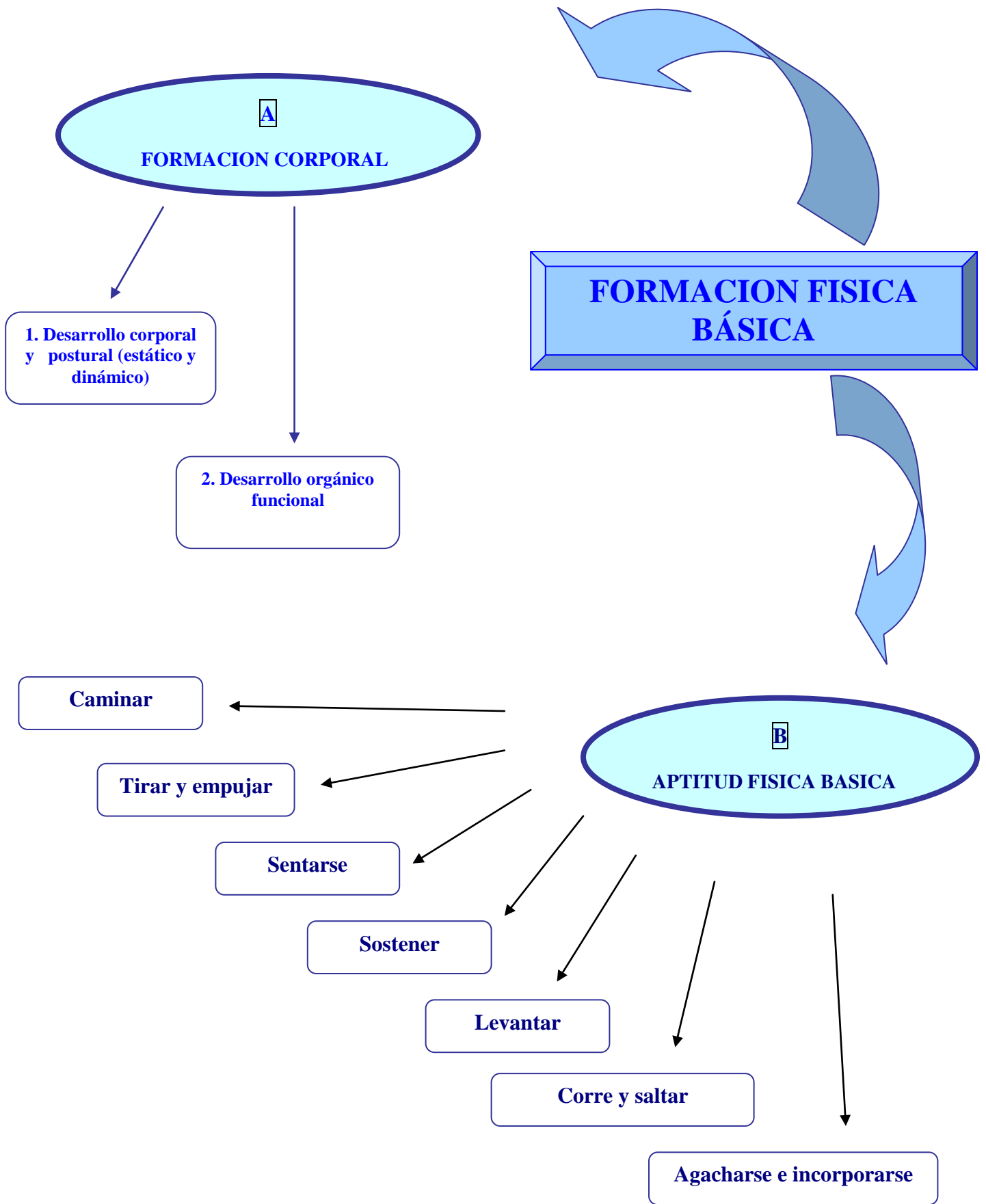
TEORIA DE LA EDUCACION FISICA

Sem T2

Lic. Roberto F Laurence

SISTEMATIZACIÓN DE LA EDUCACION FISICA Y EL DEPORTE





EDUCACION DEL MOVIMIENTO

Capacidad y eficacia para resolver situaciones motrices emergentes, obteniendo una correcta adecuación y acomodación respecto a tiempo, espacio y objeto

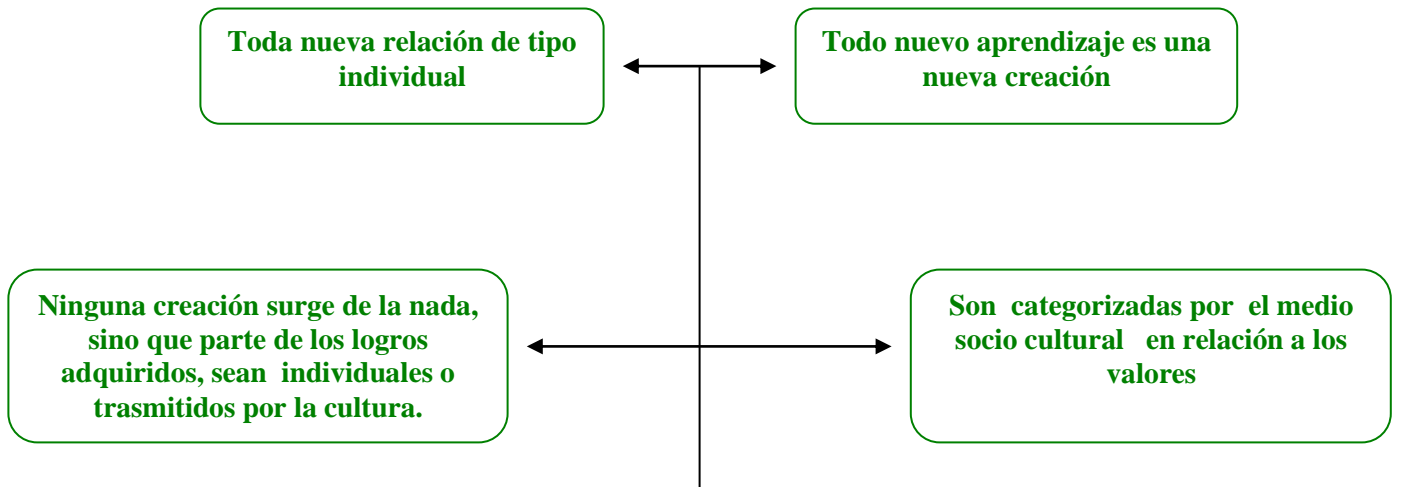
Abarca desde las grandes coordinaciones motoras hasta el control de las finas y sutiles coordinaciones neuromusculares que garantizan el control del impulso tanto motor como sensitivo.

Se refiere fundamentalmente al ajuste y perfeccionamiento de los esquemas de movimiento disponibles y la incorporación de nuevas y variadas estructuras de movimiento que aumente el acervo motor .

El ajuste y aumento de nuevos esquemas de movimiento, como así también la liberación de estereotipados, permiten una mayor conciencia del propio cuerpo con un mayor conocimiento de sus posibilidades y limitaciones

El proceso de enriquecimiento de la imagen corporal ocurre porque va descubriendo a partir de sucesivas experiencias toda la esfera de movimiento. De esta manera el niño toma conciencia de los grupos musculares que utiliza y puede poner a trabajar.

Una buena habilidad de movimiento se logra en base al aprendizaje de las técnicas básicas de movimiento del hombre, la educación brinda a su vez un fino sentido del movimiento y la capacidad para realizar cualquier tipo de destreza. Todo este acervo motor libera no solo el movimiento sino “el placer del movimiento”



CREATIVIDAD

Procesos básicos que tienen relación directa con la capacidad de creación

- La percepción
- La comunicación
- La capacidad simbólica

- Inteligencia
- Intuición

- Fantasía
- Imaginación

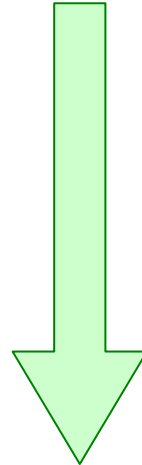
NIVELES DE LA CREACIÓN

GENIALIDAD

DESCUBRIMIENTO

CREACION BASICA

CREATIVIDAD



Elementos:
pelotas,cuerds,aros,etc.

Relación individual:
Parejas,trios,pequeños y grandes grupos.

Lugar de trabajo:
Patio,gimnasio,cancha,parque ,etc

- Cambio de velocidades
- Acentos rítmicos
- Silencios de movimientos
- Cadencia o pulso

OBJETOS

TIEMPO

**FACTORES
CONDICIONANTES DE LA
CREACION**

**TECNICAS DE
MOVIMIENTO**

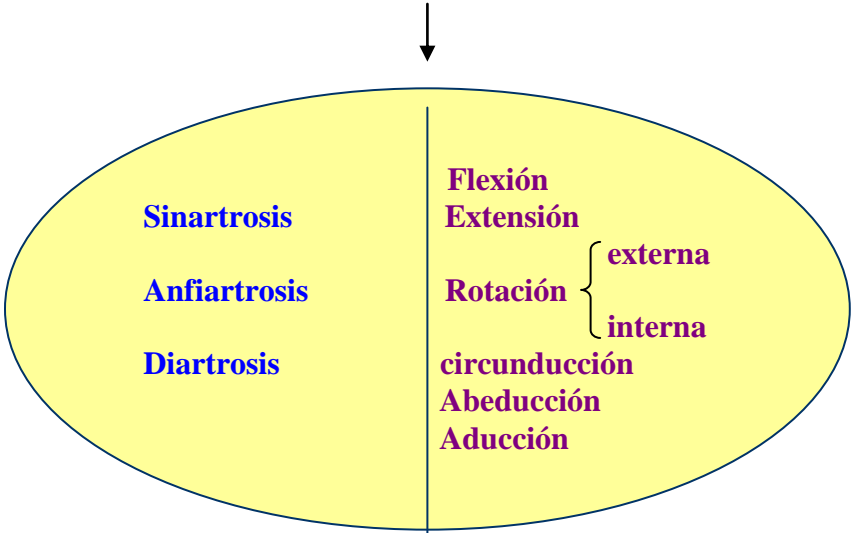
ESPACIO

- Técnicas de balanceos
- Técnica de onda o transmisión del movimiento en onda
- Toma de peso,cambio de peso y rebote.
- Movimientos conducidos, su técnica específica.
- Movimientos explosivos, su técnica específica.
- Impulsos pelvianos.
- Movimientos con elementos, sus técnicas específicas.
- Formas básicas del movimiento.

- Posibilidades que surjan de la esfera de movimiento
 - ✓ Direcciones
 - ✓ Niveles
 - ✓ Recorridos en el piso

FORMACION FISICA TECNICA

NATURALEZA HUMANA



TECNICAS DE MOVIMIENTO DEL "HOMBRE"

CUALIDADES FISICAS BASICAS Y DERIVADAS

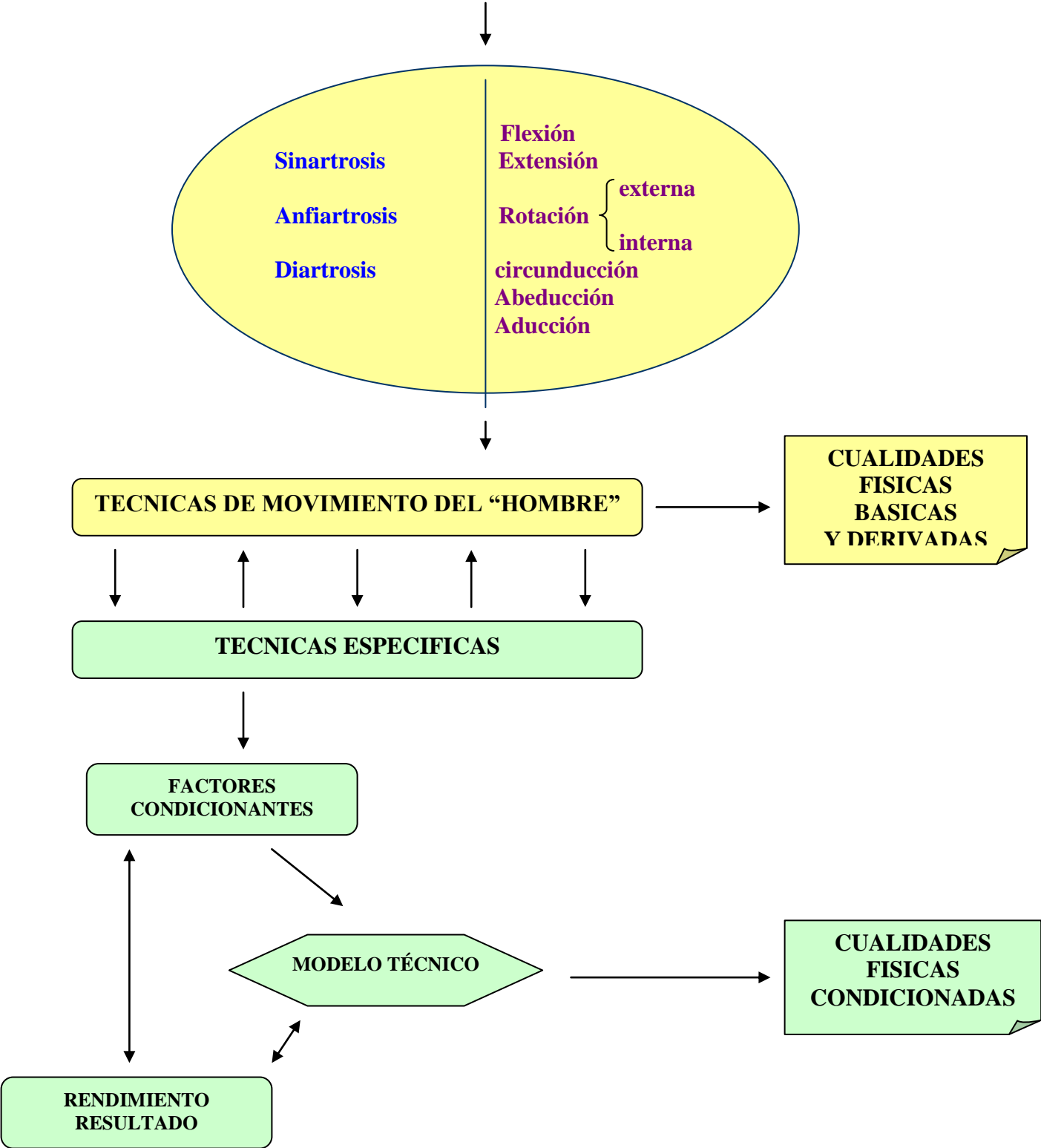
TECNICAS ESPECIFICAS

FACTORES CONDICIONANTES

MODELO TÉCNICO

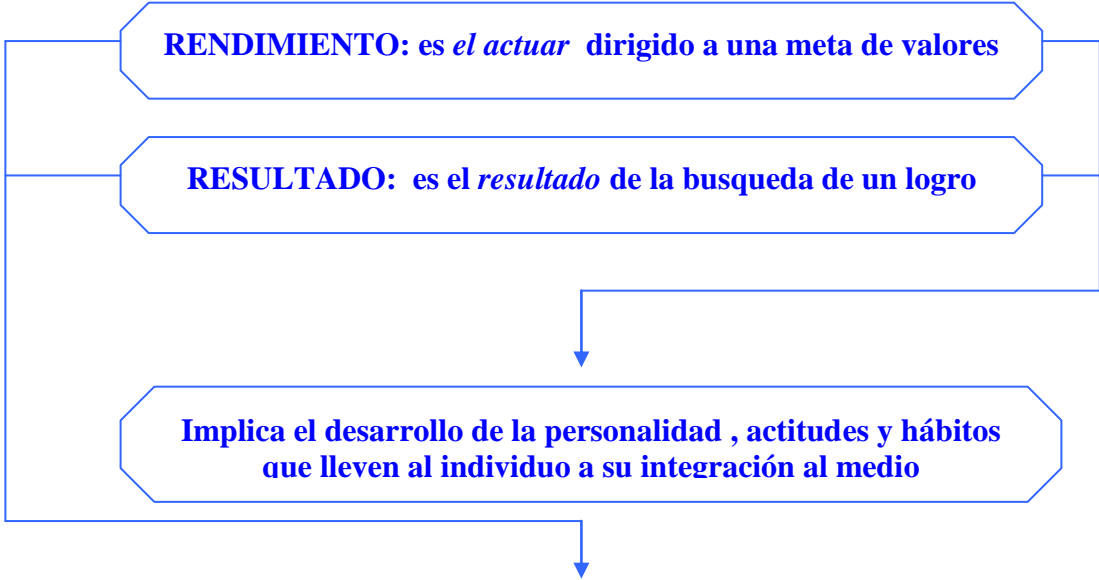
CUALIDADES FISICAS CONDICIONADAS

RENDIMIENTO RESULTADO

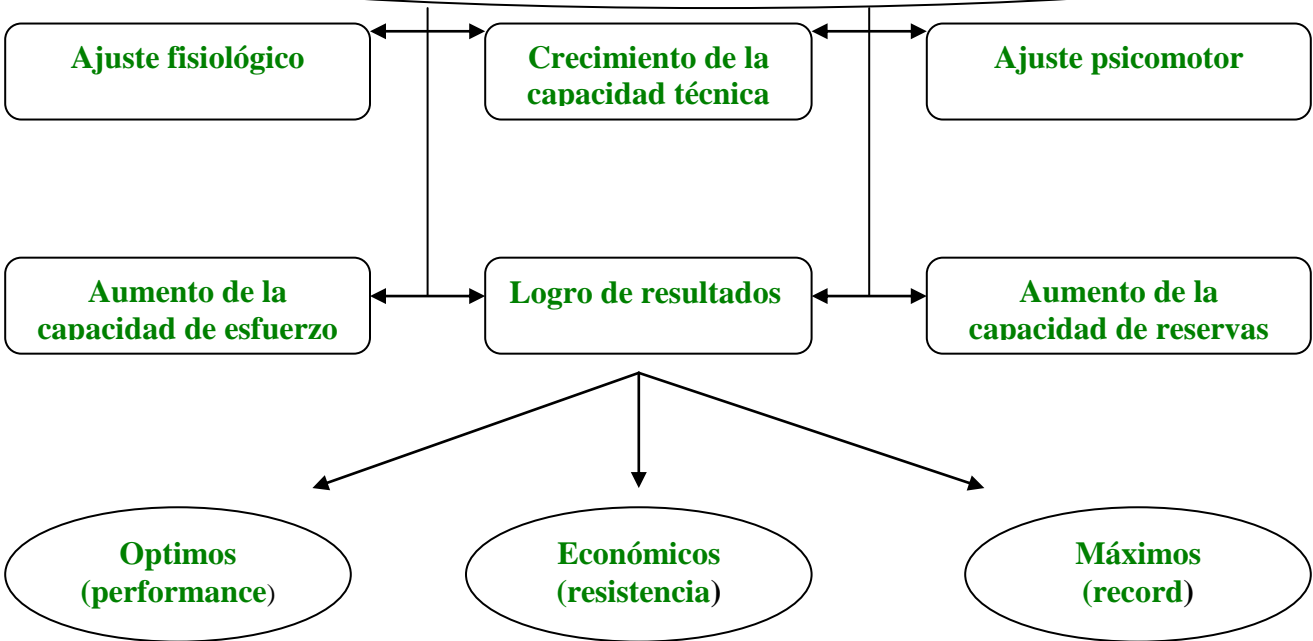


RENDIMIENTO RESULTADO

Adecuada selección y control de las descargas de energías necesarias para la realización correcta de un movimiento



DESDE EL PUNTO DE VISTA DE LA EDUCACION FISICA EXIGE



GRADOS DE LA EDUCACION FISICA

FORMACION FISICA



FORMA

Ultimo grado del proceso de entrenamiento en función del resultado máximo. Máxima especialización, perfeccionamiento de la aptitud y el resultado máximo.



CONDICION

Desarrollo pleno, total y armonioso que se alcanza en la juventud. estado de formación estable que se puede perfeccionar y obtener mayores resultados.

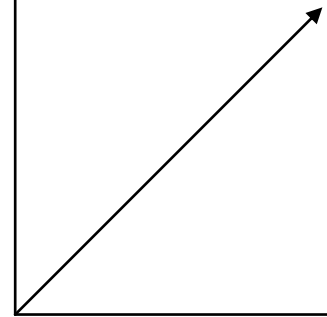


DESARROLLO ARMONICO

Educación física básica. Incluye crecimiento maduración y aprendizaje. Periodo infantil: 10 a 12 años; período juvenil hasta 16 o 19 años.



ENTRENAMIENTO



APLICACION

