

## **Predeporte**

**DESTINATARIOS:** Alumnado de 1º, 2º y 3º de Educación Infantil y 1º de Educación Primaria.

**HORARIOS:** 2 horas a la semana divididas en 2 sesiones de 1 hora; pudiendo ser en Lunes-Miércoles, Lunes-Viernes, Miércoles-Viernes o Martes Jueves.

**ESPACIOS:** Patio de Educación Infantil, cancha superior, porche y espacios entre edificios de Educación

Para el adecuado desarrollo de la actividad se aconseja que los niños y niñas acudan con ropa y calzado deportivo.

Para facilitar y agilizar la entrega de los niños y niñas al finalizar la actividad, se recomienda que los responsables de cada niño/a muestren la tarjeta de recogida. En caso de no llegar a tiempo, la entrega del alumnado se realizará en el AMPA.

La actividad de Predeporte inicia al niño/a en la práctica del ejercicio físico a través del juego, ayudando a construir las bases de su desarrollo psicomotor, tan importantes para su día a día como para la práctica de un deporte en el futuro. Por tanto, el objetivo primordial de esta actividad no es formar deportistas expertos, sino fomentar su desarrollo psicomotriz, que se relacionen y se diviertan con sus compañeros/as; además de provocar en ellos el gusto por realizar ejercicio físico y crear así un hábito de vida saludable.

Para ello, se trabajará desde una perspectiva activa, participativa y lúdica, donde el alumnado sea el principal protagonista. Además, se tendrá en cuenta el nivel de desarrollo de cada niño/a para así adecuar las actividades a sus características individuales.

Teniendo en cuenta las diferencias evolutivas generales de cada edad, a continuación se exponen los objetivos planteados para cada una de ellas.

### **Predeporte 3 AÑOS**

- Adquirir habilidades motrices básicas como correr, saltar, girar, lanzamientos, recepciones,
- Conseguir familiarizarse con los distintos materiales utilizados en la actividad, así como
- Aprender y respetar las normas básicas de convivencia, así como reglas de juego sencillas.
- Favorecer la socialización a través del juego adquiriendo valores como la amistad, el compañerismo, la cooperación, la colaboración, el respeto, la tolerancia, la solidaridad...

### **Predeporte 4 AÑOS**

- Mejorar habilidades motrices básicas como correr, saltar, girar, lanzamientos, recepciones, equilibrio, botes, coordinación óculo manual y óculo pedal...
- Respetar y valorar las normas básicas de convivencia y las reglas de juego (que serán cada vez más complejas), así como el material utilizado.
- Mejorar el proceso de socialización, desarrollando los valores anteriormente citados.
- Adquirir autocontrol y capacidad de resistencia a la frustración; así como adquirir mayor autoestima,

### **Predeporte 5 y 6 AÑOS**

- Perfeccionar habilidades motrices como desplazamientos, lanzamientos y pases de precisión,
- Respetar y valorar las normas de convivencia, reglas de juegos y reglas básicas de deportes individuales y
- Apreciar la amistad, el compañerismo, la cooperación y la colaboración, el respeto, la empatía, etc.
- Adquirir autocontrol y capacidad de resistencia a la frustración; así como adquirir mayor autoestima, identidad y seguridad en uno mismo..