

## ATLETISMO

El Atletismo es un deporte en el que se aprenden valores como el esfuerzo por mejorar y el sacrificio para lograr nuestras metas. Como actividad natural en el desarrollo de la persona, no precisa unas cualidades físicas especiales. Las clases están programadas con el fin de que el niño/a adquiera un conocimiento básico de esta especialidad deportiva, iniciándose en las acciones y gestos naturales de la misma como son la carrera, el lanzamiento y el salto. Asimismo, se pretende conseguir en general una educación integral de los alumnos/as.

### OBJETIVOS

- Acercar a los alumnos al atletismo y que descubran el atractivo y la motivación que viven en él.
- Continuar y ayudar al desarrollo psicomotor del niño.
- Desarrollar un deporte mixto, donde podamos trabajar relaciones de amistad dentro de la actividad.
- Crear un sentimiento de equipo.
- Trabajar el atletismo de manera global, en todas sus pruebas y versiones.

### METODOLOGÍA

La metodología será participativa y activa, donde los niños aprenderán a la vez que juegan. Concebimos el atletismo jugando, y sin el juego no tiene sentido en edades tan tempranas. Se usarán materiales adaptados, ya que nos interesa que puedan realizar los movimientos de la manera más correcta posible, por lo que es interesante que se varíen materiales para lograr la mejor adaptación del movimiento.

El atletismo también es un medio de expresión y por ello trabajaremos conceptos como el ritmo, así como las carreras, los saltos, los lanzamientos...

**Irene Bermejo Calvo | Coordinadora de Actividades Extraescolares**

[extraescolares@cber.es](mailto:extraescolares@cber.es)