

## PREDEPORTE

La actividad de predeporte tiene como finalidad iniciar al niño en la práctica de la actividad física en un ambiente lúdico, combinando las actividades deportivas con los juegos promoviendo así la formación integral del niño. Esta actividad debemos entenderla como una forma lúdica de conseguir objetivos tales como una mejora en la motricidad, una mayor y mejor socialización, fomento del compañerismo etc.

### OBJETIVOS

- Conocer y practicar gran variedad de juegos y actividades lúdicas.
- Desarrollar las habilidades básicas: correr, saltar... así como las destrezas básicas de algunos deportes.
- Hacer consciente al niño de su desarrollo físico, de sus avances y mejoras, sobre todo en coordinación y equilibrio psicomotriz.
- Trabajar valores grupales, como la cooperación y el compañerismo. Favorecer el gusto por el deporte y la actividad física como medio de disfrute de su tiempo libre.
- Mejorar la coordinación dinámica general.

### METODOLOGÍA

El predeporte nace para dar respuesta a las necesidades de desarrollo psicomotriz de los más pequeños en función de sus habilidades, de sus capacidades motrices, su coordinación, lateralidad. Se trabajan los desplazamientos, el control temporal y espacial del propio cuerpo y se tienen en cuenta otras valoraciones como: su capacidad para desenvolverse mejor en actividades individuales o colectivas, su gusto por pertenecer a un equipo, su inhibición o extroversión.

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

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