

ESCUELA DE DEPORTES - SAN PEDRO PASCUAL

PREDEPORTE

Justificación

El predeporte nace para dar respuesta a las necesidades que los padres tienen de conocer hacia qué deportes orientar a sus hijos, en función de sus habilidades, de sus capacidades de pertenecer a un equipo, si se desenvuelven mejor en deportes individuales o colectivos, etc..

El predeporte en resumen, se basa en descubrir los diferentes deportes tradicionales a través del juego. Porque a partir de diferentes juegos el niño practica y además se divierte, se entretiene de acuerdo a su edad y sin especializaciones engorrosas todavía para su edad; además estará practicando el juego en sí mismo sin fines competitivos.

Objetivos.

- Colaborar en el desarrollo equilibrado de las capacidades físicas y motrices del individuo. Detectar posibles deficiencias y colaborar en su corrección.
- Desarrollar las habilidades básicas para colaborar en el desarrollo equilibrado de las capacidades físicas y motrices del individuo.
- Trabajar valores grupales, tales como la cooperación y el compañerismo.

Metodología.

Nuestra metodología va a ser GLOBALIZADA en el sentido que las distintas habilidades perceptivas y de coordinación (o habilidades básicas) coexistan en cada sesión, si bien las segundas van a primar sobre las primeras. De todas formas, se trata de una metodología INTEGRADORA que intenta aglutinar en un solo proceso las habilidades, destrezas y técnicas propias de la Educación Física.

El juego y el planteamiento lúdico de la actividad, serán un pilar básico en el transcurrir de las clases diarias.

Contenidos.

1. Toma de conciencia de las propias posibilidades y limitaciones.
2. Relaciones espacio temporales: sentido y dirección, orientación, simetrías, velocidad, ritmo, duración, secuencia.
3. Confianza en uno mismo.
4. Aceptación de la diversidad y de los diferentes niveles de destreza.
5. Respeto a la norma y cooperación (actitudes y juegos cooperativos).