



PREDEPORTE

COORDINADOR DE LA ACTIVIDAD

RICARDO GÓMEZ

(rgomez@p.csmb.es)

INTRODUCCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Teniendo como base la psicomotricidad y como hilo conductor el juego, hablamos de una iniciación al deporte que trata de trabajar globalmente con el niño, teniendo muy en cuenta el desarrollo motriz de la etapa de infantil.

El objetivo principal es que el niño/a adquiera la coordinación y el control dinámico de su cuerpo a través del deporte de base, que comience a desarrollar un gusto por el movimiento y la actividad deportiva desde edades tempranas.

Programación de INFANTIL

OBJETIVOS (Que queremos conseguir)

- Tomar conciencia del propio cuerpo tanto global como segmentariamente.
- Conocer los componentes del esquema corporal: tono muscular, equilibrio, actividad postural, respiración...
- Dominar la coordinación y el control dinámico general (desplazamientos, carreras, saltos...).
- Controlar los movimientos de comunicación y expresión.
- Reconocer a través de los sentidos las características y cualidades de los objetos.
- Descubrir las nociones de dirección, distancia y situación.
- Desarrollar la coordinación visomanual y las posibilidades manipulativas necesarias para realizar tareas relacionadas con las distintas formas de representación.

CONTENIDOS

1. El Niño y su cuerpo.
 - LATERALIDAD.
 - ORIENTACION (Delante – detrás / Arriba - Abajo / etc.)
 - CONOCIMIENTO (Brazo/Pie/Tronco/etc.).
2. El Niño descubre el Espacio.



- Con miembros superiores.
 - Con miembros inferiores.
3. El Niño descubre el Tiempo.
- Con todo el cuerpo.
 - Con diferentes partes.
- (lento / rápido / largo / corto / etc.).
4. El Niño y los objetos.
- Con manos.
 - Con pies.
 - De pie | rodillas | sentado | acostado.
- (rugoso - liso - duro - blando - largo - áspero - suave - encogido - estirado - ancho - estrecho - etc.).
5. El Niño y los lanzamientos, golpes, recepciones, etc.
- Con una mano | con las dos.
 - Con el pie.
 - Con diferentes partes del cuerpo.
- (lejos - cerca - al lado de - delante de - hacia - etc.).
6. El Niño y los saltos.
- Impulso y caída con uno o dos pies."
 - Utilizando diferentes apoyos."
- (En altura, longitud, cerca, lejos, encadenando saltos, lateral, atrás, con giros, etc.).
7. El Niño y los equilibrios.
- (mucho/poco tiempo, sobre el suelo/sobre un objeto, etc.).
8. El Niño y los desplazamientos.
- (andando, corriendo, saltando, reptando, rodando, en cuadrúpeda, etc.).
 - (rápidos, lentos, adelante, atrás, lateral, etc.).
9. El niño, la respiración y la relajación.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Identifica las partes del cuerpo, global y segmentariamente y las principales



articulaciones: cabeza, tronco, cara, pestañas, parpados, nuca, hombros, pecho, estomago, tripa, espalda, muslos, caderas, cintura, rodillas, codo, **MUÑECAS.**

- Capta y diferencia características y cualidades de las otras personas: altura, color de pelo, ojos, etc.
- Respeto y acepta las diferencias de las personas.
- Relaciona segmentos corporales con las actividades de las que participan: piernas: andar, correr, saltar; manos: dibujar, cortar, picar.
- Expresa corporalmente y reconoce diferentes posiciones del cuerpo: agachado, sentado, de pie, acostado.
- Resuelve autónomamente actividades rutinarias: vestirse solo y ordenar la ropa.
- Planifica de forma autónoma y resuelve problemas sencillos: ordenar lo utilizado, realizar trabajos individuales y en pequeño grupo, exponer verbalmente en la sesión, manifestar las dificultades encontradas.
- Utiliza las unidades de medida naturales: mano, pie, paso...
- Regula el propio comportamiento e influye en la conducta de los demás: cede ante peticiones que le llevan la contraria, colabora en trabajos y juegos grupales, controla la agresividad, comparte alegrías y tristezas, ayuda ante peticiones o espontáneamente, espera turno, etc.
- Realiza desplazamientos con diversas posturas: caminar, correr, saltar, girar, subir, bajar, etc.
- Reproduce movimientos a través de consignas verbales: despacio, deprisa, saltando, volteretas, etc.
- Utiliza las posibilidades expresivas del propio cuerpo en situaciones creativas: gestos, movimientos, música, dramatizaciones ...
- Interpreta nociones de direccionalidad con el cuerpo: arriba, abajo, hacia delante, hacia atrás, hacia un lado, etc.
- Utiliza las nociones espaciales para explicar la posición propia de algún objeto y



de alguna persona en relación a un referente: cerca, lejos, encima, debajo, delante, detrás, etc.

TEMPORALIZACIÓN

PRIMER TRIMESTRE	EL NIÑO Y SU CUERPO
	<ul style="list-style-type: none">• Lateralidad• Orientación• Conocimiento del cuerpo
	EL NIÑO DESCUBRE EL ESPACIO Y EL TIEMPO
	<ul style="list-style-type: none">• Con miembros superiores• Con miembros inferiores• Con todo el cuerpo
	EL NIÑO Y LOS OBJETOS
	<ul style="list-style-type: none">• Utiliza las manos• Utiliza los pies
SEGUNDO TRIMESTRE	CONTENIDOS DEL PRIMER TRIMESTRE
	EL NIÑO Y LOS LANZAMIENTOS, GOLPEOS Y RECEPCIONES
	EL NIÑO Y LOS SALTOS
	EL NIÑO Y LOS EQUILIBRIOS
	EL NIÑO Y LOS DESPLAZAMIENTOS
	<ul style="list-style-type: none">• Andar, correr, saltar, reptar, rodar,...• Rápido, lento, atrás, adelante, lateral.
TERCER TRIMESTRE	CONTENIDOS DEL PRIMER Y SEGUNDO TRIMESTRE
	EL NIÑO Y LA RESPIRACIÓN
	EL NIÑO Y LA RELAJACIÓN

Observaciones

La equipación de la actividad debe ser adecuada para la práctica deportiva (uniforme deportivo del colegio: chándal, camiseta y deportivas).