

PSICOMOTRICIDAD INFANTIL

ACTIVIDAD

El **psicomotricidad infantil** se centra en la mejora física y en las distintas capacidades físicas básicas, desde la capacidad aeróbica y anaeróbica con juegos y ejercicios variados hasta la fuerza controlada con ejercicios de ligera carga externa, pasando por ejercicios de coordinación, equilibrio y habilidad.



OBJETIVOS

- Mejorar las condiciones físicas del alumnado.
- Introducir el deporte desde el punto de entretenimiento.
- Introducir la capacidad de saltos.

METODOLOGIA

La enseñanza de este deporte será en diversas fases: utilización y control del cuerpo en movimiento; y realización de actividades a través del juego como canal para la mejora física.

DESTINATARIOS

Alumnos/@ a partir de 6 años.

MATERIAL NECESARIO

- Ropa cómoda.
- Calzado deportivo con amortiguación adecuada.

IMPARTIDO POR

Carlos Hugo Jiménez Domínguez
Licenciado en Ciencias de la AF y el Deporte