

## PROGRAMACIÓN ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES

<b>ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES CURSO 2021-2022</b>	
<b>SECTOR</b>	<b>3</b>
<b>ACTIVIDAD</b>	<b>DEPORTE –Jueves (Carlota Martín)</b>
<b>OBJETIVOS</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>● Mejorar el desarrollo físico neuromotriz del niño.</li><li>● Aprender y practicar aspectos técnicos de los diferentes deportes así como distinto vocabulario relacionado con cada uno de los deportes.</li><li>● Participar y divertirse además de mejorar el trabajo en grupo y en equipo.</li><li>● Comprender y respetar las normas, el material y a los compañeros.</li><li>● Aprender comportamientos y valores a través del deporte, tales como el compañerismo, respeto al nivel de aprendizaje y capacidades de sus compañeros, respeto al profesor, trabajo en equipo, solidaridad, generosidad...</li><li>● Favorecer la capacidad de autosuperación</li><li>● Valorar el esfuerzo colectivo en los diferentes tipos de juegos y actividades deportivas al margen de preferencias y prejuicios.</li><li>● Desarrollar hábitos tempranos de actividad física como medio para mejorar la salud, medio de disfrute, de relación y de empleo satisfactorio del tiempo de ocio.</li><li>● Potenciar las relaciones sociales con los compañeros, trabajando de forma especial el trabajo en equipo, la ayuda a los demás, el respeto y el buen trato a los demás, la aceptación de las limitaciones nuestras y del compañero.</li><li>● Aprender a compartir materiales y espacios con los demás.</li><li>● Desarrollar las capacidades de percepción, control espacial y temporal del propio cuerpo y de coordinación general.</li><li>● Consolidar la coordinación óculo-manual.</li><li>● Adquirir hábitos de higiene corporal.</li><li>● Trabajar valores grupales, como la cooperación y el compañerismo.</li><li>● Reconocer e identificar diferentes juegos.</li><li>● Usar adecuadamente estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación-oposición.</li><li>● Desarrollar diferentes formas de movimiento: desplazamientos, saltos, giros, equilibrios y manejo de objetos.</li><li>● Mostrar buena disposición para solucionar los conflictos de manera razonable.</li></ul>	

- Demostrar autonomía y confianza en diferentes situaciones, resolviendo problemas motores con espontaneidad, creatividad.
- Aceptar formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones con deportividad.

## **CONTENIDOS/ACTIVIDADES**

### **BLOQUE 1. HABILIDADES PERCEPTIVO MOTRICES**

- Posibilidades perceptivas. Experimentación y exploración de las capacidades perceptivas y su relación con el movimiento.
- Consolidación de la lateralidad y su proyección en el espacio.
- Valoración y aceptación de la propia realidad corporal y la de las demás personas.

### **BLOQUE 2. HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS.**

- Formas y posibilidades del movimiento. Ajuste y consolidación de los elementos fundamentales en la ejecución de desplazamientos, saltos, giros, equilibrios y manejo de objetos.
- Lanzamientos (extremidades superiores, extremidades inferiores, precisión, estáticos, dinámicos).
- Recepciones
- Golpeo de móviles
- Utilización eficaz de las habilidades básicas en medios y situaciones estables y conocidas.
- Control motor y dominio corporal.
- Mejora de las cualidades físicas básicas de forma genérica y orientada a la ejecución motriz.
- Interés por mejorar la competencia motriz, valoración del esfuerzo personal en la actividad física.
- Disposición favorable a participar en actividades motrices diversas, reconociendo y aceptando las diferencias individuales en el nivel de habilidad.
- El juego y el deporte como elementos de la realidad social.
- Deportes alternativos como:
  1. Datchball
  2. Pinfuvote
  3. Kinball
  4. Tchoukball
  5. Colpbol
  6. Fut-golf
  7. Tripela
  8. Goubak
  9. Artzikirol
  10. Goalball: Jugando a ciegas
  11. La rosquilla
  12. Bijbol
  13. Fubkey

- Práctica de juegos tradicionales, cooperativos y tradicionales de distintas culturas, especialmente los de las presentes en el entorno.
- Participación en juegos e iniciación a la práctica de actividades deportivas.
- Aplicación de las habilidades básicas de manejo de balones, con o sin implemento, en situaciones de juego.
- Descubrimiento de las estrategias básicas de juego relacionadas con la cooperación, la oposición y la cooperación/ oposición.
- Utilización de estrategias de cooperación y oposición en la práctica de juegos motores.
- Respeto hacia las personas que participan en el juego y rechazo hacia los comportamientos antisociales.
- Comprensión, aceptación, cumplimiento y valoración de las reglas y normas de juego y actitud responsable con relación a las estrategias establecidas.
- Interés por el juego como medio de disfrute, de relación y de empleo del tiempo de ocio y valoración del esfuerzo en la práctica de los juegos y actividades deportivas.
- Conocer y practicar los juegos populares y tradicionales.
- Juegos educativos, cooperativos y de estrategia como medio de rechazo ante los juegos violentos y afianzamiento de los valores **humanos**.

#### **BLOQUE 4. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD**

- El cuidado del cuerpo.
- Relación de la actividad física con la salud y el bienestar.
- Seguridad en la propia práctica de la actividad física.
- Calentamiento, dosificación del esfuerzo y relajación.
- Medidas básicas de seguridad en la práctica de la actividad física, con relación al entorno.
- Uso correcto y respetuoso de materiales y espacios.

#### **CONTENIDOS TRANSVERSALES**

- Desarrollo y afianzamiento de la creatividad, la iniciativa, el trabajo en equipo, la confianza en uno mismo.
- Valores que fomenten la igualdad efectiva entre hombres y mujeres, la no discriminación y la prevención de cualquier forma de violencia.
- La convivencia, prevención y resolución pacífica de conflictos en todos los ámbitos de la vida personal, así como de los valores que sustentan la igualdad, la democracia, el respeto y el rechazo a la violencia.