

DESCRIPCIÓN

El predeportivo consiste en el desarrollo de actividades de Kids Athletics ordenadas en un circuito en donde el estudiante realiza una actividad de carrera, lanzamiento y salto con la utilización de música.

# “Predeportivo de Kids Athletics SECUNDARIA”

INFORMACIÓN INICIAL

Cada equipo deberá realizar el recorrido por los juegos establecidos tratando de ejecutarlo de forma más rápida.(relevo vallas, salto sin impulso, lanz al blanco sobre varilla)

## ANÁLISIS - COMPONENTES

PERCEPTIVO

Visualización de trayectorias, conciencia espacial  
Orientación

DECISIVO

Indicaciones, atención, memoria y espera. Reglas de juego y normas de seguridad.

EJECUTIVO

Técnicas de:  
Lanzamientos  
salto  
Carrera

## ADAPTACIÓN

Indicaciones auditivas, visuales. Orientación física

Guías de apoyo, formas y dibujos, artefactos sonoros, material de varios tamaños texturas y colores

Utilización de prótesis, sillas de ruedas, regularidad del terreno, formas de agarre

## ADAPTACIÓN NIVEL 1

Demarcación del recorrido con elementos visuales o sonoros

Explicación concisa con demostración

Diferentes formas de desplazamiento, restar importancia al factor velocidad

## ADAPTACIÓN NIVEL 2

Marcar la meta en lanzamientos y disminuir la velocidad del recorrido

División de los gestos clave en partes simplificar la técnica

Simplificar la técnica, permitiendo diferentes formas de saltos, lanzamientos y desplazamientos

## ADAPTACIÓN NIVEL 3

Recorrido en parejas Método de las agujas del reloj

Realizar el circuito en parejas o pequeños grupos (apoyo entre compañeros)

Realizar el circuito en parejas o pequeños grupos (apoyo entre compañeros)

EQUIPO REGIONAL DE:

TURRIALBA

AUTORES:

Rafael Andrade Jiménez, Dilean Ramírez Molina, Jorge Solano González, Martha Martínez González, Javier Gómez Mata.