

PSICOMOTRICIDAD

MINIHÉROES - MINIHEROÍNAS (3-4 AÑOS)

 Actividad infantil

DESCRIPCIÓN

Actividad de iniciación a la actividad física dirigida a niños y niñas de 3 a 4 años, centrada en el desarrollo psicomotor a través del juego, la exploración y el movimiento.

Las sesiones se estructuran mediante circuitos, juegos simbólicos y dinámicas motrices que permiten a los participantes descubrir su cuerpo, mejorar su coordinación y relacionarse con el entorno. Se trabaja en un ambiente seguro, afectivo y estimulante, donde el juego es el principal vehículo de aprendizaje.

El objetivo es favorecer el desarrollo global del niño o la niña (motor, cognitivo y social), respetando sus ritmos individuales y potenciando la autonomía, la confianza y el disfrute por el movimiento.

OBJETIVOS

- Desarrollar las habilidades motrices básicas (gatear, correr, saltar, girar, etc.).
- Mejorar la coordinación general y el equilibrio.
- Favorecer el conocimiento y control del propio cuerpo.
- Estimular la percepción espacial y la orientación.
- Fomentar la interacción con iguales a través del juego.
- Generar experiencias positivas vinculadas a la actividad física.

RECOMENDACIONES

- Utilizar ropa cómoda que permita libertad de movimiento.
- Traer botella de agua.
- Respetar los ritmos individuales de cada niño/a.
- Favorecer la asistencia regular para consolidar aprendizajes.
- Evitar comparaciones entre participantes.
- Informar al personal técnico de cualquier necesidad específica.

 Sala 4 actividades (instalaciones deportivas)

 Grupo único:

- Viernes de 17:00 a 17:45 h.

 Del 1/10/2026 al 31/05/2027



CONTENIDOS

Hab. motrices básicas



Coordinación



Equilibrio



Percepción espacial / corporal



Ritmo / Expresión corporal



Juego / socialización



PERFIL ACTIVIDAD

Intensidad



Dificultad



Nivel de atención



Variabilidad tareas



Componente motivacional

