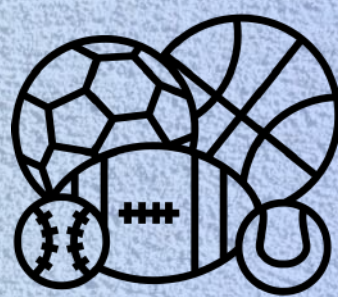


PREDEPORTIVOS Y JUEGOS DE LA CALLE

¿QUÉ SON LOS PREDEPORTIVOS?

Los predeportivos son actividades físicas y juegos diseñados para preparar y desarrollar las habilidades necesarias para la práctica de un deporte específico. Estas actividades suelen incluir ejercicios de calentamiento, técnicas básicas relacionadas con el deporte en cuestión, ejercicios de coordinación, agilidad, velocidad y otros aspectos fundamentales para mejorar el rendimiento y prevenir lesiones. Los predeportivos son una fase importante en el proceso de enseñanza y aprendizaje deportivo, ya que ayudan a los participantes a adquirir las destrezas básicas y el acondicionamiento físico necesario para luego poder disfrutar y participar de manera más efectiva en la práctica deportiva formal.



PARA QUE NOS SIRVEN EN LO PROFESIONAL?



Los predeportivos tiene mucha relevancia en las conductas profesionales de las personas, especialmente en entornos laborales que valoran el trabajo en equipo, la disciplina y el liderazgo. La participación en actividades de predeportes, como juegos recreativos, deportes no competitivos o ejercicios físicos adaptados, puede influir positivamente en las habilidades interpersonales y organizativas de los individuos. Estas actividades promueven valores como la cooperación, la comunicación efectiva, la resolución de problemas y la gestión del tiempo, que son esenciales en el ámbito profesional. Además, los predeportes fomentan el desarrollo de habilidades motoras, el bienestar físico y la capacidad de adaptación, cualidades que contribuyen directamente a un desempeño laboral más eficaz y una mayor satisfacción en el trabajo.

¿QUÉ SON LOS JUEGOS DE LA CALLE?

Los "juegos de la calle" son actividades recreativas, competitivas o simplemente de entretenimiento que suelen llevarse a cabo al aire libre, en espacios públicos como calles, parques o plazas. Estos juegos suelen ser informales y pueden variar mucho según la cultura, la región y las preferencias de los participantes. Incluyen desde juegos tradicionales como la rayuela, la cuerda o el escondite, hasta actividades más contemporáneas como el skateboard, el parkour o el baloncesto callejero. En esencia, los juegos de la calle fomentan la interacción social, el ejercicio físico y la creatividad, proporcionando a las personas un espacio para divertirse y relacionarse fuera de entornos estructurados.



PARA QUE NOS SIRVEN EN LO PROFESIONAL?



Los juegos de la calle como bien sabemos son actividades recreativas que solíamos jugar desde niños, en la Universidad volvemos a retomar algunas actividades recreativas con compañeros de diferentes carreras, esto hace que cada persona tenga una forma de pensar creativa y única para las actividades que realizamos, nos sirve para aprender a escuchar, debatir y crear estrategias en varios juegos pero también nos enseña a respetar, valorar y entender que cada persona de las que participa es fuerte y ágil para una actividad más que otra, sin embargo nos enseña a ser compañeros y comprensivos con las habilidades, debilidades y fortalezas de cada persona y es importante recalcar y entender muy bien los valores y el trasfondo que tiene una actividad de equipo, aprender a trabajar como grupo también es relevante para la vida profesional.

APRENDIZAJE

- Nos ayuda a Desarrollar las Habilidades Motoras.
- Nos ayuda a Aprender a trabajar en Equipo.
- Nos ayuda a Aprender a resolver problemas y crear estrategias de equipo.
- Fomentar nuestra actividad Física
- Es importante divertirse y disfrutar cada Actividad, Dar el 100% y ser competitivo saludable.
- Obtenemos un aprendizaje social y emocional, la empatía con las personas.

