



¿Qué es el deporte?

El deporte es una actividad divertida y emocionante en la que participamos para jugar y competir.

Una actividad física en la que se compete es decir se busca ganar.

Es una actividad regulada con el reglamento.

Cuando comienza el juego deportivo el objetivo es ganar.

Se puede adaptar a las distintas situaciones.

Como dijimos es una actividad física, así que aumenta la velocidad del corazón, es decir el ritmo cardíaco. También necesitamos espacio bien limitado, como un campo, una cancha o un parque, donde podemos movernos. El tiempo del juego deportivo y el tanteador son elementos fundamentales y para jugar usamos objetos especiales.

Como una pelota, o en algunos un palo, un guante entre otros, que nos ayudan a jugar cada deporte, algunos se realizan sin objetos solo con el cuerpo.

¡El deporte es genial porque nos permite divertirnos, mantenernos activos y probarnos!