



INICIACIÓN AL PATINAJE

(4 ruedas tradicional.)

RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD
ELENA ORTIZ y RUBEN GOMEZ
(eortiz@p.csmb.es)

INTRODUCCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El patinaje es una extraordinaria actividad de coordinación, equilibrio y desarrollo motriz del alumno sobre un medio que no es el habitual. Durante el curso trabajaremos la disciplina en todas sus variantes, con el fin de que los niños adquieran las habilidades necesarias para el dominio de los patines. Desplazarse sobre ruedas es un reto atractivo para cualquier joven.

Se crearán diferentes grupos en función del nivel y de la edad, y nuestros métodos de enseñanza serán de carácter fundamentalmente lúdico, pero añadiéndole siempre un componente didáctico. Métodos de aprendizaje totalmente dinámicos y atractivos donde el entretenimiento es el objetivo primordial en cada sesión.

Un aspecto importante en la enseñanza del patinaje será la transmisión al alumno de valores tan importantes como el respeto, el compañerismo, la conciencia de grupo o el cuidado del entorno, entre muchos otros.

Es un primer paso para que posteriormente pueda seguir con el aprendizaje de otras disciplinas deportivas tan atractivas, como el hockey sobre patines o el patinaje artístico.

Programación de PRIMARIA

OBJETIVOS (Que queremos conseguir)

- Evolución coordinativa
- Desarrollo motriz del alumno
- Iniciación y perfeccionamiento del patinaje
- Enseñanza de las reglas del juego
- Conductas dentro del ámbito deportivo y social
- Ilusionar al alumno con la práctica de una actividad atractiva

Temporalización de los objetivos

- 1er trimestre:
 - o Patinaje hacia delante
 - o Giro básico
 - o Caer/Levantarse
 - o Salto (dos piernas)



- 2º trimestre:
 - o Cruce de piernas
 - o Frenada básica
 - o Patinaje en cucilllas

- 3er trimestre:
 - o Patinaje de espaldas (abrir/cerrar piernas)
 - o Perfección de la frenada
 - o Sprint (Velocidad)
 - o Acción de media vuelta (transición de frente/de espaldas)

CONTENIDOS (Que actividades vamos a realizar)

- Circuitos simples y complejos dónde se deberán realizar saltos, giros, frenadas, patinaje en cucilllas, cruce de piernas, patinaje de espaldas, zig-zag...
- Carreras de obstáculos y competición entre los alumnos, para desarrollar el componente de la competitividad siempre desde el compañerismo.
- Juegos de todo tipo donde desarrollaremos cada vez una habilidad: Bull-dog, pañuelo, balón prisionero, pilla-pilla, estatuas, colas de zorro, polis y cacos...
- Pruebas trimestrales de nivel para evaluar los conceptos aprendidos por el alumno.
- Gymkanas

METODOLOGIA (Como lo vamos a hacer)

Para la realización de todas las actividades el monitor utilizará todo tipo de material: picas, conos, balones, aros, petos, cintas, pelotas de diferentes colores y tamaños...

ACTIVIDADES (actividades que se hacen a lo largo del curso)

- Al final del último trimestre curso se hará una exhibición para los padres.

Observaciones y otras informaciones sobre la actividad

- La equipación para la práctica será ropa deportiva
- Equipo personal: patines de 4 ruedas tradicional. Ocasionalmente se puede iniciar la actividad con patines en línea para cambiar a patines a 4 ruedas, para una progresión adecuada.
- Por otra parte es recomendable también el uso de protecciones (maneras, coderas y rodilleras) y de casco.