



PATINDANCE

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

INTRODUCCIÓN DE LA ACTIVIDAD

La actividad propuesta, consistiría básicamente en la fusión del patinaje con la danza, con el fin de ofertar una actividad novedosa y atractiva para el sector infantil y a la vez fomentar el deporte sobre patines.

La actividad contaría con, el aprendizaje del patinaje (aprender a manejarse con los patines hacia delante y si el nivel es bueno iniciar el aprendizaje hacia atrás) el dominio de los filos (incluiría elementos básicos del patinaje artístico y la iniciación a las secuencias de pasos) y la iniciación a la danza sobre patines, es decir, una vez que se tenga el suficiente dominio del patín (mantenimiento del equilibrio y deslizar) la actividad no se verá inclinada hacia la práctica de lo que es el patinaje artístico como tal, sino a algo más lúdico, como es aprender a bailar sobre patines.

La actividad estaría dirigida a niños de 5 años en adelante y no está inclinada hacia la individualidad si no como una actividad colectiva en la que se busca que el individuo tenga un mayor control de su motricidad y a la vez sirva de práctica deportiva, mientras que aprende a relacionarse con otros niños y a realizar actividades en conjunto.

Programación de PRIMARIA

OBJETIVOS (Que queremos conseguir)

- Aprendizaje del patinaje hacia delante y atrás
- Dominio completo del patín (filos, figuras)
- Técnica individual y colectiva
- Mejora de la coordinación
- Mejora del sentido del ritmo
- Unión del patinaje y el baile
- Conseguir que los alumnos encuentren atractivo el patinaje y sus modalidades
-

Temporalización de los objetivos

- 1er trimestre:
 - o Patinaje hacia delante
 - o Frenada
 - o Equilibrios básicos (iniciación a las figuras)

- 2º trimestre:
 - o Patinaje hacia atrás



- Equilibrios avanzados (Figuras básicas del patinaje)
- Iniciación a los fillos

- 3er trimestre:
 - Perfeccionamiento de lo anterior
 - Figuras en bloque

CONTENIDOS (Que actividades vamos a realizar)

- Juegos y circuitos para tomar contacto con los patines y la actividad y que los proporcionara un aprendizaje más rápido del patinaje adelante y atrás, coger velocidad, aprender a frenar y a quitarse el miedo que puedan tener.
- Ochos adelante y atrás: esta es la figura más básica del patinaje, que consiste en recorrer la totalidad de la pista en forma de ocho. Es lo principal para aprender a patinar y ayuda al perfeccionamiento de los fillos.
- Iniciación a las figuras: cuatro (equilibrio con un pie en posición flamenco) cochecito (agacharse con los dos pies en el suelo hasta que las nalgas toquen los talones) cañón (es lo mismo que el cochecito pero solo hay un pie en el suelo)
- Figuras básicas: águila (pies abiertos cada uno hacia un lado) ángel (levantar una de las piernas quedando perpendicular al suelo) mariposa (agarrarse uno de los patines por la rueda con la mano y levantar la pierna hasta la altura de la cabeza)
- Iniciación a los fillos: treses, vueltas de vals básicas y cruzadas y otras opciones dependiendo del nivel alcanzado

METODOLOGIA (Como lo vamos a hacer)

Para la realización de la actividad sólo será necesario la pista los patines (de ejes) y un equipo de música.

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

- Al final del primer y último trimestre curso se hará una exhibición para los padres.
- Se invitará a los alumnos a exhibiciones y campeonatos de patinaje realizados en la comunidad de Madrid.

Observaciones y otras informaciones sobre la actividad

- La equipación para la práctica será ropa deportiva
- Equipo personal: patines de 4 ruedas tradicional.
- Por otra parte es recomendable también el uso de protecciones (maneras, coderas y rodilleras) y de casco.
- En las exhibiciones se podrá solicitar equipación específica.