

PATINAJE

 Actividad infantil

DESCRIPCIÓN

Actividad deportiva dirigida a niños y niñas a partir de 7 años, orientada al aprendizaje y mejora del patinaje sobre ruedas en un entorno seguro, dinámico y motivador.

Las sesiones combinan ejercicios técnicos, juegos y circuitos, permitiendo una progresión adaptada al nivel de cada participante. Se trabajan habilidades como el equilibrio, el desplazamiento, la frenada y los giros, favoreciendo el control corporal y la seguridad en el movimiento.

La actividad se organiza en diferentes grupos en función de la edad y el nivel, permitiendo una enseñanza más ajustada y eficaz. Se mantiene un enfoque lúdico y participativo, fomentando la autonomía, la superación personal y la convivencia.

OBJETIVOS

- Aprender y mejorar las habilidades básicas del patinaje.
- Desarrollar el equilibrio y el control corporal.
- Mejorar la coordinación y la agilidad.
- Fomentar la seguridad en el desplazamiento.
- Potenciar la autonomía y la confianza en el movimiento.
- Promover la práctica deportiva desde un enfoque lúdico.

RECOMENDACIONES

- Uso obligatorio de casco, rodilleras, coderas y muñequeras.
- Utilizar patines adecuados al nivel.
- Llevar ropa deportiva cómoda.
- Mantener una correcta hidratación.
- Seguir en todo momento las indicaciones del monitorado.
- Evitar la actividad en caso de lesiones no controladas.

 Frontón (instalaciones deportivas)

- 
- Grupo 1 (7-10 años INIC.): L-X de 18:00 a 18:55 h.
 - Grupo 2 (10 años en adelante): L-X de 18:00 a 18:55 h.

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



CONTENIDOS

Técnica patinaje



Coordinación



Equilibrio



Desplazamientos / frenadas



Percepción espacial



Juego / socialización



PERFIL ACTIVIDAD

Intensidad



Dificultad



Nivel de atención



Variabilidad tareas



Componente motivacional

