

PATINAJEA

 Haurrentzako jarduera

DESKRIPZIOA

7 urtetik gorako haurrentzako kirol-jarduera, gurpil gaineko patinajea ikasteko eta hobetzeko ingurune seguru, dinamiko eta motibagarrian.

Saioek ariketa teknikoak, jolasak eta zirkuituak uztartzen dituzte, parte-hartzaile bakoitzaren mailara egokitutako progresioa ahalbidetuz. Oreka, desplazamendua, balaztatzea eta biraketak bezalako trebetasunak lantzen dira, gorputzaren kontrola eta mugimenduan segurtasuna erraztuz.

Jarduera adinaren eta mailaren arabera talde desberdinetan antolatzen da, irakaskuntza egokiagoa eta eraginkorragoa ahalbidetuz. Ikuspegi ludikoa eta parte-hartzailea mantentzen da, autonomia, gainditze pertsonala eta elkarbizitza sustatuz.

HELBURUAK

- Patinajeko oinarrizko trebetasunak ikastea eta hobetzea.
- Gorputzaren oreka eta kontrola garatzea.
- Koordinazioa eta bizkortasuna hobetzea.
- Joan-etorrietan segurtasuna sustatzea.
- Mugimenduarekiko autonomia eta konfiantza sustatzea.
- Kirola ikuspegi ludiko batetik sustatzea..

GOMENDIOAK

- Kaskoa, belauetakoak, ukondoak eta eskumuturrekoak nahitaez erabili behar dira.
- Mailari egokiak diren patinak erabili.
- Kirol-arropa eroso eta ekarri.
- Hidratazioa zaintzea.
- Jarraitu une oro begiraleen argibideak.
- Kontrolatu gabeko lesioak badaude parte hartzea ekidin.

 Frontoia (Kiroldegia)

-  1. taldea (7-10 urte HASI): Al.-Az.18:00etatik 18:55etara.
2. taldea (10 urtetik aurrera): Al.-Az. 18:00etatik 18:55etara.

 2026/10/01etik 2027/05/31era



EDUKIAK

Patinaje teknika



Koordinazioa



Oreka



Lekualdatzea / galgatzea



Espazioaren pertzeptzioa



Jokua / Sozializazioa



JARDUERA-PROFILA

Intentsitatea



Zailtasuna



Arreta maila



Jardueren aniztasuna



Motibazio osagaia

