

PATINAJE EN LÍNEA

CURSO ESCOLAR 2021-22

ESCUELA DE PATINAJE ZLALOM

Se harán tres grupos diferenciados por edad y nivel. Los **lunes**, nivel avanzado; los **miércoles** nivel intermedio y los **viernes** nivel iniciación.

Desde la Escuela de Patinaje Zlalom tenemos como objetivo hacer del **patinaje** y el deporte, un **elemento más del desarrollo y educación del niño**, fomentando los valores educativos del deporte y mejorando la salud y calidad de vida del practicante.

El deporte, **desde una perspectiva de disfrute y diversión**, se convierte en una herramienta socioeducativa muy potente.

Desarrollamos actividades deportivas desde la base hasta la competición.



BENEFICIOS DEL PATINAJE EN LÍNEA

La práctica del patinaje tiene múltiples beneficios que mejoran las capacidades del niño y su calidad de vida:

Motrices:

- Equilibrio
- Fuerza
- Coordinación
- Capacidad espacial

Actitudes:

- Esfuerzo
- Superación
- Compañerismo
- Respeto
- Confianza en sí mismo



OBJETIVOS Y METODOLOGÍA

El objetivo primordial es poder disfrutar del patinaje de una forma segura, promoviendo la evolución técnica con una base sólida.

Las herramientas principales son:

- **El juego**, una forma excelente de fomentar el uso de los nuevos movimientos y de dar rienda suelta a la energía y el esfuerzo.
- Los **ejercicios dirigidos**, donde dar prioridad a la concentración y el desarrollo de nuevos patrones motrices.
- La **recompensa**, sobretodo emocional, una forma de fijar las actitudes positivas.
- **Nuevas experiencias** que motiven y creen nuevos alicientes y metas.

Se hará una evaluación inicial del grupo para adaptar los objetivos técnicos al nivel medio del grupo, haciendo adaptaciones a aquellos que lo requieran.

Se llevará a cabo un seguimiento de la evolución individual a través de un sistema de grados.



EQUIPO NECESARIO

Serán necesarios unos **patines en línea con freno** de taco, el conjunto de **protecciones** (rodilleras, coderas y muñequeras), así como el **casco** (es recomendable que cada patín y protección esté marcada con el nombre y apellido del niño).

También es recomendable una **botella de agua** (también marcada con nombre y apellido del niño).

PONERSE EL EQUIPO

En las clases, siempre que sea posible, la **llegada y salida de la actividad será en patines**.

En cualquier caso, **se recomienda** familiarizar y **enseñar a los niños sobre cómo ponerse y quitarse el equipo** para mayor agilidad y aprovechamiento del tiempo.

En el caso de necesitar ayuda y no poderse la prestar un familiar, el monitor les echará una mano, pero intentemos que sea lo menor posible para que el aprovechamiento del tiempo sea el máximo.