

## 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.