PATINAJE

Esta disciplina es una de las más recomendadas para **el entretenimiento y crecimiento de los niños**, ya que les aporta esa **seguridad y confianza** que será necesaria para afrontar **cualquier reto**.
La actividad extraescolar patinaje es capaz de ayudar a los estudiantes a mantenerse completamente enérgicos; y controlar a su vez, el **equilibrio, la agilidad y los movimientos** que necesitan realizar con su cuerpo para poder mantenerse en pie.
Es perfecta para optimizar el sistema motor y ayudar a generar estabilidad y autoconfianza en los aprendices.
Desarrolla habilidades psicomotrices básicas y mejora la resistencia, flexibilidad y fuerza. . Planteamos el aprendizaje de técnicas a través del juego, de forma que se hacen conscientes de sus logros y puntos de mejora de una manera lúdica.
Supone actitudes de **respeto y solidaridad**, ya que implica **ayudar a los compañeros** menos hábiles sobre los patines a que se sientan más seguros y consigan sus objetivos. Además, ir sobre ruedas implica respetar unas normas básicas de convivencia con otras personas que se encuentran en nuestro camino.
Fomenta el deporte como alternativa sana de ocio, para divertirse, hacer ejercicio, disfrutar y jugar de una manera diferente.

OBJETIVOS BÁSICOS (POR TRIMESTRES) PRIMER TRIMESTRE: No vamos a definir tanto un patinaje artístico o de velocidad, ya que se trata de la iniciación al deporte, por lo que el tipo de patines que usen los niños no es tan importante como la actitud hacia el conocimiento del deporte y al respeto a sus compañeros y entrenadores.

- Asimilar rutinas de comportamiento.
- Adoptar el apoyo en dos pies.
- Dominar el impulso hacia delante.
- Aprender a caer y levantarse del suelo para superar el miedo a las caídas.
- Realizar desplazamientos sencillos.
- Asegurar la estabilidad con los patines

SEGUNDO TRIMESTRE: Mejora y perfeccionamiento.

- Mejorar el equilibrio.
- Controlar el frenado
- Progresivo hacia delante.
- Realizar cambios de apoyo de forma natural.
- Progresivo hacia atrás.

TERCER TRIMESTRE:

.

- Mejorar los cambios de dirección y sentido.
- Aprender la ejecución de las figuras y la adaptación al grupo.
- Pequeños saltos, giros, etc…