



## Actividades Extraescolares Deportivas: Patinaje

El patinaje es una actividad recreativa y un deporte que ayuda a desarrollar el equilibrio y la armonía corporal, a través de movimientos y ejercicios. Una buena técnica puede ayudar a los niños a que se familiaricen con el desplazamiento sobre los patines y desarrollen variados movimientos sobre ruedas.

Las clases se basan en ejercicios y juegos para conseguir enseñar y entretener a los niños; dichos ejercicios se realizan con una música de fondo que ayuda a disfrutar aún más de la actividad.

### Objetivos de esta Actividad

El objetivo del patinaje es hacer que **los pequeños aprendan habilidades básicas del desplazamiento sobre patines**, y a medida que van adquiriendo más equilibrio y familiaridad con los patines, puedan aprender a cambiar de direcciones, a patinar con obstáculos (slalom), a participar de carreras y a aprender algunas posturas básicas del patinaje artístico.

- **Horarios:** El horario de la actividad es de 2 sesiones semanales de 1 hora de duración.
- **Espacios necesarios:** se requiere un espacio amplio libre de obstáculos como podrían ser las pistas deportivas.
- **A quién va dirigido:** Esta actividad va dirigida a alumnos de primaria de edades comprendidas entre los 6 y 12 años.
- **Número mínimo y máximo de participantes:** el número de alumnos por grupo será de 8 mínimo y 20 máximo.