

EXTRAESCOLARES
Escuela Europea
2017-2018

auca
projectes educatius



**ÁREA
DEPORTIVA**

Alicante

C/ del Carmen, 79 entlo. C
03550 Sant Joan d'Alacant
Tél. 966 593 141
Fax 966 593 142
auca@auca.es

Valencia

C/ Pintor Vila Prades, 13
bajo dcha. 46008 Valencia
Tél. 962 058 696
Fax 962 058 692
auca.valencia@auca.es



Síguenos en:



Taller de Patinaje

Información

El patinaje representa una grata actividad lúdica y constituye un excelente ejercicio físico con beneficios para los que lo practican.

Además de trabajar el equilibrio, la coordinación y la atención incide positivamente en el trabajo en equipo y favorece las relaciones con los demás.

Con este taller nos proponemos también fomentar el gusto por el deporte y por ofrecer una alternativa de ocio saludable desde edades tempranas.

 **Dirigido a:** Ed. Primaria

 **Horario:** Miércoles y viernes
15 a 16.15 h

 **Lugar:** Escuela Europea de Alicante

 **Fechas:** Septiembre a Junio

 **Precio:** 22 €/mes

 escuelaeuropea@auca.es



Objetivos

Nos proponemos, mediante el taller de patinaje, alcanzar los siguientes objetivos generales:

- Practicar un deporte de equipo como elemento de socialización y desarrollo personal.
- Fomentar actitudes y conductas de compañerismo, cooperación y superación.
- Ejercitar el control corporal a través de ejercicios de equilibrio y coordinación.
- Propiciar una alternativa saludable para el tiempo de ocio.
- Favorecer la práctica de actividad física.

Desarrollo de la actividad

Las sesiones tendrán una estructura determinada, empezando siempre con un calentamiento general y específico continuando con la práctica de contenidos concretos en los que se incluirán ejercicios técnicos y juegos y finalizaremos con estiramientos que eviten sobrecargas de los músculos.

1er trimestre:

Los contenidos para este trimestre serán los referentes al control del movimiento sobre ruedas, el equilibrio, la corrección postural, los desplazamientos básicos, las frenadas, en definitiva buscaremos familiarizarnos con los patines y con los movimientos básicos para desplazarse.

2º trimestre.

A lo que ya hemos aprendido le añadiremos contenidos que trabajen la atención, el control motor, la coordinación y la rapidez de reacción. Iniciaremos el trabajo de cambio de dirección, los giros, el patinaje en parejas. Se irá perfeccionando todo lo aprendido.

3er trimestre.

Este último bloque irá dirigido a reforzar e ir aumentando paulatinamente la dificultad y complejidad de los movimientos con el objetivo de confeccionar una coreografía grupal. A todo ello le añadiremos ejercicios de creación propia de los participantes que los impartirán al resto, comprobaremos así la coordinación, el control de tiempos, ritmos...