

TALLER DE PATINAJE



Información:

El **Patinaje** constituye un excelente ejercicio físico con grandes beneficios ya que trabaja 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 ofrecer una alternativa de ocio saludable desde edades tempranas.



Horario:

Miércoles y Viernes
15.00 a 16.15 h



Fechas:

Septiembre a Junio.



Edades:

Primaria.

Objetivos:

- 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:

- **Primer Trimestre:** Controlaremos nuestro movimiento sobre ruedas, el equilibrio, la corrección postural, los desplazamientos básicos, las frenadas, ...
- **Segundo Trimestre:** Contenidos que trabajen la atención, el control motor, la coordinación y la rapidez de reacción. Introduciremos los giros, el patinaje en parejas, ...
- **Tercer Trimestre:** Iremos aumentando paulatinamente la dificultad y complejidad de los movimientos para confeccionar una coreografía grupal. Posibilidad de realizar Exhibición a Final de Curso.

MÁS INFORMACIÓN
extraescolares@auca.es



ALICANTE - 966593141
CASTELLÓN - 960046293
VALENCIA - 962058696



auca.projectes