

PATINAJE

Equilibrio, coordinación y diversión sobre ruedas | Base International School | Extraescolares 2026-2027 — 1°-3°
Primaria | 6 — 8 años



1.º TRIMESTRE	2.º TRIMESTRE	3.º TRIMESTRE
INICIACIÓN	CRUCE Y FRENADA	PRIMER NIVEL
<i>Marcha autónoma sin apoyo y primeros circuitos sencillos</i>	<i>Cruce de piernas (slalom básico) y frenada controlada</i>	<i>Gymkana completa y certificado de Patinador Iniciado</i>
Patinaje hacia delante con técnica correcta: empuje lateral Giro básico hacia ambos lados con conos Caer y levantarse rápido y sin miedo Salto básico con dos piernas sobre patines Circuitos simples: rectas, curvas y paradas Juegos: pill-a-pilla adaptado <i>Ej.: empuje lateral en recta — giro con cono — pill-a-pilla en patines</i>	Cruce de piernas: slalom básico con conos a baja velocidad Frenada básica: T-stop y talón, el alumno elige Patinaje en cuclillas en recta Circuitos de obstáculos: conos, aros y picas Juegos aplicados: bull-dog, pañuelo, balón prisionero Primera gymkana por equipos con puntuación <i>Ej.: slalom de conos — frenada T-stop — gymkana por equipos</i>	Inicio del patinaje de espaldas: apertura y cierre de piernas Perfeccionamiento de la frenada a mayor velocidad Sprint corto desde parado Gymkana trimestral con todos los elementos del curso Prueba de nivel: marcha, giro, cruce, frenada Exhibición final para familias con todos los grupos <i>Ej.: prueba de nivel — gymkana completa — exhibición final</i>

VALORES Y HABILIDADES QUE DESARROLLAN

- Coordinación y motricidad fina
- Perseverancia ante el reto técnico
- Autonomía y gestión del propio aprendizaje
- Respeto al espacio y al turno en pista
- Superación del miedo: la frenada como herramienta de confianza

PARA LAS FAMILIAS

- Certificación: Al superar la prueba de fin de curso (marcha, giro, cruce, frenada), el alumno recibe el certificado de Patinador Iniciado.
- Cómo acompañar: Pregunta cómo fue la frenada hoy, no si patina rápido. La técnica correcta es más importante que la velocidad.
- Material (OBLIGATORIO): Patines propios + muñequeras + coderas + rodilleras. Sin protecciones no puede participar por seguridad.