



PATINATGE COM ACTIVITAT EXTRAESCOLAR A

TRAVÉS DEL CLUB DOJO TARRACO

Al Club Dojo Tarraco, es treballa el patinatge de manera diferenciació segons el grup d'edats dels nens, mantenint sempre una metodologia d'aprenentatge adequada per a cada grup i infant.

Existeixen moltes modalitats de patinatge, les que oferim són:

- **Patinatge d'iniciació:** Aquesta activitat està adreçada a tots aquells nens/es que no han practicat mai el patinatge. L'objectiu d'aquesta activitat és ensenyar les nocions bàsiques per poder patinar de forma segura i divertir-se amb la pràctica.

- **Patinatge de perfeccionament:** El patinatge de perfeccionament va dirigit a aquells nens i nenes que tinguin uns coneixements de nivell mig i que vulguin aprofundir més en els patrons motrius de major complexitat i que impliquen un gran domini dels patins, ja que es treballen equilibris, salts i girs entre d'altres.

- **Patinatge artístic:** El patinatge artístic sobre rodes és una disciplina esportiva de lliscament on els esportistes competeixen combinant elements tècnics amb facetes artístiques. A nivell motriu, requereix un gran treball de coordinació, control, equilibri mental per tal de poder executar de forma correcta cadascuna de les figures tècniques que s'engloben dins d'aquesta pràctica. Va adreçada tant a nens que ja tinguin unes nocions bàsiques del patinatge, com a aquells que s'inicien en la seva pràctica.

- **MHL (Mini Hoquei Línia):** És una nova modalitat, que ha nascut de la iniciativa del Club Dojo Tarraco, per tal de poder fusionar el hoquei tradicional amb el hoquei línia, aquesta nova modalitat ens permet jugar en les pistes de bàsquet que tenen la majoria d'escoles. Aquest esport d'equip a nivell educatiu té molts avantatges, tant a nivell motriu com a nivell soci-afectiu. A nivell motriu, al ser una practica esportiva que es realitza sobre rodes, permet desenvolupar aspectes com la coordinació, la destresa, l'equilibri. El mini-hoquei-línia, va adreçat a aquells nens que tinguin un nivell mitjà de patinatge.

- **El patinatge "outdoor":** És una activitat física i esportiva nova que neix en relació al patinatge pels carrers realitzant rutes per zones aptes per al patinador, d'aquesta manera el patinador ha de conèixer tots els seus moviments i adaptar-los per on es mou, és la manera més lliure de patinar. Dins de la categoria extraescolar els alumnes de patinatge "outdoor" tindran diverses activitats allí per on vagin, exemples; realitzar exercicis amb cons, introduir-se a la pista anomenada "skate-park", carreres de velocitat, exercicis de treball en desnivell ascendent i descendent i totes les variables que ens ofereixi la zona que visitem.

Durant el curs es realitzen diverses trobades, on és molt important que el nen hi participi, per tal de conèixer altres nens que practiquen el seu esport, així com introduir-se dins el món del patinatge en totes les seves facetes, veure exhibicions d'altres patinadors/es,... Algunes de les quals són; rutes, torneig de MHL, competicions (línia i artístic), festival de Nadal (totes les modalitats),...

Contacte: lara@dojotarraco.es

