

Ajuntament de Lleida

ESTADES ESPORTIVES D'SKATEBOARDING

L'skateboarding és un esport de lliscament sobre una taula amb quatre rodes, està basada en la inclusió, la integració, la igualtat i el desenvolupament individual i col·lectiu dels nens i nenes, de forma que es puguin iniciar en la pràctica esportiva, aprenent a jugar i a aprendre jugant.

L'inici de la pràctica es realitzarà sobre una superfície totalment plana per facilitar l'aprenentatge i sempre amb les precaucions necessàries (Proteccions).

A mesura que la tècnica millora i tens més confiança la pràctica es torna més agraïda, divertida i a la vegada més complexa.

Objectius generals

CAPACITATS CONDICIONALS I BÀSIQUES PERCEPTIVO-MOTRIUS

- Desenvolupar les capacitats físiques bàsiques i perceptivo-motrius de l'alumnat per mitjà de la pràctica de l'skateboard.
- Aconseguir que l'alumnat tingui un domini del propi cos sobre l'skateboard.
- Comprovar que l'alumnat sigui capaç de desplaçar-se sense entrebancar-se i amb fluïdesa.

ÀMBIT AFECTIU I SOCIAL

- Aconseguir una disposició favorable cap a la pràctica habitual de l'exercici físic.
- Desplaçar-se en skateboard de manera segura i cívica respecte a altres usuaris del medi.
- Col·laborar amb els/les companys/es per a crear un ambient de treball positiu.
- Respectar els interessos dels/les participants cap a la continuïtat de l'esport i oferir varietat de opcions: pràctica de caràcter recreatiu, d'oci i salut, de competició, etc.
- Potenciar agrupaments de l'alumnat independentment del gènere, capacitat o habilitat.
- Trencar amb la pràctica estipulada segons l'edat i gènere de l'alumnat, potenciant les disciplines esportives minoritàries en creixement exponencial.

ÀMBIT COGNITIU

- Transmetre la capacitat d'anàlisi i la correcta supervisió dels exercicis tècnics de cada una de les Unitats Didàctiques.
- Conèixer les diferents disciplines i modalitats existent en les que es requereix la utilització d'un monopatí.
- Establir les òptimes condicions de seguretat necessàries en cada ocasió.
- Descobrir i analitzar les possibilitats recreatives i associatives del patinatge.



Ajuntament de Lleida

Continguts bàsics

- Control en l'espai i el temps
- Activitats lúdiques mitjançant jocs grupals i sense competició.
- Coneixement de l'origen i la història del monopatí i les seves modalitats.

Conceptes tècnics bàsics:

- Remada, frenada i viratge
- Manteniment, canvi i reparació de material
- Diferències del patinatges segons la modalitat
- Posició adequada sobre el monopatí
- Distribució de pesos sobre la taula - Superar obstacles saltant (ollie)
- Variants de trucs i maniobres bàsiques

Activitats esportives

- 1 hora diària d'activitat aquàtica: iniciació i perfeccionament als diferents estils, jocs aquàtics, equilibris, respiració...
- 3 hores d' skateboarding (diària)

A qui van adreçades les estades esportives d'Skateboarding

A tots els nens i nenes d'edats compreses entre els 8 i 12 anys (nascuts des de l'1 de gener del 2010 al 31 de desembre del 2014)

Equip tècnic

2 tècnics de l'Escola Skatia.

Instal·lacions

Skatepark Pardinyes i piscina municipal de Pardinyes.

Material necessari

- Ampolla d'aigua
- Roba esportiva
- Skateboard i Casc
- Genolleres, colzeres i proteccions pels canells si en tenen millor

*Tota la roba ha d'anar marcada amb el nom i cognom del nen/a

*La protecció solar cal portar-la posada des de casa i es posarà una segona vegada durant el matí.

Horari

Les activitats esportives tenen una durada de quatre hores i mitja, des de les 9h fins a les 13.30h. Podeu deixar els nens i nenes a les 8.30 i recollir-los fins les 14h.

Podeu consultar la programació per a saber la distribució d'activitats diària.

Recomanacions

Es recomana conscienciar els infants que es posin protector solar abans de sortir de casa i en aquells moments que es vagin a desenvolupar activitats on la incidència solar sigui elevada, tals com piscina o altres activitats a l'aire lliure.

Es recomana no portar aparells electrònics, tals com telèfon mòbil, reproductor MP3 i/o similars, així com diners o qualsevol material susceptible de perdre's o de ser robat. En cap cas, el personal responsable o el Servei d'Esports es faran càrrec d'aquest material.

En cas de patir al·lèrgies, malalties cròniques, por a l'aigua, o en general tot detall que requereixi una atenció específica, **és necessari** que es comuniqui a la Regidoria d'Esports i Activitat Física per a què ho pugui comunicar als tècnics esportius.