



ACTIVIDADES  
EXTRACURRICULARES  
**PATINAJE**  
AÑO ESCOLAR 2024-2025

# ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES

## AÑO ESCOLAR 2024-2025



**Curso:** Prekindergarten y Kindergarten

**Días:** martes y jueves 1:50 a 3:50 p. m.

**Docente:** Pily Katherine Ramírez Cardona

• **Definición de la actividad:** Proceso sistemático de enseñanza y aprendizaje del patinaje, orientado a la adquisición y mejora de las habilidades motrices básicas y coordinativos mediante ejercicios lúdicos y progresivos de acuerdo con el periodo sensible de desarrollo en el que se encuentren, dando gran importancia al juego como medio de aprendizaje, combinado con actividades que estimulen el control motor, el reconocimiento y uso de sus implementos, la percepción del espacio y el tiempo, y la adaptación a diferentes estímulos, promoviendo un aprendizaje integral y progresivo de los niños.

• **Finalidad de la actividad:** •

- Desarrollar las habilidades motrices básicas (HMB)
- Familiarizar las capacidades coordinativas y físicas

# ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES

## AÑO ESCOLAR 2024-2025



- **Metodología:** Método analítico progresivo y estilo de aprendizaje por medio del juego, demostración y repetición.
- **Observación:** Los niños deberán demostrar sus habilidades adquiridas a final del taller con una serie de competencias donde se evaluarán aspectos básicos dominio de las habilidades motrices básicas, capacidades coordinativas y el reconocimiento y correcto uso de sus implementos deportivos.





# ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES

## AÑO ESCOLAR 2024-2025



**"SOBRE RUEDAS,  
APRENDEMOS  
A BAILAR CON  
EL VIENTO Y  
A SOÑAR SIN  
MIEDO."**



# Actividades

**Primer ciclo:** agosto 20 de 2024 a diciembre 10 de 2024.

## HMB

20 ago. – 14 sept.

- Correr
- Saltar
- Lanzar
- Caminar

### Capacidades físicas

16 sept. – 5 oct.

- Vel. de reacción y gestual
- Flexibilidad estática y dinámica
- Fuerza general
- Resistencia aeróbica

### Capacidades coordinativas

15 oct. – 16 nov.

- Orientación espacial
- Equilibrio
- Óculo manual y podal
- Ritmo

### Fundamentos técnicos

18 nov. – 10 dic.

- Desplazamientos
- Salida y llegada
- Caídas y frenado



**Segundo ciclo:** enero 13 a junio 14 de 2025.

## Conocimientos generales, hábitos y actitudes

13 ene. – 15 feb.

- Uso y cuidado de implementos
- Esquemas corporales y relaciones espaciales
- Convivencia deportiva
- Presentación personal

### Capacidades físicas

17 feb. – 15 mar.

- Orientación espacial
- Equilibrio
- Óculo manual y podal
- Ritmo
- Correr
- Saltar
- Lanzar
- Caminar

### Capacidades coordinativas

17 mar. – 12 abr.

- Vel. de reacción y gestual
- Flexibilidad estática y dinámica
- Fuerza general
- Resistencia aeróbica

### Fundamentos técnicos

28 abr. – 14 jun.

- Desplazamientos
- Salida y llegada
- Caídas y frenado



[www.dscal.edu.co](http://www.dscal.edu.co)  
[extracurriculares@aleman.edu.co](mailto:extracurriculares@aleman.edu.co)

**Carrera 106A No. 18-160  
Ciudad Jardín  
Santiago de Cali – Colombia**