

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA 2025							
CENTRO DE INTERÉS PATINAJE							
MALLA CURRICULAR CICLO 1							
ETAPA DE FORMACIÓN EXPLORACIÓN							
OBJETIVO GENERAL					Desarrollar capacidades motrices básicas mediante experiencias lúdicas del patinaje y juegos predeportivos, con y sin patines, que incorporen retos graduales, roles y variantes para fortalecer la conciencia corporal, el autocuidado y la convivencia; promover el disfrute de la actividad física y estilos de vida saludables; y asegurar el cumplimiento de señales y normas de seguridad e inclusión, en el marco del programa JEC.		
TIEMPO	DIMENSION PSICOSOCIAL				OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	Explorar y afianzar la postura base y el control del centro de gravedad, consolidar el equilibrio estático y dinámico, practicar caídas y levantadas seguras e iniciar desplazamientos cortos con control de peso, orientación de la mirada y ritmo para ganar seguridad y autonomía.	
					OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	Participar activamente en juegos preparatorios con y sin patines, asumiendo retos graduados, proponiendo variantes y rotando roles; cooperar y respetar reglas para disfrutar e incluir a todos.	
					OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	Comprender conceptos básicos y el vocabulario inicial del patinaje; identificar y aplicar normas de seguridad personal (protecciones, distancia, señalización) para prevenir riesgos durante la práctica.	
SEMANA	CLASE N°	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
1	1	Los NNAJ disfrutaron llegar temprano a la pista de patinaje para ponerse los implementos con calma, realizar el calentamiento, practicar los ejercicios que más les gustan y aprovechar cada minuto de la sesión para aprender nuevos movimientos y seguir creciendo en su deporte.	Los NNAJ reconocen sus emociones en la pista de patinaje, identificando cuando sienten miedo, alegría o frustración, y aprenden a transformarlas en energía positiva utilizando la respiración, pidiendo ayuda al docente y volviendo a intentar los ejercicios para patinar cada vez con más seguridad.	Los NNAJ respetan a sus compañeros en cada práctica de patinaje, esperando su turno para usar la pista y los materiales, evitando empujones o choques intencionales y siguiendo las normas del grupo, porque comprenden que así construyen un equipo ordenado y seguro para todos.	Los NNAJ cuidan la pista y el entorno donde entrenan, recogiendo sus residuos, acomodando sus patines y protecciones en el lugar indicado, evitando dañar la superficie de la pista y respetando el espacio de los demás, demostrando así su compromiso con la conciencia ambiental y el buen uso del escenario deportivo.	Adaptación, seguridad y confianza sobre patines	Comprendo la importancia de las normas de seguridad en el patinaje, coloco y cuido adecuadamente mis patines, adopto la posición básica de seguridad (semiflexión y equilibrio) y realizo la caminata y el paso deslizante con control. Realizo caídas seguras y me levanto correctamente, mantengo estabilidad en el desplazamiento en línea recta y ejecuto giros básicos a ambos lados.
	2					Confianza y coordinación con patines	Participo en juegos de confianza y coordinación y completo un circuito integrador aplicando las habilidades básicas del patinaje. Mantengo estabilidad en el recorrido adoptando la posición básica con manos en las rodillas.
2	3					Reconocimiento del movimiento	Manejo mi cuerpo equilibrando en diferentes espacios y superficies. Aprendo a levantar y caer mi cuerpo de forma correcta . Exploro el traslado de peso bilateralmente de forma correcta. Coordino el desplazamiento en línea recta con el braceo básico, manteniendo la postura adecuada y el ritmo constante durante el recorrido.
	4						
3	5					Introducción al frenado básico	Ejecuto frenados básicos en T y en cuña manteniendo el control del cuerpo, disminuyendo la velocidad de forma progresiva y seguro. Realizo un desplazamiento en zigzag suave manteniendo el control en cada cambio de dirección y ejecuto un frenado final estable y seguro.
	6					Desplazamiento semicircular.	Exploro los diferentes tipos de comunicación en medio del juego con circuito semicircular Realizo cambios de dirección básicos dentro del circuito manteniendo el control del cuerpo, ajustando la trayectoria y conservando la estabilidad en cada transición.
4	7					Habilidades básicas	Realizo ejercicios de habilidades motoras básicas que me permiten conocer mi capacidad. Ejecuto un circuito que incluye desplazamientos, zigzag, frenado y caída de forma correcta.
	8					Desplazamiento en grama	Adapto oportunamente el cuerpo en desplazamiento en grama. Realizo saltos en grama como pre deportivo.
5	9					Habilidad de patinar hacia atrás	Desplazo mi cuerpo hacia atrás levantando los pies alternadamente. Realizo juegos que permitan utilizar la habilidad hacia atrás.
	10					Enfoque de técnica de patinaje	Perfecciono la posición básica estáticamente con elementos y sin elementos. Realizó trabajo de platillo en la espalda para mantener posición básica.
6	11					Posición básica con balanceo	Reconozco la posición básica de patinaje en diversas situaciones deportivas: en competencias, en compañeros y en sí mismo. Realizó ejercicios de fortalecimiento para mejorar la posición de patinaje.
	12					Dominio de la posición básica	Adapto movimientos de traslado de peso con o sin elementos. Mantengo el equilibrio en la posición básica durante diferentes desplazamientos.
7	13					Balanceo en la posición técnica base	Adapto el balanceo del cuerpo sobre superficies inestables. Coordino el balanceo del cuerpo con la posición básica del patinaje.
	14					Tipos de frenado en patinaje	Comprendo y adapto uno de los mecanismos de frenado sobre los elementos y superficies inestables. Ejecuto de manera controlada los diferentes tipos de frenado en pista plana.
8	15					Formas de deslizamiento	Exploro los diferentes movimientos que puede realizar en patines. Adapto el deslizamiento con patines o sin patines tomando elementos inestables.
	16					Braceo en diferentes situaciones	Ejecuto la coordinación bilateral cruzada izquierda -derecha. Entiendo la posición y ubicación correcta de los brazos cuando deslizo.
9	17					Paso de obstáculos unipodal	Ejecuto el desplazamiento sobrepasando obstáculos con un solo pie. Identifico la corrección de errores individualmente
	18					Manejo bidireccional en pista plana	Realizo el desplazamiento semicircular en pista plana Desarrollo el conocimiento de los dos sentidos en los que se pueden realizar el movimiento
10	19					Manejo del slalom sencillo con y sin elementos	Reconozco los diferentes patrones de desplazamiento en pista plana como el zigzag. Aplico el zigzag con variaciones de velocidad y equilibrio
	20					Retos cooperativos	Exploro el movimiento específico por medio de ejercicios que lo lleven a él. Mantengo la estabilidad corporal mientras ejecuto el slalom con un solo pie.

11	21					Perfeccionamiento de recorridos en slalom	Combino ejercicios de habilidades específicas del deporte.
	22					Exploración de movimientos	Controlo los movimiento de mi cuerpo al momento de aprender una habilidad. Ejecuto secuencias de globitos con coordinación rítmica.
12	23					Estrategias para habilidades básicas.	Controlo los movimiento de su cuerpo al momento de aprender una habilidad. Diseño secuencias de ejercicios para mejorar mis habilidades en el patinaje.
	24					Ejecución de curva sencilla	Interpreto el desplazamiento en la curva en ambos sentidos Realizo la curva desplazando el patín derecho como impulso
13	25					Ejercicios de habilidad	Controlo los movimiento de su cuerpo al momento de aprender una habilidad. Desarrollo el conocimiento de los dos sentidos en los que se pueden realizar el movimiento
	26					Trazado y control de la curva básica	Interpreto el desplazamiento en la curva en ambos sentidos Realizo la curva desplazando el patín derecho como impulso
14	27					Desplazamientos en grupo	Reconozco ejercicios de desplazamiento en grupo. Desarrollo ejercicios que fortalecen mis habilidades grupales.
	28					Circuitos de habilidades básicas	Reconozco la importancia de aprender habilidades combinadas como salto, zigzag Ejecuto juegos que fortalecen mis habilidades básicas.
ETAPA DE FORMACIÓN APROPIACIÓN							
OBJETIVO GENERAL						Estructurar los fundamentos técnicos y las habilidades básicas del patinaje, que incluyen deslización continuo, frenado básico y cambios simples de dirección, promoviendo el uso autónomo y el cuidado del implemento, la aplicación de normas de seguridad (protecciones, distancia, señalización, lectura del entorno e hidratación) y el trabajo cooperativo.	
TIEMPO	DIMENSION PSICOSOCIAL					OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	Consolidar y apropiar las habilidades del patinaje con control postural, transferencia de peso y manejo de la velocidad, perfeccionando deslización, frenado y cambios de dirección, y ejecutándolos en mini-circuitos y obstáculos con autonomía y seguridad.
						OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	Participar en juegos cooperativos y circuitos por estaciones, rotando roles y proponiendo variantes y micro-retos, manteniendo el juego limpio y la inclusión, y realizando breves reflexiones para mejorar.
						OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	Aplicar criterios de control (mirada, postura, distancia y señalización) y comprender señales del grupo; planear trayectorias y estrategias simples según el circuito; autoevaluar y ajustar la ejecución identificando riesgos y opciones seguras.
SEMANA	CLASE N°	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
16	32	Los NNAJ se esfuerzan en cada ejercicio de patinaje, repiten los movimientos las veces que sea necesario, escuchan las indicaciones del docente y tratan de mejorar en cada intento, porque comprenden que cada pequeño avance en la pista los acerca a cumplir sus sueños como patinadores.	Los NNAJ aprenden que el patinaje exige disciplina y constancia, asisten con frecuencia a los entrenamientos, cumplen las rutinas propuestas y practican en su tiempo libre, convirtiendo estos hábitos en parte de su vida diaria y aplicándolos también en sus tareas escolares y responsabilidades en casa.	Los NNAJ fortalecen la amistad a través del patinaje, animan a sus compañeros cuando un ejercicio no les sale, celebran sus logros, comparten materiales cuando alguien los necesita y cuidan las palabras que usan, para crear un ambiente de respeto y apoyo con quienes los rodean en la pista.	Los NNAJ valoran a su familia que los acompaña en el proceso deportivo, agradecen el tiempo que les dedican para llevarlos a la pista, escuchan sus consejos, les muestran lo que han aprendido y mantienen una actitud de respeto y cariño hacia ellos dentro y fuera del escenario deportivo.	Aplicación técnica del braceo en el desplazamiento	Empleo la extensión de brazos atrás al desplazamiento. Mantengo el braceo durante un tiempo prolongado.
	33					Manejo bidireccional	Desarrollo el conocimiento de los dos sentidos en los que se pueden realizar el movimiento Levanto objetos del suelo cambiando de sentido constantemente
17	34					Manejo bidireccional en plano	Recojo objetos del suelo mientras alterno cambios de dirección. Comprendo que en situaciones lúdicas debo cambiar el sentido del desplazamiento.
	35					Deslización a dos pies en curva.	Ejecuto el desplazamiento en ambos sentidos de la curva. Reconozco el autocontrol del desplazamiento a dos pies en curva cuando hay velocidad.
18	36					Control del equilibrio	Realizo la curva desplazando el patín derecho como impulso. Ejecuto la curva desplazando el patín izquierdo como impulso.
	37					Ejecución de la curva sencilla	Me desplazo en curva sencilla dejando un patín frente al otro. Interpreto el desplazamiento en la curva en ambos sentidos.
19	38					Aplicación de salidas de manera correcta	Identifico la ubicación de los patines detrás de la línea de todas las ruedas. Adopto la posición de "T" para la salida.
	39					Control técnico en curvas iniciales	Interpreto el desplazamiento en la curva en ambos sentidos. Realizo la curva desplazando el patín derecho como impulso.
20	40					Técnica adecuada de salida en patinaje	Experimento el automatismo a la salida con ayuda del silbato. Identifico la ubicación de los patines detrás de la línea de todas las ruedas.
	41					Aplicación de las salidas de manera correcta	Adopto la posición de "T" para la salida. Desarrollo la posición de "V" para la salida.
21	42					Comprensión de la técnica de llegada en patinaje	Controlo la llegada a una meta determinada (Frenado). Exploro la aplicación de una mayor velocidad con acercamiento a la meta.
	43					Cruce con cada pie	Experimento el cruce con pie derecho de manera estática en sentido horario. Adopto el cruce con pie derecho de manera dinámica en sentido horario.
22	44					Empleo del cruce con cada pie	Experimento el cruce con pie izquierdo de manera dinámica en sentido horario. Practico el cruce con pie derecho de manera estática en sentido antihorario.
	45					Mantenimiento del paso cruzado en recta (trenzado)	Adopto el cruce con pie izquierdo de manera dinámica en sentido antihorario. Interpreto la trenza sobre obstáculos como patillos u otros objetos.
23	46					Ejecución continua del paso cruzado en recta	Empleo la técnica de cruce en curva izquierda en un nivel básico Desarrollo ejercicios de nivel medio en curva izquierda
	47					Práctica del cruce en curvas	Comprendo las bases teóricas y prácticas de la técnica de cruce en curva derecha Me acerco a la técnica de cruce en curva derecha
24	48					Practica el cruce en curva hacia la derecha.	Aplico la técnica de cruce en curva derecha en un nivel básico Desarrollo ejercicios de nivel medio en cruce en curva derecha
	49					Identificación del cruce en curva hacia la izquierda en patinaje	Interpreto las bases teóricas y prácticas de la técnica de cruce en curva izquierda Exploro la técnica de cruce en curva izquierda
	50					Identificación del cruce en curva hacia la izquierda en patinaje	Empleo la técnica de cruce en curva izquierda en un nivel básico

25	51					patinaje	Desarrollo ejercicios de nivel medio en cruce en curva izquierda
						Ejecución del cruce en curva individual y grupal	Realizo ejercicios de cruzado individual en curva Manejo ejercicios de cruce en curva en pareja
26	52					Ejecución del cruce en curva individual y grupal	Implemento la técnica de cruce en curva en grupos superiores a tres personas Utilizo la técnica de cruce en curva en competencia
	53					Circuitos de habilidades básicas 1	Reconozco el circuito ameaba en el trabajo de cambios de dirección Ejecuto el circuito de antifaz manejando control corporal y velocidad
27	54					Circuitos de habilidades básicas.2	Interpreto el circuito estrella y manejo los elementos coordinativos cuando lo realizo Implemento el circuito de slalom en aros y sus implicaciones técnicas
	55					Circuitos de habilidades básicas 3	Interpreto el circuito estrella y manejo los elementos coordinativos cuando lo realizo Implemento el circuito de slalom en aros y sus implicaciones técnicas
28	56					Circuitos de habilidades básicas 4	Apropio las habilidades para la realización del circuito de slalom a un pie Manejo adecuadamente la lateralidad el circuito slalom gigante
	57					Circuitos de habilidades básicas 5	Realizo sin dificultad el circuito curvas en ochos Identifico la postura e inclinación corporal en el circuito de habilidad en ochos gigantes
29	58					Juegos cooperativos	Realizo desplazamientos que me reten en cuanto a mis habilidades y capacidades físicas. Realizo desplazamientos que me reten en cuanto a mis habilidades y capacidades físicas.
	59					Circuitos de habilidades básicas	Practico ejercicios que me llevan a la ejecución correcta de la habilidad. Participo festival de habilidades basicas y comptencias de velocidad.
ETAPA DE FORMACIÓN DOMINIO							
OBJETIVO GENERAL						Integrar y afianzar las habilidades propias del patinaje aplicándolas con control postural, gestión de la velocidad y transferencia de peso en circuitos y juegos; planear y resolver retos con estrategias sencillas; y participar cooperando y respetando reglas para disfrutar, mejorar y estar seguros.	
TIEMPO	DIMENSION PSICOSOCIAL					OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	Dominar las habilidades propias del patinaje y aplicarlas con control postural, gestión de la velocidad y transferencia de peso en circuitos de obstáculos, demostrando fluidez y seguridad.
						OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	Participar con alegría en circuitos y juegos modificados, aplicando sus habilidades de patinaje y estrategias sencillas, cooperando y respetando reglas para disfrutar y mejorar con seguridad.
						OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	Planear y resolver retos en circuitos y juegos, observando el camino, eligiendo la mejor opción y ajustando la velocidad para pasar con control y seguridad.
SEMANA	CLASE N°	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
32	63	Los NNAJ cuidan su cuerpo antes, durante y después de la sesión de patinaje, se colocan correctamente el casco y las protecciones, realizan el calentamiento indicado por el docente, toman agua en las pausas activas y hacen estiramientos al finalizar.	Los NNAJ identifican sus fortalezas y aspectos por mejorar en el patinaje, reconocen si se sienten más seguros en el equilibrio, en los giros o en la frenada, y aceptan qué ejercicios les cuestan más; a partir de esto se proponen metas sencillas,	Los NNAJ promueven el juego limpio en el patinaje, respetan las reglas en las carreras y actividades, evitan hacer trampa o empujar a los demás, piden disculpas cuando cometen un error que afecta a un compañero y cuidan el espacio público donde	Los NNAJ trabajan en equipo durante las actividades de patinaje, participan en relevos y juegos cooperativos respetando los acuerdos del grupo, escuchan las ideas de sus compañeros, celebran los logros colectivos cuando todos completan un circuito o una rutina u	Autocuidado antes, durante y después de la practica deportiva	Preparo mi cuerpo antes de iniciar actividad deportiva. Realizo activación y estiramientos básicos para prevenir lesiones y mejorar mi rendimiento.
	64					Juegos y deporte para el trabajo en equipo	Participo activamente en juegos y actividades deportivas demostrando compañerismo y respeto por mis compañeros. Apoyo a mi equipo cumpliendo reglas y asignando roles para alcanzar objetivos comunes.
33	65					Reconocimiento y superación de debilidades físicas	Reconozco mis debilidades físicas y trabajo con constancia para fortalecerlas mediante la práctica del patinaje. Sigo un plan sencillo de mejora personal y registro mis avances de manera responsable.
	66					Movimiento de carrito en un pie	Ejecuto con mayor seguridad el movimiento de carrito en un pie manteniendo el equilibrio y el control. Sostengo el carrito por más tiempo sin perder la alineación corporal.
34	67					Equilibrio y postura en un pie	Mantengo el equilibrio y la postura correcta en un pie mientras realizo desplazamientos controlados. Corrijo mi postura de tronco y cabeza para conservar el balance durante el recorrido.
	68					Desplazamientos básicos en pista plana	Ejecuto desplazamientos en pista plana con fluidez y coordinación en cada movimiento. Conservo una trayectoria estable y una cadencia constante en tramos rectos.
35	69					Desplazamientos con obstáculos en pista plana	Supero los obstáculos en pista plana ajustando mi técnica y ritmo de manera adecuada. Anticipo los obstáculos y adapto mi base de apoyo para pasar con seguridad.
	70					Técnicas de salida y llegada	Realizo salidas y llegadas aplicando correctamente la técnica, manteniendo precisión y control. Sincronizo brazos y piernas en la salida y mantengo la línea hasta el cruce de meta.
36	71					Cruces o trenzas en pista plana	Ejecuto los cruces en pista plana con coordinación y dominio de mis movimientos. Mantengo velocidad y estabilidad al encadenar cruces en secuencias prolongadas.
	72					Cruces o trenzas en pista peraltada	Mantengo el control corporal al realizar cruces en pista peraltada de manera continua y estable. Ajusto la inclinación del cuerpo y el apoyo de los patines para aprovechar el peralte.
37	73	protecciones, realizan el calentamiento indicado por el docente, toman agua en las pausas activas y hacen estiramientos al finalizar.	de esto se proponen metas sencillas,	y cuidan el espacio público donde	todos completan un circuito o una rutina u	Circuito de habilidades básicas: ameaba	Ejecuto el circuito ameaba con seguridad, respetando cada fase del recorrido. Me ubico correctamente en el trazado y completo el circuito sin derribar marcas.
	74					Circuito de habilidades básicas: slalom	Realizo el circuito slalom a un pie con dominio y equilibrio en cada desplazamiento. Mantengo la separación adecuada entre conos y controlo la dirección con precisión.
38	75	protecciones, realizan el calentamiento indicado por el docente, toman agua en las pausas activas y hacen estiramientos al finalizar.	de esto se proponen metas sencillas,	y cuidan el espacio público donde	todos completan un circuito o una rutina u	Ajustes técnicos en la práctica	Integro los ajustes técnicos en mi práctica para mejorar precisión y seguridad. Aplico retroalimentación recibida para corregir detalles de postura, empuje y frenado.

39	76	al finalizar, entiendo que estas acciones les permiten disfrutar más la práctica y seguir mejorando en su deporte sin lastimarse.	como mantener más tiempo la posición correcta o completar un recorrido sin detenerse, para seguir creciendo como patinadores.	entrenan, no rayando la pista ni dejando basura, para que otras personas también puedan utilizarlo en buenas condiciones.	circuito o una ruina y mantienen una actitud de respeto y apoyo, comprendiendo que juntos pueden aprender y divertirse más.	Valoración formativa inicial	Identifico mis avances en la práctica de frenados y cambios de dirección, valorando mi progreso. Registro evidencias de mi aprendizaje y propongo metas de mejora a corto plazo.
	77					Juegos cooperativos avanzados	Participo en juegos cooperativos avanzados demostrando dominio, creatividad y apoyo al grupo. Propongo estrategias colectivas para resolver retos respetando los roles asignados.
	78					Valoración formativa intermedia	Demuestro mayor dominio en secuencias que combinan desplazamientos, giros y frenados con fluidez. Comparo mis resultados con metas previas y ajusto mi plan personal de mejora.
40	79					Desarrollo de la resistencia física	Mantengo el ritmo durante recorridos largos, demostrando resistencia física y control técnico. Regulo mi respiración y dosifico el esfuerzo para completar distancias planificadas.
	80					Control de velocidad y cambios de ritmo	Regulo mi velocidad en diferentes tramos, aplicando cambios de ritmo sin perder el equilibrio. Ejecuto ejercicios de velocidad manteniendo la técnica estable.
38	75					Coordinación en giros y transiciones	Ejecuto transiciones rápidas con precisión, manteniendo la fluidez del movimiento. Encadeno giros hacia ambos lados sin romper la continuidad del desplazamiento.
	76					Aplicación táctica en el juego	Participo en juegos y circuitos aplicando estrategias sencillas para mejorar mi desempeño y apoyar a mi equipo. Tomo decisiones rápidas según el espacio disponible y la posición de mis compañeros.
39	77					Creación de secuencias de movimientos	Diseño y ejecuto secuencias de movimientos que combinan desplazamientos, giros y frenados de forma creativa. Presento mi secuencia con entradas, transiciones y cierre manteniendo control y expresión.
	78					Evaluación final integral	Integro todas las habilidades aprendidas en una rutina completa, demostrando dominio y seguridad en la pista. Cumpló criterios de técnica, control, ritmo y seguridad en la presentación final.
40	79					Socialización con familias y comunidad educativa	Presento con seguridad lo aprendido, aplicando normas y habilidades en la socialización con otros. Comunico mis logros con respeto y reconozco el esfuerzo de mis compañeros.
	80					Cierre y proyección del proceso formativo	Comparto mis logros con compañeros y familias, mostrando respeto, disciplina y compromiso en la exhibición. Sigo protocolos de presentación y cuido mi comportamiento dentro y fuera de la pista.

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA 2025							
CENTRO DE INTERÉS PATINAJE							
MALLA CURRICULAR CICLO 2							
ETAPA DE FORMACIÓN EXPLORACIÓN							
OBJETIVO GENERAL					Explorar el cuerpo y fortalecer las habilidades motoras básicas de los NNAJ mediante diversos ejercicios y movimientos generales relacionados con el patinaje, utilizando el juego como estrategia principal; favoreciendo el desarrollo del equilibrio, la coordinación, la lateralidad y el control postural sobre los patines, al tiempo que reconocen y expresan las emociones que surgen durante la realización de actividades lúdico-deportivas, para lograr una experiencia de práctica segura, placentera y significativa.		
TIEMPO		DIMENSION PSICOSOCIAL				DIMENSIÓN MOTRIZ	Ejecutar diversos ejercicios y movimientos de naturaleza general, proyectados al patinaje, demostrando dominio de mis segmentos corporales de forma global y segmentaria.
						DIMENSIÓN LÚDICA	Explorar el juego como un momento especial dentro del centro de interés, permitiendo a los escolares que participen en actividades lúdicas que estimulen la creatividad, la interacción y el disfrute, fortaleciendo al mismo tiempo habilidades motoras, emocionales y sociales.
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Reconocer la incidencia del propio estado de ánimo en el desempeño durante las actividades lúdico-deportivas, identificando cómo las emociones pueden influir positiva o negativamente en la participación, el esfuerzo y la convivencia, y buscando estrategias para regularlas de manera adecuada.
SEMANA	CLASE N°	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
1	1	Los NNAJ demuestran entusiasmo y energía en la clase de patinaje, participan activamente en los ejercicios técnicos y en los juegos sobre ruedas, se ofrecen como voluntarios para mostrar los movimientos, mantienen una actitud positiva aun cuando se equivocan y animan a sus compañeros para que todos disfruten y aprovechen al máximo el entrenamiento.	Los NNAJ identifican y expresan adecuadamente las emociones que surgen durante los entrenamientos de patinaje, reconociendo cuándo sienten alegría al lograr un nuevo ejercicio, frustración cuando algo no les sale o nervios antes de una prueba; además, buscan estrategias como respirar profundo, pedir ayuda al docente o repetir el movimiento con calma para manejar esas emociones y seguir mejorando.	Los NNAJ respetan el turno, el espacio y las normas establecidas durante los ejercicios de patinaje, esperan la señal para iniciar los recorridos, no se adelantan a sus compañeros, mantienen la distancia adecuada para evitar choques, acatan las indicaciones del docente y comprenden que seguir las reglas permite que la clase sea segura y organizada para todos.	Los NNAJ cuidan el entorno de entrenamiento en patinaje, se aseguran de no dejar basura en la pista ni en las gradas, recogen botellas y envolturas que encuentren, ordenan los conos, vallas y demás materiales deportivos después de usarlos y colaboran para que el espacio quede limpio y listo para otros grupos, demostrando así respeto por los demás y por el escenario deportivo.	Fortalecimiento corporal	Flexiono y extendo diferentes segmentos corporales según las indicaciones. (flexionar) Mantengo el equilibrio y control corporal cuando estoy en movimiento.(controlar)
	2					Movilidad articular	Regulo adecuadamente la respiración, acorde a la actividad física. (respirar) Propongo diversos ejercicios de movilidad articular. (mover)
2	3					Desplazamientos sobre obstáculos	Controlo los desplazamientos básicos (adelante - atrás) y los aplico en la ejecución de habilidades conocidas. Aplico los desplazamientos básicos en situaciones de carrera con detención.
	4					Caídas y rodamientos	Coordino los desplazamientos hacia delante y hacia atrás alternando brazos y piernas. (coordinar) Reconozco mi lado fuerte y débil para levantarse (sentir)
3	5					Coordinación de las habilidades básicas	Apoyo mi cuerpo adecuadamente para levantarme girando sobre las rodillas.(poner de pies) Aplico de forma espontánea un adecuado control corporal con el uso de diferentes elementos para trabajar en clase. (controlar)
	6					Posición básica del patinaje de carreras.	Propongo diferentes movimientos de acuerdo a mis habilidades, cualidades y gustos. Interiorizo la posición básica estáticamente con y sin elementos.
4	7					Reconocimiento corporal y de objetos	Propongo diversos desplazamientos en posición básica. (desplazar) Identifico las direcciones básicas partiendo de la referencia corporal.
	8					Habilidades intermedias en patinaje	Reconozco los conceptos temporales primarios. Diferencio en mi propio cuerpo el lado derecho y el lado izquierdo. (diferenciar)
5	9					Dominio corporal y manejo de objetos	Identifico las direcciones arriba, abajo, adelante y atrás en relación con mi cuerpo y el de mis compañeros. Me desplazo a diferentes velocidades, reconociendo los cambios entre lento y rápido. (ubicar)
	10					Importancia del calentamiento en la actividad física	Ubico elementos al lado de mi cuerpo según las indicaciones y los relaciona con el cuerpo de los demás(ubicar) Propongo ejercicios de calentamiento previos al desarrollo de la clase.
6	11					Importancia de las reglas en los juegos	Identifico cada una de las partes del calentamiento y su importancia para la actividad física. Acato y cumplo las reglas planteadas en los juegos y rondas durante la clase. (socializar)
	12					Braceo y ritmo de carrera	Coordinación del braceo con el movimiento de piernas en desplazamientos rápidos. Sincronización del braceo en ejercicios de velocidad y resistencia.
7	13					Control de elementos en patines	Lanzo y atrapo elementos con las manos sin perder el control de estos. (lanzar - atrapar) Afianzo la posición básica del patinaje de carreras.
	14					Movimientos de los segmentos corporales	Identifico los diferentes movimientos que puede hacer mi cuerpo Realizo movimientos segmentarios con bastante fluidez
8	15					Técnicas deportivas básicas	Recibo e interpreto correctamente las indicaciones de los movimientos a realizar Aplico las diferentes formas de caída
	16					Reforzamiento de habilidades básicas	Identifico los movimientos básicos del deporte Practico ejercicios básicos del deporte (carrito, moto, slalom etc)
9	17					Desplazamientos sobre obstáculos	Paso sobre obstáculos de diferentes formas sin elemento Intento sobrepasar obstáculos en zigzag y slalom con patines
	18					Equilibrio y reconocimiento del espacio	Mantengo el equilibrio y el control corporal cuando se encuentra en movimiento Logro sostenerse por bastante tiempo en una sola pierna sin elemento
10	19					Función y control de la respiración	Ejecuto de forma correcta la inhalación y exhalación al momento de respirar Regulo su respiración de acuerdo a la actividad física que está realizando
	20					Movimientos básicos coordinados sin	Controlo su cuerpo en diferentes situaciones de movimiento

	20					implementos	Realizo los diferentes patrones de movimiento básicos de forma coordinada
11	21					Importancia de la higiene personal como auto cuidado	Creo diferentes movimientos de acuerdo a sus habilidades, cualidades y gustos. Organizo los elementos para la clase sin ayuda alguna
	22					Control de las emociones	Realizo tareas cotidianas para el cuidado y mantenimiento de su higiene Desarrollo autonomía y toma de decisiones, demuestra autonomía y toma de decisiones
12	23					Integración continua y secuencial del movimiento	Práctico carreras continuas con adecuado tiempo de recuperación. Mantengo la carrera continua por más de un minuto
	24					Control de lateralidad	Muestro mayor dominio de los elementos en un lado de su cuerpo Soy consciente de su lado dominante y busca siempre una simetría entre ambos lados de su cuerpo
13	25					Trabajo de equilibrio dinámico	Logro control corporal sobre alturas pequeñas Realizo ejercicios de equilibrio dinámico
	26					Principios de alternancia, simetría y simultaneidad	Reconozco términos de simultaneidad y alternancia como componentes temporales Aplico estos términos en los diferentes ejercicios
14	27					Desarrollo de la resistencia	Reconozco la importancia del trabajo de resistencia en el patinaje y como se trabaja Mantengo la carrera continua por más de cinco minutos, con correctos tiempos de recuperación
	28					Prueba de fondo	Practico otros deportes como la carrera para mejorar su resistencia aeróbica Conozco el debido procedimiento del entrenamiento para evitar lesiones
ETAPA DE FORMACIÓN APROPIACIÓN							
OBJETIVO GENERAL						Potenciar la cooperación, el respeto y la convivencia a través de actividades y juegos en equipo que fortalezcan la empatía, la comunicación y el sentido de pertenencia dentro del grupo, utilizando el patinaje como medio de interacción positiva y disfrute colectivo.	
TIEMPO	DIMENSION PSICOSOCIAL					OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	Desarrollar la coordinación, el equilibrio y la sincronización grupal mediante ejercicios de patinaje cooperativo que impliquen desplazamientos en pareja o en equipo, fomentando la conciencia corporal y el control del movimiento en interacción con otros.
						OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	Promover la participación activa y el disfrute del juego como estrategia para fortalecer la integración y la convivencia, utilizando dinámicas recreativas sobre patines que estimulen la creatividad, la confianza y el trabajo en grupo.
						OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	Comprender la importancia del respeto, la comunicación y la colaboración en el logro de objetivos comunes dentro del deporte, reflexionando sobre las actitudes personales que favorecen la armonía y el sentido de pertenencia en el grupo.
SEMANA	CLASE Nº	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
15	29	Los NNAJ apropian y desarrollan los conceptos trabajados por el formador en la clase de patinaje, escuchan con atención las explicaciones sobre respeto, solidaridad y juego limpio, y	Los NNAJ participan activamente en la clase de patinaje, se integran en los ejercicios técnicos y juegos, proponen nuevas actividades o variaciones que	Los NNAJ asumen su responsabilidad dentro del proceso de formación en patinaje llegando puntualmente a las sesiones, organizando con su familia el aseo personal, la ropa deportiva adecuada y el	Los NNAJ reconocen el apoyo de su familia en el proceso deportivo de patinaje, agradecen cuando los acompañan a los entrenamientos o presentaciones, comparten con ellos los	Resolución de situaciones recreativas	Resuelvo situaciones recreativas tomando decisiones adecuadas durante la actividad. Ejecuto frenados como el frenado en "T" y el frenado lateral de manera controlada.
	30					Trabajo de frenado	Aplico estrategias de desaceleración progresiva y mantengo el equilibrio después de frenar. Aplico estrategias de desaceleración progresiva y control del equilibrio tras el freno.
16	31					Importancia del otro en el desarrollo emocional y social	Desarrollo ejercicios de desplazamiento en conjunto Realizo actividades en conjunto y reconozco la importancia del otro en ellas
	32					Hábitos para el bienestar físico	Adapto mi cuerpo y mis movimientos para lograr desplazamientos en conjunto Realizo actividades individuales y grupales que me ayuden a mejorar mi composición física y emocional
17	33					Desplazamientos en pista plana	Reconozco la importancia de aprender a desplazarme en pista con elemento. Realizo diversos ejercicios que me lleven a aprendizaje de la habilidad
	34					Manifestación corporal de las capacidades físicas	Realizo la habilidad de forma adecuada, demostrando control, coordinación y precisión en cada ejecución. Realizo desplazamientos que me reten en cuanto a mis habilidades y capacidades físicas
18	35					Desplazamiento de carrito en pista plana	Ejecuto ejercicios que me llevan a la ejecución correcta de la habilidad Realizo la habilidad de forma correcta, mostrando control, coordinación y seguridad en su ejecución.
	36					Desplazamientos de carrito en curva	Empleo el desplazamiento poniendo en práctica la habilidad aprendida. Ejecuto ejercicios que me llevan a la ejecución correcta de la habilidad
19	37					Técnica de curvas	Mantengo una posición corporal adecuada y utilizo correctamente mi eje de gravedad al realizar la curva. Empleo el desplazamiento poniendo en práctica la habilidad aprendida.
	38					Normas básicas del deporte	Ejecuto ejercicios básicos que me lleven al aprendizaje de las normas básicas Realizo ejercicios de carrera y pongo en práctica las normas aprendidas
20	39					Habilidades motrices de individualización	Realizo ejercicios de salida y llegada en competencia. Manejo ejercicios en pareja para el aprendizaje de las diferentes habilidades
	40					Técnica de ameba y desplazamiento coordinado	Ejecución del paso de ameba con control del eje corporal. Realizo ejercicios de las habilidades aprendidas individual y conjunto
21	41					Cuidado corporal antes, durante y después de la actividad física	Preparo mi cuerpo antes de iniciar actividad física Realizo ejercicios para cuidar mi cuerpo
	42					Juego y deporte cooperativo	Protejo mi cuerpo después de realizar ejercicios específicos del deporte. Desarrollo habilidades comunicativas a través del juego

22	43	comprenden la importancia de relacionarse con sus compañeros y entrenadores de manera respetuosa, saludando al llegar, cuidando su lenguaje y apoyando a quienes tienen más dificultad en los ejercicios.	permiten a todos moverse y divertirse, y reconocen el respeto como dimensión fundamental, evitando burlas, esperando su turno y aceptando las decisiones del formador y del grupo.	respeto de sus patines, casco y protecciones, comprendiendo que asistir preparados y con los materiales necesarios favorece el buen desarrollo de las actividades y el respeto por el tiempo de los demás.	avances y aprendizajes logrados en la pista y mantienen una actitud de respeto y comunicación en casa, entendiendo que el acompañamiento familiar fortalece su crecimiento como deportistas y como personas.	Trabajo de fuerza específica sobre patines	Ejercicios de empuje y resistencia con trineos o cuerdas elásticas. Fortalecimiento de piernas y core mediante desplazamientos controlados.				
	44					Fortalecimiento de debilidades físicas	Reconozco la Importancia del acompañamiento de miembros superiores en la realización de la práctica Aplico la Coordinación bilateral cruzada DERECHA CON IZQUIERDA				
23	45					Equilibrio en un pie con patines	Ejecuto la coordinación bilateral cruzada IZQUIERDA CON DERECHA Ejecuto ejercicios que me llevan a la ejecución correcta de la habilidad				
	46					Entrenamiento de reacción y agilidad	Realizo la habilidad de forma correcta, demostrando control, coordinación y seguridad en todo el proceso. Empleo el desplazamiento poniendo en práctica la habilidad aprendida.				
24	47					Manejo de equilibrio y ajuste a un pie	Aprendo la habilidad específica, demostrando progreso continuo, comprensión técnica y seguridad en su ejecución. Realizo la habilidad y corrijo mi postura de manera consciente, mostrando control, mejora técnica y seguridad durante la ejecución.				
	48					Coordinación y ritmo	Ejecuto ejercicios de ritmo y cadencia con música o conteo de forma coordinada. Logro realizar desplazamientos en pista plana ejecutando de manera correcta el ejercicio				
25	49					Manejo bidireccional en pista plana	Analizo el cómo se puede realizar de forma correcta el desplazamiento en pista Me desplazo levantando objetos del suelo realizando cambio de dirección				
	50					Desplazamientos tecnicos sencillos	Comprendo que en situaciones de juego puedo realizar diferentes cambio de dirección Me desplazo de frente en pista plana con control, equilibrio y continuidad en el movimiento.				
26	51					Técnica de sobrepaso en grupo	Planificación del sobrepaso en recta y curva con seguridad. Cálculo del espacio y anticipación del movimiento del rival.				
	52					Técnica de salida y llegada de manera correcta	Analizo la habilidad antes de ejecutarla Adapto mi cuerpo y realizo la habilidad				
27	53					Estrategias en pruebas combinadas	Reconozco la importancia de conocer mi cuerpo para realizar la habilidad Realizo la habilidad de forma correcta, manteniendo control, coordinación y seguridad durante su ejecución.				
	54					Cruces y trenzas en pista peraltada	Reconozco la habilidad y analizo cómo la podría realizar Preparo mi cuerpo para a realización de la habilidad				
28	55					Estrategias en pruebas combinadas	Planeación del ritmo y la energía durante varias distancias. Analizo mis errores técnicos después de una prueba o simulacro para mejorar mi desempeño.				
	56					Movimientos técnicos de individualización y segmentación	Reconozco la habilidad y analizo cómo puedo realizarla mejor. Preparo mi cuerpo de manera adecuada para la realización de la habilidad, asegurando disposición física y control.				
ETAPA DE FORMACIÓN DOMINIO											
OBJETIVO GENERAL						Favorecer la comprensión y aplicación de conceptos básicos del patinaje, la seguridad y el autocuidado, promoviendo en los deportistas la toma de decisiones acertadas, la autorregulación emocional y la responsabilidad frente a su proceso de aprendizaje y entrenamiento.					
TIEMPO	DIMENSION PSICOSOCIAL					OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	Fortalecer las habilidades técnicas del patinaje (equilibrio, frenado, frenado y control del cuerpo) mediante ejercicios que integren la práctica segura y el uso adecuado de los implementos, promoviendo la conciencia corporal y la prevención de accidentes durante la actividad.				
						OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	Desarrollar la autonomía y el autocuidado a través de juegos y retos recreativos que fomenten la toma de decisiones, la resolución de problemas y la responsabilidad en la ejecución de las actividades motrices dentro del grupo.				
						OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	Comprender los principios básicos del patinaje, la seguridad y la autorregulación emocional, identificando las acciones que favorecen la práctica responsable, el respeto por las normas y el compromiso con el propio proceso de aprendizaje.				
SEMANA	CLASE Nº					MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
29	57									Habilidades intermedias en patinaje	Integro el desplazamiento, el frenado y el frenado en trayectorias mixtas de manera coordinada y segura. Controlo mi postura y braceo en ejercicios con variación de ritmo y dirección.
	58									Combinación de habilidades técnicas	Ejecuto circuitos que integren curvas, cambios de ritmo y saltos. Realizo la integración de desplazamiento, frenado y frenado en trayectorias mixtas.
30	59									Pruebas de fondo	Realizo el control del ritmo y la respiración en pruebas de resistencia prolongada. Desarrollo estrategias de sobrepaso, ritmo de carrera y ubicación táctica en grupo.
	60	Pruebas combinadas en patinaje	Practico simulación de pruebas oficiales (Carriles, 500 m, 1.000 m y fondo). Adapto de las técnicas básicas y medias a las exigencias reglamentarias (postura, línea, trazo y control del espacio).								
31	61	Salidas y reacciones	Realizo osición de salida baja y coordinación inicial entre brazos y piernas. Reconzco la diferenciación entre salidas individuales, por carriles y en grupo.								
	62	Técnica de remate y sobrepaso	Incremento del braceo y frecuencia en los últimos metros. Tomo decisiones seguras en sobrepasos y finales ajustados.								
32	63	Control en curvas a alta velocidad	Mantengo posición del cuerpo y apoyo de la pierna interior en curva cerrada. Realizo transferencia del peso corporal y control del equilibrio en frenado veloz.								
	64	Trabajo táctico en pruebas grupales	Organizo al grupo durante la carrera, demostrando liderazgo, seguimiento adecuado y participación en relevos. Aplico estrategias básicas de adelantamiento, conservación de ritmo y manejo del grupo en carrera.								

Los NNAI demuestran

33	65	Los NNAJ reconocen y celebran sus propios logros en el patinaje, como mejorar el equilibrio, completar un circuito sin caer o aprender un nuevo giro, y también felicitan a sus compañeros cuando alcanzan sus metas; de esta manera, fortalecen su motivación interna, se sienten orgullosos del esfuerzo realizado y se animan a seguir entrenando con constancia.	Los NNAJ mantienen una actitud positiva ante los errores y dificultades que se presentan en la pista de patinaje, comprenden que las caídas y los intentos fallidos hacen parte del aprendizaje, escuchan las correcciones del formador, vuelven a intentarlo con mayor concentración y se proponen pequeñas metas para superarse con esfuerzo en cada entrenamiento.	Los NNAJ colaboran con sus compañeros en las actividades grupales de patinaje, ayudan a organizar los materiales como conos y vallas, acompañan a quien se queda atrás en los recorridos, dan consejos respetuosos para mejorar la postura o el frenado y muestran siempre disposición para ayudar, entendiendo que el trabajo en equipo hace que la clase sea más segura y divertida para todos.	Los NNAJ asumen su responsabilidad académica manteniendo un equilibrio entre el estudio y el deporte, organizan su tiempo para cumplir con sus tareas escolares y asistir puntualmente a los entrenamientos de patinaje; además, participan en actividades o campañas del club o la institución que promueven el cuidado del ambiente y la comunidad, como jornadas de limpieza alrededor de la pista, reforzando así su compromiso con el entorno donde practican su deporte.	Evaluación y aplicación de pruebas	Evalúo mi técnica individual considerando mi eficiencia, ritmo, control y seguridad.
	66					Analizo mis resultados y recibo retroalimentación de mi desempeño para mejorar mi rendimiento.	
34	67					Postura y control corporal	Mantengo una alineación corporal correcta en movimiento y adopto posición base con control y estabilidad.
	68						Coordino entre tronco, brazos y piernas durante el desplazamiento.
35	69					Desplazamientos en línea recta	Impulso y deslizamiento con técnica de empuje alternado.
	70						Vario los ritmos y realizo cambios de velocidad en trayectorias rectas de manera controlada.
36	71					Trenzado y desplazamientos curvos	Raéalizo cruce interno y externo en curva con control del peso corporal.
	72						Ejecuto técnica de trezado en diferentes tipos de curvas (abiertas y cerradas).
37	73					Liderazgo frente a los actores de la clase.	Exploro ejercicios que me permitan correr y saltar, usando mis patines sobre grama.
	74						Participo en juegos predeportivos mostrando liderazgo.
38	75	Posición básica durante diversas ejecuciones	Mantengo una adecuada postura para mejorar el control tónico.				
	76		Ejecuto adecuadamente la posición básica en mis desplazamientos sobre patines.				
39	77	Ejercicios de equilibrio para postura	Participo en actividades lúdicas usando elementos como balones, aros y lazos.				
	78		Afianzo actividades que me permitan desarrollar el ajuste postural.				
40	79	Habilidades de roller	Exploro diversos movimientos que me ayuden a desarrollar el taloneo sobre patines.				
	80		Mantengo una postura corporal adecuada en el desarrollo del equilibrio estático.				
						Juegos para el reconocimiento de la lateralidad	Ejecuto adecuadamente diversas actividades que incluyan el zapateo en posición básica.
						Juego aplicado al rendimiento	Demuestro interés en actividades lúdicas como "Yo soy".
						Ejecuta de habilidades básicas	Participo en juegos de reacción y persecución aplicando un enfoque técnico en mis movimientos.
						Evaluación técnica y retroalimentación	Participo en dinámicas grupales que fortalecen mi velocidad, estrategia y capacidad de cooperación.
						Trabajo de técnica en pista y ruta	Me intereso por el desarrollo de las habilidades propuestas en clase.
						Actividades lúdicas para afianzar habilidades motrices	Reconozco los juegos predeportivos orientados a la velocidad de reacción.
						Preparación psicológica y autocontrol	Registro mis tiempos, trayectorias y posturas mediante observación o video para analizar y mejorar mi desempeño.
						Cierre de habilidades	Realizo autoevaluación para valorar mi desempeño técnico y actitudinal.
							Me adapto a diferentes superficies de patinaje, como pista, ruta y asfalto, manteniendo control y estabilidad.
							Controlo mi equilibrio y regulo mi velocidad en descensos y giros amplios de manera segura.
							Participo de actividades lúdicas que me permitan desarrollar el trabajo en equipo.
							Identifico algunos ejercicios de fuerza y resistencia.
							Manejo de emociones antes, durante y después de la competencia.
							Mantengo una visualización positiva y me concentro durante la ejecución técnica para mejorar mi desempeño.
							Participo en el festival de habilidades demostrando control, seguridad y progreso en cada ejercicio.
							Vario los ritmos y realizo cambios de velocidad en trayectorias rectas de manera controlada.

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA 2025							
CENTRO DE INTERÉS PATINAJE							
MALLA CURRICULAR CICLO 3							
ETAPA DE FORMACIÓN EXPLORACIÓN							
OBJETIVO GENERAL					Desarrollar capacidades motrices básicas mediante experiencias lúdicas del patinaje y juegos predeportivos, con y sin patines, que incorporen retos graduados, roles y variantes para fortalecer la conciencia corporal, el autocuidado y la convivencia; promover el disfrute de la actividad física y estilos de vida saludables; y asegurar el cumplimiento de señales y normas de seguridad e inclusión, en el marco del programa JEC.		
TIEMPO	DIMENSION PSICOSOCIAL				OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	Desarrollar las capacidades motrices básicas y específicas del patinaje mediante desplazamientos, giros, frenadas y cambios de ritmo en juegos y circuitos con y sin patines, fortaleciendo equilibrio, coordinación y control postural bajo normas de seguridad.	
					OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	Participar activamente en juegos preparatorios con y sin patines, asumiendo retos graduados, proponiendo variantes y rotando roles; cooperar y respetar reglas para disfrutar e incluir a todos.	
					OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	Comprender conceptos básicos y el vocabulario inicial del patinaje; identificar y aplicar normas de seguridad personal (protecciones, distancia, señalización) para prevenir riesgos durante la práctica.	
SEMANA	CLASE N°	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
1	1	Los NNAJ se motivan a mejorar su técnica de patinaje en cada clase, se proponen metas personales como perfeccionar el frenado, aumentar la velocidad o hacer giros más precisos, piden retroalimentación al formador, aceptan las correcciones y practican de manera autónoma durante y fuera del entrenamiento para ver avances reales en su desempeño deportivo.	Los NNAJ reconocen las emociones que experimentan durante la práctica de patinaje como nervios antes de una prueba, frustración cuando un ejercicio no sale o satisfacción al lograr una nueva habilidad y buscan manejarlas de forma adecuada, utilizando la respiración, la concentración y el diálogo con el formador o con sus compañeros para mantener el control y seguir entrenando con responsabilidad.	Los NNAJ respetan las normas y los turnos en las actividades de patinaje, se organizan en filas, esperan la señal para iniciar los recorridos, mantienen la distancia de seguridad para evitar choques y cumplen el reglamento interno del grupo; además, corrigen con respeto a quienes olvidan una regla, comprendiendo que el cumplimiento de las normas garantiza una práctica ordenada y segura para todos.	Los NNAJ colaboran activamente en el cuidado del material deportivo durante la clase de patinaje, ayudan a ubicar y recoger conos, vallas y demás implementos, revisan el estado de sus patines y protecciones, informan si algo está dañado y lo usan con responsabilidad, entendiendo que el buen manejo de los materiales permite que todo el grupo entrene en mejores condiciones.	Coordinación y equilibrio dinámico	Demuestro control, equilibrio y coordinación en las habilidades vistas en la clase. Realizo caídas seguras, me levanto correctamente, me desplazo en línea recta y ejecuto giros básicos con control.
	2					Transición de peso y postura	Traslado el peso de mi cuerpo de un apoyo a otro manteniendo la postura de patinaje y evitando perder el equilibrio. Realizo ejercicios de estabilidad como permanecer en con manos en rodilla durante largo recorrido
2	3					Giros básicos controlados	Realizo giros básicos hacia la derecha e izquierda manteniendo una base estable y controlando la velocidad. Aprendo a levantar y caer mi cuerpo de forma correcta
	4					Frenado seguro y estable	Aplico frenadas básicas deteniéndome de forma progresiva sin caer ni chocar con mis compañeros. Realizo desplazamientos con braceo básico de manera coordinada y controlada.
3	5					Desplazamientos combinados	Combino diferentes tipos de desplazamiento sobre patines manteniendo el ritmo y la coordinación general. Demuestro control, equilibrio y coordinación en las habilidades vistas en la clase con diferentes niveles de complejidad
	6					Control corporal en curvas	Mantengo el control del cuerpo al tomar curvas ajustando la inclinación y la trayectoria de los patines. Ejecuto cambios de dirección básicos dentro del circuito de manera controlada.
4	7					Carrera suave con patines	Mantengo un desplazamiento continuo con ritmo estable y postura correcta durante la carrera suave con patines. Ejecuto un circuito que incluye desplazamiento, zigzag, frenado y caída de forma correcta y controlada.
	8					Secuencias motrices guiadas	Sigo las secuencias propuestas enlazando desplazamientos, giros y frenadas sin interrumpir el movimiento. Realizo saltos en grama como actividad predeportiv de manera controlada y coordinada.
5	9					Exploración técnica aplicada	Pruebo variaciones técnicas de las habilidades vistas ajustando impulso, frenado y cambios de dirección. Participo en juegos que me permiten utilizar y mejorar la habilidad de desplazarme hacia atrás.
	10					Mini circuito técnico	Completo el mini circuito respetando el recorrido marcado y controlando los apoyos en cada zona del trazado. Mantengo la posición correcta llevando un platillo en la espalda durante el desplazamiento.
6	11					Coordinación y equilibrio dinámico	Coordino brazos y piernas durante el desplazamiento manteniendo el equilibrio en cambios de ritmo y dirección. Realizo ejercicios de fortalecimiento para mejorar la posición de patinaje
	12					Transición de peso y postura	Traslado el peso de mi cuerpo de un apoyo a otro manteniendo la postura de patinaje y evitando perder el equilibrio. Mantengo el equilibrio en la posición básica durante diferentes desplazamientos
7	13					Giros básicos controlados	Realizo giros básicos hacia la derecha e izquierda manteniendo una base estable y controlando la velocidad. Coordino el balanceo del cuerpo con la posición básica del patinaje
	14					Frenado seguro y estable	Aplico frenadas básicas deteniéndome de forma progresiva sin caer ni chocar con mis compañeros. Ejecuto de manera controlada los diferentes tipos de frenado en pista plana.
8	15					Desplazamientos combinados	Combino diferentes tipos de desplazamiento sobre patines manteniendo el ritmo y la coordinación general. Adapto el deslizamiento con patines o sin patines tomando elementos inestables.
	16					Control corporal en curvas	Mantengo el control del cuerpo al tomar curvas ajustando la inclinación y la trayectoria de los patines. Entiendo la posición y ubicación correcta de los brazos
9	17					Carrera suave con patines	Mantengo un desplazamiento continuo con ritmo estable y postura correcta durante la carrera suave con patines. Identifico la corrección de mis dificultades y mejoro de manera individual mi desempeño.
	18					Secuencias motrices guiadas	Sigo las secuencias propuestas enlazando desplazamientos, giros y frenadas sin interrumpir el movimiento. Desarrollo el conocimiento de los dos sentidos en los que se pueden realizar el movimiento
10	19					Exploración técnica aplicada	Pruebo variaciones técnicas de las habilidades vistas ajustando impulso, frenado y cambios de dirección. Aplico el zigzag con variaciones de velocidad y equilibrio
	20					Mini circuito técnico	Completo el mini circuito respetando el recorrido marcado y controlando los apoyos en cada zona del trazado. Mantengo la estabilidad corporal mientras ejecuto el slalom con un solo pie.
11	21					Coordinación y equilibrio dinámico	Coordino brazos y piernas durante el desplazamiento manteniendo el equilibrio en cambios de ritmo y dirección. Traslado el peso de mi cuerpo de un apoyo a otro manteniendo la postura de patinaje y evitando perder el equilibrio.
	22					Transición de peso y postura	Ejecuto secuencias de globitos con coordinación rítmica.
12	23					Giros básicos controlados	Realizo giros básicos hacia la derecha e izquierda manteniendo una base estable y controlando la velocidad. Diseño secuencias de ejercicios para mejorar mis habilidades en el patinaje.
	24					Frenado seguro y estable	Aplico frenadas básicas deteniéndome de forma progresiva sin caer ni chocar con mis compañeros. Realizo la curva desplazando el patín derecho como impulso
	25					Desplazamientos combinados	Combino diferentes tipos de desplazamiento sobre patines manteniendo el ritmo y la coordinación general.

13	26						Desarrollo el conocimiento de los dos sentidos en los que se pueden realizar el movimiento
						Control corporal en curvas	Mantengo el control del cuerpo al tomar curvas ajustando la inclinación y la trayectoria de los patines. Realizo la curva desplazando el patin derecho como impulso
14	27					Carrera suave con patines	Mantengo un desplazamiento continuo con ritmo estable y postura correcta durante la carrera suave con patines. Desarrollo ejercicios que fortalecen mis habilidades grupales y mi cooperación con el equipo.
	28					Secuencias motrices guiadas	Sigo las secuencias propuestas enlazando desplazamientos, giros y frenadas sin interrumpir el movimiento. Participo en juegos que fortalecen mis habilidades básicas de movimiento y coordinación.
ETAPA DE FORMACIÓN APROPIACIÓN							
OBJETIVO GENERAL						Estructurar los fundamentos técnicos y las habilidades básicas del patinaje, que incluyen deslizamiento continuo, frenado básico y cambios simples de dirección, promoviendo el uso autónomo y el cuidado del implemento, la aplicación de normas de seguridad (protecciones, distancia, señalización, lectura del entorno e hidratación) y el trabajo cooperativo.	
TIEMPO	DIMENSION PSICOSOCIAL					OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	Consolidar y apropiar las habilidades del patinaje con control postural, transferencia de peso y manejo de la velocidad, perfeccionando deslizamiento, frenado y cambios de dirección, y ejecutándolos en mini-circuitos y obstáculos con autonomía y seguridad.
						OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	Participar en juegos cooperativos y circuitos por estaciones, rotando roles y proponiendo variantes y micro-retos, manteniendo el juego limpio y la inclusión, y realizando breves reflexiones para mejorar.
						OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	Aplicar criterios de control (mirada, postura, distancia y señalización) y comprender señales del grupo; planear trayectorias y estrategias simples según el circuito; autoevaluar y ajustar la ejecución identificando riesgos y opciones seguras.
SEMANA	CLASE N°	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
15	32	Los NNAJ se proponen mejorar su técnica de patinaje en cada sesión, aprovechan los momentos de práctica libre para corregir su postura, pulir el impulso y la frenada, piden al formador que observe sus recorridos y les dé retroalimentación para ver sus avances y se fijan metas claras, como reducir el tiempo en un circuito o realizar un giro con mayor precisión.	Los NNAJ reconocen las emociones que surgen durante la práctica de patinaje en la clase, identifican cuándo se sienten presionados, confiados o desanimados y expresan estas sensaciones con respeto; a partir de ello buscan estrategias como concentrarse en la respiración, cambiar el pensamiento negativo por uno de mejora y apoyarse en sus compañeros para continuar con el entrenamiento.	Los NNAJ respetan las normas y los turnos en las actividades de la clase de patinaje, participan en la construcción de acuerdos de convivencia para la pista, cumplen lo pactado (no adelantar sin avisar, no bloquear la salida, respetar los carriles) y aceptan las sanciones pedagógicas cuando no siguen una regla, entendiendo que el reglamento protege la seguridad de todo el grupo.	Los NNAJ colaboran y cuidan el material deportivo en la clase de patinaje, se encargan de recoger y organizar conos, vallas y aros al inicio y al final de la sesión, revisan que los implementos queden completos y en buen estado, evitan usarlos de manera brusca o inadecuada y asumen responsabilidad cuando algo se pierde o se daña, valorando los recursos que el grupo utiliza para entrenar.	Exploración técnica aplicada	Pruebo variaciones técnicas de las habilidades vistas ajustando impulso, frenado y cambios de dirección. Mantengo el braceo durante un tiempo prolongado.
	33					Mini circuito técnico	Completo el mini circuito respetando el recorrido marcado y controlando los apoyos en cada zona del trazado. Levanto objetos del suelo cambiando de sentido constantemente
16	34					Coordinación y equilibrio dinámico	Coordino brazos y piernas durante el desplazamiento manteniendo el equilibrio en cambios de ritmo y dirección. Comprendo que en situaciones lúdicas debo cambiar el sentido del desplazamiento
	35					Transición de peso y postura	Traslado el peso de mi cuerpo de un apoyo a otro manteniendo la postura de patinaje y evitando perder el equilibrio. Reconozco el autocontrol del desplazamiento a dos pies en curva cuando hay velocidad
17	36	Los NNAJ se proponen mejorar su técnica de patinaje en cada sesión, aprovechan los momentos de práctica libre para corregir su postura, pulir el impulso y la frenada, piden al formador que observe sus recorridos y les dé retroalimentación para ver sus avances y se fijan metas claras, como reducir el tiempo en un circuito o realizar un giro con mayor precisión.	Los NNAJ reconocen las emociones que surgen durante la práctica de patinaje en la clase, identifican cuándo se sienten presionados, confiados o desanimados y expresan estas sensaciones con respeto; a partir de ello buscan estrategias como concentrarse en la respiración, cambiar el pensamiento negativo por uno de mejora y apoyarse en sus compañeros para continuar con el entrenamiento.	Los NNAJ respetan las normas y los turnos en las actividades de la clase de patinaje, participan en la construcción de acuerdos de convivencia para la pista, cumplen lo pactado (no adelantar sin avisar, no bloquear la salida, respetar los carriles) y aceptan las sanciones pedagógicas cuando no siguen una regla, entendiendo que el reglamento protege la seguridad de todo el grupo.	Los NNAJ colaboran y cuidan el material deportivo en la clase de patinaje, se encargan de recoger y organizar conos, vallas y aros al inicio y al final de la sesión, revisan que los implementos queden completos y en buen estado, evitan usarlos de manera brusca o inadecuada y asumen responsabilidad cuando algo se pierde o se daña, valorando los recursos que el grupo utiliza para entrenar.	Giros básicos controlados	Realizo giros básicos hacia la derecha e izquierda manteniendo una base estable y controlando la velocidad. Ejecuto la curva desplazando el patin izquierdo como impulso
	37					Frenado seguro y estable	Aplico frenadas básicas deteniéndome de forma progresiva sin caer ni chocar con mis compañeros. Interpreto el desplazamiento en la curva en ambos sentidos
18	38					Desplazamientos combinados	Combino diferentes tipos de desplazamiento sobre patines manteniendo el ritmo y la coordinación general. Adopto la posición de "T" para la salida
	39					Control corporal en curvas	Mantengo el control del cuerpo al tomar curvas ajustando la inclinación y la trayectoria de los patines. Realizo la curva desplazando el patin derecho como impulso
19	40	Los NNAJ se proponen mejorar su técnica de patinaje en cada sesión, aprovechan los momentos de práctica libre para corregir su postura, pulir el impulso y la frenada, piden al formador que observe sus recorridos y les dé retroalimentación para ver sus avances y se fijan metas claras, como reducir el tiempo en un circuito o realizar un giro con mayor precisión.	Los NNAJ reconocen las emociones que surgen durante la práctica de patinaje en la clase, identifican cuándo se sienten presionados, confiados o desanimados y expresan estas sensaciones con respeto; a partir de ello buscan estrategias como concentrarse en la respiración, cambiar el pensamiento negativo por uno de mejora y apoyarse en sus compañeros para continuar con el entrenamiento.	Los NNAJ respetan las normas y los turnos en las actividades de la clase de patinaje, participan en la construcción de acuerdos de convivencia para la pista, cumplen lo pactado (no adelantar sin avisar, no bloquear la salida, respetar los carriles) y aceptan las sanciones pedagógicas cuando no siguen una regla, entendiendo que el reglamento protege la seguridad de todo el grupo.	Los NNAJ colaboran y cuidan el material deportivo en la clase de patinaje, se encargan de recoger y organizar conos, vallas y aros al inicio y al final de la sesión, revisan que los implementos queden completos y en buen estado, evitan usarlos de manera brusca o inadecuada y asumen responsabilidad cuando algo se pierde o se daña, valorando los recursos que el grupo utiliza para entrenar.	Carrera suave con patines	Mantengo un desplazamiento continuo con ritmo estable y postura correcta durante la carrera suave con patines. Identifico la ubicación de los patines detrás de la línea de todas las ruedas
	41					Secuencias motrices guiadas	Sigo las secuencias propuestas enlazando desplazamientos, giros y frenadas sin interrumpir el movimiento. Desarrollo la posición de "V" para la salida
20	42					Exploración técnica aplicada	Pruebo variaciones técnicas de las habilidades vistas ajustando impulso, frenado y cambios de dirección. Exploro la aplicación de una mayor velocidad con acercamiento a la meta
	43					Mini circuito técnico	Completo el mini circuito respetando el recorrido marcado y controlando los apoyos en cada zona del trazado. Adopto el cruce con pie derecho de manera dinámica en sentido horario
21	44	Los NNAJ se proponen mejorar su técnica de patinaje en cada sesión, aprovechan los momentos de práctica libre para corregir su postura, pulir el impulso y la frenada, piden al formador que observe sus recorridos y les dé retroalimentación para ver sus avances y se fijan metas claras, como reducir el tiempo en un circuito o realizar un giro con mayor precisión.	Los NNAJ reconocen las emociones que surgen durante la práctica de patinaje en la clase, identifican cuándo se sienten presionados, confiados o desanimados y expresan estas sensaciones con respeto; a partir de ello buscan estrategias como concentrarse en la respiración, cambiar el pensamiento negativo por uno de mejora y apoyarse en sus compañeros para continuar con el entrenamiento.	Los NNAJ respetan las normas y los turnos en las actividades de la clase de patinaje, participan en la construcción de acuerdos de convivencia para la pista, cumplen lo pactado (no adelantar sin avisar, no bloquear la salida, respetar los carriles) y aceptan las sanciones pedagógicas cuando no siguen una regla, entendiendo que el reglamento protege la seguridad de todo el grupo.	Los NNAJ colaboran y cuidan el material deportivo en la clase de patinaje, se encargan de recoger y organizar conos, vallas y aros al inicio y al final de la sesión, revisan que los implementos queden completos y en buen estado, evitan usarlos de manera brusca o inadecuada y asumen responsabilidad cuando algo se pierde o se daña, valorando los recursos que el grupo utiliza para entrenar.	Coordinación y equilibrio dinámico	Coordino brazos y piernas durante el desplazamiento manteniendo el equilibrio en cambios de ritmo y dirección. Practico el cruce con pie derecho de manera estática en sentido antihorario
	45					Transición de peso y postura	Traslado el peso de mi cuerpo de un apoyo a otro manteniendo la postura de patinaje y evitando perder el equilibrio. Interpreto la trenza sobre obstáculos como patillos u otros objetos
22	46					Giros básicos controlados	Realizo giros básicos hacia la derecha e izquierda manteniendo una base estable y controlando la velocidad. Desarrollo ejercicios de nivel medio en cruce en curva izquierda
	47					Frenado seguro y estable	Demuestro control, equilibrio y coordinación en las habilidades vistas en la clase Me acerco a la técnica de cruce en curva derecha
23	48	Los NNAJ se proponen mejorar su técnica de patinaje en cada sesión, aprovechan los momentos de práctica libre para corregir su postura, pulir el impulso y la frenada, piden al formador que observe sus recorridos y les dé retroalimentación para ver sus avances y se fijan metas claras, como reducir el tiempo en un circuito o realizar un giro con mayor precisión.	Los NNAJ reconocen las emociones que surgen durante la práctica de patinaje en la clase, identifican cuándo se sienten presionados, confiados o desanimados y expresan estas sensaciones con respeto; a partir de ello buscan estrategias como concentrarse en la respiración, cambiar el pensamiento negativo por uno de mejora y apoyarse en sus compañeros para continuar con el entrenamiento.	Los NNAJ respetan las normas y los turnos en las actividades de la clase de patinaje, participan en la construcción de acuerdos de convivencia para la pista, cumplen lo pactado (no adelantar sin avisar, no bloquear la salida, respetar los carriles) y aceptan las sanciones pedagógicas cuando no siguen una regla, entendiendo que el reglamento protege la seguridad de todo el grupo.	Los NNAJ colaboran y cuidan el material deportivo en la clase de patinaje, se encargan de recoger y organizar conos, vallas y aros al inicio y al final de la sesión, revisan que los implementos queden completos y en buen estado, evitan usarlos de manera brusca o inadecuada y asumen responsabilidad cuando algo se pierde o se daña, valorando los recursos que el grupo utiliza para entrenar.	Desplazamientos combinados	Combino diferentes tipos de desplazamiento sobre patines manteniendo el ritmo y la coordinación general. Desarrollo ejercicios de nivel medio en cruce en curva derecha
	49					Control corporal en curvas	Mantengo el control del cuerpo al tomar curvas ajustando la inclinación y la trayectoria de los patines. Exploro la técnica de cruce en curva izquierda
24	50					Carrera suave con patines	Mantengo un desplazamiento continuo con ritmo estable y postura correcta durante la carrera suave con patines. Desarrollo ejercicios de nivel medio en cruce en curva izquierda
	51					Secuencias motrices guiadas	Demuestro control, equilibrio y coordinación en las habilidades vistas en la clase Manejo ejercicios de cruce en curva en pareja
25	52	Los NNAJ se proponen mejorar su técnica de patinaje en cada sesión, aprovechan los momentos de práctica libre para corregir su postura, pulir el impulso y la frenada, piden al formador que observe sus recorridos y les dé retroalimentación para ver sus avances y se fijan metas claras, como reducir el tiempo en un circuito o realizar un giro con mayor precisión.	Los NNAJ reconocen las emociones que surgen durante la práctica de patinaje en la clase, identifican cuándo se sienten presionados, confiados o desanimados y expresan estas sensaciones con respeto; a partir de ello buscan estrategias como concentrarse en la respiración, cambiar el pensamiento negativo por uno de mejora y apoyarse en sus compañeros para continuar con el entrenamiento.	Los NNAJ respetan las normas y los turnos en las actividades de la clase de patinaje, participan en la construcción de acuerdos de convivencia para la pista, cumplen lo pactado (no adelantar sin avisar, no bloquear la salida, respetar los carriles) y aceptan las sanciones pedagógicas cuando no siguen una regla, entendiendo que el reglamento protege la seguridad de todo el grupo.	Los NNAJ colaboran y cuidan el material deportivo en la clase de patinaje, se encargan de recoger y organizar conos, vallas y aros al inicio y al final de la sesión, revisan que los implementos queden completos y en buen estado, evitan usarlos de manera brusca o inadecuada y asumen responsabilidad cuando algo se pierde o se daña, valorando los recursos que el grupo utiliza para entrenar.	Exploración técnica aplicada	Pruebo variaciones técnicas de las habilidades vistas ajustando impulso, frenado y cambios de dirección. Utilizo la técnica de cruce en curva en competencia
	53					Mini circuito técnico	Completo el mini circuito respetando el recorrido marcado y controlando los apoyos en cada zona del trazado. Ejecuto el circuito de antifaz manejando control corporal y velocidad
26	54					Coordinación y equilibrio dinámico	Coordino brazos y piernas durante el desplazamiento manteniendo el equilibrio en cambios de ritmo y dirección. Implemento el circuito de slalom en aros y sus implicaciones técnicas

26	55					Transición de peso y postura	Traslado el peso de mi cuerpo de un apoyo a otro manteniendo la postura de patinaje y evitando perder el equilibrio.
	56					Giros básicos controlados	Implemento el circuito de slalom en aros y sus implicaciones técnicas.
27	57					Frenado seguro y estable	Realizo giros básicos hacia la derecha e izquierda manteniendo una base estable y controlando la velocidad.
	58					Desplazamientos combinados	Manejo adecuadamente la lateralidad el circuito slalom gigante
28	59					Control corporal en curvas	Demuestro control, equilibrio y coordinación en las habilidades vistas en la clase
							Identifico la postura e inclinación corporal en el circuito de habilidad en ochos gigantes
ETAPA DE FORMACIÓN DOMINIO							
OBJETIVO GENERAL						Integrar y afianzar las habilidades propias del patinaje aplicándolas con control postural, gestión de la velocidad y transferencia de peso en circuitos y juegos; planear y resolver retos con estrategias sencillas; y participar cooperando y respetando reglas para disfrutar, mejorar y estar seguros.	
TIEMPO	DIMENSION PSICOSOCIAL					OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	Dominar las habilidades propias del patinaje y aplicarlas con control postural, gestión de la velocidad y transferencia de peso en circuitos de obstáculos, demostrando fluidez y seguridad.
						OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	Participar con alegría en circuitos y juegos modificados, aplicando sus habilidades de patinaje y estrategias sencillas, cooperando y respetando reglas para disfrutar y mejorar con seguridad.
						OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	Planear y resolver retos en circuitos y juegos, observando el camino, eligiendo la mejor opción y ajustando la velocidad para pasar con control y seguridad.
SEMANA	CLASE N°	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
29	63	Los NNAJ se motivan a mejorar su técnica de patinaje en cada clase, participan con energía en los ejercicios, buscan corregir detalles como la posición de las rodillas, el movimiento de los brazos y la forma de frenar, y piden nuevas consignas o desafíos al formador para seguir avanzando paso a paso en su nivel deportivo.	Los NNAJ reconocen las emociones que experimentan durante la práctica de patinaje en la clase, identifican cuándo se sienten seguros, incómodos, enojados o satisfechos con su desempeño y, a partir de eso, deciden cómo actuar: hacer una pausa, pedir una explicación adicional, apoyar a un compañero o volver a intentar el ejercicio con mayor concentración.	Los NNAJ respetan las normas y los turnos establecidos en las actividades de patinaje, se organizan en filas, esperan la indicación para iniciar, no se adelantan ni se cruzan en el recorrido de otros compañeros y cumplen los acuerdos del grupo, entendiendo que seguir las reglas hace que la clase sea más justa, ordenada y segura para todos.	Los NNAJ colaboran activamente y cuidan el material deportivo en la clase de patinaje, ayudan a ubicar y recoger conos, vallas y aros, revisan que los implementos no queden tirados en la pista para evitar accidentes, avisan cuando algo está en mal estado y los utilizan con responsabilidad, valorando que estos recursos son compartidos por todo el grupo.	Carrera suave con patines	Regulo mi velocidad y mantengo una trayectoria estable durante la carrera suave con patines, cuidando mi postura desde la salida hasta el final del recorrido.
	64					Secuencias motrices guiadas	Realizo activación y estiramientos básicos para prevenir lesiones y mejorar mi rendimiento.
30	65					Exploración técnica aplicada	Ejecuto secuencias motrices guiadas enlazando los movimientos aprendidos, como desplazamientos, giros y frenadas, sin perder el equilibrio ni el ritmo.
	66					Mini circuito técnico	Apoyo a mi equipo cumpliendo reglas y asignando roles para alcanzar objetivos comunes.
31	67					Coordinación y equilibrio dinámico	Exploro y aplico variaciones técnicas del patinaje ajustando la amplitud, la dirección y la velocidad de mis movimientos según las consignas del formador.
	68					Transición de peso y postura	Sigo un plan sencillo de mejora personal y registro mis avances de manera responsable.
32	69					Giros básicos controlados	Completo el mini circuito técnico respetando el trazado y controlando los cambios de apoyo en cada tramo del recorrido.
	70					Frenado seguro y estable	Sostengo el carrito por más tiempo sin perder la alineación corporal.
33	71					Desplazamientos combinados	Coordino brazos y piernas durante el desplazamiento manteniendo el equilibrio en los cambios de ritmo y de dirección.
	72					Control corporal en curvas	Corrijo mi postura de tronco y cabeza para conservar el balance durante el recorrido.
34	73					Carrera suave con patines	Transfiero el peso de un pie al otro de manera controlada, adaptando mi postura a las exigencias de cada ejercicio de patinaje.
	74					Secuencias motrices guiadas	Conservo una trayectoria estable y una cadencia constante en tramos rectos.
35	75					Exploración técnica aplicada	Realizo giros básicos hacia ambos lados manteniendo el centro de gravedad bajo y una base de apoyo estable durante todo el movimiento.
	76					Mini circuito técnico	Anticipo los obstáculos y adapto mi base de apoyo para pasar con seguridad.
36	77					Coordinación y equilibrio dinámico	Aplico diferentes técnicas de frenado deteniéndome de forma progresiva y segura sin perder el control de mis patines.
							Sincronizo brazos y piernas en la salida y mantengo la línea hasta el cruce de meta.

37	78					Transición de peso y postura	Realizo transiciones de peso sin perder la postura de patinaje, estabilizando el tronco en los cambios de apoyo y dirección. Comparo mis resultados con metas previas y ajusto mi plan personal de mejora.
	79					Giros básicos controlados	Ejecuto giros continuos controlando la amplitud y la trayectoria para no invadir el espacio de mis compañeros. Regulo mi respiración y dosifico el esfuerzo para completar distancias planificadas.
38	80					Frenado seguro y estable	Freno de manera precisa al finalizar las distancias propuestas, deteniéndome en la zona señalada sin perder el equilibrio. Ejecuto ejercicios de velocidad manteniendo la técnica estable.
	75					Desplazamientos combinados	Integro desplazamientos combinados alternando rectas, curvas y cruces sin romper la continuidad del movimiento. Encadeno giros hacia ambos lados sin romper la continuidad del desplazamiento.
39	76					Control corporal en curvas	Adapto la inclinación del cuerpo y la colocación de los pies según el tipo de curva y las condiciones de la pista. Tomo decisiones rápidas según el espacio disponible y la posición de mis compañeros.
	77					Carrera suave con patines	Administro mi esfuerzo en la carrera suave con patines para mantener la técnica desde el inicio hasta la llegada. Presento mi secuencia con entradas, transiciones y cierre manteniendo control y expresión.
40	78					Secuencias motrices guiadas	Presento secuencias motrices guiadas respetando el orden de los movimientos y el ritmo acordado con el grupo. Cumpló criterios de técnica, control, ritmo y seguridad en la presentación final.
	79					Exploración técnica aplicada	Integro los elementos técnicos aprendidos en combinaciones propias, cuidando la precisión de cada movimiento. Comunico mis logros con respeto y reconozco el esfuerzo de mis compañeros.
	80					Mini circuito técnico	Realizo el mini circuito técnico respetando los puntos de inicio y llegada y manteniendo una ejecución limpia de cada obstáculo. Sigo protocolos de presentación y cuido mi comportamiento dentro y fuera de la pista.

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA 2025							
CENTRO DE INTERÉS PATINAJE							
MALLA CURRICULAR CICLO 4							
ETAPA DE FORMACIÓN EXPLORACIÓN							
OBJETIVO GENERAL					Desarrollar capacidades motrices básicas mediante experiencias lúdicas del patinaje y juegos predeportivos, con y sin patines, que incorporen retos graduados, roles y variantes para fortalecer la conciencia corporal, el autocuidado y la convivencia; promover el disfrute de la actividad física y estilos de vida saludables; y asegurar el cumplimiento de señales y normas de seguridad e inclusión, en el marco del programa JEC.		
TIEMPO	DIMENSION PSICOSOCIAL				OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	Explorar y afianzar la postura base y el control del centro de gravedad, consolidar el equilibrio estático y dinámico, practicar caídas y levantadas seguras e iniciar desplazamientos cortos con control de peso, orientación de la mirada y ritmo para ganar seguridad y autonomía.	
					OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	Participar activamente en juegos preparatorios con y sin patines, asumiendo retos graduados, proponiendo variantes y rotando roles; cooperar y respetar reglas para disfrutar e incluir a todos.	
					OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	Comprender conceptos básicos y el vocabulario inicial del patinaje; identificar y aplicar normas de seguridad personal (protecciones, distancia, señalización) para prevenir riesgos durante la práctica.	
SEMANA	CLASE N°	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
1	1	Los NNAJ se proponen metas personales y realistas para mejorar su técnica de patinaje, como perfeccionar habilidades específicas, aumentar la resistencia o prepararse para competencias; planifican su esfuerzo durante la semana, aprovechan los espacios de práctica para corregir detalles técnicos y evalúan sus avances al finalizar cada ciclo de entrenamiento, manteniendo una motivación interna constante por superarse.	Los NNAJ reconocen y gestionan las emociones que surgen en la práctica de patinaje tensión antes de una prueba, frustración ante un error o satisfacción por un logro utilizando estrategias como la respiración consciente, el autocontrol y el diálogo respetuoso con el formador y sus compañeros, de manera que estas emociones se conviertan en experiencias de aprendizaje y no en obstáculos para su rendimiento.	Los NNAJ respetan y promueven el cumplimiento de las normas y turnos en las actividades de patinaje, participan en la construcción de acuerdos del grupo, contribuyen a que se cumplan recordándolos con respeto, aceptan las consecuencias cuando incumplen alguna regla y comprenden que su comportamiento influye en la seguridad, la justicia y el buen funcionamiento de la clase y del escenario deportivo.	Los NNAJ colaboran activamente en el cuidado del material deportivo y del escenario de patinaje, organizan equipos de apoyo para montar y recoger los implementos, revisan su estado antes y después de la sesión, proponen alternativas para su buen uso y fomentan en sus compañeros el sentido de corresponsabilidad, entendiendo que proteger los recursos del grupo es una forma de respeto hacia los demás y hacia la institución.	Coordinación y equilibrio dinámico	Coordino brazos y piernas durante el desplazamiento manteniendo el equilibrio en cambios de ritmo y dirección. Realizo caídas seguras, me levanto correctamente, me desplazo en línea recta y hago giros básicos con control.
	2					Transición de peso y postura	Traslado el peso de mi cuerpo de un apoyo a otro manteniendo la postura de patinaje y evitando perder el equilibrio. Realizo ejercicios de estabilidad como permanecer en con manos en rodilla durante largo recorrido
2	3					Giros básicos controlados	Demuestro control, equilibrio y coordinación en las habilidades vistas en la clase Aprendo a levantar y caer mi cuerpo de forma correcta
	4					Frenado seguro y estable	Aplico frenadas básicas deteniéndome de forma progresiva sin caer ni chocar con mis compañeros. Realizo desplazamientos con braceo básico de manera controlada y coordinada.
3	5					Desplazamientos combinados	Combino diferentes tipos de desplazamiento sobre patines manteniendo el ritmo y la coordinación general. Demuestro control, equilibrio y coordinación en las habilidades vistas en la clase
	6					Control corporal en curvas	Mantengo el control del cuerpo al tomar curvas ajustando la inclinación y la trayectoria de los patines. Ejecuto cambios de dirección básicos dentro del circuito de manera controlada.
4	7					Carrera suave con patines	Mantengo un desplazamiento continuo con ritmo estable y postura correcta durante la carrera suave con patines. Ejecuto un circuito con desplazamiento, zigzag, frenado y caída de forma correcta y controlada.
	8					Secuencias motrices guiadas	Sigo las secuencias propuestas enlazando desplazamientos, giros y frenadas sin interrumpir el movimiento. Realizo saltos en grama como actividad predeportiva de manera controlada y coordinada.
5	9					Exploración técnica aplicada	Pruebo variaciones técnicas de las habilidades vistas ajustando impulso, frenado y cambios de dirección. Participo en juegos que me permiten practicar y mejorar la habilidad de desplazarme hacia atrás.
	10					Mini circuito técnico	Completo el mini circuito respetando el recorrido marcado y controlando los apoyos en cada zona del trazado. Mantengo la posición correcta trasladándome con un platillo en la espalda de forma controlada.
6	11					Coordinación y equilibrio dinámico	Coordino brazos y piernas durante el desplazamiento manteniendo el equilibrio en cambios de ritmo y dirección. Realizo ejercicios de fortalecimiento que mejoran mi posición de patinaje y me permiten mantener mayor estabilidad y control.
	12					Transición de peso y postura	Traslado el peso de mi cuerpo de un apoyo a otro manteniendo la postura de patinaje y evitando perder el equilibrio. Mantengo el equilibrio en la posición básica durante diferentes desplazamientos
7	13					Giros básicos controlados	Realizo giros básicos hacia la derecha e izquierda manteniendo una base estable y controlando la velocidad. Coordino el balanceo del cuerpo con la posición básica del patinaje
	14					Frenado seguro y estable	Aplico frenadas básicas deteniéndome de forma progresiva sin caer ni chocar con mis compañeros. Ejecuto de manera controlada los diferentes tipos de frenado en pista plana.
8	15					Desplazamientos combinados	Combino diferentes tipos de desplazamiento sobre patines manteniendo el ritmo y la coordinación general. Adapto el deslizamiento con patines o sin patines tomando elementos inestables.
	16					Control corporal en curvas	Mantengo el control del cuerpo al tomar curvas ajustando la inclinación y la trayectoria de los patines. Entiendo la posición y ubicación correcta de los brazos
9	17					Carrera suave con patines	Mantengo un desplazamiento continuo con ritmo estable y postura correcta durante la carrera suave con patines. Identifico la corrección de errores individualmente
	18					Secuencias motrices guiadas	Sigo las secuencias propuestas enlazando desplazamientos, giros y frenadas sin interrumpir el movimiento. Desarrollo el conocimiento de los dos sentidos en los que se pueden realizar el movimiento
10	19					Exploración técnica aplicada	Pruebo variaciones técnicas de las habilidades vistas ajustando impulso, frenado y cambios de dirección. Aplico el zigzag con variaciones de velocidad y equilibrio
	20					Mini circuito técnico	Completo el mini circuito respetando el recorrido marcado y controlando los apoyos en cada zona del trazado. Mantengo la estabilidad corporal mientras ejecuto el slalom con un solo pie.
11	21					Coordinación y equilibrio dinámico	Coordino brazos y piernas durante el desplazamiento manteniendo el equilibrio en cambios de ritmo y dirección.
	22					Transición de peso y postura	Traslado el peso de mi cuerpo de un apoyo a otro manteniendo la postura de patinaje y evitando perder el equilibrio. Ejecuto secuencias de globitos con coordinación rítmica.
12	23					Giros básicos controlados	Realizo giros básicos hacia la derecha e izquierda manteniendo una base estable y controlando la velocidad. Diseño secuencias de ejercicios para mejorar mis habilidades en el patinaje.
	24					Frenado seguro y estable	Aplico frenadas básicas deteniéndome de forma progresiva sin caer ni chocar con mis compañeros. Realizo la curva desplazando el patín derecho como impulso

13	25					Desplazamientos combinados	Comino diferentes tipos de desplazamiento sobre patines manteniendo el ritmo y la coordinación general. Desarrollo el conocimiento de los dos sentidos en los que se pueden realizar el movimiento
	26					Control corporal en curvas	Mantengo el control del cuerpo al tomar curvas ajustando la inclinación y la trayectoria de los patines. Realizo la curva desplazando el patín derecho como impulso
14	27					Carrera suave con patines	Mantengo un desplazamiento continuo con ritmo estable y postura correcta durante la carrera suave con patines. Desarrollo ejercicios que fortalecen mis habilidades grupales y mejoran mi cooperación con el equipo.
	28					Secuencias motrices guiadas	Sigo las secuencias propuestas enlazando desplazamientos, giros y frenadas sin interrumpir el movimiento. Participo en juegos que fortalecen mis habilidades básicas de movimiento y coordinación.
ETAPA DE FORMACIÓN APROPIACIÓN							
OBJETIVO GENERAL						Estructurar los fundamentos técnicos y las habilidades básicas del patinaje, que incluyen deslizamiento continuo, frenado básico y cambios simples de dirección, promoviendo el uso autónomo y el cuidado del implemento, la aplicación de normas de seguridad (protecciones, distancia, señalización, lectura del entorno e hidratación) y el trabajo cooperativo.	
TIEMPO	DIMENSION PSICOSOCIAL					OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	Consolidar y apropiar las habilidades del patinaje con control postural, transferencia de peso y manejo de la velocidad, perfeccionando deslizamiento, frenado y cambios de dirección, y ejecutándolos en mini-circuitos obstáculos con autonomía y seguridad.
						OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	Participar en juegos cooperativos y circuitos por estaciones, rotando roles y proponiendo variantes y micro-retos, manteniendo el juego limpio y la inclusión, y realizando breves reflexiones para mejorar.
						OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	Aplicar criterios de control (mirada, postura, distancia y señalización) y comprender señales del grupo; planear trayectorias y estrategias simples según el circuito; autoevaluar y ajustar la ejecución identificando riesgos y opciones seguras.
SEMANA	CLASE Nº	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
15	32	Los NNAJ se mantienen motivados para mejorar su técnica de patinaje en la clase, asumen los ejercicios con seriedad, corrigen detalles como la trayectoria, el uso de los bordes y el control de la velocidad, aceptan retos de mayor dificultad propuestos por el formador y son constantes en la asistencia, entendiendo que el progreso deportivo depende de su compromiso diario.	Los NNAJ reconocen las emociones que experimentan durante la práctica de patinaje, identifican cuándo se sienten presionados, confiados o desanimados y reflexionan sobre cómo estas emociones influyen en su rendimiento; a partir de ello, buscan regularse mediante el autocontrol, la concentración y el diálogo respetuoso, transformando las dificultades en oportunidades de crecimiento personal.	Los NNAJ respetan las normas y los turnos en las actividades de la clase de patinaje, se organizan de forma autónoma, proponen reglas adicionales cuando el tipo de ejercicio lo requiere, esperan su turno sin reclamar, dan ejemplo a los compañeros más pequeños y asumen que el cumplimiento de los acuerdos es una responsabilidad compartida para mantener la seguridad y el orden del grupo.	Los NNAJ colaboran y cuidan el material deportivo en la clase, se responsabilizan del buen estado de sus propios patines y protecciones, apoyan en la distribución y recolección de conos y vallas, sugieren formas de almacenar mejor los implementos y corrigen con respeto a quienes los usan de manera inadecuada, demostrando madurez y compromiso con el trabajo colectivo.	Exploración técnica aplicada	Pruebo variaciones técnicas de las habilidades vistas ajustando impulso, frenado y cambios de dirección. Mantengo el braceo durante un tiempo prolongado.
	33					Mini circuito técnico	Completo el mini circuito respetando el recorrido marcado y controlando los apoyos en cada zona del trazado. Levanto objetos del suelo cambiando de sentido constantemente
16	34					Coordinación y equilibrio dinámico	Coordino brazos y piernas durante el desplazamiento manteniendo el equilibrio en cambios de ritmo y dirección. Comprendo que en situaciones lúdicas debo cambiar el sentido del desplazamiento
	35					Transición de peso y postura	Traslado el peso de mi cuerpo de un apoyo a otro manteniendo la postura de patinaje y evitando perder el equilibrio. Reconozco el autocontrol del desplazamiento a dos pies en curva cuando hay velocidad
17	36					Giros básicos controlados	Realizo giros básicos hacia la derecha e izquierda manteniendo una base estable y controlando la velocidad. Ejecuto la curva desplazando el patín izquierdo como impulso
	37					Frenado seguro y estable	Aplico frenadas básicas deteniéndome de forma progresiva sin caer ni chocar con mis compañeros. Interpreto el desplazamiento en la curva en ambos sentidos
18	38					Desplazamientos combinados	Comino diferentes tipos de desplazamiento sobre patines manteniendo el ritmo y la coordinación general. Adopto la posición de "T" para la salida
	39					Control corporal en curvas	Mantengo el control del cuerpo al tomar curvas ajustando la inclinación y la trayectoria de los patines. Realizo la curva desplazando el patín derecho como impulso
19	40					Carrera suave con patines	Mantengo un desplazamiento continuo con ritmo estable y postura correcta durante la carrera suave con patines. Identifico la ubicación de los patines detrás de la línea de todas las ruedas
	41					Secuencias motrices guiadas	Sigo las secuencias propuestas enlazando desplazamientos, giros y frenadas sin interrumpir el movimiento. Desarrollo la posición de "V" para la salida
20	42					Exploración técnica aplicada	Pruebo variaciones técnicas de las habilidades vistas ajustando impulso, frenado y cambios de dirección. Exploro la aplicación de una mayor velocidad con acercamiento a la meta
	43					Mini circuito técnico	Completo el mini circuito respetando el recorrido marcado y controlando los apoyos en cada zona del trazado. Adopto el cruce con pie derecho de manera dinámica en sentido horario
21	44					Coordinación y equilibrio dinámico	Coordino brazos y piernas durante el desplazamiento manteniendo el equilibrio en cambios de ritmo y dirección. Practico el cruce con pie derecho de manera estática en sentido antihorario
	45					Transición de peso y postura	Traslado el peso de mi cuerpo de un apoyo a otro manteniendo la postura de patinaje y evitando perder el equilibrio. Interpreto la trenza sobre obstáculos como patillos u otros objetos
22	46					Giros básicos controlados	Realizo giros básicos hacia la derecha e izquierda manteniendo una base estable y controlando la velocidad. Desarrollo ejercicios de nivel medio en cruce en curva izquierda
	47					Frenado seguro y estable	Aplico frenadas básicas deteniéndome de forma progresiva sin caer ni chocar con mis compañeros. Me acerco a la técnica de cruce en curva derecha
23	48					Desplazamientos combinados	Comino diferentes tipos de desplazamiento sobre patines manteniendo el ritmo y la coordinación general. Desarrollo ejercicios de nivel medio en cruce en curva derecha
	49					Control corporal en curvas	Mantengo el control del cuerpo al tomar curvas ajustando la inclinación y la trayectoria de los patines. Exploro la técnica de cruce en curva izquierda
24	50					Carrera suave con patines	Mantengo un desplazamiento continuo con ritmo estable y postura correcta durante la carrera suave con patines. Desarrollo ejercicios de nivel medio en cruce en curva izquierda
	51					Secuencias motrices guiadas	Sigo las secuencias propuestas enlazando desplazamientos, giros y frenadas sin interrumpir el movimiento. Manejo ejercicios de cruce en curva en pareja
25	52					Exploración técnica aplicada	Pruebo variaciones técnicas de las habilidades vistas ajustando impulso, frenado y cambios de dirección. Utilizo la técnica de cruce en curva en competencia
	53					Mini circuito técnico	Completo el mini circuito respetando el recorrido marcado y controlando los apoyos en cada zona del trazado. Ejecuto el circuito de antifaz manejando control corporal y velocidad

26	54					Coordinación y equilibrio dinámico	Coordino brazos y piernas durante el desplazamiento manteniendo el equilibrio en cambios de ritmo y dirección. Implemento el circuito de slalom en aros y sus implicaciones técnicas
	55					Transición de peso y postura	Traslado el peso de mi cuerpo de un apoyo a otro manteniendo la postura de patinaje y evitando perder el equilibrio. Implemento el circuito de slalom en aros y sus implicaciones técnicas
27	56					Giros básicos controlados	Realizo giros básicos hacia la derecha e izquierda manteniendo una base estable y controlando la velocidad. Manejo adecuadamente la lateralidad el circuito slalom gigante
	57					Frenado seguro y estable	Aplico frenadas básicas deteniéndome de forma progresiva sin caer ni chocar con mis compañeros. Identifico la postura e inclinación corporal en el circuito de habilidad en ochos gigantes
28	58					Desplazamientos combinados	Combino diferentes tipos de desplazamiento sobre patines manteniendo el ritmo y la coordinación general. Realizo desplazamientos que me reten en cuanto a mis habilidades y capacidades físicas.
	59					Control corporal en curvas	Mantengo el control del cuerpo al tomar curvas ajustando la inclinación y la trayectoria de los patines. Participo en el festival de habilidades básicas y en competencias de velocidad demostrando control, coordinación y progreso.
ETAPA DE FORMACIÓN DOMINIO							
OBJETIVO GENERAL						Integrar y afianzar las habilidades propias del patinaje aplicándolas con control postural, gestión de la velocidad y transferencia de peso en circuitos y juegos; planear y resolver retos con estrategias sencillas; y participar cooperando y respetando reglas para disfrutar, mejorar y estar seguros.	
TIEMPO	DIMENSION PSICOSOCIAL					OBJETIVO DIMENSIÓN MOTRIZ	Dominar las habilidades propias del patinaje y aplicarlas con control postural, gestión de la velocidad y transferencia de peso en circuitos de obstáculos, demostrando fluidez y seguridad.
						OBJETIVO DIMENSIÓN LÚDICA	Participar con alegría en circuitos y juegos modificados, aplicando sus habilidades de patinaje y estrategias sencillas, cooperando y respetando reglas para disfrutar y mejorar con seguridad.
						OBJETIVO DIMENSIÓN COGNITIVA	Planear y resolver retos en circuitos y juegos, observando el camino, eligiendo la mejor opción y ajustando la velocidad para pasar con control y seguridad.
SEMANA	CLASE N°	MOTIVACIÓN	DESARROLLO PERSONAL	CIUDADANÍA	CONVIVENCIA	TEMA	DESEMPEÑOS
29	63	Los NNAJ se motivan a perfeccionar su técnica de patinaje en cada clase, analizan qué aspectos deben mejorar como la línea de carrera, la posición del cuerpo o la transición entre ejercicios, se plantean metas de mediano plazo como participar en festivales o mejorar sus tiempos en determinados recorridos y asumen con responsabilidad el esfuerzo que esto implica dentro y fuera del entrenamiento.	Los NNAJ reconocen las emociones que experimentan durante la práctica de patinaje, como la presión ante un ejercicio exigente, el enojo cuando se equivocan o la satisfacción al lograr un objetivo; además, reflexionan sobre esas emociones, las expresan de manera asertiva y buscan estrategias para gestionarlas (pausar, respirar, hablar con el formador), comprendiendo que el autocontrol es clave para su rendimiento deportivo y su vida diaria.	Los NNAJ respetan las normas y los turnos en las actividades de la clase de patinaje, conocen el reglamento del grupo, lo cumplen sin necesidad de recordatorios constantes, esperan su momento para usar la pista o el material, rechazan conductas de riesgo como bloquear el paso o empujar, y se convierten en ejemplo para sus compañeros al promover una práctica segura y responsable.	Los NNAJ colaboran activamente y cuidan el material deportivo en la clase, se organizan por equipos para montar y recoger los implementos, revisan que conos, vallas y aros queden completos y en buen estado, evitan apoyarse de manera inadecuada sobre las barandas o estructuras de la pista y fomentan entre sus compañeros la responsabilidad compartida sobre los recursos que todos utilizan para entrenar.	Carrera suave con patines	Regulo mi velocidad y mantengo una trayectoria estable durante la carrera suave con patines, cuidando mi postura desde la salida hasta el final del recorrido. Realizo activación y estiramientos básicos para prevenir lesiones y mejorar mi rendimiento.
	64					Secuencias motrices guiadas	Ejecuto secuencias motrices guiadas enlazando los movimientos aprendidos, como desplazamientos, giros y frenadas, sin perder el equilibrio ni el ritmo. Apoyo a mi equipo cumpliendo reglas y asignando roles para alcanzar objetivos comunes.
30	65					Exploración técnica aplicada	Exploro y aplico variaciones técnicas del patinaje ajustando la amplitud, la dirección y la velocidad de mis movimientos según las consignas del formador. Sigo un plan sencillo de mejora personal y registro mis avances de manera responsable.
	66					Mini circuito técnico	Completo el mini circuito técnico respetando el trazado y controlando los cambios de apoyo en cada tramo del recorrido. Sostengo el carrito por más tiempo sin perder la alineación corporal.
31	67					Coordinación y equilibrio dinámico	Coordino brazos y piernas durante el desplazamiento manteniendo el equilibrio en los cambios de ritmo y de dirección. Corrijo mi postura de tronco y cabeza para conservar el balance durante el recorrido.
	68					Transición de peso y postura	Transfiero el peso de un pie al otro de manera controlada, adaptando mi postura a las exigencias de cada ejercicio de patinaje. Conservo una trayectoria estable y una cadencia constante en tramos rectos.
32	69					Giros básicos controlados	Realizo giros básicos hacia ambos lados manteniendo el centro de gravedad bajo y una base de apoyo estable durante todo el movimiento. Anticipo los obstáculos y adapto mi base de apoyo para pasar con seguridad.
	70					Frenado seguro y estable	Aplico diferentes técnicas de frenado deteniéndome de forma progresiva y segura sin perder el control de mis patines. Sincronizo brazos y piernas en la salida y mantengo la línea hasta el cruce de meta.
33	71					Desplazamientos combinados	Combino diferentes formas de desplazamiento, como pasos simples y cruzados, manteniendo el control y la coordinación general. Mantengo velocidad y estabilidad al encadenar cruces en secuencias prolongadas.
	72					Control corporal en curvas	Mantengo el control del cuerpo al entrar, sostener y salir de las curvas siguiendo la línea marcada de la pista. Ajusto la inclinación del cuerpo y el apoyo de los patines para aprovechar el peralte.
34	73					Carrera suave con patines	Regulo el ritmo en la carrera suave con patines para completar el circuito con una técnica constante y eficiente. Me ubico correctamente en el trazado y completo el circuito sin derribar marcas.
	74					Secuencias motrices guiadas	Sigo las secuencias motrices guiadas respetando los tiempos indicados y enlazando las acciones con fluidez. Mantengo la separación adecuada entre conos y controló la dirección con precisión.
35	75					Exploración técnica aplicada	Analizo mis movimientos durante la exploración técnica y pruebo nuevas formas de impulso, frenado y giro para ampliar mi repertorio motor. Aplico retroalimentación recibida para corregir detalles de postura, empuje y frenado.
	76					Mini circuito técnico	Recorro el mini circuito técnico ajustando mi velocidad en cada tramo para conservar el equilibrio y el control del recorrido. Registro evidencias de mi aprendizaje y propongo metas de mejora a corto plazo.
36	77					Coordinación y equilibrio dinámico	Mantengo la alineación corporal mientras coordino movimientos simultáneos de brazos y piernas en desplazamientos continuos. Propongo estrategias colectivas para resolver retos respetando los roles asignados.

37	78					Transición de peso y postura	Realizo transiciones de peso sin perder la postura de patinaje, estabilizando el tronco en los cambios de apoyo y dirección. Comparo mis resultados con metas previas y ajusto mi plan personal de mejora.
	79					Giros básicos controlados	Ejecuto giros continuos controlando la amplitud y la trayectoria para no invadir el espacio de mis compañeros. Regulo mi respiración y dosifico el esfuerzo para completar distancias planificadas.
38	80					Frenado seguro y estable	Freno de manera precisa al finalizar las distancias propuestas, deteniéndome en la zona señalada sin perder el equilibrio. Ejecuto ejercicios de velocidad manteniendo la técnica estable.
	75					Desplazamientos combinados	Integro desplazamientos combinados alternando rectas, curvas y cruces sin romper la continuidad del movimiento. Encadeno giros hacia ambos lados sin romper la continuidad del desplazamiento.
39	76					Control corporal en curvas	Adapto la inclinación del cuerpo y la colocación de los pies según el tipo de curva y las condiciones de la pista. Tomo decisiones rápidas según el espacio disponible y la posición de mis compañeros.
	77					Carrera suave con patines	Administro mi esfuerzo en la carrera suave con patines para mantener la técnica desde el inicio hasta la llegada. Presento mi secuencia con entradas, transiciones y cierre manteniendo control y expresión.
40	78					Secuencias motrices guiadas	Presento secuencias motrices guiadas respetando el orden de los movimientos y el ritmo acordado con el grupo. Cumpló criterios de técnica, control, ritmo y seguridad en la presentación final.
	79					Exploración técnica aplicada	Integro los elementos técnicos aprendidos en combinaciones propias, cuidando la precisión de cada movimiento. Comunico mis logros con respeto y reconozco el esfuerzo de mis compañeros.
	80					Mini circuito técnico	Realizo el mini circuito técnico respetando los puntos de inicio y llegada y manteniendo una ejecución limpia de cada obstáculo. Sigo protocolos de presentación y cuido mi comportamiento dentro y fuera de la pista.