

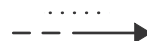
Patínaje sobre el hielo



1. Aprender acerca de la historia del patinaje sobre hielo: cómo, cuándo y dónde empezó.
2. Explicar los siguientes tipos de patinaje sobre hielo y sus diferencias, en qué se diferencian los patines, los lugares adecuados para realizar cada actividad, la vestimenta adecuada para participar, cualquier otro equipo especializado para cada actividad y dar algunos datos acerca de alguien que se haya destacado en cada tipo de actividad:
 - a. Patinaje artístico
 - b. Hockey sobre hielo
 - c. Patinaje de velocidad
 - d. Patinaje sincronizado
 - e. Patinaje recreativo
3. Comparar y contrastar las aplicaciones, características y precauciones de seguridad para los siguientes tipos de pistas de hielo:
 - a. Pista cubierta
 - b. Pista al aire libre
 - c. Pista natural
 - d. Pista de plástico
4. Conocer el origen de la máquina Zamboni (pulidora de hielo) y explicar los conceptos básicos de su funcionamiento. Si es posible, pedir a un operador de Zamboni que haga una demostración y explique cómo funciona.
5. Demostrar cómo seleccionar, usar y mantener adecuadamente los patines para hielo.
6. Discutir y demostrar las precauciones de seguridad al patinar sobre hielo, entre otras cosas: cómo caerse, mantener distancia entre los participantes, no patinar solo, verificar el espesor del hielo, etc.
7. Mostrar cómo entrar y salir del hielo de manera segura.
8. Demostrar la capacidad de realizar las siguientes maniobras con patines sobre hielo, manteniendo una postura y técnica adecuadas:
 - a. Patinar hacia adelante
 - b. Frenar
 - c. Giros a la izquierda y a la derecha
 - d. Patinar hacia atrás
 - e. Caerse y levantarse
 - f. Deslizarse sobre un solo pie
9. Reflexionar sobre cómo la perseverancia al aprender a patinar sobre hielo se relaciona con el crecimiento espiritual y la superación de desafíos. Leer y discutir el significado de Filipenses 4:13 y explicar cómo se puede relacionar con el patinaje sobre hielo.

Nivel de destreza 2

Actividades recreacionales
División Norteamericana
Especialidad original 2026



ESTUDIO DE LA NATURALEZA
División norteamericana
Actualización 2026