

Curso federación chilena de hockey y patinaje 2015

Profesor:

Héctor Lizama Fernández

Profesor de educación física

Técnico internacional de patín carrera

Entrenador deportistas proodar del 2005 al 2015

Preparador físico deportistas proodar 2005 al 2015

Integrante cuerpo técnico de la selección nacional 2010-2014

Nivel de especialización:

Nivelación de monitores y técnicos de patinaje de velocidad

Tema modulo n°4: iniciación al patinaje competitivo

Objetivo general

Los alumnos deberán demostrar conocimiento de los aspectos motores y técnicos básico de un patinador para iniciarse a la alta competencia, así como de los aspectos reglamentarios que tienen directa relación con las competencias.-

Objetivos específicos

- Conocer e identificar patrones motores para la adquisición de técnica en patín velocidad
- Conocer e identificar proficiencia motriz del patinador
- Conocer e identificar los elementos básicos de las fases de la técnica de patinar
- Conocer e identificar los elementos básicos de la técnica en curva
- Conocer e identificar algunos aspectos de la evolución o involución de la técnica actual
- conocer los artículos 43-83-94-98-100-120-122-123-126-127-133-136-137-138-144-167-168-173-179 del reglamento general firs-cic, en vigor a partir del 01 de mayo 2015.

Metodología

A.- Clase Expositiva: Duración 3 horas pedagógicas día sábado 28 de noviembre de 2015

B.- Prueba Escrita: el día 05 de diciembre, duración 60 min.

Revisión de la prueba en clases el día 05 de diciembre, duración 75 min.

Evaluación

- Prueba escrita con alternativas
- 100 % asistencia
- 75% nivel de exigencia
- Consta de 40 preguntas de selección múltiple.

Resultados

Estos serán entregados el día lunes 07 de diciembre a la federación para ser publicados.

