

FEDERACIÓN COLOMBIANA DE PATINAJE

COMISIÓN NACIONAL DE HOCKEY PATÍN

PRUEBAS TÉCNICAS DE ARQUEROS DE HOCKEY PATÍN

Esteban Gallego Zuluaga

Nutricionista - Dietista

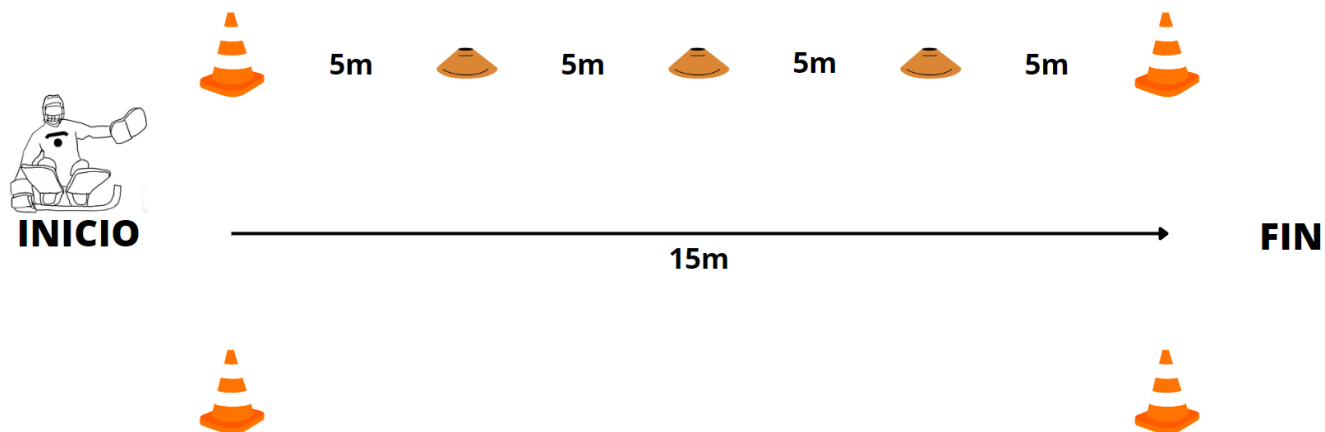
Arquero Selección Colombia

JUSTIFICACIÓN: El portero de hockey patín en su función como parte integral de un equipo debe de desarrollar cualidades técnicas, tácticas y psicosociales adecuadas para el correcto desempeño de su tarea. habilidades tales como el patinaje, la coordinación, la velocidad, la reacción y la comunicación son base para la formación íntegra de un portero. en el siguiente se ilustran "pruebas" acordes a la categoría donde se evaluarán las antes mencionadas habilidades.

PRUEBA N° 1

CATEGORÍAS ESCUELA Y MINI

“ESTABILIDAD EN CARRITO CONTINUO”



Logística de prueba: Los conos de inicio y llegada deben estar separados por 15 metros, poniendo referencias que pueden ser platillos cada 5 metros

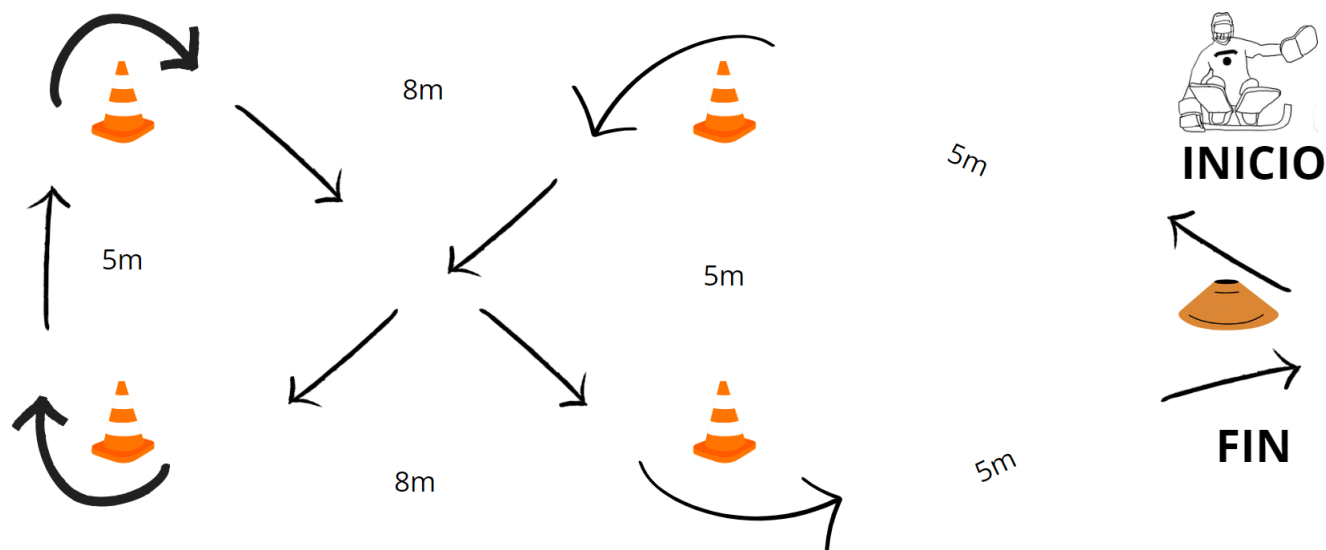
Desarrollo de la prueba: Los porteros podrán tomar un impulso previo de 3 metros como máximo y luego el portero participante debe de lograr cruzar los 15m en patinaje de carrito, evitando caer o hacerlo la menor cantidad de veces posible, cualquier caída o toma de impulso parado será tomada como una falta.

Evaluación de la prueba: Su evaluación será principalmente de carácter cuantitativo, recibiendo una calificación por parte del comité evaluador, al ser una prueba de desplazamiento, el cronometraje de la prueba entre el punto de salida y de llegada puede ser tenido en cuenta como criterio de evaluación, así como las faltas cometidas durante el recorrido.

PRUEBA N° 2

CATEGORÍAS ESCUELA Y MINI

“DESPLAZAMIENTO EN OCHO EN CARRITO”



Logística de prueba: Los conos o referencias de ejecución deben estar separados 8 metros de largo por 5 metros de ancho formando un rectángulo, los platos o referencias de inicio y fin de prueba estarán separados 5 metros

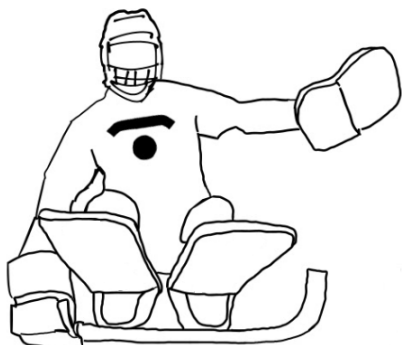
Desarrollo de la prueba: Los porteros podrán tomar un impulso moderado desde la referencia de inicio a 5 metros para luego ejecutar el circuito de ocho entre las referencias establecidas según la gráfica adjunta en patinaje de carrito, evitando caer o hacerlo la menor cantidad de veces posible; cualquier caída o toma de impulso en posición parado o erguido será tomada como una falta.

Evaluación de la prueba: Su evaluación será principalmente de carácter cuantitativo, recibiendo una calificación por parte del comité evaluador; al ser una prueba de desplazamiento, el cronometraje de la prueba entre el punto de salida y de llegada puede ser tenido en cuenta como criterio de evaluación, así como las faltas cometidas durante el recorrido.

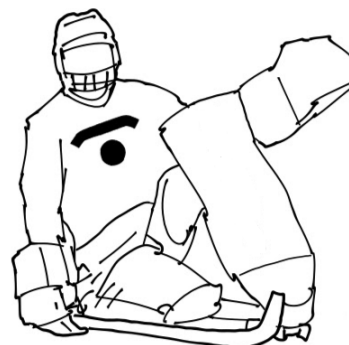
PRUEBA N° 3

CATEGORÍA ESCUELA

“CONOCIMIENTO DE POSICIONES BÁSICA”



INICIAL "EN TACOS O RUEDAS"



PIERNA ABAJO "ORIENTADA A 90° O A 45°"

Desarrollo de la prueba: Esta prueba se realizará 2 veces por portero, en la primera oportunidad se le indicará de forma verbal a los porteros que posición deben adoptar, de manera que el portero participante debe de lograr entender la instrucción y posicionarse adecuadamente. Justo antes de la segunda oportunidad se le corregirán aspectos fundamentales como posición del stick, guantes, postura de pecho y piernas.

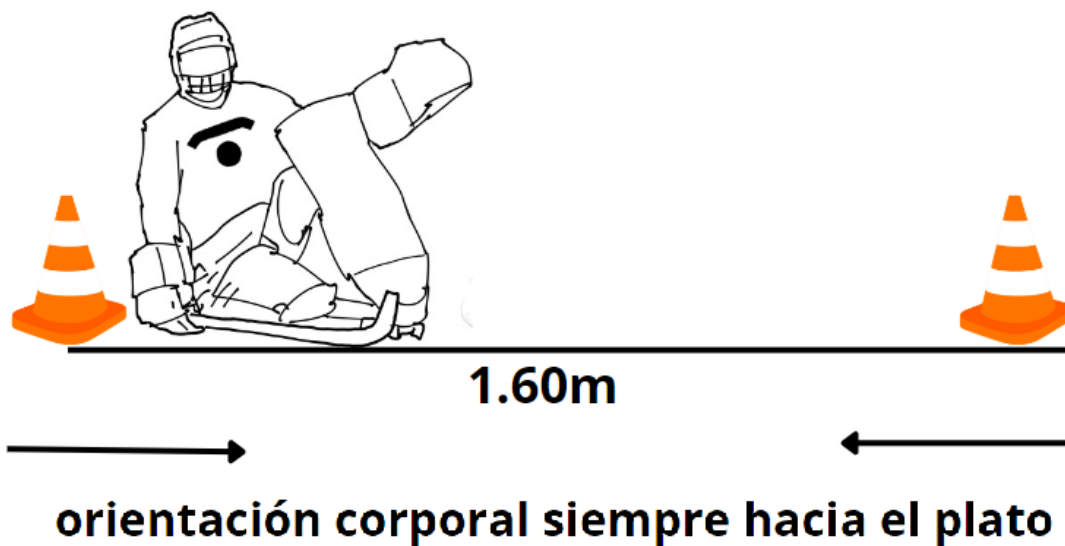
En la segunda oportunidad, ya el portero (la portera) recibirá las indicaciones de manera verbal sobre qué posición adoptar, mostrando entendimiento y ejecutando las instrucciones que se le dan posicionándose adecuadamente según la instrucción recibida.

Evaluación de la prueba: Su evaluación será principalmente de carácter cuantitativo

PRUEBA N° 4

CATEGORÍA ESCUELA

“DESPLAZAMIENTO PALO A PALO”



Logística de prueba: Los conos o referencias de ejecución deben estar separados 1.60 metros

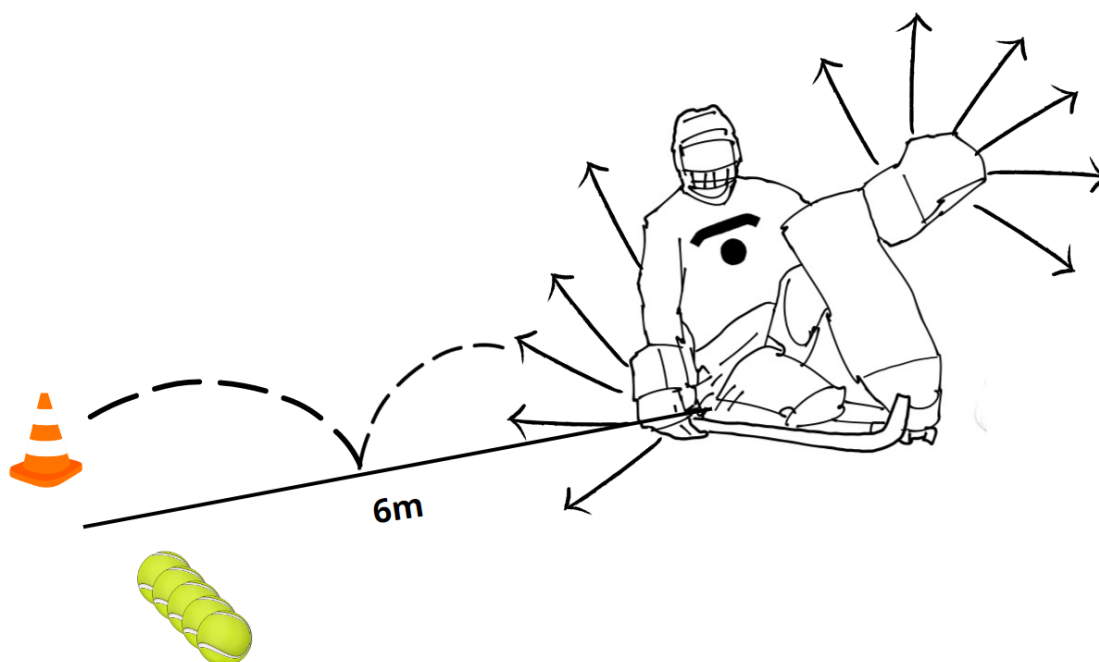
Desarrollo de la prueba: El portero participante debe de lograr desplazarse entre conos en posición inicial y con pierna abajo sin caer o cayendo la menor cantidad de veces, orientando el cuerpo en todo momento al comité evaluador dispuesto en frente del deportista.

Evaluación de la prueba: Su evaluación será principalmente de carácter cuantitativo

PRUEBA N° 5

CATEGORÍA ESCUELA

“USO DE GUANTES”



Logística de prueba: Los conos o referencias de ejecución deben estar separados 6 metros, adicional se requieren 5 pelotas.

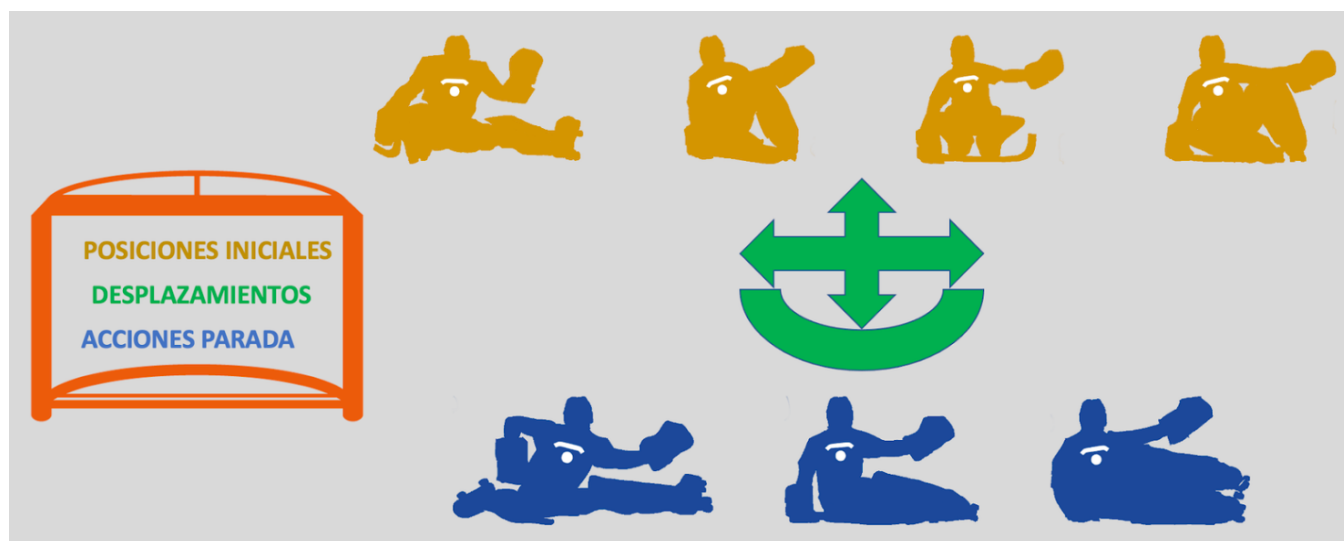
Desarrollo de la prueba: El portero participante deberá adoptar posición básica de pierna abajo mostrar conocimiento y habilidad apropiada al uso adecuado de los guantes según la zona a la cual le dispongan la pelota

Evaluación de la prueba: Su evaluación será principalmente de carácter cuantitativo

PRUEBA N° 6

CATEGORÍA MINI

“CAMBIO DE POSICIONES EN DESPLAZAMIENTOS”



Desarrollo de la prueba: Esta prueba se realizará 2 veces por portero, en la primera oportunidad se le darán instrucciones a los porteros sobre las posición deben adoptar y los nombres técnicos de estas posiciones; en la segunda oportunidad el portero debe posicionarse adecuadamente según las instrucciones recibidas, haciendo la transición al movimiento siguiente.

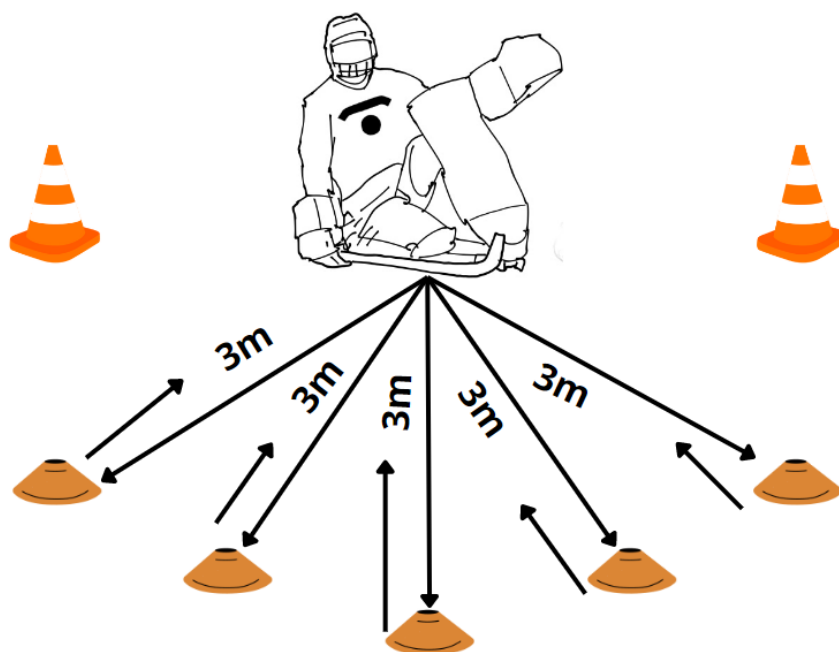
Posiciones a evaluar: Inicial a pantalla - Inicial a media salida - Inicial a tijera - Pierna abajo a pantalla - Pierna abajo a media salida - Pierna abajo a tijera

Evaluación de la prueba: Su evaluación será principalmente de carácter cuantitativo

PRUEBA N° 7

CATEGORÍA MINI

“SALIDA FRONTAL Y REGRESO HACIA ATRÁS”



Logística de prueba: Se dispondrán 5 platos o conos proyectados frente al punto de la posición básica en radios diferentes a 3 metros de distancia desde el centro de “la portería”

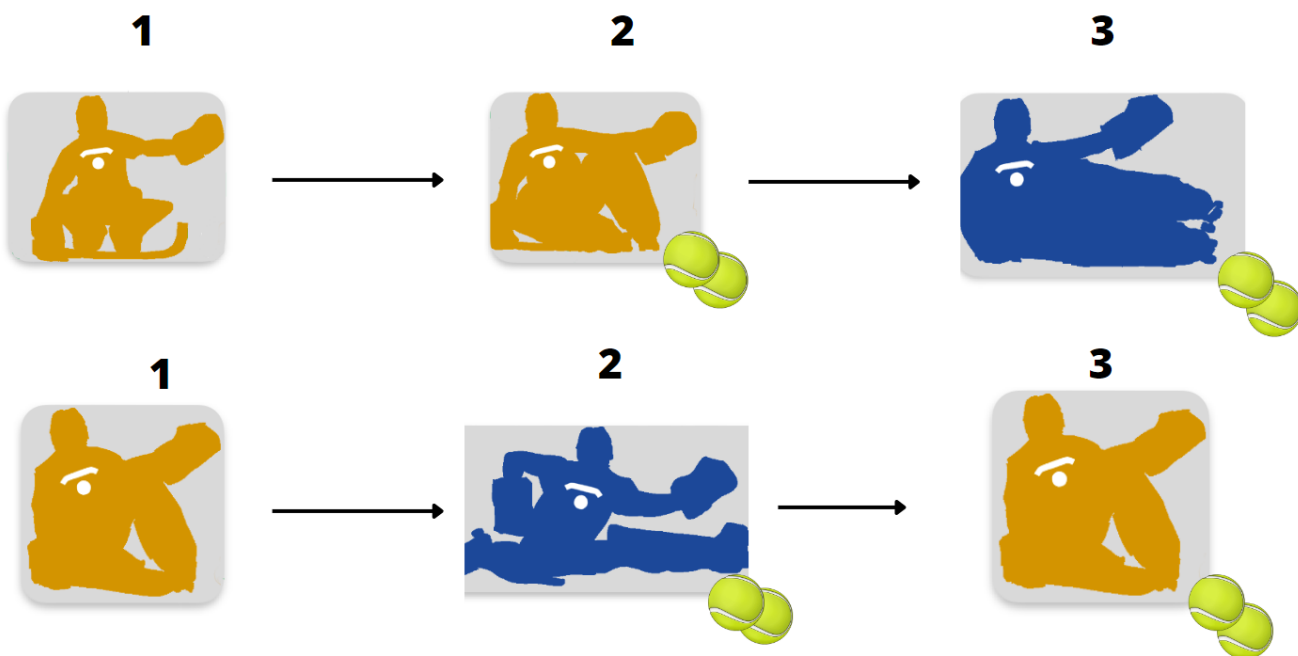
Desarrollo de la prueba: El portero participante debe de entender las instrucciones recibidas y moverse en línea recta manteniendo los conceptos básicos de la posición fundamental; esta acción debe de realizarse tanto hacia adelante como atrás hasta el punto de partida.

Evaluación de la prueba: Su evaluación será principalmente de carácter cuantitativo

PRUEBA N° 8

CATEGORÍA MINI

“MOVIMIENTOS Y TRANSICIONES + PELOTA DE TENIS”



Desarrollo de la prueba: En esta prueba el portero participante debe de lograr entender las instrucciones recibidas y moverse de manera fluida y agraciada manteniendo los conceptos básicos de la posición y movimientos básicos y fundamentales, buscando el gesto deportivo apropiado en su postura física, referenciando siempre un punto concreto (comité evaluador). Durante la prueba, mientras desarrolla el movimiento, le será lanzada una pelota de tenis en cada transición según gráfica anexa; esta acción debe de realizarse única y exclusivamente en el sentido correspondiente, es decir, de manera frontal.

Evaluación de la prueba: Su evaluación será principalmente de carácter cuantitativo