



**LA FORMACIÓN ES LA CLAVE
DEL ÉXITO**

Guía del Curso

Monitor de Patinaje en Línea

Modalidad de realización del curso: [Online](#)

Titulación: [Diploma acreditativo con las horas del curso](#)

OBJETIVOS

En la actualidad, el patinaje en línea se ha incorporado como un deporte cotidiano que se lleva a cabo al aire libre, considerándolo una actividad física que proporciona grandes beneficios para la salud, tanto en la infancia como en la adultez. Con el presente curso de Monitor de Patinaje en Línea se pretende aportar los conocimientos necesarios para conocer en profundidad las características de este deporte y mostrar las técnicas básicas de patinaje que debe conocer el monitor de patinaje en línea.

CONTENIDOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EL MONITOR

1. Definición de monitor
2. - Factores y ámbito de actuación de un monitor
3. Funciones del monitor
4. Estilos del monitor deportivo
5. - Estilos según la finalidad
6. Tipos de actividades
7. - Criterios para la organización de las actividades

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CUALIDADES Y CARACTERÍSTICAS DEL

MONITOR

1. Cualidades físicas básicas que debe poseer y desarrollar el monitor
2. - Resistencia
3. - Fuerza
4. - Flexibilidad
5. - Velocidad
6. Las cualidades psicomotrices
7. Habilidades sociales del monitor
8. - La asertividad
9. - La Inteligencia emocional
10. - Autoconcepto y autoestima
11. - La empatía
12. Actitudes desarrolladas por el monitor

UNIDAD DIDÁCTICA 3. PATINAJE EN LÍNEA Y LOS BENEFICIOS PARA LA SALUD

1. ¿Qué es el patinaje?
2. El origen del patinaje en línea
3. ¿Qué musculatura se trabaja patinando?
4. Beneficios para la salud del patinaje en línea
5. - Beneficios del patinaje en línea para los niños
6. - Beneficios del patinaje en línea para adultos

UNIDAD DIDÁCTICA 4. APRENDIZAJE DEL PATINAJE EN LÍNEA

1. El aprendizaje motor
2. Principales modelos del aprendizaje motor
3. Teorías del aprendizaje motor
4. - Teoría de la coordinación motriz de Nicolás Berstein
5. - Teoría del circuito cerrado de Adams
6. - Teoría del esquema de Schmidt
7. El proceso de enseñanza-aprendizaje

8. Mecanismos que intervienen en el aprendizaje motor
9. Factores que intervienen en el proceso de aprendizaje motor
10. Proceso de aprendizaje de patinaje en línea en edad escolar

UNIDAD DIDÁCTICA 5. POSTURA INICIAL, DESPLAZAMIENTOS Y GIROS

1. Capacidades básicas en patinaje en línea
2. Postura básica en patinaje
3. Desplazamientos
4. Giros

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TÉCNICAS DE FRENADA

1. ¿Qué es frenar?
2. Técnicas de frenado más habituales
3. - Técnicas de frenado por fricción
4. - Técnicas de frenado con giros
5. - Técnicas de frenado reales pero poco efectivas
6. Frenar con el freno de talón
7. Frenar con la T
8. Frenar con Powerslide

UNIDAD DIDÁCTICA 7. JUEGOS Y ACTIVIDADES PARA SESIONES DE PATINAJE EN LÍNEA

1. Ejercicios básicos para aprender a patinar
2. Juegos con patines en línea
3. Ejemplos de sesiones de patinaje en línea

UNIDAD DIDÁCTICA 8. MODALIDADES DE PATINAJE EN LÍNEA

1. Patinaje para fitness (Fitness skating)
2. Patinaje de velocidad (Speed skating)
3. - Pista o circuito

4. - Distancias y tipos de carreras
5. Patinaje con conos (Freestyle)
6. Inline-Hockey o hockey sobre patines
7. - Pista y portería
8. - Aspectos generales del juego
9. Patinaje agresivo
10. Patinaje nórdico, cross skating o patinaje todoterreno

UNIDAD DIDÁCTICA 9. MATERIALES NECESARIOS EN PATINAJE EN LÍNEA

1. Los patines: partes y sus características
2. - Bota
3. - Guía
4. - Ruedas
5. - Rodamientos
6. Tipos de patines en línea
7. - Patinaje para fitness (Fitness skating)
8. - Patinaje de velocidad (Speed skating)
9. - Patinaje con conos (Freestyle)
10. - Patinaje agresivo
11. - Inline-Hockey o hockey sobre patines
12. - Patinaje nórdico, cross skating o patinaje todoterreno
13. Mantenimiento de los patines en línea
14. Protecciones para el patinaje en línea
15. - Casco
16. - Protectores

UNIDAD DIDÁCTICA 10. PRIMEROS AUXILIOS

1. Introducción a los primeros auxilios
2. - Principios básicos de actuación en primeros auxilios
3. - La respiración
4. - El pulso

5. Actuaciones en primeros auxilios
6. - Ahogamiento
7. - Las pérdidas de consciencia
8. - Las crisis cardíacas
9. - Hemorragias
10. - Las heridas
11. - Las fracturas y luxaciones
12. - Las quemaduras
13. Normas generales para la realización de vendajes
14. Maniobras de resucitación cardiopulmonar
15. - Ventilación manual
16. - Masaje cardíaco externo



C/ San Lorenzo 2 - 2
29001 Málaga



Tlf: 952 215 476
Fax: 951 987 941



www.academiaintegral.com.es
E-mail: info@academiaintegral.com.es