

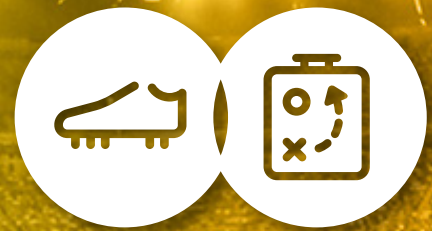
Título Propio



Universidad Europea
Miguel de Cervantes

MÁSTER

PREPARACIÓN FÍSICA, FORMACIÓN Y DIRECCIÓN DE CANTERA EN FÚTBOL



desarrollado por



TOTAL AGENTS SPORT

La UEMC, en colaboración con la empresa Total Agents Sport presenta el **MÁSTER EN PREPARACIÓN FÍSICA, FORMACIÓN Y DIRECCIÓN DE CANTERA EN FÚTBOL**

Para la obtención del Título Propio de este Máster, los alumnos realizarán **2** Títulos Propios de **Especialista Universitario** en:



- Preparación Física de Fútbol
- Formación y Dirección de Cantera de Fútbol

Estos Títulos Propios de la Universidad también se pueden realizar de manera individual y diferenciada como Títulos de Especialista Universitario, o de manera combinada para obtener otros títulos de Máster.



TITULACIÓN

Una vez finalizados los estudios, la **Universidad Europea Miguel de Cervantes** expedirá el

Título Propio de Máster en Preparación Física, Formación y Dirección de Cantera en Fútbol



OBJETIVOS

Se trata de dotar a los alumnos de la capacitación y el reconocimiento institucional necesario para intervenir profesionalmente en el ámbito de la preparación física, la formación y la dirección de canteras de fútbol.

Ofrecer un currículo único en calidad y diversidad pensando en el fútbol moderno, y en sus necesidades.

Dirigido a todo aquel que desee superarse, y mejorar su formación futbolística.

Orientado a diseñar programas de entrenamiento específicos en el sistema táctico del juego.

Procesar la información que permita incrementar la capacidad de realizar esfuerzos de alta intensidad durante la competición.

1.500

horas

Tiempo de estudio estimado que abarca el material de estudio, evaluaciones y vídeos de máster clases.

60

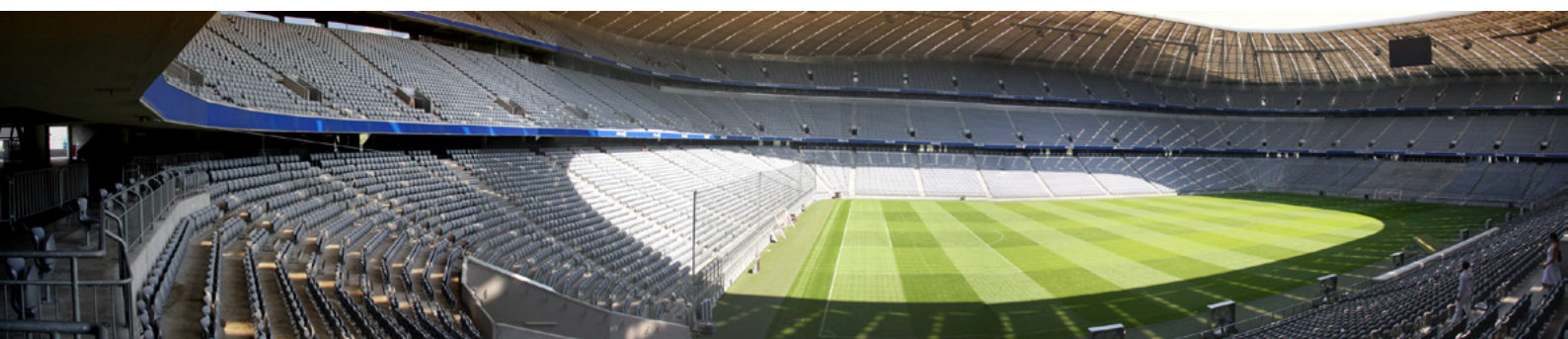
ECTS

Sistema Europeo de Transferencia y Acumulación de Créditos Universitarios.

2

años

Plazo que concede la UEMC para realizar este Máster.



MODALIDAD

On line

Matrícula abierta todo el año.

Dispones de todos los contenidos del curso en nuestro Aula Virtual y tutorías por correo electrónico.

REQUISITOS

Licenciados en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

Entrenadores de Nivel III o Técnico Deportivo Superior en Fútbol.

Licenciados y Diplomados Universitarios de otras especialidades.

Alumnos de último curso de carrera de grado en Ciencias de la Salud y Actividad Física y el Deporte.

ASÍ NOS GUSTA HACER LAS COSAS A NOSOTROS



Matrícula abierta todo el año

¡EMPIEZA HOY MISMO!

La matrícula para la modalidad on line está abierta todo el año, por lo que el alumno decide cuando empezar a realizar el curso, sin necesidad de esperar a fechas específicas o a que se cubra un número mínimo de plazas.



Adaptado a tu ritmo

Tú marcas tu propio ritmo de estudio. Nuestros planes de formación, gracias a la metodología online, se imparten de forma **asíncrona y guiada**, así que puedes estudiar definiendo tu propio horario y calendario.

Una vez matriculado dispones de un amplio plazo de **2 años** para finalizar el curso y obtener el correspondiente Título Propio.



Interactuación alumno - profesor

El método e-learning a través de consultas por **email** ofrece la posibilidad de un contacto real y continuo entre todos los actores de la formación, con la ventaja de que se atiende a cada alumno en función de sus necesidades.



Alumnos para siempre

Finalizada la formación, Total Agents Sport permite a sus alumnos **seguir accediendo por tiempo indefinido** al Campus Virtual, pudiendo aprovechar los nuevos contenidos que se vayan incorporando, tanto material didáctico como vídeos de Máster Clases y Ponencias.



Profesores profesionales

Los contenidos didácticos, las clases y los procesos de evaluación están realizados por **profesionales cualificados**, con amplia experiencia en todos los aspectos del fútbol y reconocido prestigio pedagógico.



Contenidos ampliados

Todos nuestros cursos cuentan, además de los temas de estudio, con **Máster Clases y ponencias**, impartidas por importantes profesionales vinculados a la alta competición deportiva.

Se informará a los alumnos para que puedan asistir en directo sin coste de inscripción y podrán disponer de forma permanente de estos contenidos **grabados en vídeo** en nuestra plataforma on-line (tanto los que pudieron asistir como para los que no).



¿QUÉ OBTIENES CON NUESTROS CURSOS?



Título Propio UEMC

Titulación expedida por la Universidad Europea Miguel de Cervantes a la finalización del Máster y una vez abonadas las tasas universitarias correspondientes al año académico.



Completa formación

Puedes estudiar los contenidos directamente a través de nuestro Aula Virtual, o descargar los temarios en formato pdf.

Sistema de evaluación a través de exámenes on line y trabajos corregidos por los tutores.



Vídeos de Máster Clases

Podrás disfrutar de los vídeos de las Máster Clases a través del Aula Virtual, tanto de las jornadas celebradas en el pasado, como las que se van realizando cada nuevo curso.

Actualmente contamos con más de 100 horas de grabación repartidas entre todos nuestros programas formativos.



Prácticas

No son obligatorias y no influyen en la nota final del Máster.

Se realizan una vez superada la parte teórica de todo el curso.

Convenios actuales: Fundación Levante UD, Fundación Celta de Vigo, AD Huracán Las Palmas, Unionistas de Salamanca CF



EQUIPO DOCENTE



Juan Carlos González Hernández

E.U. Preparación Física de Fútbol

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF) Universidad Europea Miguel de Cervantes. | Experto en Gestión Deportiva y Alto rendimiento con maestría en Fútbol. | Grado Superior en Actividades Físicas y Deportivas. Entrenador UEFA-A de Fútbol. Preparador Físico Real Valladolid. | Entrenador Fundación Real Valladolid. | Profesor de Metodología y Táctica en la Escuela Nacional de Entrenadores de Fútbol "Colegio San Gabriel".



Pedro Eduardo Millán Morales

E.U. Formación y Dirección de Cantera de Fútbol

Entrenador de Fútbol. | Máster del Real Madrid en Captación, Desarrollo y Gestión de Cantera en Fútbol

PONENTES Y MÁSTER CLASES

Todos nuestros cursos cuentan, además de los materiales de estudio, con **Máster Clases y ponencias**, impartidas por importantes profesionales vinculados a la alta competición deportiva.

Matriculándote en este curso, podrás disfrutar de los vídeos de las Máster Clases a través del Aula Virtual, tanto de las jornadas celebradas en el pasado, como las que vamos organizando cada año.

Aquí tienes una muestra de lo que podrás ver (haz clic en las que tienen el icono de [YouTube](#) para ver un fragmento):



Juan Vicente Peinado

Cantera. Comparativa entre diferentes experiencias - 11/12/2015

Entrenador del Juvenil de División de Honor del Rayo Vallecano de Madrid, S.A.D.



Miguel Ángel Sánchez Muñoz "Michel"

Metodología del fútbol base en el Rayo Vallecano - 11/12/2015

Ex jugador del Rayo Vallecano de Madrid, S.A.D. | Director de la Cantera del Rayo Vallecano y jugador profesional durante 16 temporadas en el Rayo Vallecano



Víctor Paredes Hernández

Preparación Física en Alto Rendimiento - 27/11/2015

Preparador físico y readaptador de lesiones en el Rayo Vallecano de Madrid, S.A.D.



Sergio Martos Varela

Entrenamiento de la fuerza excéntrica en fútbol - 27/11/2015

Preparador físico y readaptador de lesiones en el Rayo Vallecano de Madrid, S.A.D.



Carlos Hugo García Bayón

Estructura de la Cantera del RC Celta de Vigo - 13/11/2015

Director Cantera RC Celta de Vigo. | 2º Entrenador Barcelona B (4 temporadas) con Eusebio Sacristán



Felipe Miñambres

Jornada de Derecho Deportivo Europeo - 23/10/2015

Director Deportivo del Rayo Vallecano SAD.

◀ PONENTES Y MÁSTER CLASES



Juan Pedro Navarro

Jornada de Derecho Deportivo Europeo - 23/10/2015

Responsable de la Cantera del Rayo Vallecano SAD.



Alberto Giráldez

Experiencias en Canteras Sudamericanas - 05/06/2015

Director de Formación Sporting Cristal (Lima, Perú) / marzo de 2013 – actualidad. | Director de Formación Real Madrid C.F. / julio de 2009 – junio de 2012



Carlos Antón

Coordinación de cantera: Málaga F.C. y Bristol City F.C. - 05/06/2015

Responsable de la Fase de Desarrollo Profesional Bristol City FC (Reino Unido) 2013 / 2015 | Coordinador de Metodología Málaga Club de Fútbol 2011 – 2013



Antonio Díaz Carlavilla

Diferencias Cantera Profesional y Cantera Amateur en España - 05/06/2015

Miembro del Cuerpo Técnico de Quique Sánchez Flores en el Al Ahli Club de Dubai (Temporada 2011-12)



Alberto Giráldez

Relaciones del preparador físico con técnicos y entorno - 18/04/2015

Director de Formación Sporting Cristal (Lima, Perú) / marzo de 2013 – actualidad. | Director de Formación Real Madrid C.F. / julio de 2009 – junio de 2012



Silvia Sedano Campo

Preparación Física Fútbol Base - 28/11/2014

Doctora en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte



Víctor Paredes Hernández

Preparación Física - 22/11/2014

Preparador físico y readaptador de lesiones en el Rayo Vallecano de Madrid, S.A.D.

◀ PONENTES Y MÁSTER CLASES



Javier Lavandeira

Filosofía y Metodología de Cantera - 06/04/2014

Entrenador durante 9 años en la cantera del R.C. Deportivo de la Coruña | Profesor de Táctica en la escuela de entrenadores del R.C. Deportivo de la Coruña



Víctor González-Salellas

Camino al éxito: fundamentos del Coaching - 24/01/2014

Coach profesional (PCC) por ICF, máster en Programación Neurolingüística (PNL) | Entrenador nacional de fútbol.



David Salavert

Filosofía y Metodología de Cantera - 13/12/2013

Director de Cantera Levante U.D.



David Dóniga Lara

Planificación futbolística - 29/11/2013

Segundo Entrenador R.C. Deportivo de la Coruña. | Técnico asistente de Manuel Alfaro | Entrenador UEFA PRO.



Juan Carlos González Hernández

Preparación Física en Fútbol Base - 29/11/2013

Tutor de los cursos de Preparación Física de Fútbol de Total Agents Sport.



Pedro Eduardo Millán

Canteras de fútbol y su desarrollo - 29/11/2013

Tutor de los cursos de Cantera y Captación de Total Agents Sport.

PROGRAMA DEL MÁSTER

I. PREPARACIÓN FÍSICA DE FÚTBOL

MÓDULO 1. BASES MEDICAS EN EL FÚTBOL

1. NUTRICIÓN E HIDRATACIÓN EN EL ENTRENAMIENTO Y LA COMPETICIÓN

- 1.1. Necesidades energéticas en el fútbol
 - 1.1.1. Dieta pre- partido
 - 1.1.2 Ingesta energética durante el partido
 - 1.1.3 Dieta post- partido
- 1.2. Nutrición e hidratación durante los viajes
- 1.3 Hidratación en el fútbol
- 1.4 Ayudas ergogénicas en el fútbol

2. PREVENCIÓN LESIONES EN EL FÚTBOL

- 2.1. Definiciones.
 - 2.1.1 Lesión.
 - 2.1.2 Días de baja deportiva.
 - 2.1.3 Recidivas.
- 2.2. Epidemiología lesional e incidencia.
- 2.3. Severidad de las lesiones.
- 2.4. Clasificación de las lesiones.
- 2.5. Recidivas
- 2.6. Equipamiento deportivo y riesgo de lesión.
- 2.7. El entrenamiento preventivo.
- 2.8. Estudios científicos.

3. LOS AUXILIOS, REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR, FUNCIONES Y MANEJO DE DESFIBRILADOR.

MÓDULO 2.1. ENTRENAMIENTO Y MEJORA DE LAS CAPACIDADES CONDICIONALES EN EL FÚTBOL

BLOQUE A:

1. EXIGENCIAS FÍSICAS EN EL FÚTBOL

- 1.1. Análisis de las demandas fisiológicas en el fútbol
- 1.2. Valoración de la condición física del jugador de fútbol

2. PLANIFICACIÓN Y CONTROL DE LAS CARGAS EN EL ENTRENAMIENTO

- 2.1. Atr
- 2.2. Tradicional
- 2.3. Periodización táctica
- 2.4. Micro-ciclo estructurado
- 2.5. Factores a tener en cuenta a la hora de planificar
- 2.6. Organización de la sesión de entrenamiento
- 2.7. Control de la carga
 - 2.7.1. Física
 - 2.7.2. Cognitiva subjetiva

3. METODOLOGÍA Y VALORACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA

- 3.1. Definiciones:
 - 3.1.1 Concepto de fuerza.
 - 3.1.2 La tensión muscular.
- 3.2. Manifestaciones de la fuerza.
- 3.3. Adaptaciones neurales al entrenamiento de la fuerza.
 - 3.3.1 Coordinación intramuscular
 - 3.3.2 Coordinación intermuscular.
- 3.4. Consecuencias del entrenamiento de la fuerza desde el punto de vista estructural.
- 3.5. Entrenamiento de la fuerza en el fútbol.
- 3.6. Test para medir la fuerza.
- 3.7. Estudios científicos

4. METODOLOGÍA Y VALORACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DE LA FLEXIBILIDAD

- 4.1. Definición de flexibilidad.
- 4.2. Características y clasificación de la flexibilidad.
- 4.3. Desarrollo de la flexibilidad en el fútbol.
 - 4.3.1 ¿Cuándo estirar?
 - 4.3.2 ¿Cómo estirar?
 - 4.3.3 ¿Para qué estirar?
- 4.4. Métodos de entrenamiento de la flexibilidad.
- 4.5. La flexibilidad como medio de prevención de lesiones y de recuperación muscular.
- 4.6. Valoración postural y prescripción de ejercicio.

◀ PROGRAMA DEL MÁSTER

BLOQUE B:

5. METODOLOGÍA Y VALORACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DE VELOCIDAD- AGILIDAD

- 5.1. Conceptos de la velocidad en el fútbol
- 5.2. Objetivos del entrenamiento de la velocidad en el fútbol
- 5.3. Clasificación de la velocidad
- 5.4. Fundamentos del entrenamiento de la velocidad en el fútbol
- 5.5. Métodos de entrenamiento de la velocidad en el fútbol
- 5.6. Test de valoración de la velocidad en el fútbol

6. METODOLOGÍA Y VALORACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DE LA RESISTENCIA

- 6.1 La resistencia en el fútbol
 - 6.1.1. Concepto
 - 6.1.2. Objetivos de la resistencia en la mejora del juego
 - 6.1.3. Adaptación del entrenamiento específico de la resistencia en el fútbol
 - 6.1.4. Indicadores externos
 - 6.1.5. Indicadores internos
- 6.2. Clasificación
- 6.3. Control de la carga de resistencia en el fútbol
- 6.4. Valoración de la resistencia del futbolista
- 6.5. Estudios científicos

7. METODOLOGÍA Y VALORACIÓN DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS Y CONDICIONALES EN EL PORTERO

- 7.1. Capacidad de coordinación y condiciones específicas
- 7.2. Las cualidades físicas específicas en el arquero
- 7.3. La técnica y la táctica del guardameta
- 7.4. Nutrición específica del portero

MÓDULO 2.2. PLANIFICACIÓN FUTBOLÍSTICA (de David Dóniga Lara)

1. INTRODUCCIÓN A LA PLANIFICACIÓN
2. LA PLANIFICACIÓN

3. LA CONCEPCIÓN SISTÉMICA DE LA PLANIFICACIÓN

4. ESTRUCTURA ORGANIZATIVA Y HERRAMIENTA DE PLANIFICACIÓN

MÓDULO 3. ADAPTACIÓN DE LA PREPARACIÓN FÍSICA AL JUEGO

1. PF Y SU RELACIÓN CON LA TCT

- 1.1. Evolución del juego.
- 1.2. Consecuencias condicionales en función del tipo de juego.
- 1.3. Metodología de la táctica y preparación física.
- 1.4. Factores a tener en cuenta a la hora de planificar.
- 1.5. La periodicidad táctica.

2. PF EN EL FÚTBOL BASE

- 2.1. Etapas de maduración biológica.
- 2.2. Modelo de entrenamiento integrado
- 2.3. Entrenamiento en las diferentes etapas evolutivas:
 - 2.3.1 Benjamines.
 - 2.3.2 Alevines.
 - 2.3.3 Infantiles.
 - 2.3.4 Cadetes.
 - 2.3.5 Juveniles.

MÓDULO 4. INTERVENCIÓN SOCIAL DEL PREPARADOR FÍSICO

1. PAPEL DEL PF Y SU RELACIÓN CON EL ENTORNO

- 1.1. Relaciones con el cuerpo técnico
 - 1.1.1. Misión del pf en el equipo técnico
 - 1.1.2. Relaciones con el entrenador
 - 1.1.3. Relaciones con el cuerpo médico
 - 1.1.4. Relaciones con los demás entrenadores
- 1.2. Relaciones con los jugadores
- 1.3. Relaciones con la directiva
- 1.4. Relaciones con la prensa
- 1.5. Relaciones con la afición (propia y rival)

2. PSICOLOGÍA EN LA PF DEL FÚTBOL

◀ PROGRAMA DEL MÁSTER

- 2.1. Conceptos fundamentales y áreas de intervención
- 2.2. Estrategias psicopedagógicas del preparador físico en el fútbol

MÓDULO 5.1. HISTORIA, INVESTIGACIÓN Y NUEVAS TECNOLOGÍAS COMO HERRAMIENTAS COMPLEMENTARIAS PARA EL PREPARADOR FÍSICO.

1. HISTORIA DE LA EVOLUCIÓN DEL FÚTBOL Y SU PREPARACIÓN FÍSICA

- 1.1. Nacimiento y evolución del fútbol
- 1.2. El entrenamiento de las capacidades condicionales en el fútbol y su evolución a lo largo de la historia.

2. INGLÉS EN EL FÚTBOL

3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

- 3.1. El proceso de la investigación.
- 3.2. Objetivos de la investigación.
- 3.3. Método, diseño y análisis de la investigación.
- 3.4. Diferentes tipos de investigación.
 - 3.4.1 Investigación experimental.
 - 3.4.2 Investigación observacional.
 - 3.4.3 Investigación cualitativa.
 - 3.4.4 Investigación descriptiva.
 - 3.4.5 Investigación analítica.
- 3.5. La investigación en el mundo del fútbol.
- 3.6. Análisis de los datos obtenidos

4. USO Y APLICACIÓN DE NUEVAS TECNOLOGÍAS EN LA PF DEL FÚTBOL

- 4.1. Pulsómetro
- 4.2. GPS
- 4.3. Sistemas de medición de distancias recorridas
- 4.4. Sistemas de medición de lactato
- 4.5. Analizadores de VO₂

MÓDULO 5.2. INGLÉS TÉCNICO PARA ENTRENADORES DE FÚTBOL

1. COMPONENTES FÚTBOL BASE / YOUTH SOC-

CER COMPONENTS ARCHIVO

2. TÁCTICA / TACTICS ARCHIVO

3. PRINCIPIOS DEL JUEGO / PRINCIPLES OF PLAY ARCHIVO

4. ORGANIZACIÓN DE ENTRENAMIENTOS. PROGRESIÓN DE LA SESIÓN / TRAINING ORGANIZATION. SESSION PROGRESSION ARCHIVO

5. SESIONES DE ENTRENAMIENTO / TRAINING SESSIONS ARCHIVO

6. GLOSARIO / GLOSSARY

II. FORMACIÓN Y DIRECCIÓN DE CANTERA DE FÚTBOL

MÓDULO 1. CREACIÓN DE LA CANTERA

1. MISIÓN E IMPORTANCIA DE LA CANTERA

2. FILOSOFÍA DE CANTERA

3. ORGANIGRAMA

- 3.1. Organigrama administrativo
- 3.2. Organigrama de equipos

4. EXPECTATIVAS Y PLANIFICACIÓN FÚTBOL BASE

- 4.1. Corto, mediano y largo plazo
- 4.2. Cultura y organizaciones deportivas
- 4.3. Club profesional – familiar
 - 4.3.1. La pirámide (club – jugador – padres)
 - 4.3.2. Padres como tutores
 - 4.3.3. Roles y comunicación
- 4.4. Elaboración del presupuesto anual

5. ESTRUCTURA DEPORTIVA PROFESIONAL

- 5.1. Presidente del club
- 5.2. Director deportivo
- 5.3. Cuerpo técnico
- 5.4. Cuerpo médico
- 5.5. Auxiliares y colaboradores

6. COMPETICIÓN

- 6.1. Desarrollar vs. Ganar

◀ PROGRAMA DEL MÁSTER

- 6.2. Cantidad de equipos vs. Calidad de equipos
- 6.3. Seguimiento de carrera (post – cantera)
- 6.4. Profesional estudiantil –deportivo
- 6.5. Participación ex jugadores
 - 6.5.1. Como embajador de excelencia
 - 6.5.2. Formación y continuación como entrenadores
 - 6.5.3. Aportación de becas

7. INSTALACIONES

- 7.1. Acceso a vías de comunicación
- 7.2. Cantidad y calidad de las canchas
- 7.3. Cercanía a colegios e instituciones estudiantiles
- 7.4. Estructura organizativa de instalaciones
- 7.5. Gestión de ingresos de entidades deportivas

8. PATROCINIO

- 8.1. Patrocinadores privados y públicos, ventajas y desventajas
- 8.2. Patrocinadores en el ligas de fútbol profesionales
- 8.3. Patrocinadores en mundiales de fútbol

MÓDULO 2. CAPTACIÓN Y DESARROLLO DE JUGADORES (BÚSQUEDA DE TALENTO)

1. DEFINICIÓN DE TALENTO

2. SELECCIÓN, CAPTACIÓN Y DESARROLLO DEL TALENTO

3. DISTRIBUCIÓN DE COMPETENCIAS, ÁREA DE SELECCIÓN Y CAPTACIÓN

4. ATENCIÓN INDIVIDUALIZADA EN EL PROCESO DE FORMACIÓN INTEGRAL

5. EFICACIA EN LA CONSTRUCCIÓN DEL TALENTO EN EL FÚTBOL

6. ORGANIGRAMA FUNCIONAL SELECCIÓN Y CAPTACIÓN FÚTBOL BASE

7. EL MODELO FORMATIVO INTEGRAL AL ALTO RENDIMIENTO

8. MODELO DE DETECCIÓN DE TALENTOS DEPORTIVOS POR DISTINTOS PAÍSES

MÓDULO 3. MODELO Y SISTEMA DE JUEGO

1. HISTORIA Y EVOLUCIÓN

2. OBJETIVOS Y CONCEPTOS DE JUEGO FUNDAMENTALES

3. MODELOS DE ENTRENADORES Y SUS CARACTERÍSTICAS

- 3.1. Visión general
- 3.2. El entrenador y sus cuatro dimensiones
- 3.3. Su técnica y estilo
- 3.4. ¿Cómo enseñar?

4. MODELO DE JUEGO

- 4.1. Selección de jugadores
- 4.2. Conocer a tus jugadores
- 4.3. Seleccionar un sistema de juego para tus jugadores

5. TÁCTICA CONTEMPORÁNEA

- 5.1. Componentes modernos del fútbol
- 5.2. Principios de ataque
- 5.3. Principios de defensa
- 5.2. Rol y responsabilidades en un sistema 1-4-4-2
- 5.3. Rol y responsabilidades en un sistema 1-4-3-3
- 5.4. Rol y responsabilidades en un sistema 1-3-5-2

6. POSICIONES Y ROLES ESPECIFICOS

- 6.1. Entrenamiento funcional para porteros
- 6.2. Entrenamiento funcional para defensores
- 6.3. Entrenamiento funcional para mediocampistas
- 6.4. Entrenamiento funcional para delanteros

◀ PROGRAMA DEL MÁSTER

MÓDULO 4. PROGRAMACIÓN DEL ENTRENAMIENTO

1. FILOSOFÍA DE ENTRENAMIENTO
2. LECTURA DE JUEGO
3. METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO
4. MACRO-CICLO, MESO-CICLO Y MICRO-CICLO
5. MODELO DE ENTRENAMIENTO
 - 5.1. Modelo general
 - 5.2. Organización de la sesión de entrenamiento
 - 5.3. Progresión de la sesión de entrenamiento
 - 5.4. Demostración
 - 5.5. Principios de calentamiento
 - 5.5.1. Aprendizaje
 - 5.5.2. Diversión
 - 5.5.3. Duración
 - 5.5.4. Especificidad
 - 5.5.5. Globalidad
 - 5.5.6. Individualización
 - 5.5.7. Progresión
 - 5.5.8. Variedad
 - 5.6. Espacios reducidos
6. COMO ENTRENAR AL FUTBOLISTA
7. ENTRENAMIENTO DE PORTEROS
 - 7.1. Capacidad de coordinación y condiciones específicas
 - 7.2. Las cualidades físicas específicas en el arquero
 - 7.3. La técnica y la táctica del guardameta
 - 7.4. Nutrición específica del portero
8. CENTROS DE TECNIFICACIÓN
9. CONTROLES FÍSICOS
 - 9.1. Control de carga
 - 9.2. Control de fuerza
 - 9.3. Control de la velocidad
 - 9.4. Control de la resistencia

- 9.5. Ritmo cardiaco
- 9.6. Sobre-entrenamiento
- 9.7. Readaptación y recuperación física

10. LA ESTRUCTURA DE ENTRENAMIENTO COMO BASE DEL PROCESO FORMATIVO INTEGRAL ORIENTADO AL ALTO RENDIMIENTO

11. EJEMPLOS DE SESIONES DE ENTRENAMIENTO

- 11.1. Finalizaciones 1
- 11.2. Finalizaciones 2
- 11.3. Finalizaciones 3
- 11.4. Posesión 1 (5v5v5 en 3 zonas)
- 11.5. Posesión 2 (paredes 2v2 + 4)
- 11.6. Posesión 3 (resistencia aeróbica)
- 11.7. Posesión 4 (diamante)
- 11.8. Posesión 5 (por tercios)
- 11.9. Posesión 6 (defensa progresiva)
- 11.10. Posesión 7 (secuencias)
- 11.11. Rotaciones 2v2
- 11.12. Juego de movimiento
- 11.13. Técnico, control, giro y recepción
- 11.14. Patrones de pases 8v8

MÓDULO 5. RECURSOS TECNOLÓGICOS EN EL FÚTBOL

1. RECURSOS TECNOLÓGICOS APLICADOS AL DESARROLLO DEL TALENTO DEPORTIVO EN FÚTBOL
2. RECURSOS TECNOLÓGICOS PARA EL CONTROL Y MODELACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DE FUTBOLISTAS

MÓDULO 6. COACHING DEPORTIVO, DIRECCIÓN DE EQUIPOS

1. PSICOLOGÍA DEPORTIVA APLICADA AL FÚTBOL I
2. PSICOLOGÍA DEPORTIVA APLICADA AL FÚTBOL II
3. EL ESTRÉS DE LOS DEPORTISTAS
4. LIDERAZGO QUE LOGRA RESULTADOS
5. EL ÉXITO DEL DEPORTE ESPAÑOL
6. GLOSARIO

INFORMACIÓN Y CONTACTO



info@totalagentssport.com

(+34) 902 007 589

C/ Padre Claret, 7
47004 - Valladolid (España)
www.totalagentssport.com



EN COLABORACIÓN CON:



Universidad Europea
Miguel de Cervantes



Fútbol Ofensivo
"Un entrenador es lo que sus futbolistas quieren que sea"



LPf La Planificación
Futbolística

