

DIPLOMATURA EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO DE FÚTBOL



“Educación de calidad al alcance de todos”

- ✓ Más de 75.000 egresados
- ✓ 50 años de experiencia



• DESCRIPCIÓN DE LA FORMACIÓN •

El fútbol es hoy en día el deporte más importante en el mundo, por lo que es muy útil conocer los factores que influyen en el buen aprendizaje de esta actividad. Si le interesa el ámbito del deporte y quiere especializarse en la labor que desempeña el entrenador de fútbol, con la Diplomatura en Entrenamiento Deportivo de Fútbol podrá adquirir los conocimientos necesarios para realizar esta función con éxito.

• OBJETIVOS •

- Conocer la base anatómica y la fisiología del deporte
- Preparar físicamente a los individuos para este deporte
- Aplicar las técnicas para un entrenamiento deportivo
- Conocer la organización y legislación del deporte
- Adquirir las reglas del fútbol

• DESTINATARIOS •

La diplomatura está dirigida a todos aquellos profesionales del entorno deportivo que quieran seguir formándose, adquiriendo conocimientos sobre la función del entrenador deportivo de fútbol, así como a cualquier persona que quiera especializarse en este deporte.

• PREPARA AL PARTICIPANTE PARA •

Conocer a fondo el ámbito del deporte en relación con los aspectos del entrenamiento deportivo en fútbol, adquiriendo la información y técnicas oportunas para desempeñar esta labor de la mejor manera posible.

• TITULACIÓN •

Al finalizar la capacitación obtendrás una titulación del Diplomado en entrenamiento Deportivo de Fútbol, emitida por Instituto Universitario River Plate.



DURACIÓN: 300hs

• MODALIDAD •

Esta diplomatura se desarrolla de manera totalmente online, a través de un campus virtual, donde los participantes podrán conectarse sin restricciones de días ni horarios. Para garantizar un alto estándar técnico, el Instituto ESBA trabaja en colaboración tecnológica con la Escuela Superior de Estudios Profesionales (ESEP), quien provee las aulas virtuales.

• ENCUENTROS SINCRÓNICOS CON EL DOCENTE •

(en horario a combinar y quedarán grabados)

- 1) Jugar para entrenar / Aprendizaje por comprensión
- 2) El Estilo de Entrenador / Formador
- 3) Tipos de entrenamientos FIFA
- 4) Neurociencias aplicada al deporte

• FECHAS •

Fecha de Inicio	21 de marzo 2024
Fecha de Finalización	19 de julio 2024



• COSTOS •

1) Costo para residentes en Argentina:

Costo total de la Diplomatura: ~~\$160.000~~ **\$120.000 PRECIO BONIFICADO POR TIEMPO LIMITADO**

Medios de pago: tarjetas de débito o crédito, transferencia o depósito bancario, Rapipago, Pago Fácil o dinero en mercado pago.

- 3 cuotas sin interés de **\$40.000** (con tarjeta de crédito).
- 3 cuotas sin interés de **\$40.000** (con tarjeta de débito).
- 25% de descuento abonando en efectivo, transferencia o dinero en mercado pago, valor final: **\$90.000**.

2) Costo para residentes en el extranjero:

Costo total de la Diplomatura: ~~300usd~~ **240usd PRECIO BONIFICADO POR TIEMPO LIMITADO**

Posibilidad de financiar en un plan de suscripción de **3 cuotas mensuales de 85usd**.

Medios de pagos: Paypal / Tarjetas

• INSCRIPCIÓN •

1) Inscripción para argentinos:

Para realizar la inscripción, debés ingresar al siguiente link:

<https://extension.esbabarrionorte.edu.ar/diplomatura-en-entrenamiento-deportivo-de-futbol/>

2) Inscripción para extranjeros:

Para realizar la inscripción, debés ingresar al siguiente link:

<https://extension.esbabarrionorte.edu.ar/inscripcion-futbol-extranjeros/>

Si necesitás ayuda con la inscripción, por favor comunicate a nuestro **WhatsApp de Administración** [+54 9 11 2475-0234](https://wa.me/5491124750234).



• TEMARIO •

UNIDADES AUTOGESTIONABLES

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA DEL MOVIMIENTO

1. Introducción a la fisioterapia.
2. Mecánica del movimiento.
3. Fundamentos anatómicos del movimiento.
4. Planos, ejes y articulaciones.
5. Fisiología del movimiento.
6. Preparación y gasto de la energía.

UNIDAD DIDÁCTICA 2. SISTEMA ÓSEO

1. Morfología.
2. Fisiología.
3. División del esqueleto.
4. Desarrollo óseo.
5. Sistema óseo.
6. Columna vertebral.
7. Tronco.
8. Extremidades.
9. Cartílagos.
10. Esqueleto apendicular.
11. Articulaciones y movimiento.
12. Articulación Tibio-Tarsiana o Tibio-Peroneo Astragalina.
13. Articulación de la rodilla.
14. Articulación coxo-femoral.
15. Articulación escapulo humeral.

UNIDAD DIDÁCTICA 3. SISTEMA MUSCULAR

1. Introducción.
2. Tejido muscular.
3. Clasificación muscular.
4. Acciones musculares.
5. Ligamentos.
6. Musculatura dorsal.



7. Tendones.

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ENERGÍA PARA EL EJERCICIO FÍSICO

1. Sistema energético.
2. ATP (Adenosina Trifosfato).
3. Tipos de fuentes energéticas.
4. Sistemas anaeróbico aláctico o sistema de fosfágeno.
5. Sistema anaeróbico láctico o glucólisis anaeróbica.
6. Sistema aeróbico u oxidativo.

UNIDAD DIDÁCTICA 5. EFECTOS DEL EJERCICIO EN EL METABOLISMO

1. El ejercicio físico.
2. Clasificación.
3. Efectos fisiológicos del ejercicio físico.
4. Efectos fisiológicos en niños y adolescentes.
5. Fases del ejercicio.
6. Adaptaciones orgánicas en el ejercicio.
7. Adaptaciones metabólicas.
8. Adaptaciones circulatorias.
9. Adaptaciones cardíacas.
10. Adaptaciones respiratorias.
11. Adaptaciones de la sangre.
12. Adaptaciones del medio interno.
13. Metabolismo energético durante el ejercicio. La fatiga.
14. Fuerza, potencia, rendimiento y recuperación del glucógeno muscular.
15. La fatiga.

UNIDAD DIDÁCTICA 6. DEPORTE Y ALIMENTACIÓN

1. Fundamentación teórica.
2. Gasto calórico.
3. Nutrientes en el deporte.
4. Hidratos de carbono.
5. Grasas.
6. Proteínas.
7. Agua y electrolitos.
8. Micronutrientes.



UNIDAD DIDÁCTICA 7. DEPORTE Y PSICOLOGÍA

1. Necesidades psicológicas en el deporte.
2. La finalidad de la intervención psicológica.
3. Variables, habilidades y técnicas psicológicas.
4. Entrenamiento de habilidades psicológicas.
5. Tipos de intervención psicológica.
6. El papel de la Psicología.
7. Participación de los deportistas en la preparación psicológica.

UNIDAD DIDÁCTICA 8. ENFOQUE PSICOLÓGICO EN EL ENTRENAMIENTO

1. El deporte.
2. Entrenamiento deportivo.
3. Características del entrenamiento deportivo.
4. El rendimiento deportivo.
5. Componentes generales de un programa de preparación psicológica.
6. Principios significativos para la planificación del entrenamiento psicológico.
7. Planificación del entrenamiento psicológico.
8. Diseño de programas de entrenamiento psicológico.

UNIDAD DIDÁCTICA 9. METODOLOGÍAS DE LA ENSEÑANZA Y DEL ENTRENAMIENTO

1. La labor de enseñanza. ¿Qué y cómo debemos enseñar?
2. Fases en el proceso de enseñanza y aprendizaje del fútbol.
3. Pautas metodológicas en el proceso de iniciación.
4. El juego: características.
5. La figura del entrenador deportivo en fútbol.
6. Construcción del juego.
7. Relación con el balón.
8. Presencia del adversario.
9. El juego entre once: juego completo.

UNIDAD DIDÁCTICA 10. REGLAS DE JUEGO

1. Introducción: normativa.
2. Reglamento (FIFA) y características fundamentales.



3. El terreno de juego.
4. El balón.
5. El número de jugadores.
6. El equipamiento de los jugadores.
7. El árbitro.
8. La duración del partido.
9. El gol marcado.
10. El fuera de juego.
11. Tiros libres.
12. El penalti.
13. El saque de banda.
14. El tiro de esquina.
15. Interpretación de las reglas del juego.

UNIDAD DIDÁCTICA 11. TÉCNICA INDIVIDUAL Y COLECTIVA

1. La técnica.
2. Técnica individual.
3. El control.
4. Habilidad.
5. La conducción.
6. La cobertura.
7. Golpeo con el pie.
8. Golpeo con la cabeza.
9. La finta.
10. El regate.
11. El tiro.
12. Técnica colectiva.
13. El pase.
14. El relevo técnico.
15. Acciones combinativas.
16. Técnica del portero.
17. Técnica individual.
18. Técnica colectiva.

UNIDAD DIDÁCTICA 12. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO DE LESIONES DEPORTIVAS.

1. Introducción a las lesiones deportivas.
2. Definición.



3. La prevención.
4. Tratamiento.
5. Lesiones deportivas frecuentes.
6. Introducción.
7. Lesiones deportivas más frecuentes.
8. ¿Qué debes hacer si te lesionas durante la realización del ejercicio físico?
9. ¿Qué puedes hacer si te lesionas?
10. Técnicas utilizadas en la prevención y tratamiento de lesiones.

UNIDAD DIDÁCTICA 13. 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.

DESARROLLO DE TESIS FINAL

Análisis y estrategia de un equipo real.