



**EUROINNOVA FORMACION**  
INTERNATIONAL BUSINESS SCHOOL

## *Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo*

Información gratis Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo

Titulación certificada por EUROINNOVA BUSINESS SCHOOL

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo

# *Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo*

**Duración:** 710 horas

**Precio:** 999 € \*

**Modalidad:** Online

\* Materiales didácticos, titulación y gastos de envío incluidos.



Información gratis Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

## Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo

### Descripción

Si quiere ser un profesional del deporte más practicado en el mundo como es el fútbol este es su momento, con el Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo podrá adquirir los conocimientos necesarios para desenvolverse profesionalmente entorno. 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 aprendizaje de esta actividad, resulta interesante para los profesionales de este sector conocer a fondo este deporte para poder especializarse en el entorno de este deporte. Gracias a la realización de este Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo conocerá todo lo referente a este deporte, como los aspectos psicológicos que influyen en él, las reglas, el entrenamiento con portero etc.

### Euroinnova Business School

Euroinnova Business School, es una escuela de negocios avalada por 5 universidades y múltiples instituciones a nivel internacional. En el siguiente enlace puede ver los

**cursos Homologados**

Además Euroinnova cuenta con más de 10.000

**cursos online**

Puede matricularse hoy con un 10% de descuento, si se matricula online en el siguiente enlace:



Al formar parte de Euroinnova podrás disponer de los siguientes servicios totalmente gratis, además de pasar a formar parte de una escuela de negocios con un porcentaje de satisfacción de más del 95%, auditada por agencias externas, además de contar con el apoyo de las principales entidades formativas a nivel internacional.



Información gratis Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

## Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo

### *A quién va dirigido*

El Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo está dirigido a todos aquellos profesionales del deporte y la actividad física que deseen seguir formándose en la materia o especializarse en deportes específicos como en este caso es el fútbol. También es interesante para aquellas personas que deseen realizar su labor profesional en el ámbito del fútbol.

### *Objetivos*

- Conocer las reglas del juego.
- Saber las autoridades del árbitro y sus decisiones.
- Realizar un programa de entretenimiento.
- Controlar el estrés y los pensamientos.
- Definir los objetivos del juego.
- Conocer la base anatómica y la fisiología del deporte.
- Aplicar las técnicas para un entrenamiento deportivo.
- Conocer la organización y legislación del deporte.
- Introducir el coaching como una alternativa que modifique el estilo de vida personal del alumno, ofreciendo un camino de mejora a la calidad de vida.
- Adquirir los conocimientos, competencias y habilidades necesarias para el desarrollo teórico y práctico de los principios básicos de coaching aplicados al ámbito deportivo.

### *Para que te prepara*

Este Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo le prepara para conocer de manera amplia y precisa el deporte de fútbol, tanto sus aspectos teóricos como prácticos además de adquirir las técnicas para desempeñar la función de monitor y coach deportivo. Con este Master también podrá conocer las reglas del fútbol al completo y la preparación óptima de los porteros.

### *Salidas laborales*

Coach Deportivo / Directivo Coach / Deportes / Fútbol / Árbitro de fútbol / Psicología del fútbol / Monitor de fútbol / Entrenador deportivo / Entrenador de porteros.

Información gratis Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

## Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo

### Titulación

Doble Titulación: - Titulación de Master en Fútbol con 660 horas expedida por Euroinnova Business School y Avalada por la Escuela Superior de Cualificaciones Profesionales - Titulación Propia Universitaria en Entrenador Deportivo con 4 Créditos Universitarios ECTS con 110 horas



**EUROINNOVA**  
BUSINESS  
SCHOOL



TITULACIÓN EXPEDIDA POR  
EUROINNOVA BUSINESS SCHOOL  
CENTRO DE ESTUDIOS DE POSTGRADO

**CUALIFICA2**



Titulación Avalada Para El  
Desarrollo De Las Competencias  
Profesionales R.D. 1224/2009

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte de Euroinnova Formación vía correo postal, la titulación que acredita el haber con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/master, la duración del mismo, el nombre y DNI del alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que el alumno superó las pruebas propuestas, las firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de la institución que avalan la formación recibida (Euroinnova Formación, Instituto Europeo de Estudios Empresariales y Comisión Internacional para la Formación a Distancia de la UNESCO).

Información gratis Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

## Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo



**EUROINNOVA FORMACION**  
como centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional  
de formación  
EXPIDE EL PRESENTE TÍTULO PROPIO  
**NOMBRE DEL ALUMNO/A**  
con D.N.I. XXXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

**Nombre de la Acción Formativa**

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación EUROINNOVA en la convocatoria de 2014  
Y para que surtan los efectos pertinentes queda registrado con Número de Expediente XXXX/XXXX-XXXX-XXXX-XXXXXX  
Con una calificación de **SOBRESALIENTE**  
Y para que conste expido la presente **TITULACIÓN** en  
Granada, a 23 de Abril de 2014

La dirección General El/La interesado/a

Sello



INTERNATIONAL COMMISSION IN DISTANCE EDUCATION  
C/6 Estación Central, Calleja Especial del Comercio Económico y Social de la UNESCO (Zona: Residencia 604)

### Forma de financiación

- Contrarreembolso.
- Transferencia.
- Tarjeta de crédito.
- PayPal

Otros: PayU, Sofort, Western Union, SafetyPay

Llama gratis al 900831200 e informate de los pagos a plazos sin intereses que hay disponibles

### Metodología

Entre el material entregado en este curso se adjunta un documento llamado Guía del Alumno dónde aparece un horario de tutorías telefónicas y una dirección de e-mail dónde podrá enviar sus consultas, dudas y ejercicios. La metodología a seguir es ir avanzando a lo largo del itinerario de aprendizaje online, que cuenta con una serie de temas y ejercicios. Para su evaluación, el alumno/a deberá completar todos los ejercicios propuestos en el curso. La titulación será remitida al alumno/a por correo una vez se haya comprobado que ha completado el itinerario de aprendizaje satisfactoriamente.

Información gratis Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

Llama gratis : 900 831 200



+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo

## *Materiales didácticos*



- Maletín porta documentos
- 
- Subcarpeta portafolios
- Dossier completo Oferta Formativa
- Carta de presentación
- Guía del alumno
- Sobre a franquear en destino
- Bolígrafos

Información gratis Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo

## Profesorado y servicio de tutorías

Nuestro centro tiene su sede en el "Centro de Empresas Granada", un moderno complejo empresarial situado en uno de los centros de negocios con mayor proyección de Andalucía Oriental. Contamos con una extensa plan profesores especializados en las distintas áreas formativas, con una amplia experiencia en el ámbito docente.

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas, así como solicitar información complementaria, fuentes bibliográficas y asesoramiento profesional.

Podrá hacerlo de las siguientes formas:

- Por e-mail: El alumno podrá enviar sus dudas y consultas a cualquier hora y obtendrá respuesta en un plazo máximo de 48 horas.
- Por teléfono: Existe un horario para las tutorías telefónicas, dentro del cual el alumno podrá hablar directamente con su tutor.



Información gratis Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo

[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

Llama gratis : 900 831 200





+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

## Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo

### *Plazo de finalización*

El alumno cuenta con un período máximo de 12 meses para la finalización del máster, a contar desde la fecha de recepción de las matriculaciones.

Si una vez cumplido el plazo no se han cumplido los objetivos mínimos exigidos (entrega de ejercicios y evaluaciones correspondientes), el alumno podrá solicitar una prórroga con causa justificada de 3 meses.

### *Bolsa de empleo*

El alumno tendrá la posibilidad de incluir su currículum en nuestra bolsa de empleo y prácticas, participando así en los distintos procesos de selección y empleo gestionados por más de 2000 empresas y organismos públicos colaboradores, en todo el territorio nacional.

Agencia de colocación autorizada N° 9900000169

### *Club de alumnos*

Servicio gratuito que permitirá al alumno formar parte de una extensa comunidad virtual que ya disfruta de múltiples ventajas: becas descuentos y promociones en formación, viajes al extranjero para aprender idiomas...

### *Revista digital*

El alumno podrá descargar artículos sobre e-learning, publicaciones sobre formación a distancia, artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de oposiciones, concursos públicos de la administración, ferias sobre formación, etc.

Información gratis Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

**Llama gratis : 900 831 200**

## *Programa formativo*

### **PARTE 1. REGLAS DEL FÚTBOL**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. PRESENTACIÓN.**

Finalidad de la presente obra.

Estructura general de la obra.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. BASES PSICOPEDAGÓGICAS DE LAS REGLAS DE JUEGO.**

Recursos psicopedagógicos.

Técnicas de estudio.

- Habito de estudio.

- Planificación del estudio.

- Organización de los contenidos de estudio.

- Estrategias de aprendizaje.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. INTRODUCCIÓN A LAS REGLAS DE JUEGO**

Las reglas de juego.

Las reglas de juego en España.

Modificadores.

Aspectos deontológicos.

Claves.

Abreviaturas.

Identidad y estilo propio de la obra.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. REGLAS DE JUEGO DE FÚTBOL**

Regla 1. El terreno de juego.

Superficie de juego.

- Superficie de juego artificial.

Marcación del terreno de juego.

Dimensiones del terreno de juego.

- Partidos nacionales.

- Partidos internacionales.

Áreas del terreno de juego.

- Áreas de meta.

Metas.

- Área personal.

- Área de esquina.

Banderines.

- Área técnica.

Regla 2. El balón.

Balón.

Balón adicional.

Reemplazo de un balón.

Regla 3. El número de los jugadores.

Equipo.

- Jugadores.

Número mínimo de jugadores.

- Sustitutos.

Número máximo de sustitutos.

- Partidos oficiales.

- Partidos de selección nacional.

- Otros partidos.

Sustitución.

Cambio de posición del portero.

Infracción y sanciones.

- Jugador.

- Sustituto o sustituido.

- Funcionario oficial.

- Persona externa.

Regla 4. El equipamiento de los jugadores.

Equipamiento.

- Equipamiento básico obligatorio.

- Equipamiento opcional.

- Equipamiento peligroso.

Infracciones y sanciones.

- Equipamiento básico obligatorio.

- Equipamiento peligroso.

Regla 5. El árbitro.

El árbitro.

- Autoridad del árbitro.

- Deberes del árbitro.

- Responsabilidades del árbitro.

- Decisiones del árbitro.

- Lenguaje corporal.

- Ley de la ventaja.

- Uso de herramientas.

- Silbato.

- Colocación en el terreno de juego.

- Balón en juego.

- Balón fuera de juego.
  - Acciones y situaciones del juego.
  - Jugadores lesionados.
  - Infracciones simultáneas.
- El árbitro.
- Lenguaje corporal.
- Uso de herramientas.
- Silbato.
  - Tarjeta de amonestación y expulsión.
  - Tarjeta de anotación.
- Colocación en el terreno de juego.
- Acciones y situaciones del juego.
- Sustitución.
  - Saque de esquina.
  - Gol marcado.
  - Tiro penal.
  - Saque de banda.
  - Saque de meta.
  - Saque de esquina.
- Decisiones del árbitro.
- Medidas técnicas.
  - Medidas disciplinarias.
  - Ley de la ventaja.
- Preparación del encuentro.
- Equipamientos que se debe llevar al terreno de juego.
  - Deberes antes del inicio del encuentro.
  - Deberes durante el encuentro.
  - Deberes después del encuentro.
- Regla 6. El árbitro asistente.
- El árbitro asistente.
- Deberes del árbitro asistente.
  - Lenguaje corporal.
  - Uso de herramientas.
- Bandera.
- Colocación.
- Portero con balón en las manos.
- Saque de salida.
- Gol marcado.
- Tiro libre.
- Tiro penal.
- Tiros penales/tanta de tiros penales.

Saque de meta.

Saque de esquina.

- Desplazamiento.

- Acciones y situaciones del juego.

Sustitución.

Consultas.

Enfrentamiento colectivo.

Fuera de juego.

Faltas.

- Faltas fuera del área penal.

- Faltas dentro del área penal.

Saque de banda.

Saque de meta.

Saque de esquina.

El árbitro asistente.

Uso de herramientas.

- Banderas.

- Tarjeta de anotación.

Desplazamiento.

Acciones y situaciones del juego.

- Zona ciega.

- Sustitución.

- Gol marcado.

- Fuera de juego

- Tiro penal.

- Saque de banda.

- Saque de meta.

- Saque de esquina.

Decisiones del árbitro asistente.

- Medidas técnicas.

- Medidas disciplinarias.

- Ley de la ventaja.

Preparación del encuentro.

- Equipamiento que se debe llevar al terreno de juego.

- Deberes antes del inicio del encuentro.

- Deberes durante el encuentro.

- Deberes después del encuentro.

Regla 7. La duración del partido.

Duración del partido.

- Periodo de juego.

- Medio tiempo.



Tiempo perdido.

Tiro penal.

Suspensión del partido.

Regla 8. El inicio y la reanudación del juego.

Inicio y reanudación del juego.

- Saque de salida.

Procedimiento.

Infracciones y sanciones.

- Balón a tierra.

Procedimiento.

Infracciones y sanciones.

Regla 9. El balón en juego o fuera del juego.

Balón fuera del juego.

Balón en juego.

Regla 10. El gol marcado.

Gol marcado.

- Gol marcado con una persona externa en el terreno de juego.

- Celebración de un gol.

Gol no marcado.

Equipo ganador.

- Procedimiento para determinar el equipo ganador de un partido o eliminatoria.

Regla 11. Fuera de juego.

Fuera de juego.

- Posición de fuera de juego.

- Implicado en el juego activo.

Infracciones y sanciones.

- Infracción de fuera de juego.

- No infracción de fuera de juego.

Regla 12. Faltas e incorrecciones.

Infracción.

- Sección técnica.

Tiro libre directo.

- Cargar contra un adversario.

- Sujetar a un adversario.

- Mano.

Tiro penal.

Tiro libre indirecto.

- Infracciones del portero.

- Juego peligroso.

- Obstaculizar a un adversario.

Sanción disciplinaria.

Amonestación.

- Conducta antideportiva.
- Desaprobar con palabras o acciones.
- Infringir persistentemente las reglas de juego.
- Retrasar la reanudación del juego.

Expulsión.

- Juego brusco grave.
- Conducta violenta.
- Falta de lanzamiento.
- Maloportunidad manifiesta de gol.

Regla 13. Tiros libres.

Tiro libre.

- Tiro libre directo.
- Tiro libre indirecto.

Posición en el tiro libre.

- Tiro libre dentro del área penal a favor del equipo defensor.
- Tiro libre indirecto dentro del área penal a favor del equipo atacante.
- Tiro libre fuera del área penal.

Infracciones y sanciones.

- Infracciones en el tiro libre lanzado por el jugador (no portero).
- Infracciones en el tiro libre lanzado por el portero.

Reglas 14. El tiro penal.

Tiro penal.

- Posición en el tiro penal.
- Procedimiento.
- Infracciones y sanciones.

Infracciones después de la señal del árbitro y antes de que el balón este en juego.

Infracciones después de la señal del árbitro y antes de que el balón este en el juego.

Infracciones después de que se haya lanzado un tiro penal.

Tiros penales/tanda de tiros penales.

Regla 15. El saque de banda.

Saque de banda.

- Procedimiento
- Infracciones y sanciones.

Infracciones en el saque de banda ejecutado por el jugador (no portero).

Infracciones en el saque de banda ejecutado por el jugador.

Otras infracciones.

Regla 16. El saque de meta.

Saque de meta.

- Procedimiento.
- Infracciones y sanciones.

Infracciones en el saque de meta ejecutado por el jugador ( no portero).

Infracciones en el saque de meta ejecutado por el portero.

Otras infracciones.

Regla 17. El saque de esquina.

Saque de esquina.

- Procedimiento.

- Infracciones y sanciones.

Infracciones en el saque de esquina ejecutado por el jugador (no portero).

Infracciones en el saque de esquina ejecutado por el portero.

Otras infracciones.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. MANUAL DE REDACCIÓN DE ACTAS.**

El acta.

Recomendaciones previas a la redacción del acta.

Redacción del acta.

Deberes antes de inicio del encuentro.

Deberes en el medio tiempo del encuentro.

Deberes después del encuentro.

- Redacción de “incidencias”.

Amonestaciones.

Expulsiones.

- Redacción de “otras incidencias”.

- Motivos de amonestaciones y expulsiones.

Motivos de “amonestaciones”.

Motivos de “expulsiones”.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. RECOMENDACIONES PARA LOS CLUBES.**

Los clubes.

El jugador.

- El capitán.

El entrenador.

El delegado.

- El delegado de campo.

- El delegado de club / equipo.

## **PARTE 2. MONITOR DEPORTIVO EN FÚTBOL**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. BASES ANATÓMICAS Y FISIOLÓGICAS DEL MOVIMIENTO**

Introducción a la fisioterapia.

- Mecánica del movimiento.

Fundamentos anatómicos del movimiento.

- Planos, ejes y articulaciones.

- Fisiología del movimiento.

- Preparación y gasto de la energía.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. SISTEMA ÓSEO**

Morfología.

Fisiología.

División del esqueleto.

Desarrollo óseo.

Sistema óseo.

- Columna vertebral.

- Tronco.

- Extremidades.

- Cartílagos.

- Esqueleto apendicular.

Articulaciones y movimiento.

- Articulación Tibio-Tarsiana o Tibio-Peroneo Astragalina.

- Articulación de la rodilla.

- Articulación coxo-femoral.

- Articulación escapulo humeral.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. FISIOLOGÍA MUSCULAR**

Introducción.

Tejido muscular.

Clasificación muscular.

Acciones musculares.

Ligamentos.

Musculatura dorsal.

Tendones.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. SISTEMAS ENERGÉTICOS**

Sistema energético.

ATP (Adenosina Trifosfato).

Tipos de fuentes energéticas.

Sistemas anaeróbico aláctico o sistema de fosfágeno.

Sistema anaeróbico láctico o glucólisis anaeróbica.

Sistema aeróbico u oxidativo.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. METABOLISMO EN FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO**

El ejercicio físico.

- Clasificación.

- Efectos fisiológicos del ejercicio físico.

- Efectos fisiológicos en niños y adolescentes.

- Fases del ejercicio.

Adaptaciones orgánicas en el ejercicio.

- Adaptaciones metabólicas.

- Adaptaciones circulatorias.

- Adaptaciones cardíacas.

- Adaptaciones respiratorias.

- Adaptaciones de la sangre.
- Adaptaciones del medio interno.

Metabolismo energético durante el ejercicio. La fatiga.

- Fuerza, potencia, rendimiento y recuperación del glucógeno muscular.
- La fatiga.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. ALIMENTACIÓN EN EL DEPORTE**

Fundamentación teórica.

Gasto calórico.

Nutrientes en el deporte.

- Hidratos de carbono.
- Grasas.
- Proteínas.
- Agua y electrolitos.
- Micronutrientes.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. IMPORTANCIA DE LA PSICOLOGÍA EN EL DEPORTE**

Necesidades psicológicas en el deporte.

La finalidad de la intervención psicológica.

Variables, habilidades y técnicas psicológicas.

Entrenamiento de habilidades psicológicas.

Tipos de intervención psicológica.

El papel de la Psicología.

Participación de los deportistas en la preparación psicológica.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO PSICOLÓGICO**

El deporte.

Entrenamiento deportivo.

- Características del entrenamiento deportivo.

El rendimiento deportivo.

Componentes generales de un programa de preparación psicológica.

Principios significativos para la planificación del entrenamiento psicológico.

Planificación del entrenamiento psicológico.

Diseño de programas de entrenamiento psicológico.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. METODOLOGÍAS DE LA ENSEÑANZA Y DEL ENTRENAMIENTO DEL FÚTBOL**

La labor de enseñanza. ¿Qué y cómo debemos enseñar?

Fases en el proceso de enseñanza y aprendizaje del fútbol.

Pautas metodológicas en el proceso de iniciación.

El juego: características.

La figura del monitor deportivo en fútbol.

Construcción del juego.

- Relación con el balón.
- Presencia del adversario.
- El juego entre once: juego completo.



## UNIDAD DIDÁCTICA 10. REGLAS DE JUEGO

Introducción: normativa.

Reglamento (FIFA) y características fundamentales.

- El terreno de juego.
- El balón.
- El número de jugadores.
- El equipamiento de los jugadores.
- El árbitro.
- La duración del partido.
- El gol marcado.
- El fuera de juego.
- Tiros libres.
- El penalti.
- El saque de banda.
- El saque de esquina.

Interpretación de las reglas del juego.

## UNIDAD DIDÁCTICA 11. TÉCNICA INDIVIDUAL Y COLECTIVA

La técnica.

Técnica individual.

- El control.
- Habilidad.
- La conducción.
- La cobertura.
- Golpeo con el pie.
- Golpeo con la cabeza.
- La finta.
- El regate.
- El tiro.

Técnica colectiva.

- El pase.
- El relevo técnico.
- Acciones combinativas.

Técnica del portero.

- Técnica individual.
- Técnica colectiva.

## UNIDAD DIDÁCTICA 12. LESIONES DEPORTIVAS. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

Introducción a las lesiones deportivas.

Definición.

La prevención.

Tratamiento.

Lesiones deportivas frecuentes.

- Introducción.
  - Lesiones deportivas más frecuentes.
- ¿Qué debes hacer si te lesionas durante la realización del ejercicio físico?  
¿Qué puedes hacer si te lesionas?  
Técnicas utilizadas en la prevención y tratamiento de lesiones.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 13. PRIMEROS AUXILIOS**

Introducción a los primeros auxilios.

- Principios básicos de actuación en primeros auxilios.
- La respiración.
- El pulso.

Actuaciones en primeros auxilios.

- Ahogamiento.
- Las pérdidas de consciencia.
- Las crisis cardíacas.
- Hemorragias.
- Las heridas.
- Las fracturas y luxaciones.
- Las quemaduras.

Normas generales para la realización de vendajes.

Maniobras de resucitación cardiopulmonar.

- Ventilación manual.
- Masaje cardíaco externo.

### **PARTE 3. ENTRENADOR DE PORTEROS DE FÚTBOL**

## **MÓDULO 1. PRESENTACIÓN, OBJETIVOS Y CONTENIDO**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN**

Presentación.

Objetivos.

Contenido.

## **MÓDULO 2. FUNDAMENTOS TÉCNICOS ESPECÍFICOS DEFENSIVOS PREVIOS**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. LA POSICIÓN BÁSICA**

Concepto.

Objetivo.

Consideraciones.

- La posición de las rodillas.
- La posición de las manos y los brazos.
- La posición de las puntas de los pies.
- El equilibrio de la tensión corporal.

Posición estática de reducción de espacios.

Consideraciones.

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. LOS DESPLAZAMIENTOS

Concepto.

Objetivo.

Tipos de desplazamientos.

- Desplazamientos frontales.
- Desplazamientos laterales.
- Desplazamientos laterales cruzando el paso.
- Desplazamientos dorsales.
- Desplazamientos dorsal lateral.

## MÓDULO 3. FUNDAMENTOS TÉCNICOS ESPECÍFICOS DEFENSIVOS DE RECUPERACIÓN DE BALÓN

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. EL BLOCAJE SIN CAÍDA

Concepto.

Tipos de bloqueo sin caída.

- Bloqueo de manos.
- Bloqueo de manos en dos tiempos.
- Bloqueo de pecho.

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL BLOCAJE CON CAÍDA

Concepto.

Tipos de bloqueo con caída.

- Bloqueo frontal a ras de suelo.
- Bloqueo frontal a media altura.

Bloqueo con caída.

- Bloqueo frontal con caída.
- Bloqueo frontal a media altura.

Bloqueo lateral con caída.

- Bloqueo lateral a ras de suelo.
- Bloqueo lateral a media altura o alto sin fase de vuelo.
- Bloqueo lateral a media altura o alto con fase de vuelo.

### UNIDAD DIDÁCTICA 6. EL BLOCAJE AÉREO

Concepto.

Consideraciones.

La colocación inicial.

El cálculo de la trayectoria del balón.

El desplazamiento.

- El desplazamiento en centros al área procedentes de zonas frontales.
- Desplazamientos en centros al área procedentes de zonas laterales.

La ejecución del salto.

El bloqueo.

- La posición de las manos y los brazos.
- El bloqueo.

- La amortiguación del balón.

## **MÓDULO 4. FUNDAMENTOS TÉCNICOS ESPECÍFICOS DEFENSIVOS DE NO RECUPERACIÓN DEL BALÓN**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. EL DESVIÓ**

Concepto.

Objetivos.

Consideraciones.

Tipos de desvió.

El desvió lateral a una mano.

- El desvió a una mano a ras de suelo.
- El desvió a una mano a media altura o alto.
- El desvió a una mano cambiada.

El desvió lateral a dos manos.

- El desvió a dos manos a media altura.
- El desvió a dos manos a ras de suelo.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. EL REHACE.**

Concepto.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. LAS INCORPORACIONES**

Concepto.

Objetivos.

Consideraciones.

Tipos de incorporaciones.

- Incorporación al estado natural (vuelta a la posición básica).
- Incorporación hacia el mismo lado de la estirada.
- Incorporación hacia el lado contrario de la estirada (rotación en el suelo).

### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. EL DESPEJE DE PUÑOS**

Concepto.

Consideraciones.

- La colocación inicial.
- El cálculo de la trayectoria del balón.
- El desplazamiento.
- El despeje.

Tipos de despeje de puños.

- El despeje con un puño.
- El despeje con dos puños.
- El despeje frontal con dos puños.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 11. LA PROLONGACIÓN**

Concepto.

Tipos de prolongación.

- La prolongación frontal por encima del larguero.
- La prolongación lateral por encima del larguero.

## MÓDULO 5. FUNDAMENTOS TÉCNICOS ESPECÍFICOS OFENSIVOS

### UNIDAD DIDÁCTICA 12. EL SAQUE DE MANO

Concepto.

Consideración.

Tipos de saque de mano.

- Saque de mano a ras de suelo.
- Saque de mano picado.
- Saque de mano picado sin movimiento circular del brazo.
- Saque de mano aéreo o largo.

### UNIDAD DIDÁCTICA 13. EL SAQUE DE PIE

Concepto.

Tipos de saque de pie.

- Saque de volea.
- Saque de media volea o semivolea.
- Saque rodado o con el balón en juego.

## MÓDULO 6. FUNDAMENTOS TÉCNICOS INESPECÍFICOS

### UNIDAD DIDÁCTICA 14. EL CONTROL

Concepto.

Consideraciones.

Tipos de control.

- Control clásico.
- Control orientado.
- Control de amortiguación.

Superficies más comunes utilizadas.

- Interior del pie.
- Exterior del pie.
- Empeine.
- Muslo.
- Pecho.
- Abdomen.
- Cabeza.

### UNIDAD DIDÁCTICA 15. LA CONDUCCIÓN

Concepto.

Consideraciones.

### UNIDAD DIDÁCTICA 16. EL PASE

Concepto.

Consideraciones.

Tipos de pase.

- Pase con el interior.
- Pase con el empeine.
- Pase con la parte interior del empeine.



- Pase con la parte exterior del empeine.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 17. EL DESPEJE**

Concepto.

Consideraciones.

Tipos de despeje.

- Despeje a ras de suelo con el empeine.

- Despeje a ras de suelo con el interior.

- Despeje a bote pronto con el empeine.

- Despeje a bote pronto el interior.

- Despeje de volea con el empeine.

- Despeje de volea con el interior.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 18. LA COBERTURA**

Concepto.

Consideraciones.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 19. EL REGATE**

Concepto.

Consideraciones.

### **PARTE 4. ENTRENAMIENTO MENTAL PARA EL FÚTBOL**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. MUCHO ANTES DE QUE SUENE EL SILBATO**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. ¿QUIÉN ESTÁ EN EL EQUIPO?**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. ¿QUÉ ES LA FUERZA MENTAL?**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. EVALUACIÓN INICIAL**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. EL ESTRÉS**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. COMO CONTROLAR EL ESTRÉS**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. LA RELAJACIÓN**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. LA VISUALIZACIÓN**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. CONTROLAR LOS PENSAMIENTOS**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 11. PLANIFICAR Y ANALIZAR**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 12. REGULAR LA PRESIÓN**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 13. SE NECESITA UN “EQUIPO” PARA LOS DEPORTES DE EQUIPO**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 14. MOTIVACIÓN Y DEPORTE**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 15. DEFINIR LOS OBJETIVOS: EL CAMINO DEL ÉXITO**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 16. UN PEQUEÑO DESCANSO**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 17. LA AUTOCONFIANZA Y LA FE EN LA HABILIDAD PERSONAL**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 18. EL CONTROL EMOCIONAL**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 19. LA CONCENTRACIÓN**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 20. LAS LESIONES SON PARTE DEL JUEGO**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 21. LA FORMA FÍSICA, LA ALIMENTACIÓN Y EL DESCANSO**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 22. SITUACIONES ESPECIALES EN EL PARTIDO**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 23. EL PORTERO ES EL 80% DEL EQUIPO**

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo

**UNIDAD DIDÁCTICA 24. EL PROGRAMA SEMANAL DE ENTRENAMIENTO MENTAL**

**UNIDAD DIDÁCTICA 25. EJEMPLOS DE ENTRENAMIENTO CON EL MÉTODO DE LA VISUALIZACIÓN**

**UNIDAD DIDÁCTICA 26. EL PITIDO FINAL**

**PARTE 5. ENTRENADOR DEPORTIVO**

## **MÓDULO 1. ENTRENADOR DEPORTIVO**

**UNIDAD DIDÁCTICA 1. EVOLUCIÓN HISTÓRICA: DIFERENTES USOS DEL DEPORTE**

Conceptos generales

Logro y mantenimiento de la salud

**UNIDAD DIDÁCTICA 2. ANATOMÍA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA**

Introducción

Sistema óseo: aparato locomotor y el movimiento

El sistema muscular

Articulaciones y movimiento

Los tendones

**UNIDAD DIDÁCTICA 3. FISIOLÓGÍA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA**

Fisiología muscular y sistemas energéticos

Fisiología cardió-circulatoria

Fisiología respiratoria

El sistema nervioso

**UNIDAD DIDÁCTICA 4. CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS**

Introducción

Resistencia

Fuerza

Velocidad

Flexibilidad

**UNIDAD DIDÁCTICA 5. CUALIDADES PSICOMOTRICES Y FORMAS PARA ALCANZAR SU DESARROLLO**

Introducción

El esquema corporal

El proceso de lateralización

Coordinación

Equilibrio

Desarrollo de las capacidades perceptivo motrices

Manifestaciones expresivas asociadas al movimiento

**UNIDAD DIDÁCTICA 6. TEORÍA Y PRÁCTICA DEL ENTRENAMIENTO**

El entrenamiento y sus tipos

El desentrenamiento

Intensidad del entrenamiento. Ley del umbral o ley de Shultz-Arnoldt

Adaptación del organismo. Teoría del síndrome general de adaptación

Factores que intervienen en el entrenamiento físico

**UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROGRAMA Y ORGANIZACIÓN DE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO**

Programación del proceso de entrenamiento

Información gratis Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo



+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

## Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo

Planificación del entrenamiento

Sesión de entrenamiento

Características de un buen entrenador

### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. TÉCNICA Y TÁCTICA DE LOS DEPORTES. INICIACIÓN DEPORTIVA**

Deportes individuales

Deportes colectivos

Técnicas en el deporte colectivo. El juego y el deporte

Tipos de juegos

El juego como método de enseñanza

Iniciación deportiva

Tipos de juegos para la iniciación deportiva

Juegos de iniciación para deportes de equipo

### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. REGLAMENTO BÁSICO DE CADA DEPORTE**

Atletismo

Natación

Bádminton

Judo

Tenis

Gimnasia rítmica

Gimnasia artística

Aeróbic

Voleibol

Baloncesto

Fútbol

Balonmano

### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. NORMAS DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL USO DE MATERIALES E INSTALACIONES DEPORTIVAS**

Normas elementales de seguridad e higiene en la utilización del material e instalación

Mantenimiento para la seguridad e higiene de las diferentes instalaciones

La legislación relacionada con las instalaciones deportivas

### **UNIDAD DIDÁCTICA 11. LESIONES DEPORTIVAS. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO**

Introducción a las lesiones deportivas

Definición

La prevención

Tratamiento

Lesiones deportivas frecuentes

¿Qué debes hacer si te lesiones durante la realización del ejercicio físico?

¿Qué puedes hacer si te lesionas?

Causas más comunes de las lesiones en el entrenamiento

Técnicas utilizadas en la prevención y tratamiento de lesiones

### **UNIDAD DIDÁCTICA 12. PRIMEROS AUXILIOS**

Información gratis Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo



Introducción a los primeros auxilios

Ahogamientos

Pérdida de conciencia

Crisis cardíacas

Crisis convulsivas

Hemorragias

Heridas

Las fracturas y luxaciones

### **UNIDAD DIDÁCTICA 13. CONTACTO Y TRATAMIENTO CON EL CLIENTE**

Ética profesional

Claves para el éxito

## **PARTE 6. PSICOLOGÍA DEL DEPORTE**

# **MÓDULO 1. LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE**

Introducción

Psicología del Deporte

Relación de la Psicología con la Psicología del Deporte

Funciones de la Psicología del Deporte

La Psicología del Deporte en la actualidad

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. EL PSICÓLOGO DEL DEPORTE**

El Psicólogo del Deporte

Funciones del Psicólogo del Deporte

¿Cuáles no son las funciones del Psicólogo del Deporte?

El Psicólogo del Deporte dentro de una organización deportiva

El Psicólogo del Deporte en alto rendimiento

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. BASES NEUROLÓGICAS BÁSICAS**

Clasificación del Sistema Nervioso. Citología.

Potencial de Reposo o de Membrana

Receptores. Potencial Generador

Potencial de Acción

Sinapsis

Circuitos neuronales

Morfogénesis del Sistema Nervioso Central

Morfología del Sistema Nervioso Central

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. BASES NEUROLÓGICAS DEL MOVIMIENTO**

Sistema somatosensorial. Exterocepción y nociocepción

Sistema sensorial. Propiocepción

Organización funcional del Sistema Motor

Sistema Nervioso Vegetativo o Autónomo

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. HABILIDADES Y APRENDIZAJE MOTRIZ**

El aprendizaje motor

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

## Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo

Principales modelos del aprendizaje motor  
Teorías del aprendizaje motor  
El proceso de enseñanza-aprendizaje  
Mecanismos que intervienen en el aprendizaje motor  
Factores que intervienen en el proceso de aprendizaje motor  
Las habilidades motrices

### UNIDAD DIDÁCTICA 6. IMPORTANCIA DE LA PSICOLOGÍA EN EL DEPORTE

Necesidades psicológicas en el deporte  
La finalidad de la intervención psicológica  
Variables, habilidades y técnicas psicológicas  
Entrenamiento de habilidades psicológicas  
Tipos de intervención psicológica  
El papel de la Psicología  
Participación de los deportistas en la preparación psicológica

### UNIDAD DIDÁCTICA 7. PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO PSICOLÓGICO

El deporte  
Entrenamiento deportivo  
El rendimiento deportivo  
Componentes generales de un programa de preparación psicológica  
Principios significativos para la planificación del entrenamiento psicológico  
Planificación del entrenamiento psicológico  
Diseño de programas de entrenamiento psicológico

## MÓDULO 2. TÉCNICAS Y HABILIDADES SOCIALES EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

### UNIDAD DIDÁCTICA 8. LAS EMOCIONES EN EL DEPORTE

Introducción: las emociones  
Las emociones en el deporte  
Emociones provocadas por el entrenamiento  
Control emocional ante situaciones amenazantes  
Emociones antes de la competición

### UNIDAD DIDÁCTICA 9. LA MOTIVACIÓN Y AUTOCONFIANZA

La motivación  
La Autoconfianza

### UNIDAD DIDÁCTICA 10. ESTABLECIMIENTO DE METAS

¿Qué entendemos por meta?  
Pautas para establecer una buena meta  
Diseño de un sistema de establecimiento de metas  
Plantear las metas  
Conseguir las metas

### UNIDAD DIDÁCTICA 11. ESTABLECER OBJETIVOS

Diferencia entre objetivo y meta

Información gratis Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo



Pautas para enunciar objetivos

Fases para establecer objetivos

### **UNIDAD DIDÁCTICA 12. ACTIVACIÓN, ESTRÉS Y ANSIEDAD**

Introducción

Activación, ansiedad y estrés

Manifestaciones de la ansiedad en la competición

Evaluación de la ansiedad, estrés y otros

### **UNIDAD DIDÁCTICA 13. LA AUTOESTIMA: CONCEPTOS PARA LUCHAR CONTRA EL ESTRÉS**

Definición de autoestima: autoestima alta, baja y su desarrollo

Auto-respeto

Como hacer frente a las críticas

Responder a las quejas

Creatividad y auto-realización en el trabajo

### **UNIDAD DIDÁCTICA 14. EL LIDERAZGO**

Introducción

Liderazgo

Estilos de liderazgo

Enfoques en la teoría del liderazgo

Aproximaciones teóricas al liderazgo en grupos deportivos

### **UNIDAD DIDÁCTICA 15. IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN**

Conceptualización de la comunicación

Habilidades sociales comunicativas

## **PARTE 7. COACHING DEPORTIVO**

# **MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN AL COACHING**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. ¿QUÉ ES EL COACHING?**

El cambio, la crisis y la construcción de la identidad

Concepto de coaching

Etimología del coaching

Influencias del coaching

Diferencias del coaching con otras prácticas

Corrientes actuales de coaching

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. IMPORTANCIA DEL COACHING**

¿Por qué es importante el coaching?

Principios y valores

Tipos de coaching

Beneficios de un coaching eficaz

Mitos sobre coaching

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. ASPECTOS FUNDAMENTALES DEL COACHING (I)**

Introducción: los elementos claves para el éxito

Motivación

Autoestima

Autoconfianza

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. ASPECTOS FUNDAMENTALES DEL COACHING (II)**

Responsabilidad y compromiso

Acción

Creatividad

Contenido y proceso

Posición “meta”

Duelo y cambio

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. ÉTICA Y COACHING**

Liderazgo, poder y ética

Confidencialidad del Proceso

Ética y Deontología del coach

Código Deontológico del Coach

Código Ético

### **MÓDULO 2. EL PROCESO DE COACHING**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. COACHING, CAMBIO Y APRENDIZAJE**

La superación de los bloqueos

El deseo de avanzar

Coaching y aprendizaje

Factores que afectan al proceso de aprendizaje

Niveles de aprendizaje

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. EL PROCESO DE COACHING: ASPECTOS GENERALES**

Coaching ¿herramienta o proceso?

Motivación en el proceso

La voluntad como requisito del inicio del proceso

Riesgos del proceso de coaching

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. HABILIDADES RELACIONADAS CON EL PROCESO**

Introducción

Escucha

Empatía

Mayéutica e influencia

La capacidad diagnóstica

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. FASES EN EL PROCESO DE COACHING**

Primera fase: establecer la relación de coaching

Segunda fase: planificación de la acción

Tercera fase: ciclo de coaching

Cuarta Fase: evaluación y seguimiento

Una sesión inicial de coaching

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. EVALUACIÓN (I)**

¿Por qué es necesaria la evaluación?

Beneficios de los programas de evaluación de coaching

Factores que pueden interferir en la evaluación

¿Cómo evaluar?

Herramientas de medida para la evaluación de resultados

### **UNIDAD DIDÁCTICA 11. EVALUACIÓN (II)**

El final de la evaluación

Evaluación externa

Sesiones de evaluación continua

Tipos de perfiles

Cuestionario para evaluar a un coach

## **MÓDULO 3. COACH Y COACHEE**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 12. EL COACH**

La figura del coach

Tipos de coach

Papel del coach en el proceso de coaching ejecutivo

### **UNIDAD DIDÁCTICA 13. COMPETENCIAS DEL COACH**

Competencias clave y actuación del coach

Las características del coach efectivo para el desarrollo de competencias

Dos competencias clave para el desarrollo de una empresa liberadora

### **UNIDAD DIDÁCTICA 14. LA PREPARACIÓN DE UN BUEN COACH**

Preparación técnica: formación y experiencia empresarial

Errores más comunes del coach

Capacitación para conducir las sesiones de coaching

### **UNIDAD DIDÁCTICA 15. LA FIGURA DEL COACHEE**

La figura del coachee

Características del destinatario del coaching

La capacidad para recibir el coaching

La autoconciencia del cliente

## **MÓDULO 4. COACHING Y DEPORTE**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 16. COACHING Y DEPORTE**

El origen del coaching

La estrategia deportiva

Coaching deportivo: aprender a fluir

### **UNIDAD DIDÁCTICA 17. VALORES DEL DEPORTE**

El deporte: crisol de valores

La sana competitividad

Beneficios del deporte

Coaching deportivo y salud

### **UNIDAD DIDÁCTICA 18. EL ENTRENADOR: COACH**

Descripción del buen entrenador

Objetivos, misión y valores del entrenador

Claves del entrenador-coach



Gestionar deportistas

### UNIDAD DIDÁCTICA 19. EL ENTRENAMIENTO

¿Qué significa entrenar?

Claves para un buen entrenamiento

Tipos de entrenamiento

Parámetros para alcanzar la excelencia

## MÓDULO 5. ELEMENTOS NECESARIOS PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA

### UNIDAD DIDÁCTICA 20. CONCIENCIA PERSONAL

El deportista: concentración

Regulación emocional en el deporte y las atribuciones

Autoestima y autoconfianza

Prevención de lesiones

### UNIDAD DIDÁCTICA 21. CONCIENCIA GRUPAL

El equipo: sinergia grupal

Grupo vs. Equipo

El éxito colectivo

### UNIDAD DIDÁCTICA 22. GESTIÓN DE LAS EMOCIONES

Mantener una actitud positiva

Motivación

Reconocer las posibilidades: autovaloración

Energía emocional

Intención ganadora

### UNIDAD DIDÁCTICA 23. EL CUERPO, LA MENTE Y EL DEPORTE

Cuerpo

Mente

Equilibrio cuerpo y mente

### UNIDAD DIDÁCTICA 24. LÍDER Y LIDERAZGO

El líder

Liderazgo

Enfoques centrados en el líder

Teorías situacionales o de contingencia

Estilos de liderazgo

## MÓDULO 6. TÉCNICAS

### UNIDAD DIDÁCTICA 25. TÉCNICAS DEPORTIVAS

Introducción a las técnicas de coaching en positivo

Visualización

Relajación

Concentración

### UNIDAD DIDÁCTICA 26. TÉCNICAS DE EQUIPO

Definición y clasificación  
Técnicas de grupo grande  
Grupo mediano  
Técnicas de grupo pequeño  
Técnicas que requieren del coach  
Técnicas según su objetivo

## **MÓDULO 7. ESTABLECIMIENTO DE METAS**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 27. LAS METAS EN EL DEPORTE**

¿Qué entendemos por meta?  
Pautas para establecer una buena meta  
Diseño de un sistema de establecimiento de metas

### **UNIDAD DIDÁCTICA 28. ESTABLECER OBJETIVOS**

Diferencia entre objetivo y meta  
Pautas para enunciar objetivos  
Fases para establecer objetivos

### **UNIDAD DIDÁCTICA 29. PREPARACIÓN PARA ALCANZAR LA META**

Plantear las metas  
Conseguir las metas

## **MÓDULO 8. COACHING DEPORTIVO Y OTRAS DISCIPLINAS**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 30. COACHING, PSICOLOGÍA DEL DEPORTE Y DEPORTE**

¿Qué es la psicología del deporte?  
Herramientas, ejercicios y principios de la psicología del deporte  
Aportaciones de la psicología al deporte

### **UNIDAD DIDÁCTICA 31. COACHING, MENTORING Y DEPORTE**

¿Qué es el mentoring?  
Semejanzas y diferencias entre coaching y mentoring  
Principios y leyes del mentoring  
Herramientas y técnicas del mentoring

### **UNIDAD DIDÁCTICA 32. COACHING, INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DEPORTE**

¿Qué es la Inteligencia Emocional?  
Componentes de la inteligencia emocional  
Habilidades de inteligencia emocional  
Aportaciones de la Inteligencia Emocional al deporte

### **UNIDAD DIDÁCTICA 33. COACHING, PNL Y DEPORTE**

¿Qué es la Programación Neurolingüística?  
Principios de la PNL  
Los sistemas representacionales  
Coaching, PNL y deporte

## **PARTE 8. SALUD DEPORTIVA**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. ESTRUCTURA Y FUNCIONES DEL CUERPO HUMANO**

## Anatomía

- Posición anatómica
- Conceptos clave: planimetría, ejes del cuerpo, simetría y epónimos
- Tipos constitucionales del cuerpo humano
- Clasificación de la anatomía

## Sistemas y aparatos de la anatomía humana

- Sistema óseo y funciones
- Aparato respiratorio
- Sistema cardiovascular
- Aparato digestivo
- Aparato renal
- Sistema endocrino
- Sistema nervioso
- La piel

## UNIDAD DIDÁCTICA 2. ESTUDIO DE LOS MÚSCULOS

### Miología

Tejidos Musculares: liso, esquelético y cardiaco

- Movimientos musculares

### Características del tejido muscular

- Regeneración del tejido muscular

### El Músculo Esquelético

- Clasificación de los músculos esqueléticos según: forma, acción y función
- Acción muscular sobre el esqueleto

### Uniones musculares

### Tono y fuerza muscular

- Tono muscular

## UNIDAD DIDÁCTICA 3. ALIMENTACIÓN EN EL DEPORTE

### Fundamentación teórica

### Gasto calórico

### Nutrientes en el deporte

- Hidratos de carbono
- Grasas
- Proteínas
- Agua y electrolitos
- Micronutrientes

## UNIDAD DIDÁCTICA 4. LESIONES EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA

### Lesiones deportivas. Concepto

- Prevención de las lesiones deportivas
- Tratamiento de las lesiones deportivas

### Lesiones en extremidades inferiores

- Lesiones en la pierna

- Lesiones en el pie
  - Lesiones en el muslo
  - Lesiones en la rodilla
- Lesiones en extremidades superiores y tronco
- Lesiones en extremidad superior
  - Lesiones en hombro
- Lesiones en los niños
- Lesiones más frecuente en los niños/as
- Tratamiento de las lesiones en la práctica deportiva
- Tratamiento ortopédico de las lesiones
  - Vendaje funcional y distintas aplicaciones deportivas
  - Lesiones de la piel causadas por las prácticas deportivas
  - Hidrología médica y terapias naturales complementarias

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL MASAJE**

- Introducción a la historia del masaje
- De Egipto al Islam
  - Desde la Edad Media al Siglo XX
- Introducción al masaje deportivo
- Técnicas de manipulación empleadas en la realización de masajes
- Etapas para la aplicación de un masaje deportivo
- Claves para el masaje deportivo
- Gimnasia para el masaje. Quiroginmasia
- Efectos fisiológicos del masaje
- Estiramientos miofasciales en el deporte
- Indicaciones y contraindicaciones generales del masaje
- Indicaciones del masaje
  - Contraindicaciones del masaje

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. TIPOS DE MASAJES**

- El masaje
- Masaje de calentamiento
  - Masaje de intracompetición
  - Masaje de restauración o postcompetición
  - Masaje de entrenamiento o intersemana
  - Masaje como parte de un programa de fisioterapia en las lesiones
- Automasaje en el deportista
- Masaje ruso
- Reflexoterapia podal en el deportista
- Beneficios de la reflexiología podal
  - Contraindicaciones de la reflexología podal
- Drenaje linfático manual
- Técnicas básicas en el drenaje linfático

Crioterapia, criomasaaje y criocinética

- Efectos fisiológicos
- Indicaciones y contraindicaciones
- Formas de aplicación

Criomasaaje y Criocinética

- Aplicación de criomasaaje
- Indicaciones del criomasaaje
- Contraindicaciones del criomasaaje
- Criocinética

Shiatsu. Masaje japonés

- Beneficios del tratamiento con shiatsu

### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. VENDAJES**

Vendaje funcional

- Técnicas del vendaje funcional
- Indicaciones y contraindicaciones del vendaje funcional
- Propiedades del vendaje funcional

Tipos de vendajes funcionales

- Vendajes funcionales: hombro y codo
- Vendajes funcionales: muñeca
- Vendajes funcionales: tronco
- Vendajes funcionales: muslo y rodilla
- Vendajes funcionales tobillo y pie

Otros vendajes

- Vendajes neuromuscular
- Vendaje en el paciente con linfedema
- Vendaje en el paciente amputado

### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. RODILLA**

Anatomía y biomecánica de la rodilla

- Exploraciones físicas en la rodilla

Resonancia magnética de partes blandas de la rodilla

Lesiones en la rodilla

- Reumatismos de partes blandas en la rodilla
- Rehabilitación de lesiones de la rodilla
- Osteopatía

Electroestimulación en la articulación de la rodilla

Rehabilitación del miembro inferior en medio acuático

### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD**

Conceptos básicos: actividad física, ejercicio físico y condición física

- Actividad física
- Ejercicio físico
- Condición física

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

## Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo

Beneficios de la actividad física

- Componentes de la actividad física

Efectos de la actividad física y la alimentación

- Efectos sobre la obesidad

- Efectos sobre la diabetes

- Efectos sobre la hipertensión arterial

Cineantropometría

- La antropometría

Ayudas ergogénicas

- Características

### UNIDAD DIDÁCTICA 10. PRIMEROS AUXILIOS

Reanimación cardiopulmonar

Lesiones por frío y el calor (Congelación e Hipotermia)

- Congelación

- Hipotermia

Calambre, agotamiento y golpe de calor

- Calambres por el calor

- Agotamiento por el calor

- Golpe de calor

## PROGRAMA DE BECAS PARA MASTER

Euroinnova cuenta con un programa de **becas de master** para ayudarte a decidir tu futuro, puedes entrar y solicitarla, Euroinnova cuenta con más de 2000 **master online** que puedes consultar y solicitar tu beca.

Haz clic para conocer nuestro catálogo de **cursos online**

Terminos relacionados:

Actividad, Adaptación, Aeróbic, Aeróbica, Anaeróbica, Anatomía, Aparato, Árbitro, Artística, Atletismo, Auxilios, Bádminton, Balón, Baloncesto, Balonmano, Blocaje, Cardio, Cartílago, circulatoria, Cliente, Coaching, Coaching Deportivo, Colectivos, Colocación, Condición, Control, Coordinación, Corporal, deporte, Deportivas, Deportivo, Desentrenamiento, Entrenador, Entrenamiento, equilibrio, equipo, esquema, Física, Fisiología, Flexibilidad, Fuerza, Fútbol, Gimnasia, Higiene, Huesos, Individuales, Iniciación, instalaciones, Intensidad, Judo, Juego, Lateralización, Lesiones, Ley, Liderazgo, Ligamentos, Locomotor, Mantenimiento, Manual, Mental, Motivación, Movimiento, Muscular, Músculos, Natación, Normas, Organización, Óseo, Planificación, Primeros, Programación, reglas, Resistencia, Respiratoria, Rítmica, Salud, Seguridad, Sesión, Shultz Arnodt, Sistema, Táctica, técnica, Tendones, Tenis, tratamiento, Umbral, Velocidad, Voleibol

Información gratis Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

## Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo



**EUROINNOVA**  
BUSINESS  
SCHOOL

### FICHA DE MATRICULACIÓN

Para efectuar su matrícula sólo tiene que hacernos llegar esta ficha con sus datos personales vía email a [formacion@euroinnova.com](mailto:formacion@euroinnova.com) o vía fax al 958 050 200.

POSTGRADO EN QUE DESEA MATRICULARSE: : .....

.....

Nombre: .....

Apellidos: .....

DNI/ID/Pasaporte: .....

Domicilio envío: .....

..... CP: .....

Localidad: .....

Provincia: ..... País: .....

Teléfono: ..... E-mail: .....

Horario de entrega (Mañana o tarde) .....

Forma de pago .....

Observaciones: .....

Una vez recibidos los datos personales, uno de nuestros asesores pedagógicos contactará con usted para concretar la matrícula y confirmarle cuando va a recibir todos los materiales en su domicilio.



**EUROINNOVA**  
BUSINESS  
SCHOOL

**DESDE ESPAÑA LLAMA GRATIS A:**  
900 831 200

**DESDE FUERA DE ESPAÑA:**  
+ 34 958 05 02 00

EUROINNOVA FORMACIÓN  
POLÍGONO INDUSTRIAL LA ERMITA.  
EDIF. CENTRO DE EMPRESAS GRANADA. OFICINA 1º D • 18230 ATARFE - GRANADA  
Teléfono: 958 050 200

Información gratis Master en Fútbol + Titulación Universitaria de Entrenador Deportivo



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

**Llama gratis : 900 831 200**