



INESEM

BUSINESS SCHOOL

Entrenador Básico de Fútbol 7. Nivel 1

+ Información Gratis

titulación de formación continua bonificada expedida por el instituto europeo de estudios empresariales

Entrenador Básico de Fútbol 7. Nivel 1

duración total: 240 horas

horas teleformación: 120 horas

precio: 0 € *

modalidad: Online

* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

descripción

Este Curso de Entrenador Básico de Fútbol 7. Nivel 1 le ofrece una formación especializada en la materia. En el ámbito de las actividades físicas deportivas, es necesario conocer los diferentes ámbitos que nos permite desarrollarnos, dentro del área profesional deportivo. Así, con el presente curso Entrenador de Fútbol 7. Nivel 1 de se pretende aportar los conocimientos necesarios para convertirnos en Entrenador de Fútbol 7 Nivel Básico.



+ Información Gratis

a quién va dirigido

Todos aquellos trabajadores y profesionales en activo que deseen adquirir o perfeccionar sus conocimientos técnicos en este área.

objetivos

- Conocer e identificar las partes anatómicas que en mayor medida se encuentran en contacto con la realización de deporte, así como, señalar las cualidades físicas básicas necesarias presentes en el entrenamiento deportivo.
- Indicar distintos aspectos que deben encontrarse presentes en la figura del entrenador.
- Poner en conocimiento el reglamento actual vigente sobre el Fútbol 7.
- Señalar los aspectos más importantes a la hora de llevar a cabo un entrenamiento teniendo en cuenta el aspecto psicológico del mismo, los métodos y la teoría y práctica del entrenamiento en sí.
- Conocer algunas técnicas y tácticas básicas dentro del fútbol 7.
- Identificar las lesiones que se dan con mayor asiduidad en este deporte y conocer los distintos pasos a llevar a cabo a la hora de realizar primeros auxilios.

para qué te prepara

La presente formación se ajusta al curso de Entrenador Básico de Fútbol 7. Nivel 1 certificando haber superado los contenidos que en el mismo se desarrollan y haber alcanzado los objetivos descritos. El presente curso se encuentra enfocado a alcanzar los contenidos específicos para dotarse de los conocimientos, habilidades, capacidades, etc. que le permitan desarrollar su actividad profesional de acuerdo a la capacidades adquiridas tras la realización del curso, trabajando de manera continuada en el ámbito de fútbol 7 y conociendo las cualidades y características que debe portar la figura de entrenador de fútbol.

salidas laborales

Ámbito deportivo, Actividades Deportivas

titulación

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

Esta titulación incluirá el nombre del curso/máster, 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 instituciones que avalan la formación recibida (Instituto Europeo de Estudios Empresariales).

**INSTITUTO EUROPEO DE ESTUDIOS EMPRESARIALES**

como centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional de formación
EXPIDE LA SIGUIENTE TITULACIÓN

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con D.N.I. XXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre de la Acción Formativa

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación INESEM en la convocatoria de XXXX
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX- XXXX-XXXX-XXXXXX

Con una calificación de SOBRESALIENTE

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en
Granada, a (día) de (mes) de (año)

La dirección General

MARIA MORENO HIDALGO

Firma del alumno/a

Sello



NOMBRE DEL ALUMNO/A

**forma de bonificación**

- Mediante descuento directo en el TC1, a cargo de los seguros sociales que la empresa paga cada mes a la Seguridad Social.

metodología

El alumno comienza su andadura en INESEM a través del Campus Virtual. Con nuestra metodología de aprendizaje online, el alumno debe avanzar a lo largo de las unidades didácticas del itinerario formativo, así como realizar las actividades y autoevaluaciones correspondientes. Al final del itinerario, el alumno se encontrará con el examen final, debiendo contestar correctamente un mínimo del 75% de las cuestiones planteadas para poder obtener el título.

Nuestro equipo docente y un tutor especializado harán un seguimiento exhaustivo, evaluando todos los progresos del alumno así como estableciendo una línea abierta para la resolución de consultas.

El alumno dispone de un espacio donde gestionar todos sus trámites administrativos, la Secretaría Virtual, y de un lugar de encuentro, Comunidad INESEM, donde fomentar su proceso de aprendizaje que enriquecerá su desarrollo profesional.

materiales didácticos

- Manual teórico 'Entrenador Básico de Fútbol 7. Nivel 1'



profesorado y servicio de tutorías

Nuestro equipo docente estará a su disposición para resolver cualquier consulta o ampliación de contenido que pueda necesitar relacionado con el curso. Podrá ponerse en contacto con nosotros a través de la propia plataforma o Chat, Email o Teléfono, en el horario que aparece en un documento denominado “Guía del Alumno” entregado junto al resto de materiales de estudio.

Contamos con una extensa plantilla de 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.

- **A través del Campus Virtual:** El alumno/a puede contactar y enviar sus consultas a través del mismo, pudiendo tener acceso a Secretaría, agilizando cualquier proceso administrativo así como



plazo de finalización

El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá de la misma duración del curso. Existe por tanto un calendario formativo con una fecha de inicio y una fecha de fin.

campus virtual online

especialmente dirigido a los alumnos matriculados en cursos de modalidad online, el campus virtual de inesem ofrece contenidos multimedia de alta calidad y ejercicios interactivos.

comunidad

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.

secretaría

Este sistema comunica al alumno directamente con nuestros asistentes, agilizando todo el proceso de matriculación, envío de documentación y solución de cualquier incidencia.

Además, a través de nuestro gestor documental, el alumno puede disponer de todos sus documentos, controlar las fechas de envío, finalización de sus acciones formativas y todo lo relacionado con la parte administrativa de sus cursos, teniendo la posibilidad de realizar un seguimiento personal de todos sus trámites con INESEM

programa formativo**UNIDAD DIDÁCTICA 1. ANATOMÍA IMPLICADA EN EL DEPORTE**

1. Anatomía de columna cervical
2. Anatomía de columna dorsal y tórax
3. Anatomía de columna lumbar
4. Anatomía de extremidad superior
 - 1.- Osteología de cingulo o cintura escapular
 - 2.- Osteología de brazo, antebrazo y mano
 - 3.- Musculatura del miembro superior
5. Anatomía de extremidad inferior
 - 1.- Cadera
 - 2.- Pierna
 - 3.- Pie

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS

1. Capacidades físicas básicas en el entrenamiento deportivo
2. Resistencia
 - 1.- Factores que influyen en el desarrollo de la resistencia
 - 2.- Desarrollo y evolución de la resistencia
3. Fuerza
 - 1.- Tipos de fuerza
 - 2.- Factores que influyen en el desarrollo de la fuerza
 - 3.- Desarrollo y evolución de la fuerza
4. Velocidad
 - 1.- Tipos de velocidad
 - 2.- Factores que influyen en la velocidad
 - 3.- Desarrollo y evolución de la velocidad
5. Flexibilidad
 - 1.- Tipos de flexibilidad
 - 2.- Factores que influyen en la flexibilidad

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL ENTRENADOR DE FÚTBOL 7

1. Ética profesional del entrenador
2. Claves para el éxito
 - 1.- Motivación
 - 2.- Autoestima
 - 3.- Autoconfianza
3. Adaptaciones de los entrenadores en el equipo

UNIDAD DIDÁCTICA 4. FÚTBOL 7

1. Fútbol 7
 - 1.- Introducción a las técnicas del fútbol
2. Reglamento
 - 1.- Regla I. El terreno de juego
 - 2.- Regla II. El balón
 - 3.- Regla III. Número de jugadores
 - 4.- Regla IV. Equipamiento de los jugadores
 - 5.- Regla V. Árbitro
 - 6.- Regla VI. Árbitros asistentes y auxiliar de mesa
 - 7.- Regla VII. Duración del partido
 - 8.- Regla VIII. Inicio y la reanudación del juego

- 9.- Regla IX. El Balón en juego o fuera de juego
- 10.- Regla X. Gol marcado
- 11.- Regla XI. El fuera de juego
- 12.- Regla XII. Faltas e incorrecciones
- 13.- Regla XIII. Tiro libre
- 14.- Regla XIV. Del penalti y su lanzamiento
- 15.- Regla XV. El saque de banda
- 16.- Regla XVI. El saque de meta
- 17.- Regla XVII. El saque de esquina

UNIDAD DIDÁCTICA 5. PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO PSICOLÓGICO

- 1.Importancia de la psicología en el deporte
 - 1.- La finalidad de la intervención psicológica
 - 2.- Variables, habilidades y técnicas psicológicas
 - 3.- Entrenamiento de habilidades psicológicas
 - 4.- Tipos de intervención psicológica
- 2.Componentes generales de un programa de preparación psicológica
- 3.Principios significativos para la planificación del entrenamiento psicológico
- 4.Planificación del entrenamiento psicológico
 - 1.- La planificación
 - 2.- Planificación de un programa psicológico deportivo
 - 3.- Ejecución del programa de entrenamiento psicológico
- 5.Diseño de programas de entrenamiento psicológico
 - 1.- Mentalidad ganadora y fomento de la motivación
- 6.Participación de los deportistas en la preparación psicológica

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TEORÍA Y PRÁCTICA DEL ENTRENAMIENTO

- 1.El entrenamiento y sus tipos
 - 1.- Entrenamiento de la flexibilidad
 - 2.- Entrenamiento muscular
 - 3.- Entrenamiento de la fuerza
 - 4.- Entrenamiento de la resistencia
 - 5.- Entrenamiento de la velocidad
 - 6.- Entrenamiento cardiovascular o aeróbico
 - 7.- El desentrenamiento
- 2.Intensidad del entrenamiento
 - 1.- Ley del umbral (Ley de Shultz-Arnodt)
- 3.Adaptación del organismo
 - 1.- Síndrome general de adaptación o teoría del estrés de Seyle
 - 2.- Principio de la supercompensación
 - 3.- Principios del entrenamiento de la condición física
- 4.Factores que intervienen en el entrenamiento físico
- 5.Programación y organización de las sesiones de entrenamiento
 - 1.- Planificación del entrenamiento
 - 2.- Sesión del entrenamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 7. ORGANIZACIÓN Y LEGISLACIÓN EN EL DEPORTE Y DESARROLLO PROFESIONAL

- 1.Real Decreto sobre Enseñanzas y Títulos de los Técnicos Deportivos
- 2.Funciones de las Federaciones Españolas
 - 1.- Funciones de las Federaciones de ámbito Autonómico
- 3.Desarrollo Profesional del Reglamento de la R.F.E.F.
 - 1.- Libro XIV De la Organización de Entrenadores
 - 2.- Título V de la Escuela Nacional de Entrenadores

3.- Libro XX Del Fútbol Sala

UNIDAD DIDÁCTICA 8. MÉTODOS DE ENTRENAMIENTO DEL FÚTBOL

1. Entender los métodos de entrenamiento del fútbol
 - 1.- Entrenamiento físico
 - 2.- Entrenamiento técnico
 - 3.- Táctica y estrategia
2. Calentamiento, movilidad, flexibilidad
3. Estado físico de carrera
4. Entrenamiento para aumentar la fuerza
 - 1.- Entrenamiento con pesas y desarrollo de los músculos
5. Programa de entrenamiento para aumentar la fuerza y levantar pesas
6. Entrenamiento pliométrico
 - 1.- Fisiología del entrenamiento pliométrico

UNIDAD DIDÁCTICA 9. TÁCTICAS Y SISTEMAS DE JUEGO

1. Generalidades de los sistemas de juego
2. Estilos de juego
 - 1.- Estilos de ataque
 - 2.- Estilos de juego defensivo
 - 3.- Elección de estilos de juego
3. Estrategias y tácticas de juego
 - 1.- Principios ofensivos y defensivos

UNIDAD DIDÁCTICA 10. INTRODUCCIONES A LAS LESIONES DEPORTIVAS: CONCEPTO Y PREVENCIÓN

1. Concepto de lesión deportiva y su relevancia
2. Causas de las lesiones deportivas
3. Fases de la lesión deportiva
4. Factores que influyen en la lesión y curación
 - 1.- Factores predisponentes para sufrir una lesión deportiva
 - 2.- Factores que intervienen en el proceso de curación
5. Prevención de la lesión deportiva
6. Reconocimiento médico previo
7. Psicología de la lesión deportiva
8. Fases de tratamiento de recuperación de la lesión

UNIDAD DIDÁCTICA 11. INTRODUCCIÓN A LA ALIMENTACIÓN EN EL DEPORTE

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

UNIDAD DIDÁCTICA 12. PRIMEROS AUXILIOS

1. Introducción a los primeros auxilios
 - 1.- Principios básicos de actuación en primeros auxilios
 - 2.- La respiración
 - 3.- El pulso
2. Actuaciones en primeros auxilios
 - 1.- Ahogamiento
 - 2.- Las pérdidas de consciencia
 - 3.- Las crisis cardíacas

- 4.- Hemorragias
 - 5.- Las heridas
 - 6.- Las fracturas y luxaciones
 - 7.- Las quemaduras
3. Normas generales para la realización de vendajes
4. Maniobras de resucitación cardiopulmonar
- 1.- Ventilación manual
 - 2.- Masaje cardíaco externo