INESEM

BUSINESS SCHOOL

Curso de Monitor Deportivo en Fútbol + Titulación Universitaria en Entrenador de Fútbol Base con 5 Créditos ECTS

+ Información Gratis

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

Curso de Monitor Deportivo en Fútbol + Titulación Universitaria en Entrenador de Fútbol Base con 5 Créditos ECTS

duración total: 325 horas ***horas teleformación:*** 163 horas

precio: 0 € *

modalidad: Online

* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

descripción

El Curso de Monitor Deportivo en Fútbol + Titulación Universitaria en Entrenador de Fútbol Base con 5 Créditos ECTS te ofrece una oportunidad única para adentrarte en el emocionante y en constante crecimiento sector del fútbol. La demanda de profesionales capacitados en este ámbito nunca ha sido mayor, y con este curso, estarás preparado para enfrentar los desafíos del deporte rey. A lo largo del curso, desarrollarás habilidades esenciales en áreas como la fisiología del ejercicio, la alimentación deportiva, la planificación del entrenamiento psicológico y la prevención y tratamiento de lesiones. Además, te formarás en la enseñanza y entrenamiento del fútbol base, adquiriendo conocimientos en anatomía, biomecánica y educación en valores, fundamentales para trabajar con jóvenes deportistas. Elegir este curso es apostar por una formación integral y especializada que te permitirá destacar en el competitivo mundo del fútbol. La modalidad online te ofrece la flexibilidad necesaria para compaginar tus estudios con otras responsabilidades, asegurando que puedas avanzar en tu carrera desde cualquier lugar. No dejes pasar esta oportunidad de convertirte en un referente en el ámbito del fútbol. ¡Inscríbete ahora y da el primer paso hacia tu futuro!

a quién va dirigido

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

objetivos

- Comprender las bases anatómicas y fisiológicas del movimiento en el deporte. - Conocer el sistema óseo y su impacto en el rendimiento deportivo. - Entender la fisiología muscular y su relación con el entrenamiento. - Analizar los sistemas energéticos y su importancia en el fútbol. - Gestionar la alimentación adecuada para optimizar el rendimiento deportivo. - Reconocer la importancia de la psicología en el deporte y su aplicación. - Planificar entrenamientos psicológicos para mejorar el rendimiento. - Aplicar metodologías efectivas en la enseñanza y entrenamiento del fútbol. - Conocer las reglas de juego y su aplicación en el fútbol base. - Desarrollar habilidades en técnica individual y colectiva en el fútbol. - Prevenir y tratar lesiones deportivas comunes en el fútbol. - Administrar primeros auxilios en situaciones de emergencia deportiva. - Entender las bases psicopedagógicas y educar en valores en el fútbol base. - Desarrollar tácticas elementales en etapas de fútbol base. - Ser un entrenador-educador efectivo en el fútbol base.

para qué te prepara

Este curso te prepara para diseñar y dirigir entrenamientos de fútbol adaptados a las necesidades físicas y psicológicas de los jugadores. Aprenderás a prevenir y tratar lesiones, promover una alimentación adecuada y aplicar técnicas de psicología deportiva. Además, conocerás las reglas del juego y podrás enseñar tanto la técnica individual como colectiva. También, te capacitarás para educar en valores y gestionar equipos de fútbol base. Es una formación complementaria y no habilita para el ejercicio profesional.

salidas laborales

- Monitor deportivo en clubes de fútbol - Entrenador de fútbol base en academias y escuelas deportivas - Coordinador de actividades deportivas en centros educativos - Preparador físico especializado en fútbol - Asesor nutricional y de salud deportiva - Especialista en prevención y tratamiento de lesiones deportivas - Psicólogo deportivo en equipos juveniles - Técnico en primeros auxilios deportivos

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).

INESEM Instituto Europeo de Estudios Empresariales

INSTITUTO EUROPEO DE ESTUDIOS EMPRESARIALES

Centro de Formación Superior de POSTGRADO INESEM

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 direccion General | **Firma del alumno/a**

MARIA MORENO HIDALGO | **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 de Fútbol Base Vol. II'

- Manual teórico 'Monitor Deportivo en Fútbol'

- Manual teórico 'Entrenador de Fútbol Base Vol. I'

profesorado y servicio de tutorías

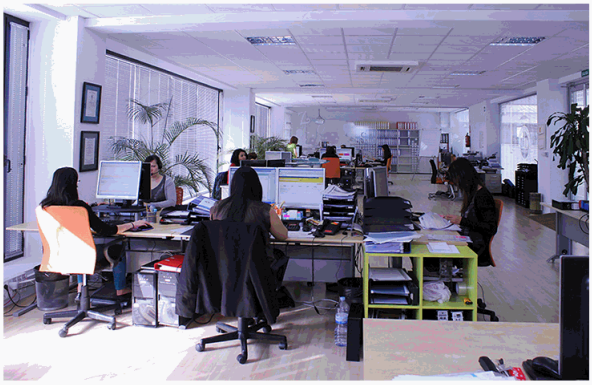
Nuestro equipo docente estará a su disposición para resolver cualquier consulta o ampliación de contenido que pueda necesitar relacionado con el curso. Podrá ponerse en contacto con nosotros a través de la propia plataforma o Chat, Email o Teléfono, en el horario que aparece en un documento denominado “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 disponer de toda su documentación



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

PARTE 1. MONITOR DEPORTIVO EN FÚTBOL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. BASES ANATÓMICAS Y FISIOLÓGICAS DEL MOVIMIENTO

1.Introducción a la fisioterapia.
    1.- Mecánica del movimiento.
2.Fundamentos anatómicos del movimiento.
    1.- Planos, ejes y articulaciones.
    2.- Fisiología del movimiento.
    3.- 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.
    1.- Columna vertebral.
    2.- Tronco.
    3.- Extremidades.
    4.- Cartílagos.
    5.- Esqueleto apendicular.
6.Articulaciones y movimiento.
    1.- Articulación Tibio-Tarsiana o Tibio-Peroneo Astragalina.
    2.- Articulación de la rodilla.
    3.- Articulación coxo-femoral.
    4.- Articulación escapulo humeral.

UNIDAD DIDÁCTICA 3. FISIOLOGÍA MUSCULAR

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

UNIDAD DIDÁCTICA 4. SISTEMAS ENERGÉTICOS

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. METABOLISMO EN FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO

1.El ejercicio físico.
    1.- Clasificación.
    2.- Efectos fisiológicos del ejercicio físico.
    3.- Efectos fisiológicos en niños y adolescentes.
    4.- Fases del ejercicio.
2.Adaptaciones orgánicas en el ejercicio.
    1.- Adaptaciones metabólicas.
    2.- Adaptaciones circulatorias.

+ Información Gratis

3.- Adaptaciones cardíacas.
4.- Adaptaciones respiratorias.
5.- Adaptaciones de la sangre.
6.- Adaptaciones del medio interno.

3.Metabolismo energético durante el ejercicio. La fatiga.
1.- Fuerza, potencia, rendimiento y recuperación del glucógeno muscular.
2.- La fatiga.

UNIDAD DIDÁCTICA 6. 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 7. IMPORTANCIA DE LA PSICOLOGÍA EN EL DEPORTE

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. PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO PSICOLÓGICO

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

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

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 monitor deportivo en fútbol.
6.Construcción del juego.
1.- Relación con el balón.
2.- Presencia del adversario.
3.- El juego entre once: juego completo.

UNIDAD DIDÁCTICA 10. REGLAS DE JUEGO

1.Introducción: normativa.
2.Reglamento (FIFA) y características fundamentales.
1.- El terreno de juego.
2.- El balón.
3.- El número de jugadores.
4.- El equipamiento de los jugadores.
5.- El árbitro.

+ Información Gratis

6.- La duración del partido.
7.- El gol marcado.
8.- El fuera de juego.
9.- Tiros libres.
10.- El penalti.
11.- El saque de banda.
12.- El saque de esquina.

3.Interpretación de las reglas del juego.

UNIDAD DIDÁCTICA 11. TÉCNICA INDIVIDUAL Y COLECTIVA

1.La técnica.
2.Técnica individual.
1.- El control.
2.- Habilidad.
3.- La conducción.
4.- La cobertura.
5.- Golpeo con el pie.
6.- Golpeo con la cabeza.
7.- La finta.
8.- El regate.
9.- El tiro.
3.Técnica colectiva.
1.- El pase.
2.- El relevo técnico.
3.- Acciones combinativas.
4.Técnica del portero.
1.- Técnica individual.
2.- Técnica colectiva.

UNIDAD DIDÁCTICA 12. LESIONES DEPORTIVAS. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

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

UNIDAD DIDÁCTICA 13. 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.

+ Información Gratis

4.Maniobras de resucitación cardiopulmonar.
    1.- Ventilación manual.
    2.- Masaje cardíaco externo.

PARTE 2. ENTRENADOR DE FÚTBOL BASE

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EL FÚTBOL BASE

1.Definición del fútbol base
2.Categorías del fútbol base
    1.- Prebenjamín y benjamín
    2.- Alevines
    3.- Infantiles
    4.- Cadetes
    5.- Juveniles
3.La sesión de entrenamiento en el fútbol base
    1.- Enfoque pedagógico de una sesión

UNIDAD DIDÁCTICA 2. BASES ANATÓMICAS Y BIOMECÁNICAS DEL DEPORTE

1.Introducción a la anatomía
    1.- Sistema óseo
    2.- Sistema muscular
    3.- Sistema nervioso
    4.- Sistema linfático
2.Fundamentos de la biomecánica deportiva
    1.- Objetivos de la biomecánica deportiva
    2.- Relación entre biomecánica y actividad física
3.Mecánica del movimiento
4.Elementos anatómicos del movimiento
    1.- Planos, ejes, articulaciones
    2.- Fisiología del movimiento
    3.- Preparación y gasto de energía
5.El ejercicio físico
    1.- Efectos fisiológicos en niños y adolescentes
    2.- Fases del ejercicio
6.Cualidades físicas básicas
    1.- Resistencia
    2.- Fuerza
    3.- Velocidad
    4.- Flexibilidad

UNIDAD DIDÁCTICA 3. LESIONES DEPORTIVAS EN EL FÚTBOL BASE

1.Concepto de lesión deportiva y su relevancia
    1.- Causas de las lesiones deportivas
    2.- Fases de la lesión deportiva
2.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
3.Prevención de la lesión deportiva
4.Lesiones graves en el fútbol base
    1.- Lesiones de la pierna y el muslo
    2.- Lesiones en la rodilla
    3.- Lesiones del tobillo
    4.- Problemas en el entrenamiento diario
5.Psicología de la lesión deportiva

+ Información Gratis

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ALIMENTACIÓN EN EL FÚTBOL BASE

1.Alimentación para el rendimiento
2.Nutrientes en el deporte
    1.- Hidratos de carbono
    2.- Proteínas
    3.- Grasas
    4.- Vitaminas, minerales y antioxidantes
    5.- Agua
3.La importancia de la alimentación en el fútbol base
4.Necesidades concretas de los jugadores jóvenes
    1.- Estrategias alimenticias
5.Alimentos y suplementos deportivos

UNIDAD DIDÁCTICA 5. BASES PSICOPEDAGÓGICAS Y EDUCACIÓN EN VALORES EN EL FÚTBOL BASE

1.Las emociones en el deporte
    1.- Emociones antes de competir
2.Aspectos psicológicos a considerar en el fútbol base
    1.- Motivación
    2.- Autoconfianza
    3.- Concentración
3.Metas y objetivos en el fútbol base
    1.- Diseño de un sistema de establecimiento de metas
    2.- Conseguir metas
4.Formación en valores
    1.- Influencia entre los jugadores
    2.- Influencia de los amigos, la familia y el ámbito escolar

UNIDAD DIDÁCTICA 6. EL ENTRENADOR-EDUCADOR DE FÚTBOL BASE

1.Ética profesional del entrenador
    1.- Relación entrenador - jugador
    2.- El trabajo del entrenador de fútbol base
    3.- La dirección técnica de un partido
2.Claves para el éxito
3.El entrenador como educador en el fútbol base
4.La adaptación del entrenador al equipo
5.El liderazgo en el fútbol base
    1.- Tipos de liderazgo

UNIDAD DIDÁCTICA 7. TEORÍA Y PRÁCTICA DEL ENTRENAMIENTO EN EL FÚTBOL BASE

1.Métodos de entrenamiento en el futbol base
    1.- Entrenamiento físico
    2.- Entrenamiento técnico
    3.- Táctica y estrategia
2.Calentamiento, movilidad, flexibilidad
3.Estado físico de carrera
4.Entrenamiento pliométrico
    1.- Ejercicios pliométricos específicos del fútbol
5.Ejercicios prácticos en el entrenamiento
6.Recuperación y regeneración en el entrenamiento
    1.- El entrenamiento de recuperación

UNIDAD DIDÁCTICA 8. REGLAS BÁSICAS DEL FÚTBOL

1.Introducción: normativa
2.Reglamento FIFA y características fundamentales
    1.- El terreno de juego

+ Información Gratis

2.- El balón
3.- El número de jugadores
4.- El equipamiento de los jugadores
5.- El árbitro
6.- La duración del partido
7.- El gol marcado
8.- El fuera de juego
9.- Tiros libres
10.- El penalti
11.- El saque de banda
12.- El saque de esquina

3.Interpretación de las reglas del juego

UNIDAD DIDÁCTICA 9. ENSEÑANZA DE LA TÉCNICA INDIVIDUAL Y COLECTIVA

1.La técnica
1.- Procedimiento de aprendizaje

2.Técnica individual
1.- El control
2.- Habilidad
3.- La conducción
4.- La cobertura
5.- Golpeo con el pie
6.- Golpeo con la cabeza
7.- La finta
8.- El regate
9.- El tiro

3.Técnica colectiva
1.- El pase
2.- El relevo técnico
3.- Acciones combinativas

4.Técnica del portero
1.- Técnica individual
2.- Técnica colectiva

UNIDAD DIDÁCTICA 10. TÁCTICA ELEMENTAL EN ETAPAS DE FÚTBOL BASE

1.Táctica y estrategia de juego
1.- Principios ofensivos y defensivos
2.- Táctica de equipo

2.Táctica en ataque y en defensa
1.- Táctica de ataque
2.- Táctica de defensa
3.- Equilibrio entre defensa y ataque

3.Tácticas individuales y grupales
1.- Tácticas individuales
2.- Tácticas grupales

4.Sistemas de juego elementales
1.- Sistemas de juego aconsejables en el fútbol base
2.- Perfilar un sistema de juego

UNIDAD DIDÁCTICA 11. PRIMEROS AUXILIOS PEDIÁTRICOS

1.Introducción a los primeros auxilios
1.- La respiración
2.- El pulso
3.- Actuaciones en primeros auxilios

2.Normas generales para la realización de vendajes

3.Anatomía y desarrollo del paciente pediátrico
   1.- Diferencias anatómico-fisiológicas entre el adulto y el niño
4.Urgencias pediátricas
   1.- Crisis asmática
   2.- Insuficiencia cardíaca
   3.- Cefaleas
   4.- Hemorragia gastrointestinal
   5.- Ingestión de cuerpos extraños
   6.- Vómitos
5.Reanimación cardiopulmonar en niños