



## **CERTIFICACIÓN PREPARADOR FÍSICO DE FÚTBOL**

En esta propuesta se ha convoca a un plantel docente con experiencia en equipos de futbol de todas las divisiones del fútbol argentino y el exterior, que compartirá no sólo herramientas y conocimientos, sino también sus experiencias en el campo.

El curso en Preparación Física en el fútbol, surge como consecuencia de la necesidad de mejorar el conocimiento científico y técnico de los alumnos participantes sobre el complejo proceso de acondicionamiento físico del futbolista y todos los aspectos relevantes que lo envuelven. En la actualidad el objetivo de la preparación física se ha ido derivando cada vez más hacia la búsqueda de estrategias para mantener una óptima forma física durante el mayor tiempo posible en competición, así como también en la prevención de futuras lesiones y en el desarrollo de futuros futbolistas con proyección internacional.

El gran auge en los últimos años en la investigación en deporte y la profesionalización del fútbol, han producido que la figura del preparador físico cobre mayor relevancia en los clubes de fútbol, no solo refiriéndose al impacto deportivo sino a la repercusión económica que supone para los clubes disponer de un buen equipo de preparación física dentro de su organigrama técnico.

Destinado a:

- Estudiantes de educación física
- Profesores o Licenciados en educación física
- Entrenadores deportivos
- Estudiantes o Licenciados en kinesiología

Examen final: **SI**

Horas reloj: **45HS. de cursado**

Organiza: **ETHOS**

Certifica: **Editorial YO SÉ**

Acompaña: **Universidad Nacional de Rafaela**

Modalidad: **Online - PLATAFORMA ZOOM**

Aula Virtual: **SI**

## **PLANTEL DOCENTE:**

### **Walter Occhiato**

Prof. de Educación Física - Preparador Físico Club Atlético Banfield 2016 – actualidad, ex PF. Los Andes, Tristán Suarez, Chacarita Juniors, Deportivo Merlo, entre otros.

### **Medrano Joaquin**

Lic. en Educación Física - Preparador Físico de Belgrano Athletic Club 2019 – Actualidad, ex Real Pilar (1ra División), ex PF Club Atlético Lanus (Juveniles), Corenel Bolognesi (1ra División) (Perú), Racing Club (Juveniles), Fútbol Club Barcelona (Juveniles Rugby) (España), entre otros.

### **Ramiro Loguercio**

Lic. en Educación Física Preparador físico plantel profesional Club Atletico Banfield. Ex preparador físico primeros equipos Rosario Central; Oriente Petrolero, (Bolivia); Sol de America y Sportivo Luqueño, (Paraguay), entre otros.

### **Varady Ariel**

Lic. en Educación Física - Actual Coordinador de preparación física de divisiones formativas y P.F de Reserva. Liga Deportiva Universitaria (Ecuador): ex PF Sub 15 y Sub 17 Futbol Joven. Unión San Felipe (Chile): 1era División Futsal. Club Social y Deportivo Miriñaque; 1era División.

Estudiantes de San Luis (B Nacional); 1era División. Crucero del Norte de Misiones, entre otros.

### **Vilariño Leandro**

Lic. en Educación Física – Ex PF. Club The Strongest (Bolivia), ex PF, 1ra División Club Blooming (Bolivia), PF 1ra División Club Ferro Carril Oeste, 1ra División Juventud unida de Gualeguaychu, Club Almirante Brown (Juveniles), PF 1ra División Quilmes Atlético Club, entre otros

### **Sebastián García Prado**

Profesor de educación física. Preparador físico de fútbol APEFFA. Actual Preparador físico del Club River Plate FUTSAL. Ex PF 1ra División Futsal , Club 17 de Agosoto, America del Sud, Club Barracas Central

### **Rodrigo Villaseca**

Licenciado y Profesor de educación Física. Master en Rendimiento físico y deportivo (UPO, España). Doctorando en Ciencias de la Actividad Física y Deporte (UPO, España)

Actual PF de la Selección Femenina de Fútbol Chileno, Ex PF de Pudahuel Barrancas, Selecciones Formativas de Chile, Plantel Profesional Real Estelí (Nicaragua), entre otros.

## **Matías Sampietro**

Magister en Prevención y readaptación físico deportivo. Experto Universitario en Prevención de lesiones y Readaptación Físico Deportiva. Licenciado en Kinesiología y Fisioterapia. Profesor de Educación Física. Alumno de Doctorado en Ciencias de la Salud. (UNC). Kinesiólogo del Club Atlético Belgrano de Córdoba. Plantel Profesional

### **Programa de estudios:**

#### **MÓDULO 1 – FUERZA – DOCENTE: OCCHIATO WALTER**

- Concepto de fuerza aplicada
- Demandas de fuerza del futbol
- Carácter del esfuerzo como pilar fundamental de la programación
- Medios y métodos de entrenamiento de la fuerza aplicados al fútbol
- Programación de la fuerza en pretemporada
- Programación de la fuerza en competición

#### **MÓDULO 2 - VELOCIDAD – DOCENTE: MEDRANO JOAQUÍN**

- Análisis del sprint dentro del futbol
- Cinética y Cinemática del sprint
- El sprint y los sus beneficios en la prevención de lesiones
- Medios y métodos de entrenamiento actuales vs tradicionales
- Programación semanal del sprint como carga complementaria

#### **MÓDULO 3 – RESISTENCIA – DOCENTE: LOGUERCIO RAMIRO**

- La resistencia manifestada en valores cuantitativos dentro del fútbol
- Lo nuevo y lo moderno en términos de métodos analíticos del entrenamiento de la resistencia
- Las demandas del juego y la aplicación de juegos reducidos
- Análisis de los juegos reducidos y su implementación según modelo de juego

#### **MÓDULO 4 – ENTRENAMIENTO INFATO-JUVENIL- DOCENTE: VARADY ARIEL**

- Entrenamiento de la fuerza en el proceso infanto-juvenil
- Entrenamiento de la pliometría y velocidad en el proceso infanto juvenil
- Entrenamiento de la resistencia en el proceso infanto-juvenil
- Implementación de juegos reducidos dentro del proceso infanto-juvenil

#### **MÓDULO 5 – TECNOLOGÍAS APLICADAS – VILARIÑO LEANDRO**

- Introducción a la tecnología y el deporte
- Control del entrenamiento de la fuerza y potencia. Econder, Plataforma de fuerza

- Control de la velocidad. Filmaciones de alta velocidad, GPS, sistema de trackeo • Control de carga externa mediante GPS

#### **MÓDULO 6 – PREPARACIÓN FÍSICA EN EL FUTBOL FEMENINO – DOCENTE: RODRIGO VILLASECA**

- Contextualización del fútbol femenino
- Evidencia científica sobre el perfil físico, antropométrico y rendimiento en partidos oficiales • Propuesta de entrenamiento enfoque práctico

#### **MÓDULO 7 – PREPARACIÓN FÍSICA EN EL FUTSAL – DOCENTE: SEBASTIÁN GARCÍA PARDO**

- Características del deporte carga interna y carga externa
- Protocolos preventivos
- Organización de las tareas en los diferentes microciclos
- Tareas específicas

#### **MÓDULO 8 – PREVENSIÓN Y READAPTACIÓN DE LESIONES – DOCENTE: MATIAS SAMPIETRO**

- Ejemplo de análisis y desarrollo de un modelo preventivo circular para deportes en equipo (TIP). Re-Evaluar, Identificar, Intervenir tomando como guía las lesiones musculares.
- La importancia de la DOSIS mínima para conseguir las adaptaciones óptimas sin interferencias.
- Organigrama de la prevención en un deporte de equipo
- Fundamentos y contextualización de la readaptación físico deportiva y el reentrenamiento al esfuerzo.
- Fases del proceso rehabilitación readaptación reentrenamiento, desarrollo histórico y de modelos. Propuesta de modelo de fases para el proceso rehabilitación –readaptación. -Rol y momento determinate del profesional a cargo de la readaptación.
- Modelos de Integración al entrenamiento normalizado y a la competición.
- Modelo Control-Caos. Modelo de rehabilitación de campo de 5 etapas. Ejemplos desde el monitoreo de la carga externa.
- Determinación de los elementos determinantes en la toma de decisión de retorno al juego. Ejemplo de evaluaciones de proceso y de RTP.

# INFORMACIÓN IMPORTANTE POR FAVOR LEER TODO

**Duración:** 2 MESES

**Fechas:**

Módulo 1: 1 y 2 octubre Fuerza

Módulo 2: 8 y 9 de octubre. Velocidad

Módulo 3: 15 y 16 de octubre. Resistencia

Módulo 4: 22 y 23 de octubre. Entrenamiento Infanto - Juvenil

Módulo 5: 29 y 30 de octubre. Tecnología Aplicada

Módulo 6: 5 y 6 de noviembre. Preparación física fútbol femenino

Módulo 7: 12 y 13 de noviembre. Preparación física futsal

Módulo 8: 19 y 20 de noviembre. Prevención y readaptación de lesiones.

- LAS FECHAS PUEDEN SUFRIR MODIFICACIONES DEBIDO A QUE EL CALENDARIO COMPETITIVO DE LOS DOCENTES PUEDE VARIAR.

## Horarios (Argentina)

Viernes de 19:00 a 22:00hs.

Sábados de 9:00 a 12:00hs.

- Cursado 100% online: Aula Virtual campus propio (campus.cursosyose.com)
- Grupo de Whatsapp con los docentes
- Las clases quedarán grabadas, y se entrega todo el material aportado en clases.

## VALORES

### SOLO ARGENTINA:

**Hasta el 15 de septiembre:**

- 1 PAGO DE \$12.000 pesos mediante transferencia bancaria solicitar CBU haciendo [CLICK AQUÍ](#)
- 1 PAGO DE \$13.000 pesos mediante mercado pago – (enviar dinero al 1150495932)
- 3 PAGOS DE \$6000 pesos mediante mercado pago – PAGA HACIENDO [CLICK AQUÍ](#)

### EXTRANJEROS:

**Hasta el 15 de septiembre**

- 1 PAGO DE 75 dólares americanos mediante plataforma \*AIRTM - - - - <https://app.airtm.com/login>  
\*Dejamos un instructivo de como usar la plataforma, es similar a Paypal, Zelle, etc. Solo hay que crear una cuenta y seguir los pasos que indica el instructivo. PODES VER INSTRUCTIVO HACIENDO [CLICK AQUÍ](#)
- 2 PAGOS DE 50 dólares americanos mediante AIRTM
- Ecuador TRANSFERENCIA BANCARIA
  - Ariel Enrique Varady
  - Pasaporte: 32805106N
  - Caja de ahorros
  - Produbanco
  - Cuenta: 12661072512
- Bolivia TRANSFERENCIA BANCARIA
  - Cuenta en dólares banco Fassil
  - Leandro Vilariño
  - Cuenta en dólares: 4036102
- De no poder realizar transferencia mediante aplicación AIRTM o transferencia bancaria a Ecuador y Bolivia solicitar al número haciendo [CLICK AQUÍ](#)

**TODOS LOS VALORES PASADO LA FECHA DEL 15 DE SEPTIEMBRE TENDRAN UN AUMENTO DEL 25% SIN EXCEPCIÓN**

**UNA VEZ REALIZADO EL PAGO POR FAVOR COMPLETAR FORMULARIO CORRESPONDIENTE A SU NACIONALIDAD Y A FINES DEL MES DE SEPTIMBRE RECIBIRA EN SU EMAIL EL ACCESO AL CAMPUS VIRTUAL Y AL GRUPO DE WHATSAPP.**

Formulario Argentina ingresa haciendo [CLICK AQUÍ](#)

Formulario Extranjeros ingresa haciendo [CLIK AQUÍ](#)

**IMPORTATE COMPLETAR EL FORMULARIO CORRECTAMENTE, CHEQUAR EMAILS, DNI, NOMBRES Y APELLIDOS YA QUE DESDE ESOS DATOS SE EMITIRA EL CERTIFICADO**

Esperamos contar con su presencia, te llevaras mucha información, mucho conocimiento, una red de contacto profesional muy grande, y la seguridad de tener el mejor curso de PREPARACIÓN FÍSICA DE FÚTBOL DEL CONTINENTE, donde ya han pasado mas de 600 ALUMNOS DE TODO EL MÚNDO...

!!!!TE ESPERAMOS!!!!