

Certificado en Entrenamiento en Deportes de Equipo

Duración: 4 meses

Descripción

En este Certificado aprenderás cuáles son los perfiles fisiológicos de deportes de equipo, y cómo éstos influyen en la programación del entrenamiento. Además, conocerás las nuevas metodologías de entrenamiento. Desde el aspecto de la fuerza aprenderás a elaborar programa de entrenamiento efectivo, haciendo una adecuada selección de los medios, en función de las necesidades de su equipo, deportista. Llevaremos a cabo un proceso de análisis y valoración de factores de riesgo de lesiones que fundamentan las intervenciones preventivas, como también las estrategias preventivas de lesión que resultan efectivas. También se analizan las necesidades de los deportes de equipo, los recursos y tiempos con los que contamos para poder generar una propuesta adecuada en lo que hace a la utilización de pruebas de valoración de capacidades motoras y la medición correspondiente.

Dirigido a

- Entrenadores, deportistas, preparadores físicos.
- Estudiantes y graduados de carreras relacionadas con las ciencias del deporte y la actividad física.
- Estudiantes y graduados de carreras relacionadas con las ciencias de la salud (médicos, nutricionistas, etc.).

Tu experiencia de aprendizaje en FCB Universitas

- Contenido world-class, diseñado por expertos y de aplicación inmediata en el ámbito profesional.
- Acceso al material de estudio las 24 horas, donde quieras y desde cualquier dispositivo.
- Feedback personalizado en todas las actividades y consignas, individuales y grupales.
- Espacios de debate e interacción con profesionales de la industria de todas partes del mundo.
- Certificado por cada curso, avalado por FCB Universitas y emitido por la Universidad Siglo 21.

Requisitos

- Poseer conexión a internet.
- Certificado de Aprobación Verificado de Capabilia. Se realiza a través de un examen de validación al finalizar el programa. Gracias a la integración con tecnologías de supervisión remota, permite:

- Garantizar la transparencia del proceso de certificación.
- Validar la identidad del titular del certificado.
- Acreditar la adquisición de competencias y habilidades específicas.

Plan de estudio

Evaluación deportiva

- Módulo 1: Evaluación de Fuerza en Deportes de Equipo.
- Módulo 2: Evaluación de Velocidad y Agilidad.
- Módulo 3: Evaluación de Resistencia en Deportes Acíclicos.
- Módulo 4: Módulo Integrador.

Entrenamiento de fuerza en deportes de equipo

- Módulo 1: Introducción a la Fuerza en los Deportes Colectivos. Nuestro paradigma.
- Módulo 2: Periodización y Medios de Entrenamiento.
- Módulo 3: Programación de una Sesión.
- Módulo 4: Módulo Integrador.

Prevención de lesiones

- Módulo 1: Conceptos Básicos en Epidemiología y Prevención de Lesiones.
- Módulo 2: Prevención de Lesiones Musculares.
- Módulo 3: Prevención de Lesiones Articulares.
- Módulo 4: Módulo Integrador.

Programación del entrenamiento y perfil fisiológico en deportes de equipo

- Módulo 1: Periodización, Planificación y Metodologías. Teorías y Nuevos Paradigmas
- Módulo 2: Temporada Deportiva.



BARÇA
INNOVATION HUB

UNIVERSIDAD
SIGLO 21

ESCUELA
DE NEGOCIOS

- Módulo 3: Caracterización de los deportes de equipo haciendo foco en el fútbol. Análisis de demandas físicas.
- Módulo 4: Módulo Integrador.