

MÁSTER UNIVERSITARIO



Universidad Europea  
Miguel de Cervantes

# MÁSTER PROFESIONAL EN FÚTBOL



CURSO DESARROLLADO POR



DISTRIBUIDO POR



## MÁSTER PROFESIONAL EN FÚTBOL

### FORMACIÓN AVALADA

Al finalizar el curso, el alumno obtendrá el título

#### Máster Profesional en Fútbol

Título Propio de



Universidad Europea  
Miguel de Cervantes

a través de



La UEMC, en colaboración con la empresa Total Agents Sport presenta el **MÁSTER PROFESIONAL EN FÚTBOL**.

Para la obtención del Título Propio de Máster Profesional en Fútbol, los alumnos realizarán 4 Títulos Propios de Especialista Universitario en:

*Preparación Física de Fútbol*

*Prevención y Recuperación Funcional de Lesiones en Fútbol*

*Formación y Dirección de Cantera de Fútbol*

*Nuevas Tecnologías en Fútbol*

Estos Títulos Propios de la Universidad también se pueden realizar de manera individual y diferenciada como Títulos de Especialista Universitario, o de manera combinada para obtener otros títulos de Máster.

**HORAS**

2500

**Créditos (ECTS)**

100

**PLAZO DE REALIZACIÓN**

2 años

**MODALIDADES**

**ON LINE**

*Campus Virtual*  
*Matrícula abierta todo el año*

**DIRIGIDO A / REQUISITOS**

Licenciados en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

Entrenadores de Nivel III o Técnico Deportivo Superior en Fútbol.

Licenciados y Diplomados Universitarios de otras especialidades.

Alumnos de último curso de carrera de grado en Ciencias de la Salud y Actividad Física y el Deporte.

## OBJETIVOS

El *Máster Profesional en Fútbol* ofrece una preparación específica, diferente y actualizada, que es lo que demandan hoy por hoy los Clubes de Fútbol. La UEMC y Total Agents Sport conocedores de las necesidades del mercado laboral, desean con la puesta en marcha de este MÁSTER, brindar nuevas oportunidades.

- Se trata de dotar a los alumnos de la capacitación y el reconocimiento institucional necesario para intervenir profesionalmente en el ámbito de la preparación física, la dirección de cantera, la prevención de lesiones y los trabajos de recuperación funcional de las mismas, apoyándose todas las labores en las nuevas tecnologías existentes para cada ámbito.
- Ofrecer un currículum único en calidad y diversidad pensando en el fútbol moderno, y en sus necesidades.
- Dirigido a todo aquel que desee superarse, y mejorar su formación futbolística.



## METODOLOGÍA



La **matrícula para la modalidad on line** está abierta todo el año, por lo que el alumno decide cuando empezar a realizar el curso, sin necesidad de esperar a fechas específicas o a que se cubra un número mínimo de plazas.



Una vez matriculado, se dispone de un máximo de **2 años** para finalizar el curso y obtener el correspondiente Título Propio.



Finalizada la formación, Total Agents Sport permite a sus alumnos **seguir accediendo por tiempo indefinido** al Campus Virtual, pudiendo aprovechar los nuevos contenidos que se vayan incorporando (tanto material didáctico como vídeos de Máster Clases y Ponencias).



La formación con **metodología online** se impartirá de forma asíncrona y guiada a través de nuestro Campus Virtual.



Los contenidos didácticos, las clases y los procesos de evaluación están realizados por **profesionales cualificados**, con amplia experiencia en todos los aspectos del fútbol y reconocido prestigio pedagógico.



Importante apoyo con la utilización de las nuevas tecnologías al servicio del deporte, aportando **material audiovisual** que reforzará el contenido didáctico: Máster clases y ponencias que aporten conocimientos y experiencias. Visita nuestro [canal de YouTube](#) para ver algunos ejemplos:



Se informará al alumno de las fechas y lugar en las que se desarrollarán las **Máster Clases y ponencias**, impartidas por profesionales vinculados a la alta competición deportiva, para que pueda asistir en directo a su celebración. Disponibilidad permanente de estos contenidos en nuestra plataforma on-line para todos los alumnos (tanto los que pudieron asistir como para los que no).



Interactuación alumno-profesor. El método **e-learning** a través de chats y foros ofrece la posibilidad de un contacto real y continuo entre todos los actores de la formación, con la ventaja de que se atiende a cada alumno en función de sus necesidades.

## ELEMENTOS DEL CURSO



Contenidos del temario en Campus Virtual  
(plataforma de formación on line)



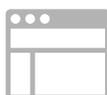
- Sistema evaluación continua
- Exámenes y trabajos finales



E-books de la editorial McSports



Audiovisuales de ponencias y Máster Clases relacionados con la materia, desarrolladas en la Universidad Europea Miguel de Cervantes (UEMC) de Valladolid (España) y en escuelas e instalaciones deportivas de clubes de élite.



Software específico.

Licencias de programas informáticos de videoanálisis, rendimiento deportivo, scouting...



Prácticas.

- No son obligatorias y no influyen en la nota final del Máster.
- Se realizan una vez superada la parte teórica de todo el curso.
- Se desarrollarán en clubes de élite, academias o escuelas profesionales de fútbol

*(Consultar costes adicionales)*



Bolsa de empleo.

El alumno entra a formar parte de nuestra bolsa de empleo.



**Título Propio** expedido por la Universidad Europea Miguel de Cervantes

A la finalización del Máster y una vez abonadas las tasas universitarias correspondientes al año académico.

## PROFESORES - PONENTES

### **Francisco Gallardo Mármol.**

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte por el INEF de Madrid. | Diplomado en Enfermería por la UCM. Técnico Deportivo Superior en Fútbol (Nivel III). | Entrenador, ayudante y preparador físico en el Real Madrid durante 8 temporadas. | Entrenador, ayudante y preparador físico en el Real Madrid Castilla (Temporada 2009-2010). | Primer entrenador, en el San Cristóbal, el CD Betis San Isidro o, actualmente en E.D. Moratalaz | Profesor de Deportes Colectivos y Socorrismo en el CFGS AAFAD "Los Castillos" Alcorcón. | Profesor en la Facultad de CAFYD en la materia de Fútbol en la UAX y UEM (curso 2012-13). | Profesor en las escuelas y cursos de entrenadores de fútbol de la FFM, CENETED y CENAFE. | Director Académico del Master Propio de la UPM en "Actividad física, salud y calidad de vida" y Curso de Especialista de "Prevención, Intervención y Recuperación Funcional de Lesiones" (IV Edición).

### **Javier González López.**

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte por el INEF de Madrid. | Técnico Deportivo Superior en Baloncesto (Nivel III). | Segundo entrenador en el Club Estudiantes (Equipo ACB) siendo el responsable de Scouting (desde 1999 hasta 2012) (Entrenadores: Pepu Hernández-Carlos Sainz de Aja- Juan Antonio Ortega-Pedro Martínez-Mariano de Pablos- Velimir Perasovic- Luis Casimiro-Trifon Poch). | Primer entrenador en las Categorías Inferiores del Real Madrid dirigiendo al Juvenil "A" (1990-93) | Profesor en la Universidad Autónoma durante el presente curso académico de Herramientas Informáticas para el Análisis de la Táctica (2013) | Profesor en los Cursos de CENAFE para entrenadores de fútbol (Nivel I) . | Profesor del Módulo de Deportes Colectivos en el IES Los Castillos. | Primer entrenador del 1º Div. Nacional femenina en el Club Femenino de baloncesto de Alcorcón.

### **Juan Carlos González Hernández.**

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF) Universidad Europea Miguel de Cervantes. Experto en Gestión Deportiva y Alto rendimiento con maestría en Fútbol. Grado Superior en Actividades Físicas y Deportivas. Entrenador UEFA-A de Fútbol. Preparador Físico Real Valladolid. Entrenador Fundación Real Valladolid. Profesor de Metodología y Táctica en la Escuela Nacional de Entrenadores de Fútbol "Colegio San Gabriel".

### **Pedro E. Millán**

Entrenador de Fútbol

Máster del Real Madrid en Captación, Desarrollo y Gestión de Cantera en Fútbol

### **Raúl Zarzuela Martín.**

Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Profesor de Readaptación al Ejercicio Físico en la UEMC. Máster en Prevención y Readaptación Físico-Deportiva de Lesiones en el Fútbol.

### **Silvia Sedano Campo.**

Doctora en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Preparadora Física del Centro de Tecnificación de la Federación de Castilla y León de Fútbol. Entrenadora Nacional de Fútbol. Profesora en la Universidad Europea Miguel de Cervantes.

### **Alberto Giráldez Díaz.**

Segundo Entrenador, Preparador Físico y Director de Formación de importantes clubes y equipos como Real Madrid, Rayo Vallecano, Valencia F.C., Sevilla F.C., Real Valladolid, C.D. Tenerife, Tigres de Monterrey (México) y Sporting de Cristal (Lima, Perú).

## PROFESORES - PONENTES

### **Carlos Antón.**

Responsable de la Fase de Desarrollo Profesional Bristol City FC (Reino Unido). Coordinador de Metodología y Entrenador de la Academia Málaga Club de Fútbol. Scouting en la Academia Real Madrid C.F.

### **David Dóniga Lara.**

Segundo Entrenador Deportivo de La Coruña. Técnico asistente de Manuel Alfaro, Entrenador UEFA PRO y Máster de ARD del COE. Autor del libro "La planificación futbolística. La herramienta práctica".

### **David Salavert.**

Director de Cantera del Levante U.D. Licenciado en Psicología. Entrenador Nacional de Fútbol. Profesor en Máster de Detección y Desarrollo de Talento en Fútbol, en la Escuela Universitaria del Real Madrid.

### **Javier Lavandeira Mejide.**

Entrenador durante 9 años en la cantera del R.C. Deportivo de la Coruña. Profesor de Táctica en la escuela de entrenadores del R.C. Deportivo de la Coruña. Coautor, junto a Juan Carlos Valerón, del libro "El entrenamiento del fútbol ofensivo".

### **Carlos Hugo García Bayón.**

Director de Cantera RC Celta de Vigo. 2º Entrenador Barcelona B (4 temporadas). 2º Entrenador 1er equipo RC Celta de Vigo. Departamento de captación Villarreal (una temporada). Seleccionador y Director Técnico de todas las categorías de la Federación de Fútbol de Castilla y León (5 temporadas)

### **Víctor Paredes Hernández.**

Preparador físico y readaptador de lesiones en el Rayo Vallecano de Madrid. Profesor Practicum "Alto rendimiento: Fútbol" y "Salud: Readaptación de lesiones" (INEF – UPM).

### **Juan Pedro Navarro.**

Máximo responsable de la Cantera del Rayo Vallecano de Madrid.

### **Juan Vicente Peinado**

Entrenador del Juvenil de División de Honor del Rayo Vallecano de Madrid, S.A.D. Ex- entrenador en las canteras del Real Madrid, Villarreal y Rayo Vallecano. Ex-portero profesional en 2ºB. Entrenador nivel III. Entrenador durante 2 temporadas en el Real Madrid Juvenil. Entrenador del Villarreal C durante 2 temporadas

### **Miguel Ángel Sánchez Muñoz "Michel"**

Director de la Cantera del Rayo Vallecano y jugador profesional durante 16 temporadas en el Rayo Vallecano. Ex jugador del Rayo Vallecano de Madrid, S.A.D.

### **Víctor González-Salellas.**

Entrenador de fútbol y Coach Profesional. Máster en Programación Neuro-Lingüística (Univ. de Santa Cruz, California, EEUU)

### **Enrique Margallo Ariza**

Readaptador Físico-Deportivo del Real Valladolid C.F. Licenciado en Ciencias de la Educación Física y del Deporte. Master en Readaptación Físico- Deportiva. Post- Grado en Readaptación al Esfuerzo.

## PROGRAMA

# I. PREPARACIÓN FÍSICA DE FÚTBOL

### MÓDULO 1

BASES MÉDICAS EN EL FÚTBOL.  
125 h - 5 ECTS

### MÓDULO 2.1

ENTRENAMIENTO Y MEJORA DE LAS CAPACIDADES CONDICIONALES EN EL FÚTBOL.  
175 h - 7 ECTS

### MÓDULO 2.2

PLANIFICACIÓN FUTBOLÍSTICA (de David Dóniga Lara)  
MÓDULO DE MATERIAL ADICIONAL

### MÓDULO 3

ADAPTACIÓN DE LA PREPARACIÓN FÍSICA AL JUEGO.  
100h - 4 ECTS.

### MÓDULO 4

INTERVENCIÓN SOCIAL DEL PREPARADOR FÍSICO EN FÚTBOL.  
100 h - 4 ECTS

### MÓDULO 5.1

HISTORIA, INVESTIGACIÓN Y NUEVAS TECNOLOGÍAS COMO HERRAMIENTAS COMPLEMENTARIAS PARA EL PREPARADOR FÍSICO.  
125 h - 5 ECTS

### MÓDULO 5.2

INGLÉS TÉCNICO PARA ENTRENADORES DE FÚTBOL  
MÓDULO DE MATERIAL ADICIONAL

# II. FORMACIÓN Y DIRECCIÓN DE CANTERA DE FÚTBOL

### MÓDULO 1

CREACIÓN DE LA CANTERA.  
100 h - 4 ECTS

### MÓDULO 2

CAPTACIÓN Y DESARROLLO DE JUGADORES.  
150 h - 6 ECTS

## PROGRAMA

### MÓDULO 3

MODELO Y SISTEMA DE JUEGO.

100 h - 4 ECTS

### MÓDULO 4

PROGRAMACIÓN DEL ENTRENAMIENTO.

125 h - 5 ECTS

### MÓDULO 5

RECURSOS TECNOLÓGICOS EN EL FÚTBOL.

80 h - 3 ECTS

### MÓDULO 6

COACHING DEPORTIVO, DIRECCIÓN DE EQUIPOS.

80 h - 3 ECTS

## III. PREVENCIÓN Y RECUPERACIÓN FUNCIONAL DE LESIONES EN FÚTBOL

### MÓDULO 1

LESIONES EN EL FÚTBOL Y SU TRATAMIENTO.

150 H - 6 ECTS

### MÓDULO 2

ENTRENAMIENTO Y MEDIDAS PARA LA PREVENCIÓN DE LESIONES EN FÚTBOL.

175 H - 7 ECTS

### MÓDULO 3

ENTRENAMIENTO Y ESTABLECIMIENTO DE PROTOCOLOS PARA LA RECUPERACIÓN FUNCIONAL DE LESIONES.

200 H - 8 ECTS

### MÓDULO 4

ACCIÓN SOCIAL DEL READAPTADOR EN EL FÚTBOL E INVESTIGACIÓN.

100 H - 4 ECTS

## IV. NUEVAS TECNOLOGÍAS EN FÚTBOL

### MODULO 1

ANÁLISIS DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS

175 h - 7 ECTS

## PROGRAMA

### **MODULO 2**

TÉCNICAS INSTRUMENTALES BIOMECÁNICAS MÁS COMUNES

125 h – 5 ECTS

### **MODULO 3**

EL PROCESO DE SCOUTING

125 h – 5 ECTS

### **MODULO 4**

SOFTWARES: ALGUNOS EJEMPLOS

125 h – 5 ECTS

TRABAJO FINAL

75 h - 3 ECTS

## PROGRAMA DESGLOSADO

# I. PREPARACIÓN FÍSICA DE FÚTBOL

## MÓDULO 1. BASES MEDICAS EN EL FÚTBOL

### 1. NUTRICIÓN E HIDRATACIÓN EN EL ENTRENAMIENTO Y LA COMPETICIÓN

- 1.1. Necesidades energéticas en el fútbol
  - 1.1.1. Dieta pre- partido
  - 1.1.2 Ingesta energética durante el partido
  - 1.1.3 Dieta post- partido
- 1.2. Nutrición e hidratación durante los viajes
- 1.3 Hidratación en el fútbol
- 1.4 Ayudas ergogénicas en el fútbol

### 2. PREVENCIÓN LESIONES EN EL FÚTBOL

- 2.1. Definiciones.
  - 2.1.1 Lesión.
  - 2.1.2 Días de baja deportiva.
  - 2.1.3 Recidivas.
- 2.2. Epidemiología lesional e incidencia.
- 2.3. Severidad de las lesiones.
- 2.4. Clasificación de las lesiones.
- 2.5. Recidivas
- 2.6. Equipamiento deportivo y riesgo de lesión.
- 2.7. El entrenamiento preventivo.
- 2.8. Estudios científicos.

### 3. LOS AUXILIOS, REANIMACIÓN CARDIOPULMONAR, FUNCIONES Y MANEJO DE DESFIBRILADOR.

## MÓDULO 2.1. ENTRENAMIENTO Y MEJORA DE LAS CAPACIDADES CONDICIONALES EN EL FÚTBOL

### BLOQUE A:

#### 1. EXIGENCIAS FÍSICAS EN EL FÚTBOL

- 1.1. Análisis de las demandas fisiológicas en el fútbol
- 1.2. Valoración de la condición física del jugador de fútbol

#### 2. PLANIFICACIÓN Y CONTROL DE LAS CARGAS EN EL ENTRENAMIENTO

- 2.1. Atr
- 2.2. Tradicional
- 2.3. Periodización táctica
- 2.4. Micro-ciclo estructurado
- 2.5. Factores a tener en cuenta a la hora de planificar

## PROGRAMA DESGLOSADO

2.6. Organización de la sesión de entrenamiento

2.7. Control de la carga

2.7.1. Física

2.7.2. Cognitiva subjetiva

### 3. METODOLOGÍA Y VALORACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA

3.1. Definiciones:

3.1.1 Concepto de fuerza.

3.1.2 La tensión muscular.

3.2. Manifestaciones de la fuerza.

3.3. Adaptaciones neurales al entrenamiento de la fuerza.

3.3.1 Coordinación intramuscular

3.3.2 Coordinación intermuscular.

3.4. Consecuencias del entrenamiento de la fuerza desde el punto de vista estructural.

3.5. Entrenamiento de la fuerza en el fútbol.

3.6. Test para medir la fuerza.

3.7. Estudios científicos

### 4. METODOLOGÍA Y VALORACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DE LA FLEXIBILIDAD

4.1. Definición de flexibilidad.

4.2. Características y clasificación de la flexibilidad.

4.3. Desarrollo de la flexibilidad en el fútbol.

4.3.1 ¿Cuándo estirar?

4.3.2 ¿Cómo estirar?

4.3.3 ¿Para qué estirar?

4.4. Métodos de entrenamiento de la flexibilidad.

4.5. La flexibilidad como medio de prevención de lesiones y de recuperación muscular.

4.6. Valoración postural y prescripción de ejercicio.

## BLOQUE B:

### 5. METODOLOGÍA Y VALORACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DE VELOCIDAD- AGILIDAD

5.1. Conceptos de la velocidad en el fútbol

5.2. Objetivos del entrenamiento de la velocidad en el fútbol

5.3. Clasificación de la velocidad

5.4. Fundamentos del entrenamiento de la velocidad en el fútbol

5.5. Métodos de entrenamiento de la velocidad en el fútbol

5.6. Test de valoración de la velocidad en el fútbol

### 6. METODOLOGÍA Y VALORACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DE LA RESISTENCIA

6.1 La resistencia en el fútbol

6.1.1. Concepto

6.1.2. Objetivos de la resistencia en la mejora del juego

6.1.3. Adaptación del entrenamiento específico de la resistencia en el fútbol

6.1.4. Indicadores externos

6.1.5. Indicadores internos

## PROGRAMA DESGLOSADO

- 6.2. Clasificación
- 6.3. Control de la carga de resistencia en el fútbol
- 6.4. Valoración de la resistencia del futbolista
- 6.5. Estudios científicos
  
- 7. METODOLOGÍA Y VALORACIÓN DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS Y CONDICIONALES EN EL PORTERO
  - 7.1. Capacidad de coordinación y condiciones específicas
  - 7.2. Las cualidades físicas específicas en el arquero
  - 7.3. La técnica y la táctica del guardameta
  - 7.4. Nutrición específica del portero

## MÓDULO 2.2. PLANIFICACIÓN FUTBOLÍSTICA (de David Dóniga Lara)

- 1. INTRODUCCIÓN A LA PLANIFICACIÓN
- 2. LA PLANIFICACIÓN
- 3. LA CONCEPCIÓN SISTÉMICA DE LA PLANIFICACIÓN
- 4. ESTRUCTURA ORGANIZATIVA Y HERRAMIENTA DE PLANIFICACIÓN

## MÓDULO 3. ADAPTACIÓN DE LA PREPARACIÓN FÍSICA AL JUEGO

- 1. PF Y SU RELACIÓN CON LA TCT
  - 1.1. Evolución del juego.
  - 1.2. Consecuencias condicionales en función del tipo de juego.
  - 1.3. Metodología de la táctica y preparación física.
  - 1.4. Factores a tener en cuenta a la hora de planificar.
  - 1.5. La periodicidad táctica.
  
- 2. PF EN EL FÚTBOL BASE
  - 2.1. Etapas de maduración biológica.
  - 2.2. Modelo de entrenamiento integrado
  - 2.3. Entrenamiento en las diferentes etapas evolutivas:
    - 2.3.1 Benjamines.
    - 2.3.2 Alevines.
    - 2.3.3 Infantiles.
    - 2.3.4 Cadetes.
    - 2.3.5 Juveniles.

## MÓDULO 4. INTERVENCIÓN SOCIAL DEL PREPARADOR FÍSICO

- 1. PAPEL DEL PF Y SU RELACIÓN CON EL ENTORNO
  - 1.1. Relaciones con el cuerpo técnico

## PROGRAMA DESGLOSADO

- 1.1.1. Misión del pf en el equipo técnico
  - 1.1.2. Relaciones con el entrenador
  - 1.1.3. Relaciones con el cuerpo médico
  - 1.1.4. Relaciones con los demás entrenadores
  - 1.2. Relaciones con los jugadores
  - 1.3. Relaciones con la directiva
  - 1.4. Relaciones con la prensa
  - 1.5. Relaciones con la afición (propia y rival)
2. PSICOLOGÍA EN LA PF DEL FÚTBOL
- 2.1. Conceptos fundamentales y áreas de intervención
  - 2.2. Estrategias psicopedagógicas del preparador físico en el fútbol

## MÓDULO 5.1. HISTORIA, INVESTIGACIÓN Y NUEVAS TECNOLOGÍAS COMO HERRAMIENTAS COMPLEMENTARIAS PARA EL PREPARADOR FÍSICO.

1. HISTORIA DE LA EVOLUCIÓN DEL FÚTBOL Y SU PREPARACIÓN FÍSICA
- 1.1. Nacimiento y evolución del fútbol
  - 1.2. El entrenamiento de las capacidades condicionales en el fútbol y su evolución a lo largo de la historia.
2. INGLÉS EN EL FÚTBOL
3. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN
- 3.1. El proceso de la investigación.
  - 3.2. Objetivos de la investigación.
  - 3.3. Método, diseño y análisis de la investigación.
  - 3.4. Diferentes tipos de investigación.
    - 3.4.1 Investigación experimental.
    - 3.4.2 Investigación observacional.
    - 3.4.3 Investigación cualitativa.
    - 3.4.4 Investigación descriptiva.
    - 3.4.5 Investigación analítica.
  - 3.5. La investigación en el mundo del fútbol.
  - 3.6. Análisis de los datos obtenidos
4. USO Y APLICACIÓN DE NUEVAS TECNOLOGÍAS EN LA PF DEL FÚTBOL
- 4.1. Pulsómetro
  - 4.2. GPS
  - 4.3. Sistemas de medición de distancias recorridas
  - 4.4. Sistemas de medición de lactato
  - 4.5. Analizadores de VO<sub>2</sub>

**PROGRAMA DESGLOSADO**
**MÓDULO 5.2. INGLÉS TÉCNICO PARA ENTRENADORES DE FÚTBOL**

1. COMPONENTES FÚTBOL BASE / YOUTH SOCCER COMPONENTS ARCHIVO
2. TÁCTICA / TACTICS ARCHIVO
3. PRINCIPIOS DEL JUEGO / PRINCIPLES OF PLAY ARCHIVO
4. ORGANIZACIÓN DE ENTRENAMIENTOS. PROGRESIÓN DE LA SESIÓN / TRAINING ORGANIZATION. SESSION PROGRESSION ARCHIVO
5. SESIONES DE ENTRENAMIENTO / TRAINING SESSIONS ARCHIVO
6. GLOSARIO / GLOSSARY

**II. FORMACIÓN Y DIRECCIÓN DE CANTERA DE FÚTBOL**
**MÓDULO 1. CREACIÓN DE LA CANTERA**

1. MISIÓN E IMPORTANCIA DE LA CANTERA
2. FILOSOFÍA DE CANTERA
3. ORGANIGRAMA
  - 3.1. Organigrama administrativo
  - 3.2. Organigrama de equipos
4. EXPECTATIVAS Y PLANIFICACIÓN FÚTBOL BASE
  - 4.1. Corto, mediano y largo plazo
  - 4.2. Cultura y organizaciones deportivas
  - 4.3. Club profesional – familiar
    - 4.3.1. La pirámide (club – jugador – padres)
    - 4.3.2. Padres como tutores
    - 4.3.3. Roles y comunicación
  - 4.4. Elaboración del presupuesto anual
5. ESTRUCTURA DEPORTIVA PROFESIONAL
  - 5.1. Presidente del club
  - 5.2. Director deportivo
  - 5.3. Cuerpo técnico
  - 5.4. Cuerpo médico
  - 5.5. Auxiliares y colaboradores
6. COMPETICIÓN
  - 6.1. Desarrollar vs. Ganar
  - 6.2. Cantidad de equipos vs. Calidad de equipos

## PROGRAMA DESGLOSADO

- 6.3. Seguimiento de carrera (post – cantera)
- 6.4. Profesional estudiantil –deportivo
- 6.5. Participación ex jugadores
  - 6.5.1. Como embajador de excelencia
  - 6.5.2. Formación y continuación como entrenadores
  - 6.5.3. Aportación de becas

## 7. INSTALACIONES

- 7.1. Acceso a vías de comunicación
- 7.2. Cantidad y calidad de las canchas
- 7.3. Cercanía a colegios e instituciones estudiantiles
- 7.4. Estructura organizativa de instalaciones
- 7.5. Gestión de ingresos de entidades deportivas

## 8. PATROCINIO

- 8.1. Patrocinadores privados y públicos, ventajas y desventajas
- 8.2. Patrocinadores en el ligas de fútbol profesionales
- 8.3. Patrocinadores en mundiales de fútbol

## MÓDULO 2. CAPTACIÓN Y DESARROLLO DE JUGADORES (BÚSQUEDA DE TALENTO)

- 1. DEFINICIÓN DE TALENTO
- 2. SELECCIÓN, CAPTACIÓN Y DESARROLLO DEL TALENTO
- 3. DISTRIBUCIÓN DE COMPETENCIAS, ÁREA DE SELECCIÓN Y CAPTACIÓN
- 4. ATENCIÓN INDIVIDUALIZADA EN EL PROCESO DE FORMACIÓN INTEGRAL
- 5. EFICACIA EN LA CONSTRUCCIÓN DEL TALENTO EN EL FÚTBOL
- 6. ORGANIGRAMA FUNCIONAL SELECCIÓN Y CAPTACIÓN FÚTBOL BASE
- 7. EL MODELO FORMATIVO INTEGRAL AL ALTO RENDIMIENTO
- 8. MODELO DE DETECCIÓN DE TALENTOS DEPORTIVOS POR DISTINTOS PAÍSES

## MÓDULO 3. MODELO Y SISTEMA DE JUEGO

- 1. HISTORIA Y EVOLUCIÓN
- 2. OBJETIVOS Y CONCEPTOS DE JUEGO FUNDAMENTALES

## PROGRAMA DESGLOSADO

### 3. MODELOS DE ENTRENADORES Y SUS CARACTERÍSTICAS

- 3.1. Visión general
- 3.2. El entrenador y sus cuatro dimensiones
- 3.3. Su técnica y estilo
- 3.4. ¿Cómo enseñar?

### 4. MODELO DE JUEGO

- 4.1. Selección de jugadores
- 4.2. Conocer a tus jugadores
- 4.3. Seleccionar un sistema de juego para tus jugadores

### 5. TÁCTICA CONTEMPORÁNEA

- 5.1. Componentes modernos del fútbol
- 5.2. Principios de ataque
- 5.3. Principios de defensa
- 5.2. Rol y responsabilidades en un sistema 1-4-4-2
- 5.3. Rol y responsabilidades en un sistema 1-4-3-3
- 5.4. Rol y responsabilidades en un sistema 1-3-5-2

### 6. POSICIONES Y ROLES ESPECIFICOS

- 6.1. Entrenamiento funcional para porteros
- 6.2. Entrenamiento funcional para defensores
- 6.3. Entrenamiento funcional para mediocampistas
- 6.4. Entrenamiento funcional para delanteros

## MÓDULO 4. PROGRAMACIÓN DEL ENTRENAMIENTO

### 1. FILOSOFÍA DE ENTRENAMIENTO

### 2. LECTURA DE JUEGO

### 3. METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO

### 4. MACRO-CICLO, MESO-CICLO Y MICRO-CICLO

### 5. MODELO DE ENTRENAMIENTO

- 5.1. Modelo general
- 5.2. Organización de la sesión de entrenamiento
- 5.3. Progresión de la sesión de entrenamiento
- 5.4. Demostración
- 5.5. Principios de calentamiento
  - 5.5.1. Aprendizaje

## PROGRAMA DESGLOSADO

- 5.5.2. Diversión
- 5.5.3. Duración
- 5.5.4. Especificad
- 5.5.5. Globalidad
- 5.5.6. Individualización
- 5.5.7. Progresión
- 5.5.8. Variedad
- 5.6. Espacios reducidos
- 6. COMO ENTRENAR AL FUTBOLISTA
- 7. ENTRENAMIENTO DE PORTEROS
  - 7.1. Capacidad de coordinación y condiciones específicas
  - 7.2. Las cualidades físicas específicas en el arquero
  - 7.3. La técnica y la táctica del guardameta
  - 7.4. Nutrición específica del portero
- 8. CENTROS DE TECNIFICACIÓN
- 9. CONTROLES FÍSICOS
  - 9.1. Control de carga
  - 9.2. Control de fuerza
  - 9.3. Control de la velocidad
  - 9.4. Control de la resistencia
  - 9.5. Ritmo cardiaco
  - 9.6. Sobre-entrenamiento
  - 9.7. Readaptación y recuperación física
- 10. LA ESTRUCTURA DE ENTRENAMIENTO COMO BASE DEL PROCESO FORMATIVO INTEGRAL ORIENTADO AL ALTO RENDIMIENTO
- 11. EJEMPLOS DE SESIONES DE ENTRENAMIENTO
  - 11.1. Finalizaciones 1
  - 11.2. Finalizaciones 2
  - 11.3. Finalizaciones 3
  - 11.4. Posesión 1 (5v5v5 en 3 zonas)
  - 11.5. Posesión 2 (paredes 2v2 + 4)
  - 11.6. Posesión 3 (resistencia aeróbica)
  - 11.7. Posesión 4 (diamante)
  - 11.8. Posesión 5 (por tercios)
  - 11.9. Posesión 6 (defensa progresiva)
  - 11.10. Posesión 7 (secuencias)
  - 11.11. Rotaciones 2v2
  - 11.12. Juego de movimiento
  - 11.13. Técnico, control, giro y recepción
  - 11.14. Patrones de pases 8v8

**PROGRAMA DESGLOSADO**

**MÓDULO 5. RECURSOS TECNOLÓGICOS EN EL FÚTBOL**

1. RECURSOS TECNOLÓGICOS APLICADOS AL DESARROLLO DEL TALENTO DEPORTIVO EN FÚTBOL
2. RECURSOS TECNOLÓGICOS PARA EL CONTROL Y MODELACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DE FUTBOLISTAS

**MÓDULO 6. COACHING DEPORTIVO, DIRECCIÓN DE EQUIPOS**

1. PSICOLOGÍA DEPORTIVA APLICADA AL FÚTBOL I
2. PSICOLOGÍA DEPORTIVA APLICADA AL FÚTBOL II
3. EL ESTRÉS DE LOS DEPORTISTAS
4. LIDERAZGO QUE LOGRA RESULTADOS
5. EL ÉXITO DEL DEPORTE ESPAÑOL
6. GLOSARIO

**III. PREVENCIÓN Y RECUPERACIÓN FUNCIONAL DE LESIONES EN FÚTBOL**

**MÓDULO 1. LESIONES EN EL FÚTBOL Y SU TRATAMIENTO**

1. PRIMEROS AUXILIOS, RCP Y DESA (*Tema transversal*)
2. LESIONES MUSCULARES
  - 2.1 Calambre Muscular
  - 2.2 Contractura Muscular
  - 2.3 Elongación Muscular
  - 2.4 Rotura Fibrilar
  - 2.5 Tendinitis
  - 2.6 Rotura Tendinosa
3. LESIONES ÓSEAS
  - 3.1 Traumatismos craneales
  - 3.2 Fractura huesos nasales
  - 3.3 Fractura tibia y peroné
  - 3.4 Fractura falanges
  - 3.5 Fractura cúbito y radio

**PROGRAMA DESGLOSADO**
**4. LESIONES ARTICULARES**

- 4.1 Luxación de hombro
- 4.2 Esguince de tobillo
- 4.3 Esguince de rodilla
- 4.4 Meniscopatías
- 4.5 Rotura de ligamentos cruzados
- 4.6 Triada de O'Donoghue
- 4.7 Osteopatía de pubis.

**5. VENDAJES FUNCIONALES**

- 5.1 Vendaje funcional de muñeca
- 5.2 Vendaje funcional de falanges
- 5.3 Vendaje funcional de rodilla
- 5.4 Vendaje funcional de tobillo

**6. CRIOTERAPIA EN EL DEPORTE**

- 6.1 Definición
- 6.2 Tipos de crioterapia
- 6.3 Efectos del frío
- 6.4 Métodos de aplicación
- 6.5 Complicaciones
- 6.6 Precauciones y contraindicaciones
- 6.7 Rices

**MÓDULO 2. ENTRENAMIENTO Y MEDIDAS PARA LA PREVENCIÓN DE LESIONES EN EL FÚTBOL**
**1. EPIDEMIOLOGÍA DE LESIONES EN EL FÚTBOL**

- 1.1. Definiciones:
  - 1.1.1 Lesión.
  - 1.1.2 Días de baja deportiva.
  - 1.1.3 Recidivas.
- 1.2. Epidemiología lesional e incidencia.
  - 1.2.1 Lesiones musculares y tendinosas en el fútbol.
  - 1.2.2 Traumatismos craneo faciales en el fútbol.
  - 1.2.3 Traumatismos torácicos y abdominales, y lesiones de espalda del jugador de fútbol.
  - 1.2.4 Lesiones de extremidad superior del jugador de fútbol.
  - 1.2.5 Lesiones de extremidad inferior del jugador de fútbol.
- 1.3. Severidad de las lesiones.
- 1.4. Clasificación de las lesiones.
- 1.5. Recidivas.
- 1.6. Equipamiento deportivo y riesgo de lesión.
- 1.7. Estudios científicos.

**2. NUTRICIÓN E HIDRATACIÓN**

- 2.1. Necesidades energéticas en el fútbol
  - 2.1.1. Dieta pre- partido
  - 2.1.2 Ingesta energética durante el partido
  - 2.1.3 Dieta post- partido

## PROGRAMA DESGLOSADO

- 2.2. Nutrición e hidratación durante los viajes
- 2.3 Hidratación en el fútbol
- 2.4 Ayudas ergogénicas en el fútbol

### 3. TRABAJO DE LAS CUALIDADES FÍSICAS PARA LA PREVENCIÓN DE LESIONES

- 3.1. Fuerza
- 3.2. Resistencia
- 3.3. Flexibilidad
- 3.4. Propiocepción

### 4. TRATAMIENTOS PREVENTIVOS

- 4.1. Factores de riesgo intrínsecos.
- 4.2. Factores de riesgo extrínsecos.
- 4.3. Consecuencias fisiológicas y de rendimiento con el desentrenamiento.
- 4.4. Descripción biomecánica de los mecanismos.
- 4.5. Métodos de protección: órtesis y vendajes funcionales.
- 4.6. Implementación.
- 4.7. Entrenamiento y competición

### 5. PREVENCIÓN DE LESIONES EN PORTEROS

## MÓDULO 3. ENTRENAMIENTO Y ESTABLECIMIENTO DE PROTOCOLOS PARA LA RECUPERACIÓN FUNCIONAL DE LESIONES EN EL FÚTBOL

### 1. PSICOLOGÍA EN EL TRATAMIENTO Y RECUPERACIÓN DE LAS LESIONES

- 1.1. Métodos de relajación
- 1.2. Control del estrés durante el tratamiento y la recuperación de la lesión
- 1.3. Motivación en la recuperación de la lesión
- 1.4. Intervención psicológica en la fase de readaptación cercana a la competición
  - 1.4.1. Establecimiento de objetivos
  - 1.4.2. Auto-hablas
  - 1.4.3. Visualización
- 1.5. Actitud ante las posibles recaídas

### 2. PLANIFICACIÓN Y CONTROL DE LAS CARGAS EN LA RECUPERACIÓN FUNCIONAL

- 2.1. Concepto de carga.
  - 2.1.1 Carga interna.
  - 2.1.2 Carga externa.
- 2.2. Variables a tener en cuenta a la hora de cuantificar: volumen, intensidad y densidad.
- 2.3. Indicadores de intensidad. La frecuencia cardiaca.
- 2.4. Apoyo tecnológico para la cuantificación.
  - 2.4.1 El pulsómetro.
  - 2.4.2 El gps.
- 2.5. Clasificación del entrenamiento en función de la intensidad

### 3. ENTRENAMIENTO DE LAS CUALIDADES FÍSICAS EN LA RECUPERACIÓN FUNCIONAL

- 3.1. Fisiopatología de las lesiones.
- 3.2. Cicatrización y regeneración tisular.
- 3.3. Cuidados iniciales.
- 3.4. Propuestas terapéuticas.

## PROGRAMA DESGLOSADO

- 3.5. El proceso de la reeducación funcional deportiva.
  - 3.5.1 Fase de aproximación de la readaptación físico deportiva.
  - 3.5.2 Fase de orientación de la readaptación físico deportiva.
  - 3.5.3 Fase de pre-optimización.
  - 3.5.4 Fase de optimización.
- 4. NUTRICIÓN E HIDRATACIÓN
  - 4.1. Requerimientos energéticos durante la recuperación funcional del futbolista
    - 4.1.1. Fase de aproximación en la readaptación físico deportiva
    - 4.1.2. Fase de orientación en la readaptación físico deportiva
    - 4.1.3. Fase de pre-optimización
    - 4.1.4. Fase de optimización
  - 4.2. Nutrición en la recuperación funcional
  - 4.3. Ayudas ergogénicas durante la fase de re-entrenamiento al esfuerzo
- 5. TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS EN LA RECUPERACIÓN FUNCIONAL
  - 5.1. Aliados terapéuticos en relación con la lesión deportiva.
  - 5.2. Agentes farmacológicos.
  - 5.3. Alimentación y deporte.
  - 5.4. Ayudas ergogénicas y sustancias prohibidas (dopantes).
  - 5.5. Medicinas alternativas: homeopatía.
- 6. RECUPERACIÓN DE LESIONES EN PORTEROS

## MÓDULO 4. PROGRAMACIÓN DEL READAPTADOR EN EL FÚTBOL E INVESTIGACIÓN

- 1. PAPEL DEL RECUPERADOR Y SU RELACIÓN CON EL ENTORNO
  - 1.1. Relaciones con el cuerpo técnico
    - 1.1.1. Misión del readaptador en el equipo técnico
    - 1.1.2. Relaciones con el jugador lesionado
    - 1.1.3. Relaciones con el entrenador
    - 1.1.4. Relaciones con el cuerpo médico
  - 1.2. Relaciones con la directiva
- 2. INGLÉS
- 3. INVESTIGACIÓN APLICADA
  - 3.1. Objetivos de la investigación
  - 3.2. Análisis de estudios científicos
  - 3.3. Fuentes de información
- 4. ASPECTOS RELACIONADOS CON EL RENDIMIENTO DEPORTIVO
  - 4.1. La motivación de los jugadores de fútbol
  - 4.2. El estrés psicológico en el fútbol de competición
  - 4.3. Aspectos psicológicos relacionados con el rendimiento deportivo
  - 4.4. El nivel de activación de los jugadores

**PROGRAMA DESGLOSADO**

## **IV. NUEVAS TECNOLOGÍAS EN FÚTBOL**

### **MÓDULO 1. ANÁLISIS DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS**

1. CLASIFICACIÓN DE LOS APARATOS DE MEDIDA PARA LA EVALUACIÓN DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS.
2. APARATOS DE MEDIDA DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS.
  - 2.1. Análisis de la fuerza.  
La Plataforma de contacto.  
Las Máquinas isocinéticas.
  - 2.2. Análisis de la velocidad.  
Las Células fotoeléctricas.
  - 2.3. Análisis de la resistencia.  
Los GPS.  
Los Pulsómetros.  
Los Analizadores portátiles de lactato.  
Los Analizadores de gases.

### **MÓDULO 2. TÉCNICAS INSTRUMENTALES BIOMECÁNICAS MÁS COMUNES**

1. FOTOGRAFÍA 2D Y 3D ARCHIVO
2. PLATAFORMAS DINAMOMÉTRICAS ARCHIVO
3. ELECTROMIOGRAFÍA ARCHIVO
4. ACELEROMETRÍA Y GONIOMETRÍA ELECTRÓNICA ARCHIVO
5. DETERMINACIÓN CUALITATIVA Y CUANTITATIVA DE LA INTERVENCIÓN MUSCULAR ARCHIVO
6. METODOLOGÍA DEL ANÁLISIS BIOMECÁNICO

### **MÓDULO 3. EL PROCESO DE SCOUTING**

1. ANÁLISIS DE LOS DIFERENTES ASPECTOS DEL JUEGO ARCHIVO
2. DOCUMENTACIÓN NECESARIA PARA REALIZAR EL ANÁLISIS DE LOS PARTIDOS ARCHIVO
3. GRABACIÓN DE LOS DIFERENTES ASPECTOS DENTRO DEL PROCESO DE SCOUTING ARCHIVO
4. CONCLUSIONES / RECOPIACIÓN RELEVANTE DE TODO EL PROCESO

**PROGRAMA DESGLOSADO**

**MÓDULO 4. SOFTWARES: ALGUNOS EJEMPLOS**

1. ANÁLISIS DE LA ACTIVIDAD DEL JUGADOR Y DEL EQUIPO DURANTE LA COMPETICIÓN ARCHIVO
2. SOFTWARE DE VIDEO ANÁLISIS ARCHIVO
3. GESTIÓN Y DIRECCIÓN DEPORTIVA ARCHIVO
4. CONTROL FÍSICO



**MÁSTER UNIVERSITARIO  
PROFESIONAL EN FÚTBOL**

2500 h. - 100 ECTS

## PRECIOS DEL CURSO

### MODALIDAD ON LINE

~~4.838 €~~

Matricúlate a través de J.L. Martín Sáez y  
 benfíciate de un descuento directo



**-20% Dto.**

**3.870 €**

UN SOLO PAGO. **3.677 €**  
 DESCUENTO 5 %

#### OPCIONES DE PAGO FRAGMENTADO

3 PLAZOS <b>SIN INTERESES</b>	1.290 €/mes
6 PLAZOS	657 €/mes
9 PLAZOS	442 €/mes
12 PLAZOS	333 €/mes

En los pagos fragmentados las mensualidades serán  
 siempre consecutivas

Tasas para diploma universitario  
 (se abonarán una vez finalizado el curso)

**155 €**

## INFORMACIÓN Y CONTACTO



[contacto@jlmartinsaez.com](mailto:contacto@jlmartinsaez.com)

Tlf. 679 291 107

Fecha de última actualización de este catálogo:  
Marzo 2016  
[www.totalagentssport.com](http://www.totalagentssport.com)

### Colaboran



Fútbol Ofensivo  
"Un entrenador es lo que sus futbolistas quieren que sea"

