



PROGRAMA FORMATIVO

Curso de Entrenador de Fútbol Base + Curso de Salud Deportiva (Doble Titulación con 10 Créditos ECTS)

Curso de Entrenador de Fútbol Base + Curso de Salud Deportiva (Doble Titulación con 10 Créditos ECTS)

Duración: 250 horas

Precio: 360 € *

Modalidad: Online

* Materiales didácticos, titulación y gastos de envío incluidos.



Titulación Expedida por
EUROINNOVA BUSINESS
SCHOOL y Avalada por la
Escuela Superior de
Cualificaciones Profesionales

Descripción

En el campo de la actividad física y el deporte, es necesario conocer los diferentes conceptos del fútbol base, ya que el fútbol es considerado el primer deporte en multitud de países. Así, con el presente Curso de Entrenador de Fútbol Base y de Salud Deportiva se pretende aportar los conocimientos necesarios para conocer las primeras lecciones técnicas y tácticas y los contenidos indispensables sobre la salud deportiva.

A quién va dirigido

El presente Curso de Entrenador de Fútbol Base y de Salud Deportiva va dirigido a los profesionales del mundo de la actividad física y del deporte, concretamente a aquellos que quieran formarse como entrenador de fútbol base, y a todas aquellas personas interesadas en adquirir conocimientos en salud deportiva. (La presente formación va dirigida al entrenamiento de Equipos de Fútbol no profesionales así como para ejercer como DIRECTOR DEPORTIVO de un Equipo: para equipos profesionales consultar con la Federación de Fútbol correspondiente)

Objetivos

- Conocer el concepto y la finalidad del fútbol base, importancia y desarrollo profesional
- Conocer las bases psicopedagógicas de la enseñanza y el entrenamiento deportivo, así como los fundamentos sociológicos del deporte
- Analizar y conocer la teoría y la práctica del entrenamiento deportivo, técnicas y tácticas elementales, dirección de equipos y la metodología de la enseñanza y entrenamiento deportivo
- Conocer la organización y la legislación del deporte aplicables al fútbol base
- Establecer un acercamiento a los contenidos mínimos sobre salud deportiva.
- Conocer la importancia que posee el masaje en la salud deportiva.
- Verificar y clasificar los distintos tipos de vendaje en función de sus características.
- Reconocer la importancia de una buena alimentación en la práctica deportiva.
- Conocer las lesiones más frecuentes y los tratamientos de los mismos.

Para que te prepara

El presente Curso de Entrenador de Fútbol Base y de Salud Deportiva te preparará para poder desempeñar tu actividad profesional correctamente, ampliando o incorporando los conocimientos que se deben conocer en el ámbito profesional del entrenador de fútbol base y salud deportiva haciendo especial hincapié en las actuaciones que se llevan a cabo conociendo las lesiones producidas por las prácticas deportivas. Este Curso de Entrenador de Fútbol Online, es de carácter no oficial, y de acuerdo a la Disposición Adicional Octava del R.D. 1363/2007 del 24 de Octubre. BOE nº268 del 8 de Noviembre de 2007 no sería objeto de homologación/convalidación automática por la Conserjería de Educación de la Comunidad Autónoma correspondiente o del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.

Salidas laborales

Desarrolla su actividad profesional tanto por cuenta propia como integrado en empresas, públicas o privadas, dedicadas a realizar actividades físicas, concretamente a aquellas actividades relacionadas con el entrenamiento del fútbol base.

Curso de Entrenador de Fútbol Base + Curso de Salud Deportiva (Doble Titulación con 10 Créditos ECTS)

Titulación

Doble Titulación: - Titulación Universitaria de Entrenador de Fútbol Base con 5 Créditos Universitarios ECTS con 125 horas - Titulación Universitaria en Salud Deportiva con 5 Créditos Universitarios ECTS con 125 horas. Curso puntuable como méritos para oposiciones de acceso a la función pública docente en todas las CC. AA., según R.D. 276/2007 de 23 de febrero (BOE 2/3/2007). Éste se lleva a cabo dentro del plan de formación permanente del profesorado de la Universidad Antonio de Nebrija. Formación Continua baremable en bolsas de trabajo y concursos oposición de la Administración Pública. Este Curso de Entrenador de Fútbol Online, es de carácter no oficial, y de acuerdo a la Disposición Adicional Octava del R.D. 1363/2007 del 24 de Octubre. BOE nº268 del 8 de Noviembre de 2007 no sería objeto de homologación/convalidación automática por la Conserjería de Educación de la Comunidad Autónoma correspondiente o del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.



EUROINNOVA FORMACION

como centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional de formación

EXPIDE EL PRESENTE TÍTULO PROPIO

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 EUROINNOVA en la convocatoria de 2014
Y para que surtan los efectos pertinentes queda registrado con Número de Expediente XXXX/XXXX-XXXX-XXXX-XXXXXX

Con una calificación de SOBRESALIENTE

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en
Granada, a 23 de Abril de 2014

La dirección General

El/La interesado/a

Sello



INTERNATIONAL COMMISSION ON DISTANCE EDUCATION
Con Estatuto Consultivo, Categoría Especial del Consejo Económico y Social de la UNESCO (Plan. Resolución 604E)

Forma de pago

Tarjeta de Crédito / PayPal

Eligiendo esta opción de pago, podrá abonar el importe correspondiente, cómodamente en este mismo instante, a través de nuestra pasarela de pago segura concertada con Paypal

Transferencia Bancaria

Eligiendo esta opción de pago, deberá abonar el importe correspondiente mediante una transferencia bancaria.

No será aceptado el ingreso de cheques o similares en ninguna de nuestras cuentas bancarias.

Contrareembolso

Podrá pagar sus compras directamente al transportista cuando reciba el pedido en su casa. Eligiendo esta opción de pago, recibirá mediante mensajería postal, en la dirección facilitada en el formulario, el material del curso, abonando el importe correspondiente a la recepción.

Metodología

Entre el material entregado en este curso se adjunta un documento llamado Guía del Alumno dónde aparece un horario de tutorías telefónicas y una dirección de e-mail dónde podrá enviar sus consultas, dudas y ejercicios. Además recibirá los materiales didácticos que incluye el curso para poder consultarlos en cualquier momento y conservarlos una vez finalizado el mismo. La metodología a seguir es ir avanzando a lo largo del itinerario de aprendizaje online, que cuenta con una serie de temas y ejercicios. Para su evaluación, el alumno/a deberá completar todos los ejercicios propuestos en el curso. La titulación será remitida al alumno/a por correo una vez se haya comprobado que ha completado el itinerario de aprendizaje satisfactoriamente.

Materiales didácticos

- Manual teórico 'Entrenador de Fútbol Base Vol. II'
- Manual teórico 'Salud Deportiva'
- Manual teórico 'Entrenador de Fútbol Base Vol. I'



Profesorado y servicio de tutorías

"RedEduca" está formado por un equipo multidisciplinar de profesionales especialistas en incorporar las Nuevas Tecnologías al ámbito educativo.

Nuestro principal objetivo es conseguir una formación didáctico-pedagógica innovadora y de calidad. Por ello, ponemos al alcance de nuestro alumnado una serie de herramientas y recursos que les permitirán potenciar su aprendizaje a lo largo del curso.

Además, a lo largo del curso, nuestro alumnado cuenta con un equipo de tutores expertos en las distintas especialidades ofertadas, con una amplia experiencia en el mundo de la enseñanza que resolverán todas tus dudas y consultas y con un equipo de soporte técnico que le ayudarán con



Bolsa de empleo y Prácticas

El alumnos tendrá posibilidad de incluir su currículum en nuestra Bolsa de Empleo y Prácticas, participando así en los distintos procesos de selección y empleo gestionados por empresas y organismos públicos colaboradores en territorio nacional y abrir su abanico de posibilidades en el mundo laboral.

Plazo de Finalización

El alumnado cuenta con un periodo máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá del tipo del curso elegido:

- **Master a distancia y online:** El plazo de finalización será de 12 meses a contar desde la fecha de recepción de las materiales del curso.

- **Curso a distancia y online:** El plazo de finalización será de 6 meses a contar desde la fecha de recepción de los materiales del curso.

En ambos casos, si una vez cumplido el plazo no se han cumplido los objetivos mínimos exigidos (entrega de ejercicios y evaluaciones correspondientes), el alumno podrá solicitar una prórroga con causa justificada de 3 meses

Red Social Educativa

La Red Social Educativa es un lugar de encuentro para docentes y opositores donde poder compartir conocimiento. Aquí encontrarás todas las novedades del mundo de la educación que puedan ser de tu interés, así como noticias relacionadas con oposiciones. Es un espacio abierto donde podrás escribir y participar en todas las noticias y foros.

Te invitamos a registrarte y a comenzar a participar en esta red de profesionales de la educación.

Visítanos en: www.redsocial.rededuca.net



Campus Virtual

Es el aula virtual donde encontrarás todos los contenidos de los cursos, cuidadosamente revisados y actualizados por nuestro equipo de profesores y especialistas.

El campus virtual se convierte en el principal escenario de aprendizaje y es aquí donde el alumnado podrá acceder a los contenidos del curso con tan sólo un clic.

Este nuevo sistema de aprendizaje online puede facilitar el trabajo del alumnado y del equipo docente en varios sentidos:

La presentación online de la acción formativa hace posible incluir contenidos en muy diversos



Curso de Entrenador de Fútbol Base + Curso de Salud Deportiva (Doble Titulación con 10 Créditos ECTS)

Asimismo, el alumnado puede descargar en pdf el temario de su curso conforme vaya avanzando en los contenidos para que pueda tenerlos guardados.

Además, el campus virtual permite establecer contacto directo con el tutor o tutora a través del sistema de comunicación por correo electrónico que también permitirá intercambiar archivos entre las partes.

El entorno virtual simplifica y agiliza la evaluación y seguimiento del alumnado, tanto para el propio alumno o alumna como para el equipo docente. Por un lado, el alumnado podrá observar su avance a lo largo del itinerario formativo y recibirá retroalimentación inmediata sobre sus resultados en las pruebas de evaluación. En segundo lugar, el equipo docente verá simplificado su trabajo, puesto que todos los datos acerca de la actividad del alumnado en la plataforma, así como los resultados de las pruebas quedan registrados de manera automática, evitando así la labor de corrección manual y permitiendo al profesor o profesora tener una visión del progreso de sus alumnos/as con tan sólo un clic.

Puede acceder a nuestro Campus Virtual a través de: <https://campusrededuca.euoinnova.edu.es>

Programa formativo

PARTE 1. ENTRENADOR FÚTBOL BASE

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EL FÚTBOL BASE

- - Definición del fútbol base
- - Categorías del fútbol base
 - - - Prebenjamín y benjamín
 - - - Alevines
 - - - Infantiles
 - - - Cadetes
 - - - Juveniles
- - La sesión de entrenamiento en el fútbol base
 - - - Enfoque pedagógico de una sesión

UNIDAD DIDÁCTICA 2. BASES ANATÓMICAS Y BIOMECÁNICAS DEL DEPORTE

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

Curso de Entrenador de Fútbol Base + Curso de Salud Deportiva (Doble Titulación con 10 Créditos ECTS)

- - - Resistencia
- - - Fuerza
- - - Velocidad
- - - Flexibilidad

UNIDAD DIDÁCTICA 3. LESIONES DEPORTIVAS EN EL FÚTBOL BASE

- - Concepto de lesión deportiva y su relevancia
- - - Causas de las lesiones deportivas
- - - Fases de la lesión deportiva
- - Factores que influyen en la lesión y curación
- - - Factores predisponentes para sufrir una lesión deportiva
- - - Factores que intervienen en el proceso de curación
- - Prevención de la lesión deportiva
- - Lesiones graves en el fútbol base
- - - Lesiones de la pierna y el muslo
- - - Lesiones en la rodilla
- - - Lesiones del tobillo
- - - Problemas en el entrenamiento diario
- - Psicología de la lesión deportiva

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ALIMENTACIÓN EN EL FÚTBOL BASE

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

Curso de Entrenador de Fútbol Base + Curso de Salud Deportiva (Doble Titulación con 10 Créditos ECTS)

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

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

UNIDAD DIDÁCTICA 6. EL ENTRENADOR-EDUCADOR DE FÚTBOL BASE

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

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

- - Métodos de entrenamiento en el fútbol base
- - - Entrenamiento físico
- - - Entrenamiento técnico
- - - Táctica y estrategia
- - Calentamiento, movilidad, flexibilidad
- - Estado físico de carrera
- - Entrenamiento pliométrico

Curso de Entrenador de Fútbol Base + Curso de Salud Deportiva (Doble Titulación con 10 Créditos ECTS)

- - - Ejercicios pliométricos específicos del fútbol
- - - Ejercicios prácticos en el entrenamiento
- - - Recuperación y regeneración en el entrenamiento
- - - El entrenamiento de recuperación

UNIDAD DIDÁCTICA 8. REGLAS BÁSICAS DEL FÚTBOL

- - - Introducción: normativa
- - - Reglamento FIFA y características fundamentales
- - - - El terreno de juego
- - - - El balón
- - - - El número de jugadores
- - - - El equipamiento de los jugadores
- - - - El árbitro
- - - - La duración del partido
- - - - El gol marcado
- - - - El fuera de juego
- - - - Tiros libres
- - - - El penalti
- - - - El saque de banda
- - - - El saque de esquina
- - - Interpretación de las reglas del juego

UNIDAD DIDÁCTICA 9. ENSEÑANZA DE LA TÉCNICA INDIVIDUAL Y COLECTIVA

- - - La técnica
- - - - Procedimiento de aprendizaje
- - - Técnica individual
- - - - El control
- - - - Habilidad
- - - - La conducción
- - - - La cobertura
- - - - Golpeo con el pie
- - - - Golpeo con la cabeza
- - - - La finta

Curso de Entrenador de Fútbol Base + Curso de Salud Deportiva (Doble Titulación con 10 Créditos ECTS)

- - - El regate
- - - El tiro
- - Técnica colectiva
- - - El pase
- - - El relevo técnico
- - - Acciones combinativas
- - Técnica del portero
- - - Técnica individual
- - - Técnica colectiva

UNIDAD DIDÁCTICA 10. TÁCTICA ELEMENTAL EN ETAPAS DE FÚTBOL BASE

- - Táctica y estrategia de juego
- - - Principios ofensivos y defensivos
- - - Táctica de equipo
- - Táctica en ataque y en defensa
- - - Táctica de ataque
- - - Táctica de defensa
- - - Equilibrio entre defensa y ataque
- - Tácticas individuales y grupales
- - - Tácticas individuales
- - - Tácticas grupales
- - Sistemas de juego elementales
- - - Sistemas de juego aconsejables en el fútbol base
- - - Perfilar un sistema de juego

UNIDAD DIDÁCTICA 11. PRIMEROS AUXILIOS PEDIÁTRICOS

- - Introducción a los primeros auxilios
- - - La respiración
- - - El pulso
- - - Actuaciones en primeros auxilios
- - Normas generales para la realización de vendajes
- - Anatomía y desarrollo del paciente pediátrico
- - - Diferencias anatómico-fisiológicas entre el adulto y el niño

Curso de Entrenador de Fútbol Base + Curso de Salud Deportiva (Doble Titulación con 10 Créditos ECTS)

- - Urgencias pediátricas
- - - Crisis asmática
- - - Insuficiencia cardíaca
- - - Cefaleas
- - - Hemorragia gastrointestinal
- - - Ingestión de cuerpos extraños
- - - Vómitos
- - Reanimación cardiopulmonar en niños

PARTE 2. SALUD DEPORTIVA

MÓDULO 1. SALUD DEPORTIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ESTRUCTURA Y FUNCIONES DEL CUERPO HUMANO

- - Anatomía
- - - Posición anatómica
- - - Conceptos clave: planimetría, ejes del cuerpo, simetría y epónimos
- - - Tipos constitucionales del cuerpo humano
- - - Clasificación de la anatomía
- - Sistemas y aparatos de la anatomía humana
- - - Sistema óseo y funciones
- - - Aparato respiratorio
- - - Sistema cardiovascular
- - - Aparato digestivo
- - - Aparato renal
- - - Sistema endocrino
- - - Sistema nervioso
- - - La piel

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ESTUDIO DE LOS MÚSCULOS

- - Miología
- - Tejidos Musculares: liso, esquelético y cardiaco
- - - Movimientos musculares
- - Características del tejido muscular
- - - Regeneración del tejido muscular

Curso de Entrenador de Fútbol Base + Curso de Salud Deportiva (Doble Titulación con 10 Créditos ECTS)

- - El Músculo Esquelético
- - - Clasificación de los músculos esqueléticos según: forma, acción y función
- - - Acción muscular sobre el esqueleto
- - Uniones musculares
- - Tono y fuerza muscular
- - - Tono muscular

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ALIMENTACIÓN EN EL DEPORTE

- - Fundamentación teórica
- - Gasto calórico
- - Nutrientes en el deporte
- - - Hidratos de carbono
- - - Grasas
- - - Proteínas
- - - Agua y electrolitos
- - - Micronutrientes

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LESIONES EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA

- - Lesiones deportivas. Concepto
- - -Prevención de las lesiones deportivas
- - - Tratamiento de las lesiones deportivas
- - Lesiones en extremidades inferiores
- - - Lesiones en la pierna
- - - Lesiones en el pie
- - - Lesiones en el muslo
- - - Lesiones en la rodilla
- - Lesiones en extremidades superiores y tronco
- - - Lesiones en extremidad superior
- - - Lesiones en hombro
- - Lesiones en los niños
- - - Lesiones más frecuente en los niños/as
- - Tratamiento de las lesiones en la práctica deportiva
- - - Tratamiento ortopédico de las lesiones

Curso de Entrenador de Fútbol Base + Curso de Salud Deportiva (Doble Titulación con 10 Créditos ECTS)

- - - Vendaje funcional y distintas aplicaciones deportivas
- - - Lesiones de la piel causadas por las prácticas deportivas
- - - Hidrología médica y terapias naturales complementarias

UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL MASAJE

- - Introducción a la historia del masaje
- - - De Egipto al Islam
- - - Desde la Edad Media al Siglo XX
- - Introducción al masaje deportivo
- - - Técnicas de manipulación empleadas en la realización de masajes
- - Etapas para la aplicación de un masaje deportivo
- - - Claves para el masaje deportivo
- - Gimnasia para el masaje. Quiroginmasia
- - Efectos fisiológicos del masaje
- - - Estiramientos miofasciales en el deporte
- - Indicaciones y contraindicaciones generales del masaje
- - - Indicaciones del masaje
- - - Contraindicaciones del masaje

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TIPOS DE MASAJES

- - El masaje
- - - Masaje de calentamiento
- - - Masaje de intracompetición
- - - Masaje de restauración o postcompetición
- - - Masaje de entrenamiento o intersemana
- - - Masaje como parte de un programa de fisioterapia en las lesiones
- - Automasaje en el deportista
- - Masaje ruso
- - Reflexoterapia podal en el deportista
- - - Beneficios de la reflexiología podal
- - - Contraindicaciones de la reflexología podal
- - Drenaje linfático manual
- - - Técnicas básicas en el drenaje linfático

Curso de Entrenador de Fútbol Base + Curso de Salud Deportiva (Doble Titulación con 10 Créditos ECTS)

- - Crioterapia, criomasaaje y criocinética
- - - Efectos fisiológicos
- - - Indicaciones y contraindicaciones
- - - Formas de aplicación
- - Criomasaaje y Criocinética
- - - Aplicación de criomasaaje
- - - Indicaciones del criomasaaje
- - - Contraindicaciones del criomasaaje
- - - Criocinética
- - Shiatsu. Masaje japonés
- - - Beneficios del tratamiento con shiatsu

UNIDAD DIDÁCTICA 7. VENDAJES

- - Vendaje funcional
- - - Técnicas del vendaje funcional
- - - Indicaciones y contraindicaciones del vendaje funcional
- - - Propiedades del vendaje funcional
- - Tipos de vendajes funcionales
- - - Vendajes funcionales: hombro y codo
- - - Vendajes funcionales: muñeca
- - - Vendajes funcionales: tronco
- - - Vendajes funcionales: muslo y rodilla
- - - Vendajes funcionales tobillo y pie
- - Otros vendajes
- - - Vendajes neuromuscular
- - - Vendaje en el paciente con linfedema
- - - Vendaje en el paciente amputado

UNIDAD DIDÁCTICA 8. RODILLA

- - Anatomía y biomecánica de la rodilla
- - - Exploraciones físicas en la rodilla
- - Resonancia magnética de partes blandas de la rodilla
- - Lesiones en la rodilla

Curso de Entrenador de Fútbol Base + Curso de Salud Deportiva (Doble Titulación con 10 Créditos ECTS)

- - - Reumatismos de partes blandas en la rodilla
- - - Rehabilitación de lesiones de la rodilla
- - - Osteopatía
- - Electroestimulación en la articulación de la rodilla
- - Rehabilitación del miembro inferior en medio acuático

UNIDAD DIDÁCTICA 9. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

- - Conceptos básicos: actividad física, ejercicio físico y condición física
- - - Actividad física
- - - Ejercicio físico
- - - Condición física
- - Beneficios de la actividad física
- - - Componentes de la actividad física
- - Efectos de la actividad física y la alimentación
- - - Efectos sobre la obesidad
- - - Efectos sobre la diabetes
- - - Efectos sobre la hipertensión arterial
- - Cineantropometría
- - - La antropometría
- - Ayudas ergogénicas
- - - Características

UNIDAD DIDÁCTICA 10. PRIMEROS AUXILIOS

- - Reanimación cardiopulmonar
- - Lesiones por frío y el calor (Congelación e Hipotermia)
- - - Congelación
- - - Hipotermia
- - Calambre, agotamiento y golpe de calor
- - - Calambres por el calor
- - - Agotamiento por el calor
- - - Golpe de calor

Curso de Entrenador de Fútbol Base + Curso de Salud Deportiva (Doble Titulación con 10
Créditos ECTS)