

UNIVERSIDAD AGRO-ALIMENTARIA DE MAO "IEES-UAAM"





I. DATOS DE LA ASIGNATURA

Nombre de la asignatura:	Preparación Física en el Futbol III
Clave de la asignatura:	FUT-092
Pre-requisito:	FUT-091
Co-requisito:	
Horas teóricas – Horas práctica – Créditos	2 – 3 – 3

II. PRESENTACIÓN:

Mediante la asignatura de Preparación Física en el Futbol III, Se dotará a los alumnos de la capacitación y el reconocimiento institucional necesario para intervenir profesionalmente en el ámbito de la preparación física en el fútbol. Permite el acceso a los licenciados en Ciencias de la Actividad Física y Deportes a la ficha de preparador físico necesaria para ejercer la profesión en cualquier equipo profesional dentro de todo el territorio nacional.

III. PROPÓSITOS GENERALES:

Al finalizar el curso, el alumno será capaz de:

- Ofrecer una formación permanente y especializada, aportando los conocimientos científicos más actuales e incrementando los recursos metodológicos para la preparación física en el futbol.
- Dominar todo lo relacionado a las estructuras y procesos vitales de los seres vivos la organización de las plantas y los animales.
- Promover la creación de expertos universitarios en preparación en el futbol.



IV. GUIAS APRENDIZAJE:

GUIA APRENDIZAJE UNIDAD I.- Médica-Fisiológica-Biométrica. Al finalizar esta unidad, el alumno dominara todo lo relacionado a la nutrición fatiga, lesiones y condición física que presentan jugando fútbol.

- Lección 1.1 Demandas fisiológicas del juego y valoración de la condición física del jugador de fútbol.
- Lección 1.2. Biomecánica aplicada al fútbol.
- Lección 1.3. Lesiones en el fútbol.
- Lección 1.4. Fatiga, estrés ambiental y poblaciones especiales.
- Lección 1.5. Nutrición, ayudas ergogénicas y control de dopaje.
- Chat.-
- Tarea 1.- .
- Tarea 2.- .
- Foro.- .
- Prueba Guía # 1.

GUIA APRENDIZAJE UNIDAD II.- Condicional. Al término de esta unidad, el alumno entenderá todo lo relacionado a las diferentes metodologías y estructuras que debe tener un jugador de futbol.

- Lección 2.1. Estructura condicional del juego.
- Lección 2.2. Evaluación de la condición física del jugador.
- Lección 2.3. Metodología de la preparación física.
- Lección 2.4. Metodología de la resistencia.
- Lección 2.5. Metodología de la fuerza.
- Lección 2.6. Metodología de la velocidad.
- Lección 2.7. Metodología de la flexibilidad.
- Lección 2.8. Las etapas del proceso de formación del futbolista.
- Lección 2.9. El proceso de detección de talentos.
- Lección 2.10. Escuelas de fútbol.
- Chat. -
- Tarea 1.- .
- Tarea 2.- .
- Foro.- .
- Prueba Guía # 2.

GUIA APRENDIZAJE UNIDAD III.- Tácticas técnicas. Al concluir esta unidad, el alumno aprenderá todas las tácticas técnicas de la metodología del entrenamiento del futbol.

- Lección 3.1. Modelos tácticos y preparación física en fútbol.
- Lección 3.2. Desarrollo metodológico del entrenamiento táctico.
- Chat.-
- Tarea 1.- .
- Tarea 2.- .
- Foro.- .
- Prueba Guía # 3.



GUIA APRENDIZAJE UNIDAD IV.- Comportamiento y formación. Al concluir esta unidad, el alumno aprenderá todo lo relacionado al comportamiento y la formación adecuada de los jugadores de fútbol, así como también conocer el momento preciso para que intervenga un psicólogo.

- Lección 4.1. Concepto y áreas de intervención psicosocial del preparador físico.
- Lección 4.2. Optimización de los recursos humanos desde la perspectiva del preparador físico.
- Chat.-
- Tarea 1.- .
- Tarea 2.- .
- Foro.- .
- Prueba Guía # 4.

GUIA APRENDIZAJE UNIDAD V.- Planificación y control del entrenamiento. Al concluir esta unidad, el alumno aprenderá a periodizar su tiempo para un correcto control y seguimiento de las actividades físicas en el entrenamiento.

- Lección 5.1. El control y seguimiento en el proceso de entrenamiento y competición en fútbol.
- Lección 5.2. Modelos de planificación.
- Lección 5.3. Periodización y programación de la preparación física.
- Chat.-
- Tarea 1.- .
- Tarea 2.- .
- Foro.- .
- Prueba Guía # 5.

GUIA APRENDIZAJE UNIDAD VI.- Complementaria. Al concluir esta unidad, el alumno aprenderá todo lo relacionado a las actividades complementarias que se realizan en la preparación física de los jugadores de fútbol.

- Lección 6.1. Metodología de la investigación.
- Lección 6.2. Papel del preparador físico en la prevención.
- Lección 6.3. Readaptación de lesiones en fútbol.
- Lección 6.4. Aplicación específica de la condición física.
- Lección 6.5. Planificación del portero.
- Lección 6.6. Seguimiento GPS.
- Lección 6.7. Maquinas de trabajo excéntrico.
- Lección 6.8. Análisis de juego en equipos profesionales.
- Chat.-
- Tarea 1.- .
- Tarea 2.- .
- Foro.- .
- Prueba Guía # 6.
- Prueba Final.