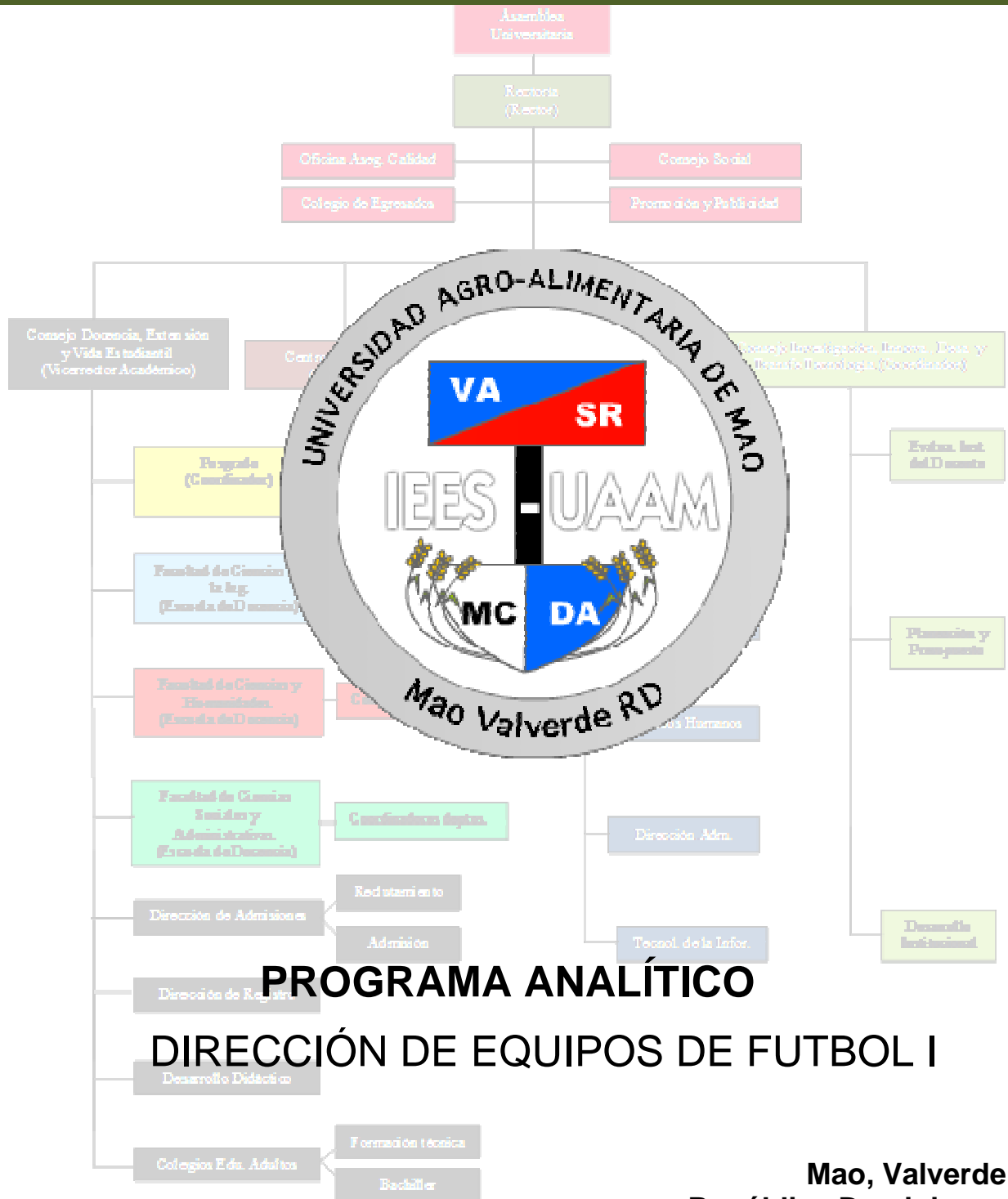


# UNIVERSIDAD AGRO-ALIMENTARIA DE MAO

## “IEES-UAAM”



### PROGRAMA ANALÍTICO

### DIRECCIÓN DE EQUIPOS DE FUTBOL I

Mao, Valverde  
República Dominicana



## I. DATOS DE LA ASIGNATURA

Nombre de la asignatura:	Dirección de Equipos de Futbol I
Clave de la asignatura:	FUT-063
Pre-requisito:	
Co-requisito:	
Horas teóricas – Horas práctica – Créditos	2 – 2– 3

## II. PRESENTACIÓN:

La materia de Alto Rendimiento en Fútbol I debe entenderse como continuidad curricular de los conocimientos técnicos y científicos relacionados con el fútbol. Dicho itinerario curricular comienza en 1º curso con la materia de Fundamentos técnicos y didácticos del fútbol, y se completa en 2º ciclo con dos materias: Alto Rendimiento en Fútbol I en 3º curso y Alto Rendimiento en Fútbol II en 4º curso. Estas dos materias tienen carácter optativo y se encuadran dentro de la formación especializada en Rendimiento Deportivo. De esta manera, se ofrece al alumno la posibilidad de profundizar en los aspectos específicos que posibilitan la intervención profesional en distintos ámbitos del fútbol.

Para ello, el alumno debe entender que se trata de una materia que implica una especialización profunda en la formación científica y procedimental para la intervención en el ámbito del rendimiento deportivo. Por ello, se requiere del alumno la aplicación de los conocimientos multidisciplinares adquiridos en la troncalidad de su formación (aspectos pedagógicos, didácticos y psicológicos), y muy especialmente de los adquiridos en materias propias del itinerario de rendimiento deportivo (Psicología de la competición, Fisiología del ejercicio, Valoración del rendimiento, Valoración funcional, Teoría del entrenamiento, Procesos de especialización deportiva, etc.)

Tanto la materia de Alto Rendimiento en Fútbol I, como Alto Rendimiento en Fútbol II pretenden ofrecer al alumno las competencias necesarias para intervenir profesionalmente en el ámbito del fútbol de alto rendimiento, en los diferentes perfiles profesionales: entrenador, preparador físico, recuperador funcional, entrenador de porteros, analista/observador, secretaría/ dirección técnica, etc.

## III. PROPÓSITOS GENERALES:

Al finalizar el curso, el alumno será capaz de:

- Dominar el sistema conceptual de la asignatura, no de un modo meramente definicional sino también operativo.
- Profundizar de manera personal en los contenidos de la disciplina



- Analizar críticamente todas las circunstancias y hechos que rodean al fútbol, su enseñanza y entrenamiento, buscando respuestas y soluciones bien fundamentadas.
- Adquirir habilidades básicas centradas en la identificación y manejo de fuentes de documentación e información que le permitan conformar un hábito de análisis e investigación.
- Desarrollar actitudes favorables hacia la colaboración interdisciplinar, el trabajo en equipo y la toma de decisiones basadas en la reflexión personal.
- Respecto a su conocimiento de la realidad "Alto Rendimiento en Fútbol":\
- Conocer las diferentes perspectivas de estudio y análisis del fútbol como deporte socio-motor
- Conocer las bases teóricas de carácter específico que configuran al fútbol como práctica motriz: bases estructurales (estructura formal y funcional del juego), bases técnicas o coordinativas, bases condicionales o físicas, bases tácticas y estratégicas.
- Dominar conceptual y procedimentalmente los elementos metodológicos que configuran el proceso de entrenamiento en el fútbol (medios de entrenamiento para el entrenamiento de las diferentes cualidades físicas, entrenamiento técnico, entrenamiento táctico y estratégico,...), sus modelos de planificación del entrenamiento, y las bases para la selección de talentos en el fútbol.
- Disponer de los conocimientos y recursos didácticos para la intervención eficaz, en diferentes etapas, del proceso de enseñanza-práctica y entrenamiento del fútbol. Adquirir habilidades necesarias en la dirección de equipos: comunicación, cohesión grupal, dinámica de grupos, gestión del liderazgo, etc.

#### IV. GUIAS APRENDIZAJE:

**GUIA APRENDIZAJE UNIDAD I.- El entrenamiento-competición como realidad sistémica.** Al finalizar esta unidad, el alumno será Conocer los factores que determinan el proceso de entrenamiento y competición en el fútbol, y su incidencia particular en el modelo de rendimiento en el fútbol.

Lección 1.1. La Teoría General de Sistemas.

Lección 1.2. Elementos de un sistema funcional.

Lección 1.3. Unidades del sistema de entrenamiento-competición.

Lección 1.4. La entrada del sistema: condiciones y objetivos del entrenamiento:

Lección 1.5. Subsistema pronóstico: análisis del fútbol.

Lección 1.6. La entrada del sistema: condiciones y objetivos del entrenamiento:

Lección 1.7. Subsistema selección: análisis del jugador.



- Lección 1.8. El proceso de entrenamiento-competición:
- Lección 1.9. Subsistema entrenamiento: el proceso de entrenamiento.
- Lección 1.10. La salida del proceso: Resultado del entrenamiento-competición:
- Lección 1.11. Subsistema competición: resultados deportivos.
- Lección 1.12. La salida del proceso: Resultado del entrenamiento-competición:
- Lección 1.13. Subsistema de control y retroalimentación: control del entrenamiento.
- Lección 1.14. Análisis de las restricciones del sistema y del contexto.
- Chat.-
- Tarea 1.-
- Tarea 2.-
- Tarea 3.-
- Tarea 4.-
- Foro.-
- Prueba Guía # 1.

#### **GUIA APRENDIZAJE UNIDAD II.- La entrada del sistema.**

- Lección 2.1. Análisis de la situación de entrenamiento-competición.
- Lección 2.2. Estructura del equipo.
- Lección 2.3. Condiciones y medios para el entrenamiento y competición.
- Lección 2.4. Objetivos del proceso de entrenamiento-competición.
- Lección 2.5. Objetivos de rendimiento.
- Lección 2.6. Objetivos de entrenamiento.
- Chat. -
- Tarea 1.-
- Tarea 2.-
- Tarea 3.-
- Tarea 4.-
- Foro.-
- Prueba Guía # 2.

#### **GUIA APRENDIZAJE UNIDAD III.- Análisis del Fútbol: Estructura de la actividad Competitiva del Juego.**

- Lección 3.1. Control de los desplazamientos durante el juego.
- Lección 3.2. Análisis basados en el entrenamiento.
- Lección 3.3. Perfil del esfuerzo desarrollado durante el juego.
- Chat.-
- Tarea 1.-
- Tarea 2.-
- Tarea 3.-
- Tarea 4.-
- Foro.-
- Prueba Guía # 3.



## **GUIA APRENDIZAJE UNIDAD IV.- Estructura fisiológica del Fútbol.**

- Lección 4.1. Producción de Energía en el Fútbol..
- Lección 4.2. Producción de Energía Aeróbica en el Fútbol..
- Lección 4.3. Producción de Energía Anaeróbica en el Fútbol.
- Lección 4.4. Capacidad energética de actividades específicas durante el juego.
- Lección 4.5. Metabolismo en el Juego.
- Lección 4.6. La utilización de los sustratos:
- Lección 4.7. El consumo de hidratos de carbono.
- Lección 4.8. La utilización de los sustratos:
- Lección 4.9. La oxidación de las grasas.
- Lección 4.10. La regulación de la temperatura.
- Lección 4.11. La fatiga en el juego:
- Lección 4.12. La fatiga durante períodos intensos del juego.
- Lección 4.13. La fatiga en el juego:
- Lección 4.14. La fatiga al final del partido.
- Chat.-
- Tarea 1.-
- Tarea 2.-
- Tarea 3.-
- Tarea 4.-
- Foro.-
- Prueba Guía # 4.

**GUIA APRENDIZAJE UNIDAD V.- El proceso de enseñanza-aprendizaje/entrenamiento en el fútbol.** Al concluir esta unidad, el alumno será capaz de Conocer el proceso de programación, exponiendo las directrices para: asignar actividades a cada uno de los objetivos propuestos, secuenciar y temporalizar las actividades, seleccionar los métodos y procedimientos a emplear y los recursos y materiales a utilizar, evaluar finalmente el proceso y el producto del programa.

- Lección 5.1. La sesión: diseño, dirección y evaluación de sesiones.
- Lección 5.2. Metodología de la enseñanza: métodos y estilos de enseñanza.
- Lección 5.3. Organización de actividades: identificación de los grupos participantes, selección y aprovechamiento de espacios, utilización y disposición del material.
- Lección 5.4. Programación y diseño de actividades: definición de objetivos, organización de unidades y sesiones, formulación de contenidos y actividades.
- Lección 5.5. El proceso de evaluación: Fundamentos de evaluación y control de los programas.
- Lección 5.6. El Calentamiento
- Chat.-
- Tarea 1.-



Tarea 2.-  
Tarea 3.-  
Tarea 4.-  
Foro.-  
Prueba Guía # 5.

**GUIA APRENDIZAJE UNIDAD VI.- Planteamientos metodológicos en los procesos de entrenamiento.** Al concluir esta unidad, el alumno será capaz de Concretar programas de actividades de enseñanza y entrenamiento del fútbol a partir de los datos y características e intereses de los alumnos y jugadores, marcando los objetivos del programa, actividades, temporalización metodología, materiales y recursos didácticos y procedimientos de evaluación.

Lección 6.1. Los modelos mecanicistas y conductistas del entrenamiento.  
Lección 6.2. Los modelos cognitivistas y el estructuralismo en el entrenamiento.  
Lección 6.3. Los modelos sistémicos del entrenamiento.  
Lección 6.4. El entrenamiento conjunto de los aspectos perceptivos, decisionales, ejecucionales y condicionales: El entrenamiento integrado.

Chat.-  
Tarea 1.-  
Tarea 2.-  
Tarea 3.-  
Tarea 4.-  
Foro.-  
Prueba Guía # 6.

**GUIA APRENDIZAJE UNIDAD VII.- Entrenamiento de la condición física en el fútbol (La resistencia y su entrenamiento).** Al concluir esta unidad, el alumno será capaz de conocer las exigencias de las distintas cualidades físicas implicadas en el rendimiento del fútbol y los medios para su entrenamiento, así como las pruebas de valoración funcional específicas.

Diseñar tareas y planes para el desarrollo de cada una de las cualidades físicas.

Lección 7.1. Análisis de la resistencia en el fútbol.  
Lección 7.2. Nómina de tareas para el entrenamiento de la resistencia en el fútbol.  
Lección 7.3. Medios de entrenamiento de la resistencia en el fútbol.  
Lección 7.4. Control y evaluación de la resistencia en el fútbol.  
Lección 7.5.

Chat.-  
Tarea 1.-  
Tarea 2.-  
Tarea 3.-  
Tarea 4.-  
Foro.-  
Prueba Guía # 7.



## **GUIA APRENDIZAJE UNIDAD VIII.- Entrenamiento de la condición física en el fútbol (La fuerza y su entrenamiento).**

- Lección 8.1. Análisis de la fuerza en el fútbol.
- Lección 8.2. Nómina de tareas para el entrenamiento de la fuerza en el fútbol.
- Lección 8.3. Medios de entrenamiento de la fuerza en el fútbol.
- Lección 8.4. Control y evaluación de la fuerza en el fútbol.
- Chat.-
- Tarea 1.-
- Tarea 2.-
- Tarea 3.-
- Tarea 4.-
- Foro.-
- Prueba Guía # 8.

## **GUIA APRENDIZAJE UNIDAD IX.- Entrenamiento de la condición física en el fútbol (La velocidad y su entrenamiento).**

- Lección 9.1. Análisis de la velocidad en el fútbol.
- Lección 9.2. Nómina de tareas para el entrenamiento de la velocidad en el fútbol.
- Lección 9.3. Medios de entrenamiento de la velocidad en el fútbol.
- Lección 9.4. Control y evaluación de la velocidad en el fútbol
- Chat.-
- Tarea 1.-
- Tarea 2.-
- Tarea 3.-
- Tarea 4.-
- Foro.-
- Prueba Guía # 9.

## **GUIA APRENDIZAJE UNIDAD X.- Entrenamiento de la condición física en el fútbol (La flexibilidad y su entrenamiento).**

- Lección 10.1. Análisis de la flexibilidad en el fútbol.
- Lección 10.2. Nómina de tareas para el entrenamiento de la flexibilidad en el fútbol.
- Lección 10.3. Medios de entrenamiento de la flexibilidad en el fútbol.
- Lección 10.4. Control y evaluación de la flexibilidad en el fútbol.
- Chat.-
- Tarea 1.-
- Tarea 2.-
- Tarea 3.-
- Tarea 4.-



Foro.-  
Prueba Guía # 10.

### **GUIA APRENDIZAJE UNIDAD XI.- Entrenamiento de la condición física en el fútbol (Valoración Funcional del Futbolista).**

Lección 11.1. La valoración funcional en el proceso de entrenamiento en fútbol.  
Lección 11.2. Perfil funcional del futbolista.  
Lección 11.3. Pruebas de laboratorio y de campo  
Chat.-  
Tarea 1.-  
Tarea 2.-  
Tarea 3.-  
Tarea 4.-  
Foro.-  
Prueba Guía # 11.

**GUIA APRENDIZAJE UNIDAD XII.- planificación del proceso de entrenamiento en el fútbol.(Planificación y periodización en el fútbol).** Al concluir esta unidad, el alumno será capaz de conocer las diferentes propuestas y modelos de planificación del entrenamiento en el fútbol.

Diseñar programaciones de entrenamiento haciendo constar las ciclización de las unidades temporales de entrenamiento teniendo en cuenta el calendario de competición y la modelación de las cargas de entrenamiento

Lección 12.1. Hacia un modelo de planificación en el fútbol.  
Lección 12.2. Planificación tradicional.  
Lección 12.3. Planificación contemporánea.  
Lección 12.4. Modelos y tendencias: entrenamiento concentrado, micro-estructuración.  
Lección 12.5. Aplicación práctica del proceso de planificación del entrenamiento.  
Lección 12.6. Estudio previo.  
Lección 12.7. Definición de objetivos.  
Lección 12.8. Calendario de competiciones.  
Lección 12.9. Racionalización de las estructuras intermedias.  
Lección 12.10. Determinación de los medios de entrenamiento.  
Lección 12.11. Puesta en acción del plan.  
Lección 12.12. Organización de las estructuras intermedias en el entrenamiento deportivo.  
Lección 12.13. Sesión de entrenamiento.  
Lección 12.14. El microciclo de entrenamiento.  
Lección 12.15. El ciclo de entrenamiento.  
Lección 12.16. El macrociclo de entrenamiento.





Chat.-  
Tarea 1.-  
Tarea 2.-  
Tarea 3.-  
Tarea 4.-  
Foro.-  
Prueba Guía # 3.

**GUIA APRENDIZAJE UNIDAD XI.- la figura del recuperador físico ó re-educador físico: la recuperación funcional de lesiones en el fútbol**

. Al concluir esta unidad, el alumno será capaz de conocer la incidencia lesional más frecuente en el futbolista.

Conocer los protocolos y medios para la recuperación funcional de lesiones, y los factores y medios para la prevención de las mismas.

Lección 13.1. El trabajo del equipo médico: médico, traumatólogo, fisioterapeuta, masajista.  
Lección 13.2. Patología lesional en el fútbol.  
Lección 13.3. Protocolos de recuperación funcional de las lesiones más frecuentes en el futbolista.  
Lección 13.4. Medios para la prevención de lesiones  
Chat.-  
Tarea 1.-  
Tarea 2.-  
Tarea 3.-  
Tarea 4.-  
Foro.-  
Prueba Guía # 11.