

# Curso Universitario

## Metodología del Entrenamiento de Fútbol

Avalado por la NBA



**tech**  
universidad



## Curso Universitario Metodología del Entrenamiento de Fútbol

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad
- » Acreditación: 6 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

Acceso web: [www.techtute.com/ciencias-del-deporte/curso-universitario/metodologia-entrenamiento-futbol](http://www.techtute.com/ciencias-del-deporte/curso-universitario/metodologia-entrenamiento-futbol)



# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Dirección del curso

---

*pág. 12*

04

Estructura y contenido

---

*pág. 16*

05

Metodología de estudio

---

*pág. 20*

06

Titulación

---

*pág. 30*

# 01

# Presentación

La metodología de entrenamiento en el fútbol se basa en una combinación de técnicas y tácticas específicas que se utilizan para mejorar el rendimiento de los jugadores y del equipo en general. No obstante, en los últimos años han surgido nuevos modelos innovadores con diferentes enfoques. Existen aquellos como el box to box, la tenencia del balón y otros enfocados en la capacidad física. Conocer estos modos operandi de entrenamiento le permitirán al profesional entender su funcionamiento y replicarlo junto con su equipo de fútbol. Por ello, TECH ha diseñado esta titulación para ofrecer al alumno los conocimientos más actualizados y rigurosos de esta área deportiva. Todo ello en un formato 100% online, sin horarios preestablecidos y sin tener que acudir a un centro presencial.





“

*Las metodologías de entrenamiento expuestas en este programa han traído consigo resultados impresionantes en los jugadores de fútbol. ¿Qué esperas para matricularte y acceder a esta información?”*

El fútbol es una disciplina que se encuentra en constante evolución, motivo por el cual cada vez se emplean diferentes modelos de entrenamiento y tácticas deportivas. Por ello, para conseguir buenos resultados durante la temporada, es necesario que el profesional emplee diferentes metodologías para variar en su juego y sorprender a cada rival. Esto ha motivado a TECH a crear el siguiente programa con el objetivo de capacitar al alumno en un área de gran influencia dentro del mundo del fútbol.

De esta manera, el alumno no solo profundizará en los conocimientos más actualizados y rigurosos del campo, sino que aumentará sus competencias estratégicas para implementar modelos de juego más eficaces y acorde a las capacidades de sus futbolistas. El material de estudio estará alojado en el campus virtual, al que se podrá acceder y descargar desde cualquier dispositivo con conexión a internet, sin horarios preestablecidos y sin tener que acudir a un centro presencial.

Adicional, este programa cuenta con una metodología enfocada en la reiteración y la experiencia, de manera que los contenidos expuestos serán presentados mediante recursos audiovisuales y dinámicas basadas en casos reales y de simulación. Esto garantizará una capacitación efectiva y enfocada a los retos que impone el sector del fútbol.

Este **Curso Universitario en Metodología del Entrenamiento de Fútbol** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Metodología del Entrenamiento de Fútbol
- ♦ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido recogen una información práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- ♦ Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- ♦ Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



*Te convertirás en un innovador, implementando estrategias deportivas utilizadas por genios como Pep Guardiola o Jürgen Klopp”*

“

*Este Curso Profesional cuenta con el innovador modelo de aprendizaje Relearning, por lo aprenderás sobre la marcha y te enfrentarás a casos reales y de simulación”*

El programa incluye en su cuadro docente a profesionales del sector que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeos interactivos realizados por reconocidos expertos.

*Descarga el contenido de esta capacitación en tu dispositivo de uso diario y revísalo las veces que lo necesites.*

*Este programa se convertirá en uno de los pasos académicos más importantes de tu carrera profesional.*



# 02

## Objetivos

Con el fin de garantizar una capacitación rigurosa y enfocada a los requerimientos del sector deportivo actual, TECH ha seleccionado el temario de este programa. A lo largo del período lectivo, el profesional ahondará en aspectos y elementos imprescindibles que le permitirán implementar a su praxis nuevas metodologías para la preparación física y táctica del jugador. Sumado a esto, desarrollará ejercicios prácticos basados en la metodología *Relearning*, teniendo que enfrentar casos reales y de simulación.







“

*Una vez te hayas titulado, habrás adquirido nuevas destrezas para aplicarlas en tu ejercicio profesional”*



## Objetivos generales

---

- ♦ Conocer el origen, la historia y evolución del Fútbol
- ♦ Ahondar en la organización de un club y todo lo que rodea al ámbito deportivo
- ♦ Profundizar en conocimientos técnico-tácticos actuales
- ♦ Indagar en el cambio en el análisis en el Fútbol con la introducción de las nuevas tecnologías
- ♦ Explicar la preparación física y la readaptación como parte fundamental en el Fútbol actual
- ♦ Poner en relevancia la importancia de una buena nutrición para un buen rendimiento deportivo
- ♦ Reconocer cada miembro de un cuerpo técnico y sus funciones en un club de Fútbol
- ♦ Ahondar en la Psicología como parte fundamental en el rendimiento de un futbolista





### Objetivos específicos

---

- ♦ Dominar los distintos ejercicios para el mantenimiento de posesión
- ♦ Describir los diferentes juegos lúdicos dentro del Fútbol
- ♦ Clasificar las diversas tareas dentro de un entrenamiento
- ♦ Diseñar y planificar sesiones de entrenamiento



*Destacarás en un sector en auge con gran proyección hacia el futuro y con grandes oportunidades a nivel internacional"*

03

# Dirección del curso

Una de las prioridades de TECH a la hora de diseñar una titulación es la conformación de un cuadro docente capacitado. Por ello, ha seleccionado para esta oportunidad a expertos y especialistas del entrenamiento deportivo, quienes se destacan por innovar en el terreno de juego debido a sus metodologías poco ortodoxas. Ellos, además de asumir la dirección de este programa, han contribuido activamente en el desarrollo del plan de estudios, vertiendo su conocimiento y experiencia.





“

*Desarrollarás diferentes productos audiovisuales de gran impacto para capacitarte de manera correcta”*

## Dirección



### **D. Fernández Fernández, Ángel**

- ♦ 2º Entrenador en el Real Oviedo Vetusta
- ♦ Entrenador en el fútbol base del Real Oviedo Femenino
- ♦ Responsable de Zona Norte de Agencia de Representación JV Sports
- ♦ Entrenador titulado Nivel 3 Fútbol
- ♦ Exdirector Deportivo CD Mosconia (3RFEF)



## Profesores

### D. Rodríguez Rodríguez, Alejandro

- ◆ Entrenador del Real Oviedo femenino
- ◆ Docente en Educación Secundaria
- ◆ Ingeniero industrial en Urbaser
- ◆ Técnico del CD Mosconia
- ◆ Técnico de categorías inferiores del Real Oviedo
- ◆ Director de la cadena de filiales del U.D Pájara Playas de Jandía
- ◆ Entrenador de la selección asturiana de fútbol sub16
- ◆ Licenciado en Ingeniería Técnica Industrial
- ◆ Máster en Prevención de Riesgos Laborales
- ◆ Máster en Formación del Profesorado

### D. Santiago Zamora, Manuel Isidro

- ◆ Entrenador primer equipo Unión Astur Club de Fútbol
- ◆ Co-fundador y Co-director del campus del Club Victoria de Perlorá
- ◆ Licencia UEFA A por la Real Federación Asturiana de Fútbol
- ◆ Técnico Deportivo en fútbol Nivel 3

“

*Una experiencia de capacitación  
única, clave y decisiva para  
impulsar tu desarrollo profesional”*



04

# Estructura y contenido

El contenido de este programa ha sido seleccionado en función de las demandas deportivas y las exigencias del sector. De modo que el profesional encontrará en su interior nuevas metodologías de entrenamiento para aplicarlas en el campo de fútbol. Todo este conglomerado de información será presentado mediante recursos audiovisuales de gran impacto, lecturas complementarias y un cómodo formato 100% online, al que se podrá acceder desde cualquier dispositivo con conexión a internet.



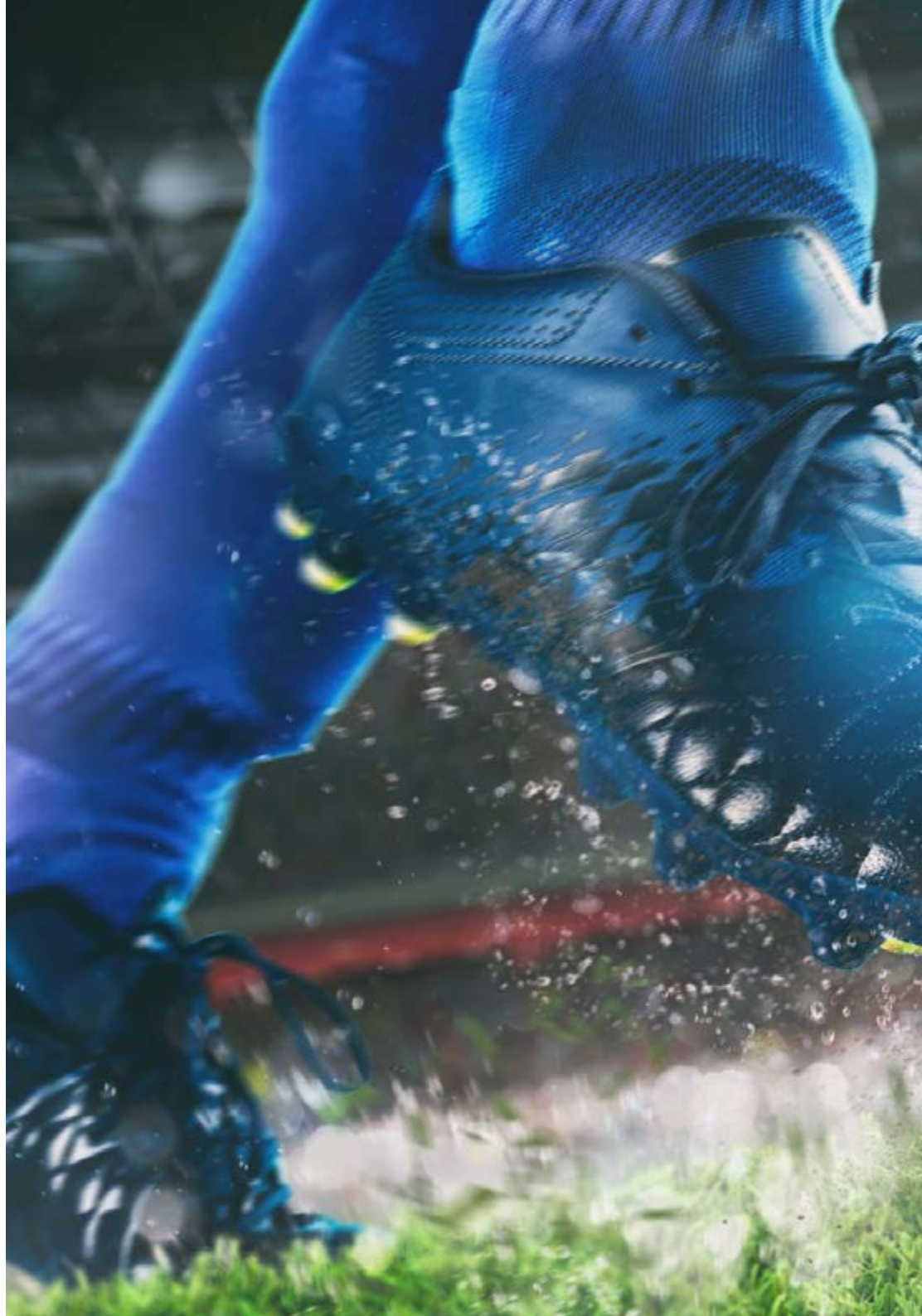


“

*Desarrolla esta titulación desde la comodidad de tu casa, sin tener que trasladarte a centros presenciales”*

## Módulo 1. Metodología del entrenamiento

- 1.1. El sistema de entrenamiento
  - 1.1.1. Fundamentación teórica
  - 1.1.2. El juego como suma de estructuras
  - 1.1.3. Planificación, diseño y ejecución
  - 1.1.4. Evaluación y control del entrenamiento
- 1.2. Elementos del sistema de entrenamiento
  - 1.2.1. Fundamentos del juego colectivo
  - 1.2.2. El jugador como centro del proceso
  - 1.2.3. Tendencias metodológicas
  - 1.2.4. El aspecto psicológico
- 1.3. Clasificación de las diferentes tareas
  - 1.3.1. Como clasificamos las diferentes tareas
  - 1.3.2. Tareas ofensivas
  - 1.3.3. Tareas defensivas
  - 1.3.4. Tareas mixtas
- 1.4. Circuitos y tareas analíticas
  - 1.4.1. ¿Para qué sirven?
  - 1.4.2. Tipos
  - 1.4.3. Acciones sin balón como protagonista
  - 1.4.4. Acciones con balón
- 1.5. Ejercicios de mantenimiento de posesión
  - 1.5.1. ¿Qué son y que tipos hay?
  - 1.5.2. Posesiones sin estructura
  - 1.5.3. Posesiones con subestructuras
  - 1.5.4. Juegos de presión. Momento sin balón
- 1.6. Juegos condicionados
  - 1.6.1. Juegos condicionados sin finalización
  - 1.6.2. Juegos condicionados con finalización
  - 1.6.3. Macroestructuras enfrentadas
  - 1.6.4. Juegos de posición Vs. Juegos de progresión







- 1.7. Acciones combinadas
  - 1.7.1. Tipos de evoluciones. Finalidad
  - 1.7.2. Ruedas de pase. Figuras técnicas
  - 1.7.3. Figuras técnicas con momento y subestructura
  - 1.7.4. Automatismos colectivos
- 1.8. Juegos lúdicos
  - 1.8.2. Qué entendemos por juego lúdico en el Fútbol
  - 1.8.2. Mantenimientos
  - 1.8.3. Rondos lúdicos
  - 1.8.4. Tareas jugadas
- 1.9. Partidos
  - 1.9.1. Partidos condicionados
  - 1.9.2. Partidos modificados
  - 1.9.3. Roles enfrentados. Simulaciones
  - 1.9.4. Juegos reducidos
- 1.10. Los Marcadores de rendimiento
  - 1.10.1. ¿Qué son los marcadores de rendimiento?
  - 1.10.2. Para que se utilizan
  - 1.10.3. Tipos de marcadores
  - 1.10.4. Tecnología al avance de las mediciones



*Los conocimientos acá desarrollados tienen una aplicabilidad inmediata en el campo laboral, lo que te llevará a sobresalir en el campo profesional”*

05

# Metodología de estudio

TECH es la primera universidad en el mundo que combina la metodología de los **case studies** con el **Relearning**, un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración dirigida.

Esta disruptiva estrategia pedagógica ha sido concebida para ofrecer a los profesionales la oportunidad de actualizar conocimientos y desarrollar competencias de un modo intensivo y riguroso. Un modelo de aprendizaje que coloca al estudiante en el centro del proceso académico y le otorga todo el protagonismo, adaptándose a sus necesidades y dejando de lado las metodologías más convencionales.





“

*TECH te prepara para afrontar nuevos retos en entornos inciertos y lograr el éxito en tu carrera”*

## El alumno: la prioridad de todos los programas de TECH

En la metodología de estudios de TECH el alumno es el protagonista absoluto. Las herramientas pedagógicas de cada programa han sido seleccionadas teniendo en cuenta las demandas de tiempo, disponibilidad y rigor académico que, a día de hoy, no solo exigen los estudiantes sino los puestos más competitivos del mercado.

Con el modelo educativo asincrónico de TECH, es el alumno quien elige el tiempo que destina al estudio, cómo decide establecer sus rutinas y todo ello desde la comodidad del dispositivo electrónico de su preferencia. El alumno no tendrá que asistir a clases en vivo, a las que muchas veces no podrá acudir. Las actividades de aprendizaje las realizará cuando le venga bien. Siempre podrá decidir cuándo y desde dónde estudiar.

“

*En TECH NO tendrás clases en directo  
(a las que luego nunca puedes asistir)”*



### Los planes de estudios más exhaustivos a nivel internacional

TECH se caracteriza por ofrecer los itinerarios académicos más completos del entorno universitario. Esta exhaustividad se logra a través de la creación de temarios que no solo abarcan los conocimientos esenciales, sino también las innovaciones más recientes en cada área.

Al estar en constante actualización, estos programas permiten que los estudiantes se mantengan al día con los cambios del mercado y adquieran las habilidades más valoradas por los empleadores. De esta manera, quienes finalizan sus estudios en TECH reciben una preparación integral que les proporciona una ventaja competitiva notable para avanzar en sus carreras.

Y además, podrán hacerlo desde cualquier dispositivo, pc, tableta o smartphone.

“

*El modelo de TECH es asincrónico, de modo que te permite estudiar con tu pc, tableta o tu smartphone donde quieras, cuando quieras y durante el tiempo que quieras”*



## Case studies o Método del caso

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, su función era también presentarles situaciones complejas reales. Así, podían tomar decisiones y emitir juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Con este modelo de enseñanza es el propio alumno quien va construyendo su competencia profesional a través de estrategias como el *Learning by doing* o el *Design Thinking*, utilizadas por otras instituciones de renombre como Yale o Stanford.

Este método, orientado a la acción, será aplicado a lo largo de todo el itinerario académico que el alumno emprenda junto a TECH. De ese modo se enfrentará a múltiples situaciones reales y deberá integrar conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones. Todo ello con la premisa de responder al cuestionamiento de cómo actuaría al posicionarse frente a eventos específicos de complejidad en su labor cotidiana.



## Método Relearning

En TECH los *case studies* son potenciados con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

Este método rompe con las técnicas tradicionales de enseñanza para poner al alumno en el centro de la ecuación, proveyéndole del mejor contenido en diferentes formatos. De esta forma, consigue repasar y reiterar los conceptos clave de cada materia y aprender a aplicarlos en un entorno real.

En esta misma línea, y de acuerdo a múltiples investigaciones científicas, la reiteración es la mejor manera de aprender. Por eso, TECH ofrece entre 8 y 16 repeticiones de cada concepto clave dentro de una misma lección, presentada de una manera diferente, con el objetivo de asegurar que el conocimiento sea completamente afianzado durante el proceso de estudio.

*El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu especialización, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.*



## Un Campus Virtual 100% online con los mejores recursos didácticos

Para aplicar su metodología de forma eficaz, TECH se centra en proveer a los egresados de materiales didácticos en diferentes formatos: textos, vídeos interactivos, ilustraciones y mapas de conocimiento, entre otros. Todos ellos, diseñados por profesores cualificados que centran el trabajo en combinar casos reales con la resolución de situaciones complejas mediante simulación, el estudio de contextos aplicados a cada carrera profesional y el aprendizaje basado en la reiteración, a través de audios, presentaciones, animaciones, imágenes, etc.

Y es que las últimas evidencias científicas en el ámbito de las Neurociencias apuntan a la importancia de tener en cuenta el lugar y el contexto donde se accede a los contenidos antes de iniciar un nuevo aprendizaje. Poder ajustar esas variables de una manera personalizada favorece que las personas puedan recordar y almacenar en el hipocampo los conocimientos para retenerlos a largo plazo. Se trata de un modelo denominado *Neurocognitive context-dependent e-learning* que es aplicado de manera consciente en esta titulación universitaria.

Por otro lado, también en aras de favorecer al máximo el contacto mentor-alumno, se proporciona un amplio abanico de posibilidades de comunicación, tanto en tiempo real como en diferido (mensajería interna, foros de discusión, servicio de atención telefónica, email de contacto con secretaría técnica, chat y videoconferencia).

Asimismo, este completísimo Campus Virtual permitirá que el alumnado de TECH organice sus horarios de estudio de acuerdo con su disponibilidad personal o sus obligaciones laborales. De esa manera tendrá un control global de los contenidos académicos y sus herramientas didácticas, puestas en función de su acelerada actualización profesional.



*La modalidad de estudios online de este programa te permitirá organizar tu tiempo y tu ritmo de aprendizaje, adaptándolo a tus horarios”*

### La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los alumnos que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al alumno una mejor integración en el mundo real.
3. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
4. La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.



## La metodología universitaria mejor valorada por sus alumnos

Los resultados de este innovador modelo académico son constatables en los niveles de satisfacción global de los egresados de TECH.

La valoración de los estudiantes sobre la calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso y sus objetivos es excelente. No en valde, la institución se convirtió en la universidad mejor valorada por sus alumnos según el índice global score, obteniendo un 4,9 de 5.

*Accede a los contenidos de estudio desde cualquier dispositivo con conexión a Internet (ordenador, tablet, smartphone) gracias a que TECH está al día de la vanguardia tecnológica y pedagógica.*

*Podrás aprender con las ventajas del acceso a entornos simulados de aprendizaje y el planteamiento de aprendizaje por observación, esto es, Learning from an expert.*



Así, en este programa estarán disponibles los mejores materiales educativos, preparados a conciencia:



#### Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



#### Prácticas de habilidades y competencias

Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



#### Resúmenes interactivos

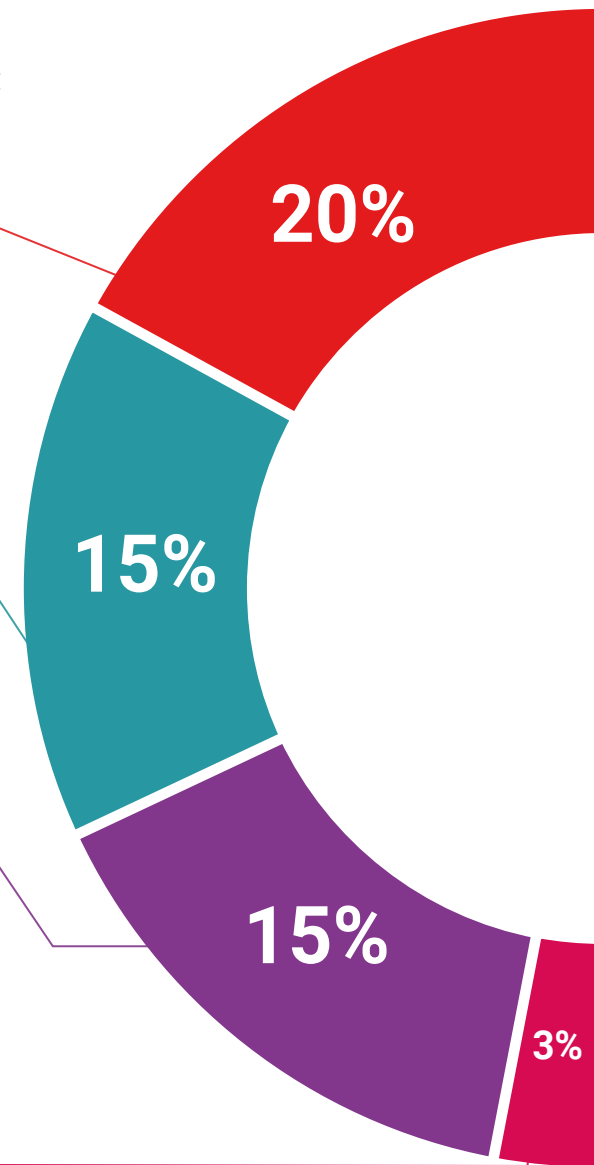
Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

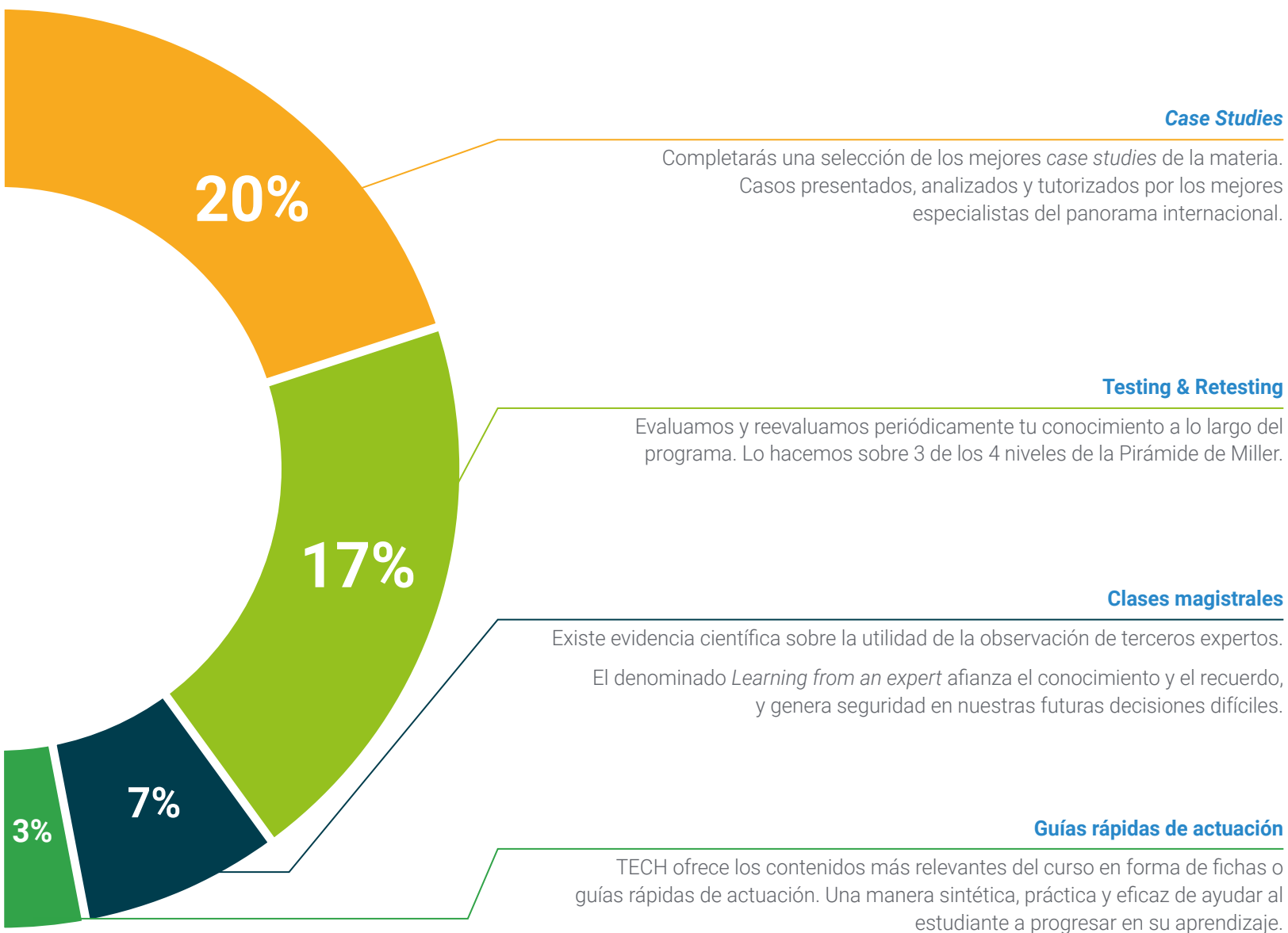
Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



#### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





#### Case Studies

Completarás una selección de los mejores *case studies* de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



#### Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



#### Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos. El denominado *Learning from an expert* afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



#### Guías rápidas de actuación

TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.





# 06 Titulación

El Curso Universitario en Metodología del Entrenamiento de Fútbol garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Curso Universitario expedido por TECH Universidad.



“

*Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”*

Este programa te permitirá obtener el título de **Curso Universitario en Metodología del Entrenamiento de Fútbol** emitido por TECH Universidad.

TECH es una Universidad española oficial, que forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES). Con un enfoque centrado en la excelencia académica y la calidad universitaria a través de la tecnología.

Este título propio contribuye de forma relevante al desarrollo de la educación continua y actualización del profesional, garantizándole la adquisición de las competencias en su área de conocimiento y aportándole un alto valor curricular universitario a su formación. Es 100% válido en todas las Oposiciones, Carrera Profesional y Bolsas de Trabajo de cualquier Comunidad Autónoma española.

Además, el riguroso sistema de garantía de calidad de TECH asegura que cada título otorgado cumpla con los más altos estándares académicos, brindándole al egresado la confianza y la credibilidad que necesita para destacarse en su carrera profesional.

Título: **Curso Universitario en Metodología del Entrenamiento de Fútbol**

Modalidad: **online**

Duración: **6 semanas**

Acreditación: **6 ECTS**





**Curso Universitario**  
Metodología del  
Entrenamiento de Fútbol

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad
- » Acreditación: 6 ECTS
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online



# Curso Universitario

## Metodología del Entrenamiento de Fútbol

Avalado por la NBA



**tech**  
universidad