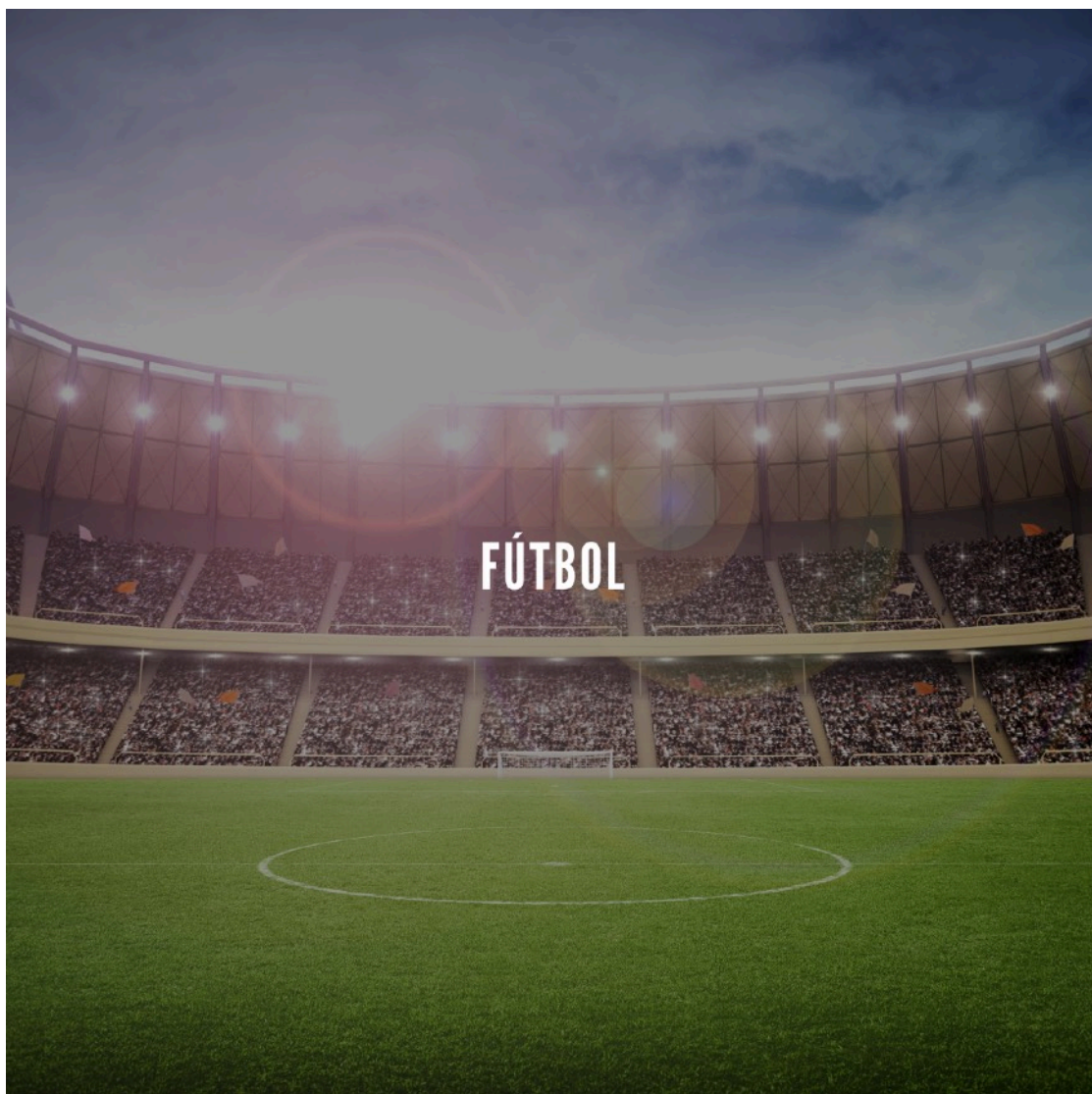


**PREPARACIÓN FÍSICA DEL FÚTBOL:
MODELO METABÓLICO-ENERGÉTICO
LA ESENCIA DEL JUEGO, LOS OBJETIVOS ENERGÉTICOS Y LAS CARGAS
DE ENTRENAMIENTO**

Curso de Experto



www.wanceulenformacion.com



WANCEULEN FORMACIÓN

Curso de Experto

CURSO	PREPARACIÓN FÍSICA DEL FÚTBOL: MODELO METABÓLICO-ENERGÉTICO LA ESENCIA DEL JUEGO, LOS OBJETIVOS ENERGÉTICOS Y LAS CARGAS DE ENTRENAMIENTO
MATERIA	FÚTBOL
MODALIDAD	ON LINE
PROFESORES AUTORES y/o PROFESORAS AUTORAS	ALFREDO JARODICH
CURRÍCULUMS AUTORES y/o AUTORAS	<p>Profesor Nacional de Educación Física: Egresado del ISEF (Instituto Superior de Educación Física - Uruguay 1988).</p> <p>Preparador Físico de la Selección Uruguaya: Proceso de Eliminatoria para el Mundial de Corea y Japón 2002.</p> <p>Preparador Físico en diferentes mercados de América Latina: Uruguay, México, Brasil, Argentina y Paraguay.</p> <p>Participación en Clubes, entre otros: Nacional y Peñarol (Uruguay), Monterrey y Tigres (México), Olimpia (Paraguay).</p> <p>Integrante de Cuerpos Técnicos con Entrenadores, tales como: Juan Carlos Blanco, Hugo De León, Daniel Passarella, Alejandro Sabella, Ricardo La Volpe, Héctor Hugo Eugui, Mario Carrillo, Francisco Ramírez, Antonio Mohamed y Carlos Barra.</p> <p>Asesor Metodológico en las Áreas de: Programación - Planificación y Periodización del Entrenamiento.</p> <p>Formación en las Áreas de Ciencias Aplicadas: Diagnóstico y Verificación del Entrenamiento.</p> <p>Profesor Recuperador: Especialista en Rehabilitación de Tendinopatía Rotuliana.</p>
COORDINADOR ACADÉMICO	GestionaDeporte
CRÉDITOS Y HORAS	180 HORAS
CERTIFICACIONES	Wanceulen Formación y GestionaDeporte
PRECIO	495€ 245 €
FORMA DE PAGO	TARJETA BANCARIA o PAY PAL
DIRIGIDO A	GRADUADOS Y GRADUADAS EN CIENCIAS DEL DEPORTE, ENTRENADORES Y ENTRENADORAS DE FÚTBOL, PREPARADORES FÍSICOS Y PREPARADORAS FÍSICAS DE EQUIPOS DE FÚTBOL
MATERIAL DE ESTUDIO	TEMARIO ACCESIBLE AL ALUMNO O A LA ALUMNA, EN FORMATO ELECTRÓNICO
OBJETIVOS	Conocer los fundamentos y la aplicación del modelo metabólico-energético de preparación física en el fútbol de élite.
EVALUACIÓN	EXÁMENES TIPO TEST CUMPLIMENTADOS ONLINE

INTRODUCCIÓN:

Nuestro propósito es comprender, explicar y aceptar que son Modelos 100% compatibles y complementarios, la Planificación Clásica (antagonista para muchos, agonista para nosotros), en relación a la Periodización Táctica, al Método Estructurado y al Método Integrado.

Desconocer las teorías Biologicistas, es tan Cartesiano, como desconocer para los Mecanicistas, en su defensa del Sistema Límbico, la Inteligencia Cinestésica.

Para evitar incongruencias, vincularemos los Sistemas Energéticos y los Objetivos Energéticos, con los Métodos y la Metodología.

CONTENIDOS:

PARTE 1

DE VIEJAS REFLEXIONES A NUEVOS REPLANTEOS. Nuestra Visión

UNA CUESTIÓN DE SEMÁNTICA. Dualismo vs. Monismo

MODELO TEÓRICO DE REFERENCIA. Desde una Densidad Matemática hacia una Densidad Fisiológica

POTENCIA AERÓBICA Y CAPACIDAD LÁCTICA. Análisis Cualitativo y Cuantitativo

DESDE UN MODELO TEÓRICO HACIA UN MODELO PRÁCTICO. De la Recolección de Datos a las Demandas Energéticas. Relaciones Porcentuales entre el Juego y los Objetivos Energéticos

AJUSTES SOBRE EL MODELO DE ANÁLISIS ESTADÍSTICO. Proyección y Diferenciación para el Entrenamiento. Modelo Experimental en 6 Futbolistas Profesionales

GRÁFICOS Y VARIABLES CINEMÁTICAS REFERENCIALES EN COMPETENCIA. Análisis Estadísticos Grupales

TRANSFERENCIA DEL MODELO ENERGÉTICO EN LA TEMPORADA. Sistemas y Objetivos Energéticos vs. Periodos y Fases

SISTEMA ALÁCTICO VS. SISTEMA LÁCTICO. Áreas Anaeróbicas y Antagonismo Energético

ORGANIZACIÓN DE LA CARGA DE POTENCIA ALÁCTICA. Objetivo Energético con "Mínima" Acidez en el Fútbol

CONCEPTUALIZACIÓN DE LA CARGA DE CAPACIDAD LÁCTICA. Objetivo Energético con "Máxima" Acidez en el Fútbol

NEUROCIENCIAS. ¿Aeróbicas-Alácticas o Lácticas?

RELACIÓN NEURONAS Y ADENOSIN TRIFOSFATO. Modelo Cognitivo vs. Conductual - Razonamiento + Memorización

"LA REALIDAD ES LA CRÍTICA DE LA TEORÍA". Evolución o Involución

CONTROL DE LA CARGA A LO LARGO DE UNA MACROESTRUCTURA.

Marcadores Biológicos y Composición Corporal

CIRCUITOS. ¿Específicos o Inespecíficos?

CIRCUITOS FÍSICO-TÉCNICOS CON CONTROL DE GPS. Reproducción en Campo. Modelos Prácticos (Nivel 1 y 2)

EN LA BÚSQUEDA DE UN MODELO SUSTENTABLE. "Más no es igual a Mejor"

MÉTODO EN COLORES Y MÉTODO EN BLANCO Y NEGRO. Justificación

Referencias a lo Largo de una Temporada.

RELACIONES EN EL JUEGO. Intensidades vs. Áreas Funcionales. Una Micropausa para volver a nuestro pensar y sentir

ESPECIFICIDAD VS. INESPECIFICIDAD. Energética vs. Metodológica - Metodológica vs. Energética

ÁREAS FUNCIONALES AERÓBICAS Y MÉTODOS DE ENTRENAMIENTO.

Primera Orientación

MECANIZACIÓN E INTELECTUALIZACIÓN. "Dos caras de una misma moneda"

METABOLISMO METODOLÓGICO. Conceptos Generales

MÉTODO INTERMITENTE VS. MÉTODO FRACCIONADO. Primera

Contextualización

SISTEMAS Y OBJETIVOS ENERGÉTICOS VS. MÉTODO Y METODOLOGÍA.

Abecedario

CONTROL DE OBJETIVOS Y CARGAS. Superposición y Contraposición. Tipos de Contraposición. Tipos de Interferencias

CONCEPTO DE COMPLEJIDAD EN EL ENTRENAMIENTO. Una Variable del Volumen y de la Intensidad

CAPACIDADES CONDICIONALES Y COORDINATIVAS. Una mención desde y hacia el Deporte

PARTE 2

NUESTRA PRIMERA VISIÓN DE LA PLANIFICACIÓN. Modelo Concentrado vs. Modelo Alternado

MICROESTRUCTURA TIPO EN PERIODO COMPETITIVO. Organización de las Sesiones de Entrenamiento

CALIDAD VS. CANTIDAD. Calidad no es sinónimo de Especificidad e Intensidad

PRINCIPIOS PSICOBIOLOGICOS. Bases Generales

TRANSFERENCIA DE LOS OBJETIVOS ENERGÉTICOS. Cargas de Entrenamiento: eslabones de una misma cadena

MODELO INTEGRAL. MODELO INTEGRADO. Fortalezas y Debilidades

SESIONES METABÓLICO-FUNCIONALES VS. SESIONES

NEUROMUSCULARES. Diferencias en el armado y combinaciones

ORDENAMIENTO DE LA SESIÓN DE ENTRENAMIENTO. Tema vs. Esquema

ÁREAS FUNCIONALES. Relación a los Sistemas Energéticos y combinaciones

ÁREAS FUNCIONALES AERÓBICAS. Clasificación y Efectos

ÁREAS FUNCIONALES ANAERÓBICAS. Clasificación y Efectos

PERIODOS DEL ENTRENAMIENTO. Métodos vs. Relación Porcentual

PROGRAMACIÓN DE UNA MACROESTRUCTURA. Introducción al Periodo General y Especial

PERIODO GENERAL. Modelo Concentrado

PERIODO ESPECIAL. Modelo Concentrado

MUESTRA DE MESOESTRUCTURA. Con Microestructuras en Objetivos Combinados

MUESTRA DE MICROESTRUCTURA. Con Sesiones en Objetivos Combinados

PERIODO COMPETITIVO. Estructuración de Fases

FASE DE CIMENTACIÓN. Modelo Alternado Mixto

FASE DE AFINACIÓN. Modelo Alternado Mixto

POTENCIA AERÓBICA VS. POTENCIA ALÁCTICA. Las Potencias que definen y deciden el Fútbol

FASE DE MANTENIMIENTO. Modelo Alternado Puro

MESOESTRUCTURA METABÓLICO-FUNCIONAL. Microestructuras y Sesiones de Entrenamiento

MESOESTRUCTURA NEUROMUSCULAR. Microestructuras y Sesiones de Entrenamiento

MUESTRA DE MESOESTRUCTURA. Con Microestructuras en 2 Objetivos

MUESTRA DE MICROESTRUCTURA. Con Sesiones en 2 Objetivos

MODELO DE 38 JORNADAS CON 20 EQUIPOS. Potencia Aeróbica vs. Potencia Aláctica

MODELO DE REFERENCIA 1. Matriz Original: 16 Equipos - 15 Jornadas - Primera Vuelta

MODELO DE REFERENCIA 2. Matriz Ajustada: 20 Equipos - 19 Jornadas - Primera Vuelta

MODELO DE DINÁMICA DE CARGAS. Metabólico-Funcionales y Neuromusculares

EQUILIBRIO MUSCULAR. Alerta Naranja

PROTOCOLOS DE EVALUACIÓN. Bases de Cálculo e informes Individuales