

## DADES GENERALS

## Curs acadèmic

|                   |                                                                                                                                            |
|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tipus de curs     | Màster de Formació Permanent                                                                                                               |
| Nombre de crèdits | 60,00 Crèdits ECTS                                                                                                                         |
| Matrícula         | 2.450 euros (import preu públic)                                                                                                           |
| Requisits d'accés | Llicenciats i Graduats en Educació Física i en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport                                                   |
| Modalitat         | Semipresencial                                                                                                                             |
| Lloc d'impartició |                                                                                                                                            |
| Horari            | * Dijous de 15.00 a 20.00 h. (on-line amb opció visualització en diferit).<br>* 27, 28, 29, 30, 31 de maig de 9.00 a 18.00 h. (presencial) |

## Direcció

|              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Organitzador | Facultat de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Direcció     | Pedro de Matías Cid<br>Profesor/a Asociado de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València<br>Andrés Tudela Desantes<br>Profesor/a Asociado de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València<br>Rodrigo Aranda Malavés<br>Profesor/a Asociado de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València<br>Rafael Aranda Malavés<br>Profesor/a Titular de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València<br>José Juan Crespo Hervás<br>Profesor/a Titular de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València |

## Terminis

|                       |                   |
|-----------------------|-------------------|
| Preinscripció al curs | Fins a 15/09/2023 |
| Data inici            | Octubre 2023      |
| Data fi               | Juliol 2024       |

## Més informació

|         |                                                                  |
|---------|------------------------------------------------------------------|
| Telèfon | 961 603 000                                                      |
| E-mail  | <a href="mailto:informacio@adeituv.es">informacio@adeituv.es</a> |

## PROGRAMA

## II.-Mitjans i mètodes d'entrenament del /la futbolista per a la millora de les accions del partit de futbol

Entrenament, Planificació, Periodització, Força, Velocitat, Resistència, RSA, SSG, Càrrega Interna, Càrrega Externa, Fatiga, Estat de Forma, Descans, Gestió de grup, Disseny de Tasques, Model de Joc, Futbol Base, Futbol Femení.

## III.-Factors que influeixen en la incidència i fisiopatologia de les principals lesions en el/la futbolista jove i adult/a: entrenament per a la millora dels factors de risc lesional

Lesió, Incidència, prevenció, factors intern, factors externs, Trencament muscular, Trencament ligamentosa, LCA, Biceps femoral, Recte anterior, Adductor, turmell, entrenament preventiu.

## IV.-Mitjans i mètodes d'entrenament, nutrició i ajudes ergogèniques que faciliten l'adaptació i recuperació del/la futbolista..

Pla Nutricional, nutrients, ajudes ergogèniques, reposició, recuperació, massa muscular, hidratació, suplement, imc.

## Treballet Final de màster

Treball, revisió bibliogràfica, Metanàlisi, Mètode Científic, Disseny experimental, Disseny descriptiu, Proposta pràctica, Marco Teòric, Mètode, Resultats, Discussió, Conclusions.

## I.-La preparació física del/la futbolista basada en el partit de futbol.

Partit; Competició, Demandes Físiques, Demandes Fisiològiques, Càrrega Externa, Càrrega Interna, Model de Joc.

**Ángel Aceña Rodríguez**

Preparador Físico Albacete Balompié SAD, Selección Nacional de Zambia, Qatar SC, Vitesse, Selección Nacional de Costa Rica y Sevilla FC

**Jorge Alarcón Rodrigo**

Entrenador asistente y preparador físico en Al Nassr (Arabia Saudí), Levante UD, Umm Salal (Qatar) , Huddersfield FC (Inglaterra)

**Juan Fernando Albors Baga**

Médico especializado en medicina deportiva y ecografía

**Pedro Emilio Alcaraz Ramón**

Profesor Catedrático UCAM

**Miguel Alonso Calvar**

Preparador Físico

**José Manuel Álvarez Casado**

Medico Deportivo en Real Betis Balompié

**Rafael Aranda Malavés**

Profesor/a Titular de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

**Rodrigo Aranda Malavés**

Profesor/a Asociado de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

**Estanislao Asensi Martínez**

Coordinador preparación física

**Bruno Bazuelo Ruiz**

Profesor/a Asociado de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

**Jerónimo Benavent Canet**

Titular. Clínica de Jeronimo Benavent Canet

**Josep Carles Benítez Martínez**

Contratado/a Doctor/a. Departament de Fisioteràpia. Universitat de València

**María Cristina Blasco Lafarga**

Profesor Titular de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València.

**Xavier Calabuig Gaspar**

Asistente Técnico Valencia CF Mestalla y Profesor en FFCV

**Ferran Calabuig Moreno**

Profesor/a Titular de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

**Julio Calleja González**

Profesor Catedrático Universidad del País Vasco

**Miguel Ángel Campos Vázquez**

Sin Asignar Solicitudes Títulos Propios

**David Casamichana Gómez**

Preparador Físico Real Sociedad y Racing Santander. Universidad Europea del Atlántico, Santander

**José Casaña Granell**

Profesor/a Titular de Universidad. Departament de Fisioteràpia. Universitat de València

**Julen Castellano Paulis**

Profesor Asociado. Instituto Vasco de Educación Física

**Iván Chulvi Medrano**

Profesor Ayudante Doctor. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València..

**Juan Carlos Colado Sánchez**

Catedrático/a de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

**José Ramón Collado Ripoll**

Licenciatura en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

---

**Carlos Corberán Vallet**

Preparador Físico. Villarreal C.F., S.A.D.

---

**Pedro Ramón Cotolí Suárez**

Profesor/a Asociado de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

---

**José Juan Crespo Hervás**

Profesor/a Titular de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

---

**José Ramón de la Fuente**

Entrenador de porteros del Fútbol Club Barcelona

---

**Pedro de Matías Cid**

Profesor/a Asociado de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

---

**José Luis Felipe Hernández**

0

---

**Francisco Javier Forner Llácer**

Preparador Físico Personal de Futbolistas Profesionales

---

**Fernando García Pascual**

Profesor/a Asociado de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

---

**María Carmen Gómez Cabrera**

Catedrática de Universidad (Departamento de Fisiología), Universitat de València. Doctora en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (Universitat de València).

---

**Pedro Gómez Piqueras**

Licenciado en Ciencias del Deporte, Diplomado en Fisioterapia y Entrenador Nivel II

---

**Jacob González Otazo**

Preparador Físico FC Barcelona Femenino y Selección Española de Rugby

---

**Joaquín González Ródenas**

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

---

**José Francisco Guzmán Luján**

Catedrático/a de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

---

**Juan Iribarren Morras**

Preparador Físico en CA Osasuna, Atlético de Madrid, Selección Nacional Mexico, Real Zaragoza, Legia de Varsovia (Polonia), Selección Nacional Japón, Al Wahda FC (Dubai) , Athletic Club Bilbao

---

**Juan Francisco Lisón Párraga**

Doctor

---

**Salvador Llana Belloch**

Profesor/a Titular de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

---

**Mario López Martínez**

Profesor/a Asociado de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

---

**Pablo Manzanet Monfort**

Preparador Físico Benidorm FC, Villarreal CF

---

**Andrés Martín García**

PhD Sport Science. Preparador físico del F.C. Barcelona

---

**Fernando Martín Rivera**

Contratado/a Doctor/a. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

---

**Francisco Javier Navarro Ballester**

Preparador Físico del primer equipo. Levante Unión Deportiva, S.A.D

---

**Francisco Javier Núñez Sánchez**

Profesor Colaborador Doctor. Departamento. Deporte e Informatica. Universidad Pablo de Olavide

---

**Javier Orero García**

Preparador Físico en Levante UD y Chengdu Xingcheng (China)

---

**Federico Vicente Pallardó Calatayud**

Catedrático/a de Universidad. Departament de Fisiologia. Universitat de València

**Pedro Pérez Soriano**

Catedrático/a de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

**José Pino Ortega**

Profesor/a Titular de Universidad. Universidad de Murcia

**José Vicente Piris Ballester**

Fisioterapeuta juvenil DH en CF La Nucía

**José Ignacio Priego Quesada**

Contratado/a Doctor/a. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

**Marco Romagnoli Sciortino**

Profesor/a Titular de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

**Blanca Romero Moraleda**

Profesor/a Titular de Universidad Interino/a. Universidad Autónoma de Madrid

**José Romero Sangüesa**

Preparador Físico en Benidorm, Getafe CF y Villarreal CF

**José Sambade Carreira**

Former Gk coach en Fulham FC Official

**Nuria Estela Sánchez Hernández**

Licenciatura en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

**Enrique Sanz Ramírez**

0

**Jaime Sebastián Rico**

Graduado en Farmacia y en Nutrición Humana y Dietética (Universitat de València). Máster Universitario Nutrición Personalizada y Comunitaria. Doctorando de la Universitat de València. Certificado Internacional de Cineantropometría ISAK Nivel 1. Nutricionista de la Clínica Universitària de Nutrició, Activitat Física i Fisioteràpia (CUNAFF) de la UV. Divulgador en Nutricraccia.

**Igor Setuain Chourraut**

**Jorge Sorlí Guerola**

Preparador Físico / Readaptador Valencia CF

**Manuel Sotelo Bernárdez**

Entrenador de Porteros y preparador físico en Celta de Vigo, Deportivo de la Coruña, Nottingham Forest, Al Ahli y Brentford FC.

**Luis Jesús Suárez Moreno-Arrones**

Preparador Físico del FC Basilea (Suiza). Prof. Ent. Deportivo y Evaluación Func. Univ. Pablo de Olavide (Sevilla)

**Robert Tejero Pastor**

Profesor/a Asociado de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

**Javier Torres Macías**

Fisioterapeuta Levante UD

**Andrés Tudela Desantes**

Profesor/a Asociado de Universidad. Departament d'Educació Física i Esportiva. Universitat de València

## OBJECTIUS

Les sortides professionals que té el curs són:

1. Preparador físic d'equips de futbol d'elit, equips de joves i equips femenins.
2. Director/coordinador de preparació física de clubs professionals i amateurs masculins i femenins.
3. Director/coordinador de preparació física d'escoles de futbol.

Dominar l'anatomia i la fisiologia muscular i articular dels principals sistemes neuromusculars implicats en la pràctica del futbol  
Dominar els aspectes fisiològics de l'esforç intermitent que condicionen el rendiment en futbol.  
Comprendre la complexitat i diversitat del futbolista i els principals factors que afecten el seu rendiment.  
Conèixer els diferents rols exercits pel preparador físic dins d'un equip de futbol, dins d'un club, dins d'una selecció i dins d'una escola de futbol.

Reconèixer les diferents estratègies d'equip utilitzades en el futbol i la forma en què aquestes condicionen els objectius, continguts i mètodes d'entrenament.

Conèixer les diferents qualitats motores bàsiques, la seua relació, així com les qualitats motores específiques del futbol.

Conèixer les característiques dels esforços futbolístiques, així com les qualitats motores específiques d'aquesta i les diferents demarcacions.

Aprendre sobre els mètodes d'entrenament per a millorar les qualitats motors bàsiques i específiques per al futbol d'una manera contextualitzada.

Conèixer els principals models de planificació utilitzats en el futbol i poder utilitzar-los racionalment d'acord amb els objectius de l'equip, club o escola.

Diferenciar les diferents parts de la sessió i aprendre a organitzar-la.

Ser capaç de controlar el procés d'entrenament utilitzant les principals tecnologies aplicades en el futbol.

Conèixer la epidemiologia i la importància de les lesions en el futbol

Conèixer els principals mitjans i mètodes de prevenció de lesions en el futbol

Conèixer les fases de la readaptació a l'esforç després de les lesions principals en el/la futbolista

Conèixer les fases de la readaptació a l'esforç després de les lesions més freqüents del/la futbolista i les possibilitats d'intervenció del preparador físic en cadascuna de les fases de recuperació i readaptació a l'esforç.