

## DATOS GENERALES

## Curso académico

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| <b>Tipo de curso</b>        | Máster de Formación Permanente   |
| <b>Número de créditos</b>   | 60,00 Créditos ECTS  |
| <b>Matrícula</b>            | 2.450 euros (importe precio público)   |
| <b>Requisitos de acceso</b> | Licenciados y Graduados en Educación Física y en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte  |
| <b>Modalidad</b>            | Semipresencial   |
| <b>Lugar de impartición</b> |  |
| <b>Horario</b>              | * Jueves de 15:00 a 20:00 h. (on-line con opción visualización en diferido).<br>* 27, 28, 29, 30, 31 de mayo de 9:00 a 18:00 h. (presencial) |

## Dirección

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Organizador</b> | Facultat de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport   |
| <b>Dirección</b>   | 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 |

## Plazos

|                                |                  |
|--------------------------------|------------------|
| <b>Preinscripción al curso</b> | Hasta 15/09/2023 |
| <b>Fecha inicio</b>            | Octubre 2023     |
| <b>Fecha fin</b>               | Julio 2024       |

## Más información

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

## PROGRAMA

## II.-Medios y métodos de entrenamiento del /la futbolista para la mejora de las acciones del partido de fútbol

Entrenamiento, Planificación, Periodización, Fuerza, Velocidad, Resistencia, RSA, SSG, Carga Interna, Carga Externa, Fatiga, Estado de Forma, Descanso, Gestión de grupo, Diseño de Tareas, Modelo de Juego, Fútbol Base, Fútbol Femenino.

## III.-Factores que influyen en la incidencia y fisiopatología de las principales lesiones en el/la futbolista joven y adulto/a: entrenamiento para la mejora de los factores de riesgo lesional

Lesión, Incidencia, prevención, factores interno, factores externos, Rotura muscular, Rotura ligamentosa, LCA, Biceps femoral, Recto anterior, Adductor, tobillo, entrenamiento preventivo.

## IV.-Medios y métodos de entrenamiento, nutrición y ayudas ergogénicas que facilitan la adaptación y recuperación del/la futbolista.

Plan Nutricional, nutrientes, ayudas ergogénicas, reposición, recuperación, masa muscular, hidratación, suplementos, imc.

## Trabajo Final de máster

Trabajo, Revisión bibliográfica, Metanálisis, Método Científico, Diseño experimental, Diseño descriptivo, Propuesta práctica, Marco Teorico, Método, Resultados, Discusión, Conclusiones.

## I.-La preparación física del/la futbolista basada en el partido de fútbol.

## PROFESORADO

### 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 Cotoí 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

---

## OBJETIVOS

Las salidas profesionales que tiene el curso son:

1. Preparador físico de equipos de fútbol de élite, equipos de jóvenes y equipos femeninos.
2. Director/coordinador de preparación física de clubes profesionales y amateurs masculinos y femeninos.
3. Director/coordinador de preparación física de escuelas de fútbol.

\* Dominar la anatomía y la fisiología muscular y articular de los principales sistemas neuromusculares implicados en la práctica del fútbol.

\* Dominar los aspectos fisiológicos del esfuerzo intermitente que condicionan el rendimiento en fútbol.

\* Comprender la complejidad y diversidad del futbolista y los principales factores que afectan a su rendimiento.

- \* Conocer los diferentes roles desempeñados por el preparador físico dentro de un equipo de fútbol, dentro de un club, dentro de una selección y dentro de una escuela de fútbol.
- \* Reconocer las diferentes estrategias de equipo utilizadas en el fútbol y la forma en que estas condicionan los objetivos, contenidos y métodos de entrenamiento.
- \* Conocer las diferentes cualidades motoras básicas, su relación, así como las cualidades motoras específicas del fútbol.
- \* Conocer las características de los esfuerzos futbolísticas, así como las cualidades motoras específicas de esta y las diferentes demarcaciones.
- \* Aprender sobre los métodos de entrenamiento para mejorar las cualidades motores básicas y específicas para el fútbol de una manera contextualizada.
- \* Conocer los principales modelos de planificación utilizados en el fútbol y poder utilizarlos. racionalmente de acuerdo con los objetivos del equipo, club o escuela.
- \* Diferenciar las diferentes partes de la sesión y aprender a organizarla.
- \* Ser capaz de controlar el proceso de entrenamiento utilizando las principales tecnologías aplicadas en el fútbol.
- \* Conocer la epidemiología y la importancia de las lesiones en el fútbol.
- \* Conocer los principales medios y métodos de prevención de lesiones en el fútbol.
- \* Conocer las fases de la readaptación al esfuerzo después de las lesiones principales en el/lafutbolista.
- \* Conocer las fases de la readaptación al esfuerzo después de las lesiones más frecuentes del/la futbolista y las posibilidades de intervención del preparador físico en cada una de las fases de recuperación y readaptación al esfuerzo.

## METODOLOGÍA

El método de enseñanza más utilizado para la realización de las clases será las clases magistrales on-line con participación del alumnado preguntas-respuestas durante la sesión. También se realizarán clases prácticas presenciales en el campo de fútbol, laboratorio o sala de musculación atendiendo a las especificidades de cada tema tratado. En general, la asignatura se desarrollará mediante tres tipos de sesiones:

- \* Clases de teoría, en las que se expondrán los conceptos básicos on-line de cada uno de los puntos del temario.
- \* Clases de prácticas, en las que se desarrollarán casos prácticos de lo expuesto en las clases de teoría con el fin de reforzar su comprensión. Estas clases pretenden, además, servir para generar nuevos puntos de vista y enfoques no analizados en las clases de teoría.
- \* Desarrollo de trabajos teórico-prácticos, sobre alguno de los aspectos de la asignatura. Este trabajo deberá servir para aplicar los conocimientos adquiridos en la asignatura y podrá ser expuesto durante la práctica, en las clases prácticas. Además, permite al alumno que el alumno adquirir experiencia en la búsqueda de información, en el diseño de tareas y le pone es situación de resolver futuros problemas en el ejercicio de su labor profesional.