



# CERTIFICACIÓN Preparador Físico

PARA OBTENCIÓN DE

## Licencias B y A

**INAF**  
INSTITUTO NACIONAL DEL FÚTBOL  
DEPORTE Y ACTIVIDAD FÍSICA



NOMBRE DEL PROGRAMA:

## Certificación Preparador Físico del Fútbol Chileno Licencias B y A



### DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA

La preparación física del fútbol requiere validar y actualizar constantemente sus herramientas académicas debido a las demandas multifactoriales del deporte, por esta razón, es fundamental poder generar para este propósito las licencias: B (formativo)-A (profesional) que garanticen la excelencia en el conocimiento de nuestros preparadores físicos, mejorando así los métodos y procesos deportivos en todas las áreas antes mencionadas.

Este programa de carácter teórico, ofrece información actualizada sobre los procesos de enseñanza y entrenamiento para las etapas de formación y alta competencia del fútbol chileno. Además, proporcionará a los docentes la cantidad de horas de estudio necesarias para su desarrollo óptimo en los diferentes niveles de interacción.

### PÚBLICO OBJETIVO

Está dirigido a preparadores físicos chilenos, profesionales o técnicos ligados al deporte o al fútbol. Licencias: B (Formativa) y A (profesional).

#### La finalidad del programa es:

- Actualizar y evaluar el nivel de conocimiento de los preparadores físico del fútbol chileno, así como, otorgar las licencias obligatorias correspondientes según el nivel, para que puedan participar en el ámbito laboral de manera adecuada.

## Programa de Estudio Licencia (B) Fútbol Formativo

120 horas

### MÓDULO 1

#### Desarrollo y crecimiento



- Unidad 1: Aspectos físicos en formación
- Unidad 2: Aspectos psicológicos en formación
- Unidad 3: Aspectos socio-afectivos en formación
- Unidad 4: Aspectos nutricionales en formación

### MÓDULO 2

#### Entrenamiento evolutivo



- Unidad 1: Entrenamiento de la fuerza
- Unidad 2: Entrenamiento de la resistencia
- Unidad 3: Entrenamiento de la velocidad
- Unidad 4: Funciones complementarias

### MÓDULO 3

#### Evaluación de las cualidades físicas en formación



- Unidad 1: Evaluación de la fuerza
- Unidad 2: Evaluación de la resistencia
- Unidad 3: Evaluación de la velocidad- coordinación
- Unidad 4: Evaluación de la movilidad y estiramiento

**MÓDULO**  
**1**

**Entrenamiento de las cualidades**



- Unidad 1: Entrenamiento de la fuerza
- Unidad 2: Entrenamiento de resistencia
- Unidad 3: Entrenamiento de la velocidad
- Unidad 4: Funciones complementarias

**MÓDULO**  
**2**

**Evaluación de las cualidades**



- Unidad 1: Evaluación de la fuerza
- Unidad 2: Evaluación de la resistencia
- Unidad 3: Evaluación de la velocidad
- Unidad 4: Evaluación de la movilidad y estiramiento

**MÓDULO**  
**3**

**Control y carga de entrenamiento**



- Unidad 1: Dispositivos satelitales
- Unidad 2: Carga interna y externa
- Unidad 3: Carga aguda - crónica
- Unidad 4: Métodos de recuperación



## Preparador Físico

### ¿QUÉ INCLUYE EL PROGRAMA?

- Clases modalidad online.
- Material de estudio descargable en aula virtual.
- Videoconferencias (de acuerdo al calendario del programa)
- Uso de plataforma (e campus 24/7)
- Certificado digital.
- Comunicación mediada por tecnología

### ANTECEDENTES – CARACTERÍSTICAS

- Duración: 3 meses
- Cupos: 40
- Modalidad: Online
- Acceso a la plataforma: 24/7 días de la semana. (de acuerdo al calendario del curso). Sala virtual e-campus INAF <https://ecampus.ifiaf.cl>

## EVALUACIÓN Y REQUISITOS

Evaluación: Por cada módulo de aprendizaje, se realizará una evaluación sumativa de conocimiento teórico a través de un formato online.

Para obtener la certificación, el alumno tiene que aprobar todos los módulos que integran el programa tanto teóricos como prácticos con un promedio aritmético mayor o igual a 4,0, en una escala del 1 al 7.

Con el certificado de aprobación del programa podrá optar a la tramitación de la licencia que le corresponda (B-A) según el nivel en la FFCH. El trámite lo debe hacer en [licencia.entrenadores@anfpchile.cl](mailto:licencia.entrenadores@anfpchile.cl)

## REQUISITOS DE INSCRIPCIÓN

- Certificado de inhabilidad.
- Certificado de nacimiento
- Fotocopia del carnet de identidad por ambos lados.
- Fotocopia del título profesional o técnico.
- Certificado de antecedentes.

Para mayor información, puede solicitar el programa de estudio una vez matriculado en el curso en [fcontinua@inaf.cl](mailto:fcontinua@inaf.cl)

CERTIFICACIÓN  
Preparador Físico de Fútbol Chileno  
LICENCIAS B y A



**INAF**  
INSTITUTO NACIONAL DEL FÚTBOL  
DEPORTE Y ACTIVIDAD FÍSICA