

POWERED BY:



**Metodología y Planificación en el
Alto Rendimiento**
by Coaches' Voice

POWERED BY:



Metodología y Planificación en el Alto Rendimiento

by Coaches' Voice



Descripción del curso:

Domina la planificación y gestión del entrenamiento en este curso de 10 horas, donde aprenderás directamente de entrenadores como Domènec Torrent, exasistente de Guardiola y exentrenador de Flamengo y Galatasaray. Actualiza tu Licencia CONMEBOL con MBP Coaches' School y Coaches' Voice, adquiriendo herramientas clave que te permitirán destacar en el alto rendimiento.

A lo largo del curso profundizarás en diferentes aspectos metodológicos, fundamentales en contextos profesionales o semi-profesionales.

Aprenderás cómo desarrollar un microciclo completo, compuesto por tres sesiones de entrenamiento y su implementación práctica. Además, trabajarás específicamente dos dinámicas clave en la semana competitiva: el día MD-3 (entrenamiento de duración) y el día MD-1 (entrenamiento pre-partido).

Para dominar con eficacia los microciclos, también obtendrás conocimientos esenciales sobre qué tipo de tareas son óptimas para cada día específico del ciclo. Explorarás distintas fórmulas prácticas para anticipar y gestionar adecuadamente la carga de entrenamiento.

Público Objetivo

Este curso está diseñado especialmente para ti si eres entrenador de fútbol con Licencia Nacional y/o CONMEBOL emitida por la Asociación Miembro, y deseas actualizar tus conocimientos y competencias. Es ideal si trabajas en contextos de tecnificación y alto rendimiento (semi-profesional y profesional).

La finalidad del programa:

Este curso te entregará herramientas esenciales para planificar y estructurar microciclos de entrenamiento en contextos profesionales y semi-profesionales. Podrás optimizar sesiones clave, gestionar efectivamente las cargas de entrenamiento y seleccionar las tareas más adecuadas según tus objetivos específicos.

Al finalizar el curso podrás:

- Dominar la planificación de microciclos para estructurar y organizar sesiones de entrenamiento en contextos profesionales y semi-profesionales.
- Diseñar sesiones de entrenamientos específicas en función al día del microciclo.
- Seleccionar y crear tareas de entrenamiento adaptadas para cada uno de los días del microciclo según los objetivos del equipo.
- Gestionar y controlar la carga de entrenamiento.
- Mejora del rendimiento de los jugadores y del equipo aplicando dinámicas de entrenamiento basadas en un enfoque estructurado y eficiente.



Programa de estudio:

Metodología y Planificación en el Alto Rendimiento

Módulo 1:

Microciclo con 3 sesiones de entrenamiento en tecnificación.

Módulo 2:

Desarrollo completo de una sesión de entrenamiento en un MD-3.

Módulo 3:

Domènec Torrent: la preparación de un MD-1.

Módulo 4:

Microciclo con 3 partidos en 7 días.

Módulo 5:

¿Cómo predecir la carga física de una sesión de entrenamiento?

Que incluye el programa

Clases virtuales de autoaprendizaje, con metodologías activoparticipativa, en la cual el alumno avanza a su propio ritmo.

Uso de plataforma (e campus)

Flexibilidad de estudio 24/7

Certificado digital, que te llegará entre 24 y 48 horas posterior a la finalización de tu curso.

Una librería con contenido exclusivo de Coaches' Voice, donde podrás aprender de los mejores como José Mourinho y Xabi Alonso con una librería de contenido OnDemand y webinars exclusivos.

Antecedentes - características

Duración: 10 horas pedagógicas.

Modalidad: a distancia (online)

Lugar: Sala virtual INAF by Coaches' Voice <https://inaf3.coachesvoice.com>

Horario: 24/7 días de la semana.

Acceso: Cada persona tendrá 7 días para completar el curso de actualización a partir de su inscripción.

Evaluación:

Al finalizar cada uno de los módulos, se realizará una prueba para evaluar el conocimiento teórico del estudiante, en la que se deberá obtener el 100% de la puntuación para superarlo.

Requisitos de inscripción:

- Certificado de nacimiento.
- Foto tipo carnet.
- Fotocopia de licencia de entrenador de futbol que desea renovar.

Formulario de inscripción:

<https://forms.gle/WHEBVPR72roeVxHE9>

Pago:

inaf3.coachesvoice.com/checkout



POWERED BY:

