



Obtención de

LICENCIA

A

LICENCIA

B

POSTÍTULO Preparador Físico en Fútbol

NOMBRE DEL PROGRAMA:

Postítulo Preparador Físico en Fútbol



DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA

El Postítulo Preparador Físico en Fútbol es un programa especializado orientado a la formación avanzada de profesionales en el acondicionamiento físico aplicado al fútbol, con énfasis tanto en procesos formativos como en contextos de alta competencia.

Su diseño teórico-práctico integra conocimientos actualizados y basados en evidencia científica, garantizando una preparación integral que responde a las exigencias del fútbol moderno. El plan de estudios abarca desde los fundamentos de la preparación física hasta la aplicación de metodologías innovadoras, incorporando el uso de tecnologías, el control de carga, la optimización del rendimiento deportivo y la prevención de lesiones.

Asimismo, el programa asegura el cumplimiento de las horas de formación requeridas para la obtención de las licencias B (Formativa) y A (Profesional), certificaciones reconocidas en el ámbito federativo del fútbol profesional en Chile.

PÚBLICO OBJETIVO

- Profesionales del deporte: Licenciados en Educación Física, Kinesiología, Entrenamiento Deportivo u otras áreas afines que deseen especializarse en la preparación física aplicada al fútbol.
- Preparadores físicos en ejercicio: Profesionales que ya se desempeñan en clubes, escuelas o academias de fútbol y que requieren actualizar sus conocimientos con base en la evidencia científica y en las exigencias del fútbol moderno.
- Interesados en el alto rendimiento con competencias en el ámbito de preparación física, con certificación reconocida por CONMEBOL y organismos internacionales.

La finalidad del programa es:

Formar un Preparador Físico de fútbol con competencias actualizadas que pueda liderar, planificar, organizar, controlar y evaluar el proceso de entrenamiento en el contexto formativo y profesional.

Programa de Estudio Licencia (B) Fútbol Formativo

216 horas

MÓDULO 1

Metodología

52 horas



- **Unidad 1:** Metodologías en el fútbol
- **Unidad 2:** Periodización táctica
- **Unidad 3:** Microciclo estructurado
- **Unidad 4:** Modelo chile
- **Unidad 5:** Fase de presentación de resultados

MÓDULO 2

Entrenamiento de las capacidades condicionales I

52 horas



- **Unidad 1:** Planificación y periodización de la preparación física
- **Unidad 2:** Entrenamiento de la fuerza en el fútbol
- **Unidad 3:** Entrenamiento de la resistencia en el fútbol
- **Unidad 4:** Entrenamiento de la velocidad en el fútbol
- **Unidad 5:** Métodos de entrenamiento aplicados al fútbol
- **Unidad 6:** Fase de presentación de resultados

MÓDULO 3

Fisiología del esfuerzo I

52 horas



- **Unidad 1:** Descripción fisiológica del fútbol
- **Unidad 2:** Fisiología de la fuerza
- **Unidad 3:** Fisiología de la resistencia
- **Unidad 4:** Fisiología de la velocidad
- **Unidad 5:** Mediciones y evaluaciones de las capacidades física en el fútbol
- **Unidad 6:** Fase de presentación de resultados

MÓDULO 4

Control y monitorización de las cargas

52 horas

- **Unidad 1:** Descripción de la carga en el fútbol
- **Unidad 2:** Carga interna y externa
- **Unidad 3:** Carga aguda y crónica
- **Unidad 4:** Variables de análisis
- **Unidad 5:** Microciclo de carga
- **Unidad 6:** Fase de presentación de resultados

MÓDULO 5

Taller Práctico presencial

8 horas

Este módulo de carácter práctico **obligatorio**, permite aplicar en cancha los conocimientos adquiridos durante la formación, fortaleciendo el rol del preparador físico en contextos propios del fútbol formativo. A través de actividades prácticas supervisadas, el participante ejercita la planificación, conducción y control de sesiones de entrenamiento, consolidando aprendizajes y criterios profesionales en un entorno real.



Programa de Estudio Licencia (A) Fútbol Profesional

238 horas

MÓDULO 1

Tecnología aplicada al fútbol

52 horas



- **Unidad 1:** Dispositivos satelitales y tecnología aplicada al fútbol
- **Unidad 2:** Sesión de entrenamiento
- **Unidad 3:** Microciclo de entrenamiento
- **Unidad 4:** Carga de partido
- **Unidad 5:** Carga y recuperación
- **Unidad 6:** Fase de presentación de resultados

MÓDULO 2

Entrenamiento de las capacidades condicionales II

52 horas



- **Unidad 1:** Descripción del entrenamiento posicional
- **Unidad 2:** Entrenamiento de la fuerza posicional
- **Unidad 3:** Entrenamiento de la resistencia posicional
- **Unidad 4:** Entrenamiento de la velocidad posicional
- **Unidad 5:** Métodos de entrenamiento por sistemas
- **Unidad 6:** Fase de presentación de resultados

MÓDULO 3

Fisiología del esfuerzo II

52 horas



- **Unidad 1:** Descripción fisiológica de los sistemas
- **Unidad 2:** Fisiología del arquero
- **Unidad 3:** Fisiología del defensa
- **Unidad 4:** Fisiología del mediocampista
- **Unidad 5:** Fisiología del delantero
- **Unidad 6:** Fase de presentación de resultados



- **Unidad 1:** Nutrición e hidratación en el fútbol
- **Unidad 2:** Prevención, readaptación y lesiones musculares
- **Unidad 3:** Liderazgo y trabajo en equipo en la preparación física
- **Unidad 4:** Psicología aplicada al rendimiento físico y futbolístico
- **Unidad 5:** Fase de presentación de resultados



Esta fase permite al **preparador físico** aplicar los conocimientos adquiridos en un **club de nivel profesional**, integrándose al trabajo del cuerpo técnico en procesos de planificación, ejecución y control del entrenamiento, con énfasis en la gestión de cargas, la preparación física específica y el trabajo interdisciplinario.

Al término de la fase, el participante deberá **elaborar y entregar un informe**, en el que sistematice la experiencia desarrollada, describa los procesos observados y reflexione sobre la aplicación de los contenidos formativos en el contexto profesional.



Preparador Físico

LICENCIAS FEDERATIVAS A y B



¿QUÉ INCLUYE EL PROGRAMA?

- Clases online sincrónica y un concentrado terminal en modalidad presencial.
- Material de estudio descargable disponible en el aula virtual durante todo el curso.
- Videoconferencias y actividades guiadas a través de plataforma Webex.
- Acceso permanente al aula virtual (e-Campus 24/7) para revisar contenidos, participar en foros y desarrollar actividades autónomas.
- Certificado digital al finalizar y aprobar el programa.

CANALES DE COMUNICACIÓN

- Soporte técnico: consultas relacionadas con plataforma y acceso, al correo eduvirtual@inaf.cl
- Contacto con el docente: durante las sesiones sincrónicas por Webex o mediante los espacios habilitados en el aula virtual.
- Consultas académicas y administrativas: disponibles a través del correo vcm@inaf.cl / postitulopf2025@inaf.cl

ANTECEDENTES – CARACTERÍSTICAS

- Duración: 454 hrs.
- Cupos: máximo 50 participantes- mínimo 25.
- 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.inaf.cl>

EVALUACIÓN Y REQUISITOS

La evaluación del programa se realizará de manera integral, combinando instancias teóricas, prácticas y de participación activa, con el objetivo de verificar la adquisición de conocimientos, el desarrollo de competencias y su correcta aplicación en contextos reales.

Evaluación por módulos (60% del promedio final del programa)

Cada módulo contempla las siguientes instancias evaluativas:

- **Estudio de caso o cuestionario: 70%:** Evaluación teórico-práctica orientada a verificar el logro de los aprendizajes esperados del módulo.
- **Talleres colaborativos: 30%:** Actividades de carácter sincrónico y/o asincrónico destinadas a valorar la participación activa y el trabajo colaborativo de los participantes.

Taller práctico presencial 20 % del promedio final: Actividad práctica presencial obligatoria, en la cual los participantes deberán aplicar en cancha los conocimientos adquiridos, ejerciendo activamente su rol profesional y demostrando el dominio de las competencias desarrolladas durante el programa.

Fase de aplicación práctica 20%: Consiste en la aplicación de los conocimientos adquiridos en un club de nivel profesional. Esta fase culmina con la entrega de un informe escrito que evidencie el proceso desarrollado y los resultados obtenidos a partir de la experiencia práctica.

REQUISITOS DE APROBACIÓN:

Para aprobar el programa, el participante deberá:

- Obtener un **promedio ponderado igual o superior a 4,0** (en una escala de 1 a 7).
- Aprobar todos los módulos que conforman el plan de estudios.
- Asistir al taller práctico y a la fase de aplicación práctica.
- Alcanzar una asistencia mínima del **70% a las clases online**.

Con el certificado de aprobación del programa, el participante podrá tramitar la **Licencia Federativa correspondiente (B o A)** ante la FFCH. Este trámite se realiza directamente en: licencia.entrenadores@anfpchile.cl.

REQUISITOS DE INSCRIPCIÓN

- Fotocopia del título profesional o técnico con conocimiento en preparación física.
- Entrevista con el director del postítulo.
- Certificado de registro de inhabilidad.
- Certificado de nacimiento.
- Fotocopia del carnet de identidad por ambos lados.
- Certificado de antecedentes penales.

Para mayor información, puede solicitar el programa de estudio una vez matriculado en el curso en fcontinua@inaf.cl

