



FORMACIÓN
CONTINUA

POSTÍTULO Preparador Físico en Fútbol

2025

Obtención de

LICENCIA

A

LICENCIA

B

INAF
INSTITUTO NACIONAL DEL FÚTBOL
DEPORTE Y ACTIVIDAD FÍSICA



NOMBRE DEL PROGRAMA:

Postítulo preparador físico en fútbol



DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA

El Postítulo Preparador Físico en Fútbol es un programa especializado diseñado para fortalecer la formación de profesionales en el acondicionamiento físico aplicado al fútbol, abarcando tanto el ámbito formativo como el de alta competición. Su enfoque teórico-práctico ofrece información actualizada sobre los procesos de enseñanza y garantizando una preparación integral y alineada con las exigencias del fútbol moderno.

A través de un plan de estudio estructurado y basado en evidencia científica, este programa permite a los participantes obtener la Licencia B (Formativa) y la Licencia A (Profesional), además profundiza en metodologías avanzadas de preparación física, control de carga, aplicación de tecnología, optimización del rendimiento deportivo y prevención de lesiones. Asimismo, asegura el acceso a las horas de estudio requeridas para la formación y desarrollo de los profesionales en los distintos niveles del fútbol profesional.

PÚBLICO OBJETIVO

Está dirigido a profesionales de la educación física especializados en preparación física, así como a técnicos y profesionales ligados al fútbol en el contexto formativo y profesional. Obtención de Licencias: B (Formativa) y A (profesional).

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

140 horas

MÓDULO
1

Metodología

31 horas



- **Unidad 1:** Descripción de las metodologías en el fútbol
- **Unidad 2:** Periodización táctica
- **Unidad 3:** Microciclo estructurado
- **Unidad 4:** Método chile
- **Unidad 5:** Fase de presentación de resultados

MÓDULO
2

Entrenamiento I

31 horas



- **Unidad 1:** Descripción del entrenamiento del fútbol
- **Unidad 2:** Entrenamiento de la fuerza para fútbol
- **Unidad 3:** Entrenamiento de la resistencia para el fútbol
- **Unidad 4:** Entrenamiento de la velocidad para el fútbol
- **Unidad 5:** Métodos de entrenamiento para el fútbol
- **Unidad 6:** Fase de presentación de resultados

MÓDULO
3

Fisiología I

31 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
- **Unidad 6:** Fase de presentación de resultados

**MÓDULO
4****Control de cargas**

31 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****Seminario obligatorio presencial**

16 horas



Este módulo, de carácter obligatorio, brinda una oportunidad única para debatir y reflexionar sobre las experiencias y conocimientos adquiridos a lo largo del programa. La asistencia es indispensable, ya que este conversatorio está diseñado para enriquecer su formación y fortalecer los aprendizajes mediante la interacción con invitados expertos en la materia.



Programa de Estudio Licencia (A) Fútbol Profesional

140 horas

MÓDULO
1

Tecnología aplicada

31 horas



- **Unidad 1:** Descripción dispositivos satelitales
- **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 II

31 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 II

31 horas



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

MÓDULO
4

Ciencias aplicadas



- **Unidad 1:** Descripción de las ciencias aplicadas al fútbol
- **Unidad 2:** Nutrición del fútbol
- **Unidad 3:** Readaptación y lesiones musculares
- **Unidad 4:** Liderazgo y trabajo en equipo
- **Unidad 5:** Psicología aplicada al fútbol
- **Unidad 6:** Fase de presentación de resultados

MÓDULO
5

Seminario obligatorio presencial

16 horas



Este módulo, de carácter obligatorio, brinda una oportunidad única para debatir y reflexionar sobre las experiencias y conocimientos adquiridos a lo largo del programa. La asistencia es indispensable, ya que este conversatorio está diseñado para enriquecer su formación y fortalecer los aprendizajes mediante la interacción con invitados expertos en la materia



Preparador Físico

LICENCIAS FEDERATIVAS



¿QUÉ INCLUYE EL PROGRAMA?

- Clases sincrónicas, 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
 - Soporte técnico: Para consultas relacionadas a la plataforma, comuníquese al correo eduvirtual@inaf.cl
 - Contacto con el profesor: a través de las clases online vía Webex.
 - Consultas académicas y administrativas al correo vcm@inaf.cl

ANTECEDENTES – CARACTERÍSTICAS

- Duración: 8 meses 280 hrs
- Cupos: máximo 40 participantes- mínimo 20
- 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

Evaluación: Cada módulo de aprendizaje contará con una evaluación sumativa del conocimiento teórico, realizada en formato online, además de talleres con participación activa en cada clase.

Al finalizar el programa, los alumnos deberán asistir a un **seminario presencial obligatorio**, donde analizarán, debatirán y reflexionarán sobre las experiencias y conocimientos adquiridos a lo largo del curso.

Requisitos de aprobación:

Para aprobar el programa, el participante debe obtener un promedio ponderado mayor o igual a 4,0, en una escala del 1 al 7.

Contar con al menos un 70% de asistencia a las clases online. La ponderación de las calificaciones será la siguiente:

Evaluación teórica	70%
Talleres de participación práctico	30%
Asistencia online	70%

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

REQUISITOS DE INSCRIPCIÓN

- Fotocopia del título profesional o técnico legalizado ante Notario.
- Concentración de notas de enseñanza media (NEM) (1º a 4º medio).
- 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

