

DIPLOMADO EN FORMACIÓN
DE FUTBOLISTAS DE ALTO
RENDIMIENTO

AULA VIRTUAL
(112 horas)

Objetivo:

- Capacitar a profesionales del deporte en el diseño, planificación y gestión de programas de entrenamiento para el fútbol base y juvenil, mediante el dominio de metodologías de élite y herramientas de alto rendimiento que aseguren el desarrollo integral del futbolista y la sostenibilidad de las academias deportivas.

Dirigido a:

- Entrenadores, preparadores físicos, gestores deportivos y profesionales de la salud que busquen tecnificar sus conocimientos en la formación sistémica de futbolistas hacia el alto rendimiento.

Reconocimiento:

- Al finalizar tu programa recibirás:
 - **Certificación UVM con validez curricular y tecnología Blockchain** con código QR y de verificación.
 - Constancia DC-3 por la STPS
 - Insignia digital de tu programa para compartir en tus redes sociales

¿Por qué UVM?

Tenemos **más de 65 años** de **experiencia académica**, más de **150 programas educativos** y más de **180 programas de excelencia** a nivel nacional.

Adquieres **conocimientos** y **habilidades esenciales** que puedes **aplicar de inmediato** en tu **actividad profesional**.

Los **profesores** que imparten las **Certificaciones y Diplomados** son **expertos reconocidos** en sus campos.

Tienes **flexibilidad educativa** que te permite **estudiar a tu ritmo**, a **cualquier hora** y en **cualquier lugar**.

Los **Diplomados y Certificaciones UVM** enriquecen tu **CV** y te posicionan como **el mejor candidato**.

Al estudiar el programa podrás:

Implementar metodologías de entrenamiento de élite y alto rendimiento.



Gestionar academias de futbol con una visión administrativa y financiera rentable.



Diseñar planes integrales de nutrición y prevención de lesiones deportivas.



Liderar procesos de captación de talento y visorias bajo criterios técnicos.



MÓDULOS

01 Academia de fútbol, el ecosistema y primeras definiciones del entrenamiento formativo

1. Estructura de academias, organigrama, roles administrativos y rutas de progresión
2. Filosofía y pedagogía: El rol del entrenador formador, psicología infantil y juvenil, enseñanza basada en valores (respeto, compañerismo)
3. Roles de: entrenadores, padres y deportistas
4. El modelo escolar y el modelo deportivo
5. Etapas de desarrollo motriz y su relación con el fútbol
6. La preparación deportiva y la teoría general del entrenamiento
7. Bases para un modelo de formación sostenible y las categorías del fútbol base

02 La planificación y periodización deportiva vs. proyecto educativo y unidad didáctica

1. Principios pedagógicos y didácticos, de lo fácil a lo complejo
2. La dificultad de la tarea
3. Las 4 fases en la planificación educativa: diagnóstico, diseño, realización y evaluación
4. Jerarquización horizontal y vertical
5. Planificación: microciclos (semanal) y mesociclos (mensual) de entrenamiento, evaluación del progreso del jugador; la forma deportiva
6. Diseño de sesiones: estructura, calentamiento, parte principal y vuelta a la calma
7. Metodologías modernas para la nueva competencia

03 Metodología del entrenamiento en el futbol formativo: técnica y táctica

1. Metodología de enseñanza: El juego como principal herramienta de aprendizaje
2. Qué entrenar en infancia, adolescencia y transición al alto rendimiento
3. Individualización del proceso formativo
4. Técnica Individual: control, pase, conducción, regate y tiro en situaciones de juego
5. Táctica funcional/colectiva: principios de ataque y defensa, toma de decisiones, ocupación del espacio y sistemas de juego básicos (futbol 7, futbol 8, futbol 11)
6. Diseño de tareas según edad biológica, deportiva o categoría
7. Especificidad del juego en etapas de formación
8. Cómo preparar sesiones eficaces técnico- tácticas en futbol base

04 La preparación física en etapas de desarrollo y valoración integral del jugador

1. Seguimiento del estado de forma
2. La coordinación y agilidad
3. Desarrollo de fuerza, velocidad y resistencia por maduración
4. Prevención de errores frecuentes en cargas tempranas
5. Monitoreo de fatiga y recuperación
6. Resistencia intermitente aplicada al juego
7. Velocidad, aceleración, desaceleración y cambio de dirección
8. Fuerza específica para acciones de *sprint*, salto, duelo y golpeo
9. Integración de la preparación física con tareas de campo
10. Uso práctico de datos para decisiones de campo

05 Nutrición aplicada al fútbol juvenil y femenino

1. Fundamentos de nutrición en etapas de crecimiento
2. Requerimientos del futbolista joven y la futbolista
3. Educación nutricional para familias, academias y *staff*
4. Estrategias de recuperación, hidratación y composición corporal

06 Lesiones frecuentes en futbol base y criterios de intervención, rehabilitación específica y readaptación del joven deportista

1. Lesión muscular, tendinosa y apofisaria
2. Dolor de crecimiento vs lesión real
3. Sobrecarga por calendario, superficie y mala dosificación
4. Criterios clínico-funcionales básicos para derivación y seguimiento
5. Puente entre fisioterapia y vuelta al entrenamiento
6. Reeducación del movimiento y control motor
7. Progresiones seguras en carrera, salto, frenado y cambio de dirección
8. Criterios de retorno deportivo en canteranos

07 Casos integradores y diseño aplicado de intervención

1. Construcción de una semana tipo por categoría
2. La selección de talento, visorías
3. Caso de futbolista juvenil, profesional y futbolista femenina
4. Diseño de protocolo combinado: entrenamiento + nutrición + prevención
5. Presentación de proyecto final aplicable a club o academia

Beneficios de la modalidad

Clases en vivo, actividades interactivas y casos prácticos. Puedes interactuar con profesores y otros alumnos para tener una experiencia más enriquecedora.

Networking. Tienes la oportunidad de construir una red de contactos profesionales con otras personas que tienen intereses similares o se desempeñan en el mismo ámbito.

Asesoría y acompañamiento. Cuentas con un facilitador por módulo para guiarte durante tu curso.

Aplica lo que aprendas de forma inmediata.

Nota: Si no asistes a las sesiones en vivo con el profesor en las fechas y horarios establecidos, tendrás 30 días naturales para ver completa la grabación de la clase en Teams® y realizar la actividad asignada para que acredites el módulo.

SÉ PARTE DE LA UVM



@uvmmx



uvm



@uvmmx



uvm.mx