



ESPECIALISTA · 400 HORAS

Especialista en Alto Rendimiento y Preparación Física en Fútbol

Preparación física, control de cargas, prevención, recuperación y tecnología aplicada al rendimiento.

TIPO	DURACIÓN	ESTRUCTURA	PRECIO Y ACCESO
Especialista	400 horas	7 módulos	Solicita información

Formación conectada con la realidad del fútbol.

Formar profesionales especializados en la preparación física y optimización del rendimiento del futbolista, integrando entrenamiento, control de cargas, prevención, recuperación y tecnología.

El programa permitirá comprender y aplicar estrategias destinadas a mejorar el rendimiento y reducir los factores asociados al riesgo de lesión.

Lo que desarrollarás durante el programa.

Conocimientos y capacidades aplicables a clubes, academias, federaciones y organizaciones deportivas.

- 01 Analizar las demandas físicas del fútbol.
- 02 Diseñar programas de fuerza.
- 03 Diseñar programas de velocidad.
- 04 Desarrollar capacidades de resistencia.
- 05 Planificar el entrenamiento físico.
- 06 Monitorizar cargas de entrenamiento.
- 07 Utilizar sistemas GPS y tecnologías de seguimiento.
- 08 Diseñar estrategias de prevención.

- 09 Aplicar principios de recuperación.
- 10 Participar en procesos de readaptación.
- 11 Evaluar el estado físico del deportista.
- 12 Integrar la preparación física en el proceso global de entrenamiento.

Profesionales que quieren avanzar en la industria del fútbol.

Profesionales y graduados que desean desarrollar una carrera especializada dentro de la industria del fútbol, especialmente entrenadores, directores deportivos, preparadores físicos, analistas, scouts, coordinadores, responsables de cantera, gestores de academias, técnicos de federaciones, exfutbolistas y graduados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

Solicita información

Contacta con Nexus para conocer la convocatoria, modalidad, precio y condiciones del programa.

7 módulos para desarrollar una especialización profesional.

01 · Módulo 1. Fundamentos del rendimiento - 40 h

- Demandas del fútbol.
- Factores determinantes del rendimiento.
- Perfil físico del futbolista.
- Evaluación del rendimiento.

02 · Módulo 2. Fuerza y potencia - 70 h

- Fuerza.
- Potencia.
- Fuerza máxima.
- Fuerza explosiva.
- Entrenamiento específico.
- Individualización.

03 · Módulo 3. Velocidad y resistencia - 70 h

- Aceleración.
- Velocidad máxima.
- Cambio de dirección.
- Resistencia aeróbica.
- Resistencia anaeróbica.
- Repeated sprint ability.

04 · Módulo 4. Control de cargas y GPS - 60 h

- Carga externa.
- Carga interna.
- Monitorización.
- GPS.
- Indicadores.

- Interpretación de datos.

05 · Módulo 5. Prevención y readaptación - 50 h

- Factores de riesgo.
- Prevención.
- Lesiones frecuentes.
- Readaptación.
- Retorno a la competición.

06 · Módulo 6. Recuperación y optimización - 50 h

- Recuperación.
- Sueño.
- Estrategias de recuperación.
- Gestión de fatiga.
- Preparación para competición.

07 · Módulo 7. Proyecto profesional - 60 h

- Diseño de un modelo integral de preparación física y rendimiento.

ACREDITACIÓN Y DIPLOMA



EN COLABORACIÓN CON



IUNIT es un Centro Universitario Español, con Número de Registro de Universidades, Centros y Títulos (RUCT) 28054816 , reconocido por el Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades del Gobierno de España.

IUNIT está adscrito a la Universidad Rey Juan Carlos de Madrid y forma parte de la Institución Internacional SEK .

Los programas de formación de Nexus Sports cuentan con certificación de IUNIT, en colaboración con Nexus Universidad Corporativa.