



Monogràfics

Los monográficos ofrecen a los entrenadores la oportunidad de experimentar una formación continuada, profundizando en distintas áreas temáticas relacionadas con el mundo del fútbol, de la mano de grandes profesionales de este ámbito.

EL ATAQUE POSICIONAL: COMPORTAMIENTOS COLECTIVOS Y EJERCICIOS PARA OPTIMIZAR NUESTROS ENTRENAMIENTOS.

Curso 2014-2015

Área Temática: Entrenamiento deportivo

Bloque: Juego colectivo

Resumen:

Actualmente en el fútbol, el juego colectivo y los comportamientos organizativos del equipo alrededor de los momentos del juego, devienen una parte esencial del entrenamiento para adquirir regularidad en el juego.

El fútbol catalán siempre se ha caracterizado e identificado por su estilo posicional y en corto.

El presente curso dotará de orientaciones prácticas al entrenador para desarrollar los comportamientos colectivos ofensivos de *salida del balón, progresión en el juego y finalización de dichas situaciones*, en relación al estilo de juego corto.

Objetivos del curso

Dotar de orientaciones prácticas al entrenador para optimizar los comportamientos colectivos ofensivos de *salida del balón, progresión en el juego y finalización de dichas situaciones*.

Temario

- Contextualización del juego colectivo
 - Los momentos del juego: la organización y transición ofensiva, y la organización y transición defensiva
 - Los comportamientos colectivos en la organización ofensiva; *la salida del balón, la progresión y la finalización*.
- Los condicionantes en fase ofensiva del momento “organización ofensiva” de los comportamientos colectivos de *salida del balón, progresión en el juego y finalización*: la zona del *pressing*, el tipo de marcaje, los jugadores ofensivos y los jugadores defensivos.



**FEDERACIÓ
CATALANA**
DE FUTBOL



RESPECTE

C. Sicília 93-97, 1r
08013 Barcelona

www.fcf.cat

T. 93 265 24 77
F. 93 231 63 66

info@fcf.cat

- Ejemplos prácticos de los comportamientos colectivos ofensivos de *salida del balón, progresión en el juego y finalización*.
Explicación de diferentes situaciones de juego y la coordinación equipo, jugadores y jugador.

- Las estrategias metodológicas para trabajar los comportamientos colectivos ofensivos de *salida del balón, progresión en el juego y finalización*: las oleadas, las conservaciones y los partidos.

Calendario y precio

Fecha: Pendiente de confirmación.
Horario: Pendiente de confirmación.
Sede: Pendiente de confirmación.

Precio:

- 10€ Entrenadores afiliados al CTE de la FCF
- 20€ No afiliados al CTE de la FCF

Número de horas del curso: 5h.
Número de plazas: Más de 30.

Metodología y sistema de evaluación

Clase presencial a la que hay que asistir como mínimo un 80% del total del curso.

Requisitos de acceso

- Mayores de 16 años
- No es necesario poseer un título de la FCF

Datos del profesorado

Pendiente de confirmación



LA DEFENSA ORGANIZADA: COMPORTAMIENTOS COLECTIVOS Y EJERCICIOS PARA OPTIMIZAR NUESTROS ENTRENAMIENTOS.

Curso 2014-2015

Área Temática: Entrenamiento deportivo

Bloque: Juego colectivo

Resumen:

Actualmente en el fútbol, el juego colectivo y los comportamientos organizados alrededor de los diferentes momentos del juego, representan una parte esencial del entrenamiento para lograr **regularidad** en el juego.

El fútbol catalán siempre se ha caracterizado e identificado por su estilo posicional y en corto.

El presente curso dotará de orientaciones prácticas al entrenador para desarrollar los comportamientos colectivos defensivos de *defensa de la salida de balón*, *defensa de la progresión en el juego* y *defensa de las situaciones ofensivas de finalización*.

Objetivos del curso

Dotar de orientaciones prácticas al entrenador para optimizar los comportamientos colectivos defensivos de *defensa de la salida de balón*, *defensa de la progresión en el juego* y *defensa de las situaciones ofensivas de finalización*.

Temario

- Contextualización del juego colectivo
 - Los momentos del juego: la organización y transición ofensiva, y la organización y transición defensiva
 - Los comportamientos colectivos en la organización defensiva: *defensa de la salida de balón*, *defensa de la progresión en el juego* y *defensa de las situaciones ofensivas de finalización*.
- Los condicionantes en fase defensiva del momento “organización defensiva” de los comportamientos colectivos de: *defensa de la salida de balón*, *defensa de la progresión en el juego* y *defensa de las situaciones ofensivas de finalización*: Zona del *pressing*, el tipo de marcaje, los jugadores ofensivos y los jugadores defensivos.
- Ejemplos prácticos de los comportamientos colectivos defensivos de *defensa de la salida de balón*, *defensa de la progresión en el juego* y *defensa de las situaciones ofensivas de finalización*; explicación de diferentes situaciones de juego y la coordinación equipo, jugadores y jugador.



**FEDERACIÓ
CATALANA**
DE FUTBOL



RESPECTE

C. Sicília 93-97, 1r
08013 Barcelona

www.fcf.cat

T. 93 265 24 77
F. 93 231 63 66

info@fcf.cat

- Las estrategias metodológicas para trabajar los comportamientos colectivos de *defensa de la salida de balón, defensa de la progresión en el juego y defensa de las situaciones ofensivas de finalización.*

Calendario y precio

Fecha: Pendiente de confirmación.
Horario: Pendiente de confirmación.
Sede: Pendiente de confirmación.

Precio:

- 10€ Entrenadores afiliados al CTE de la FCF
- 20€ No afiliados al CTE de la FCF

Número de horas del curso: 5h.
Número de plazas: Más de 30.

Metodología y sistema de evaluación

Clase presencial a la que hay que asistir como mínimo un 80% del total del curso.

Requisitos de acceso

- Mayores de 16 años
- No es necesario poseer un título de la FCF

Datos del profesorado

Pendiente de confirmación

FEDERACIÓ
CATALANA
DE FUTBOL



LAS TRANSICIONES EN EL FUTBOL: COMPORTAMIENTOS COLECTIVOS Y EJERCICIOS PARA OPTIMIZAR NUESTROS ENTRENAMIENTOS

Curso 2014-2015

Área Temática: Entrenamiento deportivo

Bloque: Juego colectivo

Resumen:

Actualmente en el fútbol, el juego colectivo y los comportamientos organizados alrededor de los diferentes momentos del juego, representan una parte esencial del entrenamiento para lograr regularidad en el juego.

El fútbol catalán siempre se ha caracterizado e identificado por su estilo posicional y en corto.

El presente curso dotará de orientaciones prácticas al entrenador para desarrollar los comportamientos de *contraataque o iniciación de la organización ofensiva* presentes en el momento de “transición ofensiva” y los comportamientos colectivos de *presionar, replegar o presionar y replegar* presentes en el momento de “transición defensiva”.

Objetivos del curso

- Dotar de orientaciones prácticas al entrenador para optimizar los comportamientos colectivos de *contraataque o iniciación de la transición ofensiva*.
- Dotar de orientaciones prácticas al entrenador para optimizar los comportamientos colectivos de *presionar, replegar o presionar y replegar* de la transición defensiva.

Temario

- Contextualización del juego colectivo
 - Los momentos del juego: la organización y transición ofensiva, y la organización y transición defensiva.
 - Los comportamientos colectivos en la transición ofensiva: el contraataque y la iniciación de la organización ofensiva.
 - Los comportamientos colectivos en la transición defensiva: la presión, el repliegue y la presión y el repliegue
- Los criterios previos para analizar las situaciones de juego de los diferentes comportamientos colectivos en la transición ofensiva; la zona de recuperación, la presión/ no presión del jugador con el balón, la disposición ofensiva y los tipos de transiciones.



- Los criterios previos para analizar las situaciones de juego de los distintos comportamientos colectivos en transición defensiva; la zona de iniciación del *pressing*, el tipo de marcaje y el comportamiento de los jugadores defensivos.
- Ejemplo práctico del comportamiento de *contraataque* o *iniciación de la organización ofensiva* en la transición ofensiva y del comportamiento de *replegar*, *presionar* y *replegar* en la transición defensiva; la descripción de diferentes situaciones de juego, la coordinación equipo, jugadores y jugador.
- Las estrategias metodológicas para trabajar los comportamientos colectivos de *iniciación de la organización ofensiva* y el *contraataque* en la transición ofensiva y el comportamiento colectivo de *presionar*, *replegar* o *presionar y replegar* en la transición defensiva; las oleadas, las **conservaciones** y los partidos.

Calendario y precio

Fecha: Pendiente de confirmación.
Horario: Pendiente de confirmación.
Sede: Pendiente de confirmación.

Precio:

- 10€ Entrenadores afiliados al CTE de la FCF
- 20€ No afiliados al CTE de la FCF

Número de horas del curso: 5h.
Número de plazas: Más de 30.

Metodología y sistema de evaluación

Clase presencial a la que hay que asistir como mínimo un 80% del total del curso.

Requisitos de acceso

- Mayores de 16 años
- No es necesario poseer un título de la FCF

Datos del profesorado

Pendiente de confirmación



EL JUEGO DIRECTO EN EL FUTBOL: COMPORTAMIENTOS COLECTIVOS I EJERCICIOS PARA OPTIMIZAR NUESTROS ENTRENAMIENTOS.

Curso 2014-2015

Área Temática: Entrenamiento deportivo

Bloque: Juego colectivo

Resumen:

Actualmente en el fútbol, el juego colectivo y los comportamientos organizados alrededor de los diferentes momentos del juego, representan una parte esencial del entrenamiento para lograr regularidad en el juego.

El fútbol catalán siempre se ha caracterizado e identificado por su estilo posicional y en corto. No obstante, muchos equipos fundamentan su ataque en base al *juego directo*.

El presente curso se centrará en dotar de orientaciones prácticas al entrenador para desarrollar el comportamiento colectivo ofensivo del *juego directo*, así como el comportamiento colectivo defensivo de *defensa del juego directo*.

Objetivos del curso

- Dotar de orientaciones prácticas al entrenador para optimizar el comportamiento colectivo ofensivo del *juego directo*.
- Dotar de orientaciones prácticas al entrenador para optimizar el comportamiento colectivo defensivo de *defensa del juego directo*.

Temario

- Contextualización del juego colectivo
 - Los momentos del juego: la organización y transición ofensiva, y la organización y transición defensiva.
 - Los comportamientos colectivos en la organización ofensiva; el juego directo.
 - Los comportamientos colectivos en la organización defensiva; la defensa del juego directo.
- Los condicionantes en fase ofensiva del momento “organización ofensiva” del comportamiento colectivo *juego directo*; la zona del pressing, el tipo de marcaje, los jugadores ofensivos y los jugadores defensivos.
- Los condicionantes en fase defensiva del momento “organización defensiva” del comportamiento colectivo *defensa del juego directo*; la zona de pressing, el tipo de marcaje, el número de jugadores ofensivos y el número de jugadores defensivos.



- Ejemplo práctico del comportamiento colectivo ofensivo *juego directo* y del comportamiento colectivo defensivo *defensa del juego directo*; la descripción de diferentes situaciones de juego y la coordinación equipo, jugadores y jugador.
- Las estrategias metodológicas para trabajar el comportamiento colectivo ofensivo *juego directo* y el comportamiento colectivo defensivo *defensa del juego directo*; las oleadas, las conservaciones i los partidos.

Calendario y precio

Fecha: Pendiente de confirmación.
Horario: Pendiente de confirmación.
Sede: Pendiente de confirmación.

Precio:

- 10€ Entrenadores afiliados al CTE de la FCF
- 20€ No afiliados al CTE de la FCF

Número de horas del curso: 5h.
Número de plazas: Más de 30.

Metodología y sistema de evaluación

Clase presencial a la que hay que asistir como mínimo un 80% del total del curso.

Requisitos de acceso

- Mayores de 16 años
- No es necesario poseer un título de la FCF

Datos del profesorado

Pendiente de confirmación.



DISEÑO DE SESIONES Y EJERCICIOS: PROGRESIÓN DE LAS ESTRATEGIAS METODOLOGICAS PARA OPTIMIZAR NUESTROS ENTRENAMIENTOS

Curso 2014-2015

Área Temática: Entrenamiento deportivo

Bloque: Metodología

Resumen:

El fútbol, como muchos otros fenómenos creados por el hombre, ha estado acompañado de diferentes paradigmas o dimensiones de pensamiento que han condicionado la forma de intervención. De este modo, las metodologías usadas han sido diversas a lo largo del tiempo.

El presente curso se centrará en dotar de orientaciones metodológicas al entrenador para optimizar las distintas estructuras que componen el entrenamiento. El centro de dicho curso, será la progresión metodológica de las estrategias didácticas *oleadas*, *conservaciones* y *partidos*, con el fin de optimizar el aprendizaje de nuestros jugadores.

Objetivos del curso

- Determinar la metodología de enseñanza y las estrategias de organización y control del grupo según el ejercicio que se realiza, los objetivos de la sesión y el número y características de las personas participantes.
- Determinar el tipo, la cantidad, la durada y la distribución de los ejercicios a realizar en cada una de las fases de la sesión de entrenamiento según los parámetros de durada e intensidad recomendados, acorde con los criterios de variabilidad y la posibilidad de asimilación y progresión en el aprendizaje.
- Dotar de orientaciones prácticas al entrenador para optimizar las distintas estructuras del entrenamiento a través de las estrategias didácticas *oleadas*, *conservaciones* y *partidos*, partiendo del modelo de juego de cada equipo.

Temario

Introducción

- ¿Qué entendemos por metodología?
- Principales corrientes metodológicas
- Una nueva manera de entender el fútbol, des del fútbol.

La sesión

- Características y estructura de la sesión.
- Planificar una sesión:



- › Objetivos y contenido
- › Soporte informático para el diseño de sesiones.
- › Ejemplo de plantilla de sesión
- Conducir una sesión
- ¿Por qué es necesario presentar la sesión?
- Organización del espacio, el material y el grupo.
- La comunicación como elemento esencial para la conducción de la sesión.

Evaluar una sesión

- La importancia de evaluar el proceso de entrenamiento.
- Criterios de evaluación.
- Aspectos a evaluar

El ejercicio de entrenamiento

- Definición de ejercicio de entrenamiento.
- Tipo de ejercicios
- Aspectos a tener presentes en el momento de diseñar un ejercicio de entrenamiento.
- Variantes y progresiones de los ejercicios de entrenamiento

Estrategias didácticas

- Progresiones metodológicas a través de las estrategias didácticas *oleadas*, *conservaciones* y *partidos*.

Calendario y precio

Fecha: Pendiente de confirmación.

Horario: Pendiente de confirmación.

Sede: Pendiente de confirmación.

Precio:

- 10€ Entrenadores afiliados al CTE de la FCF
- 20€ No afiliados al CTE de la FCF

Número de horas del curso: 5h.

Número de plazas: Más de 30.

Metodología y sistema de evaluación

Clase presencial a la que hay que asistir como mínimo un 80% del total del curso.



**FEDERACIÓ
CATALANA**
DE FUTBOL



RESPECTE

C. Sicília 93-97, 1r
08013 Barcelona

www.fcf.cat

T. 93 265 24 77
F. 93 231 63 66

info@fcf.cat

Requisitos de acceso

- Mayores de 16 años
- No es necesario poseer un título de la FCF

Datos del profesorado

Pendiente de confirmación.

FEDERACIÓ
CATALANA
DE FUTBOL



HERRAMIENTAS BASICAS DE COACHING DEPORTIVO PARA ENTRENADORES: HERRAMIENTAS PARA INCREMENTAR EL RENDIMIENTO Y OPTIMIZAR NUESTROS ENTRENAMIENTOS.

Curso 2014-2015

Área Temática: Entrenamiento deportivo

Bloque: Coaching Deportivo

Resumen:

El coaching deportivo es una herramienta muy potente que genera un gran impulso en el momento de mejorar el rendimiento de las personas, intentando lograr los objetivos marcados a la vez que viven una vida plena y satisfactoria.

Con el presente curso, se pretende proporcionar herramientas para el desarrollo integral de los entrenadores, jugadores y equipos, con el fin de optimizar el rendimiento deportivo y mejorar la su calidad de vida.

Con las dichas herramientas, se permite a los entrenadores y jugadores ser conscientes de su aprendizaje y evolución, descubrir cuál es su máximo potencial buscando su mejor rendimiento personal.

Finalmente, se identificaran posibles factores que limiten el rendimiento, con el fin de proporcionar a los entrenadores herramientas efectivas para optimizar la motivación del equipo y poder afrontar con éxito la competición.

Objetivos del curso

- Entender y aprender el funcionamiento de la mente.
- Tener consciencia de las posibilidades de cambio y como el coaching nos ayuda a hacerlo posible.
- Conocer el Coaching y su potencial en el entrenamiento deportivo.
- Conocer la aportación del Coaching y la Inteligencia Emocional en el desarrollo del talento deportivo y la cohesión de equipos.
- Auto conocerse mejor.
- Presentar el Coaching, habilidades y procesos útiles.
- Aplicar herramientas básicas del Coaching en el ámbito del entrenamiento deportivo.
- Aprender a liderar como líder-coach, motivar y gestionar conflictos.

Temario

Introducción al Coaching y la mente del deportista

- El funcionamiento de nuestra mente.
- Las creencias limitadoras y las potenciadoras
- Autoconocimiento y autoestima.



- ¿Qué es el Coaching?
- El Cambio

Herramientas básicas del Coaching deportivo

- La observación
- Escucha activa
- Preguntas potentes
- Feedback
- Otros: establecer “rapport”. Visualización.

El proceso de Coaching

- El tema a tratar
- Objetivo, el reto.
- Estado actual, contexto.
- Exploración, opciones, obstáculos, posibilidades, emociones.
- Plan de acción, el compromiso.
- Tu próximo paso.

El líder-Coach

- Liderazgo de 3ª generación.
- El entrenador como líder. Comunicar, planificar y motivar.
- El papel del entrenador en la construcción de un equipo.
- Visión, misión, valores.
- ¿Cómo superar obstáculos?
- como superarnos día a día.

Calendario y precio

Fecha: Pendiente de confirmación.
Horario: Pendiente de confirmación.
Sede: Pendiente de confirmación.

Precio:

- 10€ Entrenadores afiliados al CTE de la FCF
- 20€ No afiliados al CTE de la FCF

Número de horas del curso: 5h.

Número de plazas: Más de 30.

Metodología y sistema de evaluación

Clase presencial a la que hay que asistir como mínimo un 80% del total del curso.

Requisitos de acceso



**FEDERACIÓ
CATALANA**
DE FUTBOL



RESPECTE

C. Sicília 93-97, 1r
08013 Barcelona

www.fcf.cat

T. 93 265 24 77
F. 93 231 63 66

info@fcf.cat

- Mayores de 16 años
- No es necesario poseer un título de la FCF

Datos del profesorado

Pendiente de confirmación.

FEDERACIÓ
CATALANA
DE FUTBOL