

MEMORIA ACADÉMICA

MASTER PFF



INDICE

	Pag.
1. PRESENTACIÓN.....	2
2. DENOMINACIÓN DEL MASTER.....	2
3. OBJETIVOS.....	3
4. DURACIÓN.....	3
5. CRÉDITOS.....	3
6. CALENDARIO.....	5
7. PLAN DE ESTUDIOS.....	7
8. LUGAR DE CELEBRACIÓN.....	10
9. EQUIPOS DIRECTIVOS.....	11



1. PRESENTACIÓN

El Master que se inició en el curso académico 2004/2005 está dirigido fundamentalmente a Licenciados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Entrenadores Nivel III de la R.F.E.F. y a otros colectivos relacionados con el ámbito del Fútbol.

Las instituciones participantes en el desarrollo del Master de Preparación Física en Fútbol son las siguientes:

- *La Real Federación Española de Fútbol*: siendo el máximo organismo del fútbol español es el REPRESENTANTE INSTITUCIONAL, organizando por primera vez un Master en el ámbito de la Preparación Física.
- *La Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad de Castilla la Mancha*: REPRESENTANTE ACADÉMICO-FORMATIVO, constituye la representación académica universitaria en el Master, en la que no podía faltar la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de Toledo, a la que pertenecen algunos de los profesores más reconocidos de España tanto por el hecho de ser innovadores como por ser pioneros del movimiento profesional de la Actividad Física y Deportiva.
- *La Asociación Española de Preparadores Físicos de Fútbol*: REPRESENTANTE PROFESIONAL del colectivo de preparadores físicos. Dicha asociación nació para asegurar la formación, así como preservar derechos e intereses profesionales. La asociación participa en tan importante evento formativo para aportar toda su experiencia a través de algunos de los profesionales más destacados de la preparación física y del entrenamiento en el fútbol, que revelarán cómo se trabaja de forma sistemática y rigurosa desde el fútbol base y amateur hasta el alto rendimiento.

2. DENOMINACIÓN DEL MASTER

Master Universitario de Preparación Física en Fútbol.



3. OBJETIVOS

Descubriendo la visión pragmática del Master debemos señalar una doble vertiente:

- **Profesional:** el Master tiene una utilidad fundamental ya que permite el acceso a los Licenciados en Ciencias de la Actividad Física y Deportes a la **Licencia de preparador físico** en cualquier equipo profesional dentro de todo el territorio nacional, siendo reconocido como tal por la RFEF.
- **Formativa:** la rigurosidad de la institución académica organizadora garantizan que los alumnos que finalicen el Master posean, los conocimientos suficientes como para trabajar en el ámbito del entrenamiento en fútbol de una forma rigurosa y sistemática.

4. DURACIÓN

A lo largo de los 2 años de duración del Master, estructurado en dos cursos académicos.

5. CRÉDITOS

El Master cuenta con una **carga lectiva** total de 650 horas distribuidas de la siguiente forma:

- Primer curso: 300 horas.
- Segundo curso: 350 horas.

Siguiendo la misma estructura de los planes de estudios superiores universitarios modernos, la cuantificación de la carga lectiva del Master se determinará mediante el sistema de créditos, mediante el cual un crédito correspondería a 10 horas lectivas.

Cada curso académico está compuesto de cinco áreas que a su vez están formadas por varios módulos, siendo desarrollado cada uno de los módulos por uno o varios de los especialistas del Master.

El 25% de la enseñanza será de tipo presencial, en la que los profesores del Master desarrollarán el temario correspondiente a su asignatura, mientras que el 75% de la enseñanza restante será a distancia. El número de sesiones presenciales es de 10 por curso, siendo obligatoria la asistencia, al menos al 80% de dichas clases para considerar



apto a un alumno, siendo esta una de las condiciones para la obtención del título correspondiente.

PRIMER CURSO

AREA	NOMBRE	CRÉDITOS	HORAS
I	Médico-Fisiológica-Biomecánica	6	60
II	Metodología para el desarrollo de la Condición Física	14	140
III	Estructura y dinámica del juego / Organización del juego.	5	50
IV	Ciencias Sociales y Comportamentales	5	50

SEGUNDO CURSO

AREA	NOMBRE	CRÉDITOS	HORAS
I	Médico-Fisiológica	7	70
II	Aplicación específica de la Condición Física y Planificación del Entrenamiento	14	140
III	Estructura y dinámica del juego / Organización del juego	5	50
IV	Ciencias Sociales y Comportamentales	5	50
	Proyecto Fin de Master	4	40



6. CALENDARIO

A continuación presentamos el calendario de las sesiones presenciales a lo largo del PRIMER CURSO durante el año académico 2004 / 2005:

CALENDARIO ACADÉMICO 2004/05

SESIONES PRESENCIALES PRIMER CURSO

OCTUBRE							2 0 0 4	NOVIEMBRE							2 0 0 4	DICIEMBRE						
L	M	X	J	V	S	D		L	M	X	J	V	S	D		L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3		1	2	3	4	5	6	7			1	2	3	4	5	
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	6	7	8	9	10	11	12		
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	13	14	15	16	17	18	19		
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	20	21	22	23	24	25	26		
25	26	27	28	29	30	31	29	30						27	28	29	30	31				

ENERO							2 0 0 5	FEBRERO							2 0 0 5	MARZO						
L	M	X	J	V	S	D		L	M	X	J	V	S	D		L	M	X	J	V	S	D
					1	2		1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6		
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	7	8	9	10	11	12	13		
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	14	15	16	17	18	19	20		
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	21	22	23	24	25	26	27		
24	25	26	27	28	29	30	28							28	29	30	31					
31																						

ABRIL							2 0 0 5	MAYO							2 0 0 5	JUNIO						
L	M	X	J	V	S	D		L	M	X	J	V	S	D		L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3							1			1	2	3	4	5		
4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12		
11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19		
18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26		
25	26	27	28	29	30		23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30					
							30	31														

Sesiones presenciales



Horarios

Las sesiones presenciales correspondientes al 25% de la carga lectiva del Master se impartirán siempre en viernes, celebrándose dichas sesiones presenciales un viernes de cada mes de forma genérica y de manera excepcional dos viernes en el mes de junio.

Entre las 9:30 horas de la mañana y las 19:30 horas de la tarde se impartirán cinco sesiones presenciales de hora y media de duración. Dichas sesiones presenciales podrán ser agrupadas excepcionalmente en bloques de dos sesiones como máximo para desarrollar módulos específicos que componen determinadas áreas.

La distribución de las cinco sesiones presenciales se establecerán de la manera siguiente:

SESIONES PRESENCIALES VIERNES		
<i>Actividad</i>	<i>Horario</i>	<i>Duración</i>
Sesión	9:30 – 11:00	1h 30min.
Sesión	11:00 – 12:30	1h 30min.
Descanso	12:30 – 13:00	30 min
Sesión	13:00 – 14:30	1h 30min.
Descanso	14:30 – 16:30	2h
Sesión	16:30 – 18:00	1h 30min
Sesión	18:00 – 19:30	1h 30min



7. PLAN DE ESTUDIOS

AREAS DEL MASTER DE “PREPARACIÓN FÍSICA EN FÚTBOL”

ÁREA TEMÁTICA I: FISIOLÓGICA-BIOMECÁNICA Y MÉDICA

COORDINADOR: LUIS SERRATOSA

PRIMER AÑO

1. **Demandas Fisiológicas del Juego y Valoración de la Condición Física del Jugador de Fútbol.**

(J.G. Villa, J.A. Casajús, J.M. González de Suso) (Créditos: 3)

2. **Análisis de los Gestos Técnicos Específicos, Superficies de Juego y Equipamiento en Fútbol.**

(F. Forriol) (Créditos: 1,5)

3. **Las Lesiones en el Fútbol.**

(F. Jiménez, J.L. Martínez Romero) (Créditos: 1,5)

SEGUNDO AÑO

4. **Fatiga, Recuperación y Estrés ambiental.**

(J.M.González de Suso, F.Drobnic, R.Mora,L.Serratosa)(Créditos: 2)

5. **Papel del Preparador Físico en la Prevención y Recuperación de lesiones.**

(Carmelo del Pozo, Zósimo San Román) (Créditos: 2)

6. **Nutrición, Ayudas Ergogénicas y Dopaje.**

(JG Villa, JA Casajús, R Mora) (Créditos: 1,5)

7. **Poblaciones Especiales**

(JA Casajús, F Drobnic, L Serratosa) (Créditos: 1,5)



ÁREA II: METODOLOGÍA PARA EL DESARROLLO DE LA PREPARACIÓN FÍSICA

PRIMER AÑO

1.-Estructura Condicional del Juego y Evaluación de la Condición Física del Jugador como base de la Metodología de la preparación física.

Julen Masach (2 créditos)

2.- Metodología de la resistencia en fútbol.

Jose Luis Arjol (4 créditos)

3.- Metodología de la fuerza en fútbol.

Eduardo Domínguez (4 créditos)

4.- Metodología de la velocidad en fútbol.

José Portolés (2 créditos)

6.- Metodología de la Investigación.

Asier Zubillaga (2 créditos)

SEGUNDO AÑO

1.- Las etapas del proceso de formación física del joven futbolista.

Ramón Orellana (3 Créditos)

2.- Modelos de planificación , periodización y programación de la preparación física en fútbol profesional.

Javier Miñano (4 Créditos)

3.- La Preparación Física en el fútbol aficionado.

Francisco de Miguel (3 Créditos)

4.- El control y seguimiento en el proceso de entrenamiento-competición en fútbol.

Julen Masach (2 Créditos)

Optativa.- La Preparación física del portero de fútbol.

Optativa.- Preparación física en el fútbol femenino.

Optativa.- Preparación física y arbitraje.

Optativa.- La Preparación física aplicada al fútbol sala .

Optativa.- “Investigar en Fútbol”.

Optativa.- “Escuelas de Fútbol”.

Optativa = 2 Créditos.



ÁREA III: TÉCNICO-TÁCTICO

**Coordinador: Rafael Benítez
PRIMER AÑO**

Profesor Titular: Ángel Vales

- 1.- Generalidades: fútbol, investigación y preparación física.**
- 2.- Tendencias evolutivas del juego.**
- 3.- Evolución y exigencias del entrenamiento contemporáneo.**
- 4.- Entrenamiento táctico y preparación física.**
- 5.- Periodización del entrenamiento táctico-estratégico.**

SEGUNDO AÑO

**Profesores Titulares: Antonio Díaz Carlavilla.
Abraham García.**

- 1º- Diseño práctico del Entrenamiento Táctico.**
- 2º- Análisis del Futbolista.**
- 3º- Aplicación y Progresión Metodológica en el Entrenamiento Táctico.**
- 4º- El entrenamiento Táctico y el futbolista en formación.**

ÁREA IV

“ÁREA CIENCIAS SOCIALES Y COMPORTAMENTALES”
COORDINADOR: D. ALBERTO GIRÁLDEZ

Profesores: J.M. Buceta, J. Beiran.

- 4.1.-Perspectivas de la noción del Entrenamiento en Fútbol.**
- 4.2.- Psicología del Preparador Físico: Conceptos Fundamentales y Áreas de Intervención.**
- 4.3.- El Trabajo Psicológico del Preparador Físico.**
- 4.4.- Estrategias Psicopedagógicas de la Preparación Física en el Fútbol.**
- 4.5.- Ética y Deontología del Preparador Físico.**
- 4.6.- Optimización de Recursos Humanos en la Preparación Física.**
- 4.7.- Relaciones del Preparador Físico.**
- 4.8.- Desarrollo de Habilidades Sociales y Organizativas en el Preparador Físico en Fútbol.**



8. LUGAR DE CELEBRACIÓN

El Master de Preparación Física en Fútbol se desarrollará en la Ciudad del Fútbol, situada en Las Rozas, donde se encuentra la sede de la Real Federación Española de Fútbol.

REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE FÚTBOL
Ciudad del Fútbol Español
C/ Ramón y Cajal, s/n
28230 Las Rozas (Madrid)



9. EQUIPOS DIRECTIVOS

ORGANOS DE GOBIERNO

Presidentes: D. Angel María Villar
Presidente de la Real Federación Española de Fútbol

D. Ernesto Martínez Ataz
Exco. y Mgfco. Rector de la Universidad de Castilla – La Mancha

Consejero: D. Jorge Pérez Arias.
Secretario General de la R.F.E.F.

CONSEJO ACADÉMICO

Director Académico: **D. Fernando Sánchez Bañuelos**
Doctor en Psicología y Licenciado en Educación Física.
Decano de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (U.C.L.M.)

Representantes Académicos: **D. Luís Miguel Ruíz Pérez**
Doctor en Psicología y Licenciado en Educación Física.
Secretario de la Facultad de C.A.F. y del D. (UCLM)
D. Fco. Sánchez- Sánchez.
Vicedecano de la Facultad C.A.F. y del D. (UCLM)

Director Gerente: **D. Javier Lozano Cid**
Director Ciudad Del Fútbol R.F.E.F.

Director ejecutivo: **D. José Angel García Redondo**
Licenciado en Educación Física.
Presidente de la Asociación Española de Preparadores Físicos de Equipos de Fútbol.

Jefe de Estudios: **D. Fco. Javier Miñano**
Licenciado en Educación Física.
Vicepresidente de la Asociación Española de Preparadores Físicos de Fútbol.

Coordinador: **D. Zósimo San Román Cortés.**
Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte



COLABORADORES

- Vicente del Bosque
- Radomir Antic
- Víctor Fernández
- Víctor Muñoz
- Alfonso del Corral
- J.M. Villalón
- Fco. Aiestaran
- L. Buenaventura
- J.L. San Martín
- Javier Perez