



Diplomado en Readaptación y Retorno al Juego en el Fútbol



iNAF
INSTITUTO NACIONAL DEL FÚTBOL
DEPORTE Y ACTIVIDAD FÍSICA

*Dos grandes instituciones se unen en favor
de las ciencias aplicadas al fútbol.
Aprende de los mejores.
Vive una experiencia de aprendizaje única.*



La **Diplomatura en Readaptación y Retorno al Juego** se orienta al desarrollo de estrategias y propuestas metodológicas de intervención, relacionadas con la prevención y retorno al juego pos-lesión, de los futbolistas, desde una perspectiva integral.

El programa pone a disposición de Preparadores Físicos, Kinesiólogos, Terapeutas físicos y Médicos del Deporte, una propuesta de intervención profesional fundamentada en criterios científicos y especialmente en la experiencia de sus docentes.

La recuperación de la forma deportiva tras la lesión es un proceso complejo, que exige la necesaria coordinación del equipo transdisciplinario, donde se deben vincular las áreas médicas con el equipo de optimización del Club con el fin de conseguir una completa funcionalidad deportiva del atleta lesionado.

En la etapa de retorno al juego debe intervenir un nuevo profesional “El readaptador deportivo”.

OBJETIVO

Dotar al participante de una visión global la metodología y didáctica del proceso de readaptación deportiva y en particular del proceso de retorno al entrenamiento colectivo regular y al juego competitivo.

DIRIGIDO A

Personal profesional del fútbol: Preparadores físicos, Profesores de educación física, Kinesiólogos, Terapeutas Físicos y Médicos del deporte.

EL PARTICIPANTE

Adoptará el conocimiento teórico y experiencias prácticas, para el uso y entendimiento de los procesos, estrategias y didácticas de readaptación deportiva, con miras al retorno a la competencia en óptimas condiciones.

CONTENIDOS

1

Introducción a la Readaptación Deportiva

Historia y evolución de la readaptación.

Rendimiento y competencia deportiva.

Rendimiento y competencia deportiva.

2

Evaluación y Análisis de la Condición Física

Fisiología aplicada al fútbol.

Test y pruebas físicas laboratorio y campo.

Perfil físico del futbolista.

Perdida de la condición física post lesión.

3

Ejercicios para el Retorno al Entrenamiento y Juego

Familias de ejercicios.

Modelos y progresiones de ejercicios.

Mecanismos y tecnologías de control de carga.

4

Progr. del Entrenamiento de Retorno al Juego

Progresiones por tipos de lesión.

Estructuras temporales de entrenamiento.

Modelos de programación en readaptación.

5

Equipo de Apoyo a la Readaptación

Nutrición y lesiones.

Requerimientos de cuerpos técnicos.

Psicología deportiva en lesiones.