



Certificación en Preparación Física para alto rendimiento en básquetbol



<https://g-se.com/certificacion-preparacion-fisica-alto-rendimiento-basquetbol-t-165a9...>





Certificación en Preparación Física para alto rendimiento en básquetbol

Sobre el Curso



Federación Venezolana de Baloncesto

En el dinámico mundo del básquetbol, se observa una continua evolución en los modelos de entrenamiento para preparar a los jugadores para una competencia cada vez mas exigente, es por ello que el juego necesita que los preparadores físicos tengan un profundo conocimiento específico del deporte para optimizar las habilidades de los jugadores desde edades tempranas hasta llegar al alto rendimiento. La FVB en conjunto con la ENE, plantea esta primera certificación de preparación física con el claro objetivo de mejorar la calidad de las metodologías de entrenamiento aplicada al básquetbol, uniendo los conceptos físicos y técnicos del juego. De esta manera los profesionales del área podrán profundizar y actualizar sus saberes en cuestiones tales como el desarrollo de la psicomotricidad, capacidades condicionales, manejo de cargas, uso de tecnología y planificación de entrenamientos individuales y colectivos entre otras.

A lo largo de esta capacitación, destacados docentes y profesionales guiarán a los estudiantes en el aprendizaje compartiendo experiencias y conocimientos valiosos sobre las prácticas más efectivas en el básquetbol desde edades tempranas pasando por distintos estadios hasta llegar a conocer como entrenar en el mas alto nivel.



Información Útil



OBJETIVOS:

1. Desarrollar competencias avanzadas en preparación física específica para básquetbol, abordando aspectos como la fuerza, velocidad, agilidad y resistencia.
2. Capacitar en la aplicación efectiva de los recursos deportivos disponibles para optimizar el rendimiento y prevenir lesiones en jugadores de básquetbol en distintos niveles.
3. Fomentar el diseño y ejecución de programas de entrenamiento personalizados, considerando las necesidades individuales y la planificación a largo plazo.
4. Proporcionar herramientas para la evaluación precisa del rendimiento físico, permitiendo ajustes y mejoras continuas en el entrenamiento.
5. Desarrollar habilidades en la gestión integral de la preparación física, conociendo los aspectos específicos del juego que ayuden a los alumnos a planificar sus sesiones de entrenamiento



CURSO DESTINADO A:

- Preparadores físicos
- Profesores de Educación Física
- Entrenadores de baloncesto que quieran especializarse en preparación física
- Jugadores y exjugadores



Certificación en Preparación Física para alto rendimiento en básquetbol

Docentes



EZEQUIEL LAVAYEN

Desarrollo y Formación en Básquetbol



PABLO GENGA



ALBERTO RODRIGUEZ

Médico Traumatólogo & Ortopedista



MARA TORRES

Fisiología del Ejercicio



RICARDO LOPEZ JIMENEZ



LEANDRO LARDONE QUINODÓZ

IPEF, Córdoba, Argentina



Certificación en Preparación Física para alto rendimiento en básquetbol

Docentes



ANDRÉS AÑASCO

Lic. Fisioterapia



GERMÁN ANDRÍN GARCÍA

Strength & Conditioning



PABLO GUZMÁN

Preparación Física Integral en Deportes de Equipo / Readaptación de Lesiones / Ejercicio Físico para la Salud



Certificación en Preparación Física para alto rendimiento en básquetbol

Programa académico (120 Horas cátedra)

Módulo 1

Motricidad en Minibasket: edad cronológica/biológica y entrenamiento

- Identificar las edades cronológicas y fases de estimulación de las capacidades condicionales y coordinativas.
- Postura, equilibrio, lateralidad y apoyos: ejes del desarrollo físicotécnico.
- Progresiones metodológicas para las entradas en calor en minibasket

Capacidades condicionales y coordinativas en el trayecto formativo de 8 a 12 años

- Cuáles son los principales puntos a tener en cuenta en el desarrollo condicional y coordinativo en el Minibasket.
- Qué metodologías de intervención proponer para las prácticas diarias.
- Cómo integrar las capacidades condicionales y coordinativas con el juego

Desarrollo Postural: puntos débiles y alternativas de intervención

- Los hábitos posturales en edades de formación asociados al desarrollo biológico deben ser atacados desde la iniciación mediante la evaluación y metodologías progresivas que se adapten a la necesidad de nuestros alumnos.

Planificación en divisiones formativas. Desde el megaciclo a la sesión diaria.

- Desarrollar una planificación de 8 a 12 años para un club o academia.
- Tener un control y un orden de los contenidos a desarrollar en cada etapa.



Certificación en Preparación Física para alto rendimiento en básquetbol

Programa académico (120 Horas cátedra)

- Saber identificar el orden de los objetivos a cumplir.

Jóvenes 13 a 19 años: principales déficits y propuestas de intervención

- Aspectos a tener en cuenta para desarrollar la capacidad física en estas edades.
- Principales correcciones a tener en cuenta en la preparación física de jóvenes.
- La importancia de la fuerza y de la coordinación en el desarrollo físico.
- Estímulos físicos aplicables en acciones puntuales en el básquetbol.

Programación de capacidades físicas en función del desarrollo biológico

- Distinguir el desarrollo madurativo de mujeres y varones entre los 13 y 19 años.
 - Principales puntos de atención en la programación diaria.
 - Modelos de planificación según cantidad de entrenamientos semanales (3 a 5 días)
-



Certificación en Preparación Física para alto rendimiento en básquetbol

Programa académico (120 Horas cátedra)

Módulo 2

Protocolo de evaluaciones posturales y de rendimiento

- Detectar los principales puntos de intervención en los patrones de movimiento en edades entre los 13 y 19 años.
- Generar un protocolo de evaluaciones y seguimiento. Qué pruebas debemos realizar y con que frecuencia evaluar.
- ¿Qué hacemos con los datos y registro? ¿Cómo nos ayuda en nuestra tarea diaria?

Programa de fuerza en formación: ¿Cuándo comenzamos y cómo trabajamos?

El entrenamiento de fuerza es el eje central del desarrollo del entrenamiento en nuestro deporte y por ello debemos conocer:

- En qué edades debemos comenzar a intervenir.
- Qué contenidos métodos y medios son recomendables según cada edad y momento biológico.
- Cómo es la programación del entrenamiento en el gimnasio o cancha.

Programa de acondicionamiento físico para un equipo de mediano y alto rendimiento

- Análisis del Rendimiento en el básquetbol moderno. Formación y alto rendimiento.
- Qué modelos de periodización conviene desarrollar? Turnos largos, integrados o dobles?
- Cómo integramos el complejo técnico/táctico-físico en la sesión de entrenamiento?
- Cómo controlamos la carga de entrenamiento?
- Cuándo comenzamos la puesta a punto a la competencia?

Herramientas de control y gestión de la carga



Certificación en Preparación Física para alto rendimiento en básquetbol

Programa académico (120 Horas cátedra)

- Implementación de sistemas de monitoreo de cargas según niveles y posibilidades.
- Tecnología aplicada al básquetbol: GPS, mecanismos de uso y lectura de datos.
- APP de control y monitoreo de datos

Lesiones diagnóstico, prevención y retorno al juego post lesión

- Diagnóstico de las principales lesiones en el básquetbol.
- Programa preventivo y de recuperación.
- Valoraciones funcionales, perfil de riesgo de lesiones.
- Retorno a la competencia post lesión y puesta a punto

Postemporada: diseño de un plan integral de acondicionamiento físico

- Desarrollaremos las posibilidades de adaptación a las nuevas tendencias para organizar las metodologías técnico/físicas según edades, puestos y niveles de competencia.



Journals



SPORT Discus™ with Full Text



Online Education Center nos brinda de manera exclusiva y gratuita para todos los alumnos avanzados de G-SE el ingreso a SPORT Discus with Full text.

Con cobertura a texto completo (full text) que data desde el año 1930, SPORTDiscus with Full Text es la herramienta esencial para los estudiantes que desean estar un paso adelante en cuanto a conocimientos, investigación y trabajos finales de grado, másteres y doctorados.

El contenido incluye:

- Más de **650 revistas** (journals) a texto completo.
- Resúmenes de 970 revistas.
- Actas e informes de conferencias.
- Más de **3800 videos**.
- Más de **150000 artículos** con referencias citadas de búsqueda.

Pueden consultar y descargar estos materiales cuantas veces deseen mientras dure el acceso a este campus virtual de G-SE.



Certificación en Preparación Física para alto rendimiento en básquetbol

Certificados



ACSM CEC CERTIFICATE

- Otorga: American College of Sports Medicine
- Tipo de certificado: Digital
- The American College of Sports Medicine's Professional Education Committee certifies that "Grupo Sobre Entrenamiento LLC" meets the criteria for official ACSM Approved Provider status from (2020 – December 2023). Approved Providers and their content reflect the concepts of their respective organizations and do not necessarily represent the positions or policies of ACSM. (Providership #732663) ACSM approved providership of this program does not imply endorsement of the sponsoring organization's products/services.



CERTIFICADO FINAL DE APROBACIÓN

- Otorga: Federación Venezolana de Baloncesto
- Tipo de certificado: Digital
- Este certificado especifica que un alumno ha realizado todas las evaluaciones y ha aprobado una capacitación en particular. Se incluyen los siguientes datos: nombres y apellidos del alumno, nombre de la capacitación, cantidad de horas cátedra y nombre de la organización que certifica.



Certificación en Preparación Física para alto rendimiento en básquetbol



CERTIFICADO FINAL DE ASISTENCIA

- Otorga: Federación Venezolana de Baloncesto
- Tipo de certificado: Digital
- Este certificado especifica que un alumno ha asistido a una capacitación en particular. Se incluyen los siguientes datos: nombres y apellidos del alumno, nombre de la capacitación, cantidad de horas cátedra y nombre de la organización que certifica.

Avales Científicos



Federación Venezolana de Baloncesto

CASALÁNGUIDA
Casalánguida Staff



Escuela Nacional de Entrenadores de Baloncesto
Venezuela



Formas de Pago

GLOBALES

Tarjeta de crédito o débito internacional / Tarjeta de crédito o débito Europea / PayPal Depósito o transferencia (Bankinter)

SOLO PARA ARGENTINA

Tarjeta de crédito o débito Argentina / Depósito o transferencia bancaria (Banco Galicia) Pago Fácil / Rapipago

SOLO PARA BOLIVIA

PagosNet

SOLO PARA CHILE

Servipag / Sencillito / Webpay / Multicaja

SOLO PARA COLOMBIA

Tarjeta de crédito o débito Colombiana / Via Baloto / Pagos Seguros en Línea (PSE)

SÓLO PARA ECUADOR

SafetyPay

SÓLO PARA MÉXICO

OXXO; Tarjeta de crédito o débito Mexicana; SPEI

SÓLO PARA PERÚ

PagoEfectivo; SafetyPay; Tarjeta de crédito o débito Peruana

SÓLO PARA URUGUAY

Depósito o transferencia (Santander Uruguay)

FORMAS DE PAGO DE SOCIOS EDUCATIVOS

Tarjeta de crédito o débito Argentina; Pago en sede; Depósito o transferencia bancaria (Banco Galicia; Santander; Sabadell); Western Union; PayPal; Tarjeta de crédito o débito internacional; Pago en efectivo; Consignación o transferencia bancaria (Banco DAVIVIENDA); Pago Fácil / Rapipago; Credit or debit card; Depósito o transferencia bancaria (Banco Nación)



Formas de Pago



En todos los países:





Q&A



G-SE "Preguntas"

The screenshot displays the G-SE 'Preguntas' interface. On the left is a navigation menu with options: 'Iniciar Sesión', 'Home', 'Mis Preguntas', 'Preguntas Seguidas', and 'Mis Respuestas'. The main content area features a search bar 'Haz una pregunta...' and a search filter '¿Qué?'. A question is displayed: 'La exposición a la luz artificial ¿genera cambios o disturbios en el sueño?' by 'La expos' on '27 may 2021 - 11:29'. It has 5 views and 1 response. Below it is an answer by 'Ernesto Cifuentes Merenea' on '27 may 2021 - 11:29'. The answer text reads: 'Jugar un partido de fútbol por la noche (>20 horas) implica una gran carga física y mental, así como un alto estrés emocional. Además, las rutinas posteriores al partido (atención médica, estrategias de recuperación, comida y viaje de regreso) con frecuencia conducen a una hora de acostarse muy tarde, lo que también puede alterar la calidad y cantidad del sueño (1). Los jugadores de fútbol élite están expuestos a la luz artificial del estadio y también el acceso a disposi...'. There are 0 upvotes and 0 downvotes. At the bottom is a 'Responder...' input field.

G-SE Preguntas es la base de conocimientos más grande de habla hispana sobre las ciencias del ejercicio. Preguntas, respuestas, comentarios y un valioso intercambio de información abierto y en tiempo real entre colegas de todas las disciplinas.

¿Cómo puedo participar?

- **Posteando preguntas a colegas.** Las preguntas son y serán siempre anónimas, por más que te pidamos que te loguees/registres.
- **Aportando tu conocimiento** respondiendo preguntas para ganar reputación dentro de la comunidad.

¡Echa un vistazo y comienza a participar!

MÁS INFORMACIÓN



Grupo Sobre Entrenamiento (G-SE) es el Líder Mundial en Información y Capacitación a Distancia en Ciencias del Ejercicio y Salud

G-SE es un referente en la información y la capacitación a distancia en ciencias del ejercicio y medicina del deporte, dividiéndose en tres grandes secciones: 1) "Artículos", en donde se presentan blogs y artículos gratuitos contenidos en más de 7 journals especializados; 2) "Capacitaciones", una gran plataforma de difusión y comercialización de formaciones a distancia ofrecidas por nuestros socios educativos integrada a nuestro poderoso LMS (learning management system) de desarrollo propio; y 3) "Foros" en donde se promueve la interactividad, experiencias compartidas y opiniones de expertos.

 g-se@g-se.com

   g-se.com