



Curso de Entrenamiento Físico y Técnico de Básquetbol - Con Opción a Pasantía



<https://g-se.com/es/formacion/curso-entrenamiento-fisico-tecnico-basquetbol-opcion...>





Curso de Entrenamiento Físico y Técnico de Básquetbol - Con Opción a Pasantía

Valoración de la capacitación por parte de los alumnos:





Curso de Entrenamiento Físico y Técnico de Básquetbol - Con Opción a Pasantía

Sobre el Curso

CASALÁNGUIDA Casalánguida Staff

Tanto en el plano físico como en el técnico, el Básquetbol convive en una constante evolución dentro de sus modelos de juego y entrenamiento, que alimenta entrenadores a trabajar en conjunto con preparadores físicos, a fin de explotar virtudes y disminuir los puntos débiles en cada uno de los diversos deportistas.

El correcto trabajo para potenciar capacidades, descubriendo la cuantificación eficiente de las cargas de trabajo, el necesario límite de apoyo en las herramientas tecnológicas y la estimulación eficaz de los gestos específicos, permite que un abanico mucho más amplio y heterogéneo de jugadores llegue al alto nivel, llevando los equipos a poseer un mix cada vez más amplio de basquetbolistas *más jóvenes* en conjunto con otros *más longevos*.

Análisis de entrenamientos en cancha, inserción de jugadores jóvenes en el alto nivel, sesiones de video, clases en vivo, workout individual y un soporte científico de las diferentes alternativas que nos brinda la actualidad del Alto Rendimiento Deportivo, serán impartidas por los docentes y profesores invitados a las mesas redondas para compartir con los alumnos.

- **Ezequiel Lavayen:** Entrenador, formador de atletas, preparador físico de equipos profesionales en Argentina y México, consultor en áreas de rendimiento en Colombia y Perú, director del área de acondicionamiento físico durante 7 años en Confederación Argentina de Básquetbol.
- **Nicolás Casalánguida:** Más de 15 años trabajando en distintos equipos de Lationamérica, Argentina, México y Venezuela. 7 años integrante del Staff CAB. Participante en 3 mundiales 1 JJOO con la selección absoluta.

Docentes invitados confirmados

- Luciano Spina Nutricionista de atletas y equipos profesionales, selecciones nacionales de Argentina Fútbol, Básquetbol, Voleibol, Hockey, Tenis.
- Pablo Genga Especialista en edades de desarrollo y formación
- Próximos ANUNCIOS de entrenadores invitados

Importante



Curso de Entrenamiento Físico y Técnico de Básquetbol - Con Opción a Pasantía

Sobre el Curso

- Las "Mesas redondas en vivo", y les recordamos que quedarán grabadas y pueden acceder cuando gusten a las mismas.
- Accediendo al curso están disponibles las 24 clases de las ediciones anteriores, profesores de Argentina y Latinoamérica desarrollando temas de actualidad.

- Diseño y programación de una pretemporada según niveles y edades

Ezequiel Lavayen Nicolás Casalánguida

- Vitaminas: micro cargas de entrenamientos, ¿cómo programarlas? ¿cómo controlarlas?

Ezequiel Lavayen

- Entrenamiento postural y articular para las aceleraciones y desaceleraciones

Ezequiel Lavayen + Invitado a Confirmar

- Return to play lesiones y posibles lineamientos de recuperación

Ezequiel Lavayen + Sergio Hernandez

- Off season entrenamientos fuera de temporada en jóvenes y profesionales

Ezequiel Lavayen Nicolas Casalánguida

- Workout físico y de habilidades técnicas según características individuales

Ezequiel Lavayen Nicolás Casalánguida

- Alimentación, demandas estructurales y de rendimiento metabólico

Ezequiel Lavayen Luciano Spena



Curso de Entrenamiento Físico y Técnico de Básquetbol - Con Opción a Pasantía

Sobre el Curso

Las pasantías se realizarán a confirmar con los alumnos que aprueben el total de los exámenes y en los lugares físicos en donde el docente se esté desempeñando.



Información Útil



OBJETIVOS:

Desarrollar y explicar un modelo de entrenamiento para jugador@s

Profundizar contenidos para desarrollar en lo técnico y físico en distintas etapas del desarrollo de l@s jugador@s



CURSO DESTINADO A:

Entrenadores activos y aspirantes a ser entrenadores

Formadores y Asistentes tanto en rama Masculina como Femenina

Preparadores y físicos

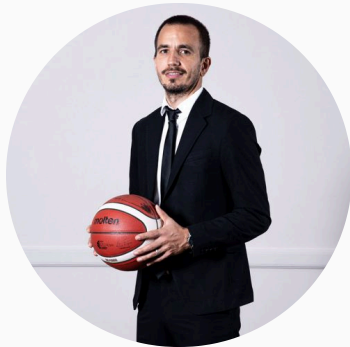
Docentes que trabajen en el ámbito del basquetbol

Staff técnico que quiera entender, perfeccionar o profundizar sobre técnicas del deporte.



Curso de Entrenamiento Físico y Técnico de Básquetbol - Con Opción a Pasantía

Docentes



NICOLÁS CASALÁNGUIDA

Entrenador de básquetbol de alto rendimiento.



EZEQUIEL LAVAYEN

Desarrollo y Formación en Básquetbol



Curso de Entrenamiento Físico y Técnico de Básquetbol - Con Opción a Pasantía

Docentes



LUCIANO SPENA
Nutrición Deportiva



Curso de Entrenamiento Físico y Técnico de Básquetbol - Con Opción a Pasantía

Programa académico (75 Horas cátedra)

Módulo 1

Diseño y programación de una pretemporada y sistema de competencia.

- Análisis del Rendimiento en el Básquetbol Moderno. Formación y Alto Rendimiento.
- Qué Modelos de Periodización Desarrollamos, Turnos Largos, Integrados, Dobles?
- Cómo integramos el complejo Técnico- Táctico- Físico en la Sesión de Entrenamiento?
- Cómo controlamos la Carga de Entrenamiento?
- Cuando comenzamos la Puesta a Punto a la Competencia?

Vitaminas técnicas y acondicionamiento físico load management

- Sesiones de Acondicionamiento Físico Específicas en Gimnasio y Cancha.
- Sesiones de Movilidad Articular y Estiramiento para la Preparación a los Entrenamientos, Juegos y Recuperación.

Programa de fuerza y movilidad en gimnasio

- 1- Diseño de entrenamientos Funcionales
- 2- Entrenamiento del Core
- 3- Entrenamiento de Movilidad y Estabilidad
- 4- Entrenamiento de Fuerza y Potencia

Entrenamiento y evaluación postural, articular y de balance corporal

- Evaluaciones funcionales y de rendimiento. Que buscamos?



Curso de Entrenamiento Físico y Técnico de Básquetbol - Con Opción a Pasantía

Programa académico (75 Horas cátedra)

- Preparación y Desarrollo de Sesiones Individuales.
- Modelos de Acondicionamiento Físico Postural y Tendinoso.

Acondicionamiento físico y técnico en Mini Básquetbol

Edad Biológica- Edad Cronológica

Motricidad y acondicionamiento físico técnico

Posturas básicas del juego aplicado a los fundamentos del juego

Off season entrenamientos fuera de temporada en jóvenes y profesionales

- Programación de tareas fuera de la etapa competitiva
- Qué buscamos y qué podemos mejorar?
- Donde centramos los objetivos en esta etapa?

Workout físico y de habilidades técnicas según características individuales

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

Alimentación, demandas estructurales y de rendimiento metabólico

Desarrollaremos y abordaremos diferentes etapas en el proceso nutricional de los atletas y sus adaptaciones biológicas y de estrés competitivo.



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.



Curso de Entrenamiento Físico y Técnico de Básquetbol - Con Opción a Pasantía

Certificados



CERTIFICADO FINAL DE APROBACIÓN

- Otorga: Casalánguida Staff
- 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.

Avales Científicos



G-SE



Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación



American Society of Exercise Physiologists





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 sidebar with navigation options: 'Iniciar Sesión', 'Home', 'Mis Preguntas', 'Preguntas Seguidas', and 'Mis Respuestas'. The main content area features a search bar 'Haz una pregunta...' and a list of questions. The selected question is: '¿Qué? Pregunta 27 may 2021 · 11:29 La exposición a la luz artificial ¿genera cambios o disturbios en el sueño?' with 5 views and 1 notification. Below it is an answer by Ernesto Cifuentes Merenea: '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... (ver más)'. 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