



Curso de Preparación Física en Rugby



<https://g-se.com/curso-preparacion-fisica-rugby-t-D5f157e4bbc5cc>





Curso de Preparación Física en Rugby

*Valoración de la capacitación
por parte de los alumnos:*



<https://g-se.com/curso-preparacion-fisica-rugby-t-D5f157e4bbc5cc>





Curso de Preparación Física en Rugby

Sobre el Curso



NEX

En este curso, en su 4ª Edición, abordaremos desde una visión teórica hacia una perceptiva práctica, toda la información necesaria para poder abarcar las distintas demandas del deportes en relación a las características específicas del mismo; compartiendo herramientas orientadas a fundamentar los conceptos que permiten planificar, monitorear y desarrollar las capacidades del deportista que lo practica.

Somos un Equipo de referentes regionales de la preparación física en el Rugby, nuestro objetivo es compartir experiencia y contenido, entendemos pueden conformar un cúmulo de herramientas devenidas de un camino pragmático, uniendo en un solo camino los diferentes puntos de vista, manteniendo la creencia de que la diversidad de contenidos y sucesos prácticos nos acercan.

En esta oportunidad se suma al staff como docente Gonzalo Santos, Preparador Físico de 2011 a 2015 del Seleccionado Argentino de Rugby en su etapa mundialista y ahora en la actual Superliga Americana de Rugby 2022.

En el curso se desarrollarán conferencias y clases de consulta en vivo semanales abordando cada una de las asignaturas, cerrando el mismo con una mesa redonda junto a todo el equipo de Profesores.



Información Útil



OBJETIVOS:

Compartir desde nuestra experiencia las herramientas teóricas y prácticas necesarias para la preparación física en el rugby.

Fundamentar desde la base teórica, la práctica de la preparación física del rugby.

Explicar las capacidades condicionales en un contexto relacionado con el deporte.

Comprender las distintas herramientas para la formación del deportista.



CURSO DESTINADO A:

Estudiantes, profesores, Licenciados en educación física.

Técnicos, monitores, instructores y Entrenadores deportivos.

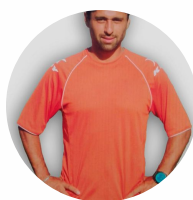


Curso de Preparación Física en Rugby

Docentes



LISANDRO DIGIUNI



ESTEBAN MOLINA
entrenamiento deportivo



JOSE CARLOS JACQUAT
Prep. Física Gral Especialista en Rugby



RAFAEL JURIC



ANDRÉS ZACARELLI
Preparación física en deportes de conjunto



GONZALO SANTOS



ESTEBAN ISAAC JORGE
Profesor de Educación Física



GUSTAVO SANCHEZ



Curso de Preparación Física en Rugby

Programa académico (26 Horas cátedra)

Módulo 1

Características del deporte

características cuantitativas y cualitativas del deporte

Metras físicas que se utilizan en nuestro deporte

Comparativos de rugby profesional

Adaptación

1. Adaptación: Definición y concepto
2. Homeostasis
3. Adaptación genotípica y fenotípica
4. Factores
5. Tipos de adaptación: Morfológicas; fisiológicas; etológicas
6. Principios del entrenamiento deportivo
7. Carga de entrenamiento
8. Síndrome general de adaptación
9. Efectos de la interacción de diferentes tipos de cargas
10. Medios de recuperación en el deporte

Fuerza 1

- 1- Definición - Conceptos.
- 2- Ubicación en el Tiempo.
- 3- La Fuerza en el Rugby - Necesidades Morfológicas y Funcionales



Curso de Preparación Física en Rugby

Programa académico (26 Horas cátedra)

- 4- Objetivos del entrenamiento de la Fuerza en el Rugby.
- 5- Adaptaciones del Entrenamiento de la Fuerza.
- 6- Medios / Ejercicios para el Entrenamiento de la Fuerza.

Resistencia

Áreas funcionales

Yo-yo test

Bronco test



Curso de Preparación Física en Rugby

Programa académico (26 Horas cátedra)

Módulo 2

Movilidad Específica en el jugador de Rugby.

- 1- Definiciones - Conceptos.
- 2- Necesidades y Fundamentos de la Movilidad en el Rugby.
- 3- Biomecánica del Sistema Locomotor.
- 4- Core - Pilar - Zona Media / Tobillo - Cintura Pélvica - Cintura Escapular.
- 5- Pruebas Funcionales.

Fuerza 2

- 7- Métodos del Entrenamiento de la Fuerza en el Rugby.
- 8- Formas de Organización del Entrenamiento de la Fuerza en el Rugby. *Periodización - *Programación.
- 9- Sistemas de Evaluación o Control de Gestión del entrenamiento. Test.

Fitness games

- Características de los fitness games
- Demandas
- Potencialidades
- Limitaciones
- Desarrollo de las capacidades motoras
- Comparaciones entre fitness games y partidos



Curso de Preparación Física en Rugby

Programa académico (26 Horas cátedra)

Cuantificación de las cargas

Los fitness games de alta intensidad

Los fitness games de baja y media intensidad

La velocidad y su aplicación en el juego

Definición- concepto

Relación con el vector fuerza

La tensión del tronco

Metodología de aprendizaje

Aplicación al juego



Curso de Preparación Física en Rugby

Programa académico (26 Horas cátedra)

Módulo 3

La agilidad al servicio del juego

Objetivos

Definición

Componentes

SHUFFLE Y CUT CROSS OVER

Metodología

Progresión

Conclusiones

Preparación física en el alto rendimiento

la preparación física en el alto rendimiento

Planificación Deportiva

Historia

Tipos de Planificación

Partes

Evaluación Y Datos

Por qué evaluar



Curso de Preparación Física en Rugby

Programa académico (26 Horas cátedra)

Como elegir el TEST

Capacidades Físicas a Valorar

Perfiles por puestos

Presentacion de datos

Mesa Redonda

Contenidos generales

Preguntas

Consultas

Debates



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:

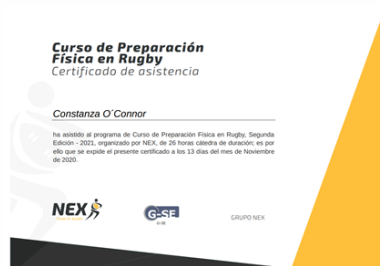
- Más de **650 revistas** (journals) a texto completo.
- Resúmenes de 970 revistas.
- Actas e informes de conferencias.
- Más de **3800 vídeos**.
- Más de **150000 artículos** con referencias citadas de búsqueda.

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



Curso de Preparación Física en Rugby

Certificados



CERTIFICADO FINAL DE ASISTENCIA

- Otorga: NEX
- 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





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)



En todos los países:





Q&A



G-SE "Preguntas"



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