

## NUEVA PLATAFORMA DE CURSOS 2019

### Entrenamiento en Espacios Reducidos



#### Entrenamiento en Espacios Reducidos

Comprender y manejar los espacios reducidos generales y la creación de sub espacios específicos es el proceso que ha hecho crecer el Entrenamiento en Espacios Reducidos, pasando de ser un recurso puntual donde lo estructural y funcional buscaba desarrollar capacidades y habilidades específicas a ser un método de trabajo que puede emplearse dentro de todas las metodologías ya que su composición y características pueden adaptarse a todo tipo de estímulos y condiciones de entrenamiento.

El equipo está siempre en una dinámica que hace que el campo de juego tenga diferentes sub estructuras con características funcionales variadas, esa dinámica es producto del modelo de juego y de la estrategia competitiva. En ese sentido comprender el uso de los espacios reducidos es poder brindar al jugador la vivencia correcta de lo que la competencia va solicitar en todas las materias del juego.

Cuando un entrenador o cuerpo técnico logra establecer una relación directa entre los estímulos de entrenamiento y la realidad competitiva el jugador entra en un ciclo de confianza/aprendizaje que muy difícilmente se detenga. Por ese motivo el desarrollo correcto de los espacios reducidos y sus subespacios son un instrumento modificador y eficiente en el proceso de entrenamiento dentro de todas las metodologías.

En éste curso vamos a ampliar todos los conceptos, sumar nuevas ideas y fundamentaciones, crear variaciones y multiplicar los conocimientos del entrenador para que se puedan utilizar los espacios reducidos como una herramienta potenciadora de todo el modelo de juego general y específico del equipo.

## TEMARIO

### **Módulo 1: Fundamentación conceptualización de los espacios y sub espacios.**

Los espacios reducidos dentro del campo de juego, su utilización combinada y las subdivisiones que sufren en función de las determinadas situaciones de juego. Una respuesta a la comprensión de la dinámica que genera el fútbol sobre éste concepto de trabajo y una actualización y complementación de conceptos de subdivisión del campo que ya hemos visto ampliado los recursos de trabajo del entrenador al máximo.

### **Módulo 2: Desarrollo de las intensidades, manejo de las características estructurales y funcionales.**

Utilizar los espacios reducidos como una herramienta de manejo de la variación de intensidades del equipo es un nuevo camino que se ha logrado desarrollar bajo conceptos simples y muy útiles para creación de tareas de entrenamiento siempre ampliado la capacidad de elevar el modelo de juego.

### **Módulo 3: Morfociclo y situaciones simuladoras preferenciales desde los espacios reducidos**

Todos los conceptos y fundamentación para incorporar dentro del Morfociclo Patron las situaciones simuladoras preferenciales que propone una metodología de espacios reducidos buscando la complementación de la planificación dinámica y la variabilidad de estímulos.

### **Módulo 4: Estrategia y metodología de entrenamiento**

Propuestas prácticas, análisis profesionales y planificación de las progresiones de los ejercicios en espacios reducidos en función de los principios tácticos generales

**FECHA DE APERTURA DEL CURSO: Enero 7 de 2020**

## **METODOLOGÍA**

El curso posee una duración de 1 mes, se realizan 2 o 3 clases semanales –en función del contenido- que aparecen en el aula virtual del alumno con los fundamentos teóricos, las prácticas, los ejemplos, y todo el material multimedia que la compone. El alumno permanece en contacto mediante email para ayudarlo en cada duda que éste tenga.

El alumno puede ingresar al aula virtual para realizar la clase en el horario que desee. Las aulas permanecen abiertas y accesibles las 24hs. del día, todos los días. De esta forma el alumno puede realizar las clases del curso en el horario que él desee, libremente.

A lo largo del curso se proponen diferentes ejercitaciones de interacción en temas de práctica específica para afianzar conocimientos y profundizar en los temas más importantes.

La inscripción tendrá un número limitado de alumnos buscando optimizar el contacto con cada uno de ellos, ampliar el contenido y los detalles del mismo, y poder brindar un curso de calidad superior a cada uno de los participantes.

## **EL CURSO ES DE ACCESO EXCLUSIVO PARA SUSCRIPTOS A LA PLATAFORMA DE CURSOS 2019**

### **Preguntas Frecuentes:**

#### **1.- Qué cursos incluye la nueva plataforma?**

Están incluidos los 8 cursos 2019, con descuentos exclusivos para clientes y para Suscriptos a RXFútbol2019.

#### **2.- Qué fecha de inicio poseen los cursos?**

La plataforma de cursos planifica una formación profesional anual, que inicia en Abril del 2019 y finaliza en Marzo de 2020, en ese período de tiempo los cursos se van abriendo en cada aula disponible y quienes se suscriban a la Nueva Plataforma de Cursos tendrán acceso total durante ese período. En cada temario se detalla la fecha de inicio del curso correspondiente.

#### **3.- Se entregan diplomas para cada curso?**

Sí, al finalizar cada curso el alumno recibe el diploma correspondiente al curso finalizado, con el nuevo diseño de diplomas y certificados 2019.

#### **4.- Adquiriendo la Suscripción a la Plataforma de Cursos puedo acceder a todos los cursos?**

Sí, la Nueva Plataforma de Cursos implica un acceso de formación profesional con un solo pago y a todos los cursos.

#### **5.- Qué descuentos existen para clientes de RXFútbol y Suscriptos a RXFútbol 2019**

Como todos los años los clientes de RXFútbol tienen un 50% de descuento, y los Suscriptos a RXFútbol 2019 un descuento superior.