



Futebol de Campo

programa do curso

Análise de Desempenho no Futebol

Introdução à análise de desempenho; Estruturação do departamento de análise de desempenho; Análise e monitoramento de atletas; Identificação de talentos; Monitoramento e controle de treinamento; Gestão de Informação e Análise de Dados; Análise de desempenho em competições.

Avaliação e Controle de Carga de Treinamento

Métodos e equipamentos para controle de carga de treino; GPS; Variabilidade da Frequência cardíaca; marcadores bioquímicos; PSE.

Biomecânica do Futebol

Conceitos, conteúdos e exemplos práticos de atividades; como estruturar os jogos de acordo com o objetivo.

Fisiologia do Exercício Aplicada ao Futebol

Efeitos agudos e crônicos nos ajustes dos sistemas orgânicos em resposta ao treinamento e jogos de futebol; Recursos ergogênicos e desempenho humano; Avaliações e controles de carga de treinamento e jogo.

Formação de Atletas (base)

Fundamentação teórica básica; Desenvolvimento dos aspectos perceptivos, cognitivos e motores; Aspectos transdisciplinares; Fases do desenvolvimento motor. Maturação e Aprendizagem. Iniciação precoce; Estruturação metodológica de treinamento.

Gestão de Marketing e Mídia Social no Futebol

Introdução às mídias sociais; Desenvolvimento de projetos de mídias sociais; Ferramentas profissionais para gestão de mídias sociais. Conceituação. Gestão do Marketing Esportivo; Marketing de Produtos e serviços; Consumidor esportivo; Licenciamento; Patrocínio; Pesquisa em Marketing Esportivo; Marca; Fundamentos da administração esportiva; Entendimento, discussão e interpretação das funções de gestão administrativas; Gestão de clubes; Fontes de recursos, modelos estratégicos de gestão esportiva.

Identificação, Detecção e Seleção de Talentos no Futebol

Conceituação de talento; prognóstico do talento; ambiente de desenvolvimento do talento esportivo; Projeto em detecção, seleção e promoção de talentos; variáveis que influenciam no desenvolvimento do talento.

Jogos Reduzidos e Adaptados

Conceitos, conteúdos e exemplos práticos de atividades; como estruturar os jogos de acordo com o objetivo.

Modelo de Jogo

Conceitos básicos de futebol; O que é o fenômeno jogo de futebol (Teoria do Caos); Lógica e ciclo do jogo de futebol; Princípios de jogo; O que é o modelo de jogo e qual a sua importância; Como construir o modelo de jogo; Como operacionalizar o modelo de jogo; Estratégias x modelo de jogo.

Nutrição no Futebol

Aspectos Práticos da Nutrição no Futebol Profissional – concentração, pré jogo, nutrição no intervalo, pós jogo; Recomendações e Estratégias Nutricionais para Futebol Profissional – Necessidades de carboidratos, proteínas, lipídios, micronutrientes e hidratação; Suplementos Nutricionais Aplicados ao Futebol Profissional – creatina, beta alanina, cafeína, nitrato.

Organização e Gestão de Departamento de Futebol: Base e Profissional

Fundamentos técnicos com e sem bola; Bases teóricas da aprendizagem da técnica; Avaliação técnica.

Pedagogia e Didática no Futebol

Métodos de ensino; ambientes de aprendizagem; Estudos contemporâneos sobre aprendizagem de esporte coletivo; A pedagogia e a didática no contexto do treino de futebol; O conhecimento pedagógico e didático dos treinadores e seu staff técnico; Procedimentos metodológicos para intervenção pedagógica e didática individual e em equipe.

Periodização, Organização e Planejamento no Futebol

Base Teórica da Periodização do Treinamento no futebol; Estrutura e Organização do Treinamento; Modelos de Cargas de Treinamento na Periodização.

Preparação de Goleiros

A preparação de goleiros e sua evolução; Formação para goleiros; Preparação técnica e tática do goleiro; inserção do goleiro no modelo de jogo.

Preparação Física

Métodos de treinamento da preparação física e melhora das valências; Integração da Preparação física ao treinamento tático – técnico.

Psicologia Aplicada

Iniciação à psicologia do esporte; A função do psicólogo nas instituições esportivas e as possíveis intervenções nas categorias de base e na categoria profissional; A atuação do treinador e as questões psicológicas; Comunicação, liderança e trabalho em equipe.

Visita Técnica

Visita técnica aos clubes da capital.

trabalho de conclusão de curso

Não aplicável.

estágio

Não aplicável.

metodologia

Aprenda com teoria + prática

Um curso como o de Futebol de Campo precisa que o aluno pratique muito para conquistar uma boa formação. Pensando nisso, na UP os módulos são essencialmente práticos, com 30% de teoria e o restante serão em campo ou em espaço específico para a prática. Também existem alguns módulos essencialmente conceituais, esses serão teóricas.

Avaliações práticas

É muito importante que você possa avaliar seu desempenho durante o curso. Para isso, vamos avaliar sua participação, gravação de vídeos de trabalhos técnicos e trabalhos em aula.

De olho no futuro

Na UP estamos sempre de olho o futuro e nas tendências do mercado. O futebol vem sendo cada dia mais estudado e está a cada dia mais distante do empirismo. Compreender o jogo e as variáveis implícitas que o compõe será fundamental para o profissional que deseja trabalhar com futebol.