



***INSTITUTO NACIONAL DEL  
FÚTBOL, DEPORTE Y ACTIVIDAD  
FÍSICA.***

**“DIPLOMADO EN  
EVALUACIONES FUNCIONALES DE  
LABORATORIO Y SU APLICACIÓN AL  
FÚTBOL MODERNO”**

NOVIEMBRE DE 2017

## • FUNDAMENTACION

---

En el ámbito del entrenamiento deportivo existe una disociación entre los conceptos teóricos de laboratorio y lo que ocurre en el campo práctico del entrenamiento diario.

Por esto que a través de este diplomado se busca que los participantes no solo entiendan los protocolos y formas de evaluación, si no que puedan interpretar los resultados y aplicarlos en el proceso de entrenamiento. De esta manera los datos de las mediciones tendrán un sentido para los entrenadores y podrán entender su real importancia.

En el caso de los deportes colectivos y del fútbol en particular, la problemática viene desde la cantidad de jugadores con los que debe trabajar el preparador físico lo que hace difícil poder aplicar uno de los principales principios de entrenamiento que es la individualización de las cargas. En este diplomado se analizarán las herramientas para que esto pueda ser llevado de manera real al campo de entrenamiento.

- **OBJETIVOS GENERALES:**

- 
- Aplicar los datos de las mediciones recogidas por medio de equipos e instrumentos de evaluación y plasmarlos en programas individuales y colectivos de entrenamiento funcional.
  - Evaluar la condición física para la detección de un talento deportivo y su aplicación práctica en programas individuales de entrenamiento.

- **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- 
- Conocer equipos e instrumentos de evaluación, su funcionamiento, protocolos de aplicación e interpretar los resultados.
  - Correlacionar las mediciones de laboratorio con las de campo.
  - Determinar criterios de selección de talentos deportivos.
  - Diseñar programas de entrenamiento a partir de los resultados de las evaluaciones.
  - Conocer las impresiones de destacados preparadores físicos.

• PROGRAMA DIPLOMADO:

---

**MÓDULO I: MEDICIONES DE LAS VARIABLES**

**Profesores: Héctor Passi**

**Carolina Morales**

**Johana Osorio**

**Extensión: 6 horas**

Unidad 1 “Composición Corporal”

Unidad 2 “Fuerza explosiva tren inferior”

Unidad 3 “Velocidad Máxima”

Unidad 4 “Fuerza Máxima”

Unidad 5 “Potencia Aeróbica y Umbral Láctico”

**MÓDULO II: ANALISIS DE LAS VARIABLES MEDIDAS**

**Profesores: Héctor Passi**

**Carolina Morales**

**Waldo Balaguer**

**Alfonso Coronado**

**Extensión: 36 horas**

Unidad 1: “Composición Corporal”

1.1. “Análisis de antropometría”

1.2. “Análisis de bioimpedancia”.

Unidad 2: “Evaluación Funcional”.

2.1. “Ejercicios funcionales aplicados al fútbol y otros deportes”.

Unidad 3 “Consumo Máximo de Oxígeno y Umbral Anaeróbico

3. 1. Test de laboratorios vs Test de campo
3. 2. Aplicación en programas de entrenamiento.

Unidad 4 “Potencia y Velocidad”

5. 1. Análisis de mediciones de Potencia
5. 2. Análisis de Velocidad Máxima y RSA
5. 3. Aplicación en programas de entrenamiento

Unidad 5 “Fuerza Máxima”

6. 1. Análisis de Fuerza tren superior
6. 2. Análisis de Fuerza tren inferior
6. 3. Aplicación en programas de entrenamiento

**MÓDULO II: Biomecánica de las mediciones**

**Profesor: Héctor Passi**

**Extensión: 6 horas**

Unidad 1: “Análisis de las mediciones y su biomecánica”

Unidad 2: “Análisis y relación entre las variables fisiológicas y biomecánicas”

**Actividad Terminal: Clausura de la Capacitación (2 horas)**

- **METODOLOGÍA DEL DIPLOMADO:**

---

- Clases teóricas en Aula;
- Clases prácticas en Laboratorio, Gimnasio y Cancha;
- Utilización de medios didácticos - pedagógicos: Power Point, Videos, Audios.

- **DIRIGIDO A:**

---

1. Profesores y estudiantes de Pedagogía en Educación Física, Kinesiólogos, Entrenadores, Técnicos Deportivos y Preparadores Físicos
2. Estudiantes y ex alumnos de las carreras de Entrenador en Deporte y Actividad Física, Entrenador de Fútbol, Técnico de Fútbol y Árbitros de Fútbol del INAF.

- **ASPECTOS GENERALES:**

---

Cupo mínimo : 20 Alumnos.

Cupo máximo : 40 Alumnos.

Duración del Diplomado: **50 horas pedagógicas a impartir en 2 meses.**

Fecha de inicio : 30 de septiembre

Fecha de término : 25 de noviembre

Asistencia Mínima para la Aprobación del Diplomado: 80%.

Horario de Clases : sábados de 9:00 a 14:00 horas (6 horas pedagógicas.),

Coordinadora Académica : Carolina Morales Ríos

Profesores del Diplomado : Héctor Passi  
Carolina Morales  
Johana Osorio  
Waldo Balaguer  
Alfonso Coronado

Valor del Diplomado : \$150.000: Profesionales;  
: \$120.000: Alumnos de otras Casas de Estudio  
: \$80.000: Alumnos y Ex alumnos INAF.

- **CERTIFICACIÓN:**

- 
- De Asistencia: a quienes registren como mínimo un 80% de asistencia.

- **INSCRIPCIÓN DEL DIPLOMADO:**

Proceso de inscripción: desde el lunes 24 de julio

Realizar inscripción y cancelación en: [admisión@inaf.cl](mailto:admisión@inaf.cl)

O directamente en INAF, oficina de Admisión, teléfono 222 807 900

Horario de atención: de 09.00 a 18.00 horas