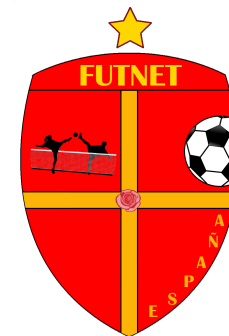


CURSO FORMATIVO ENTRENADOR DE FUTNET

NIVEL BÁSICO

UNIF



*Futnet
España*

RESUMEN TEMARIO UNIDAD DIDACTICA

*Futnet
España*

INTRODUCCIÓN AL FUTNET

*Futnet
España*

- 1. Introducción
- 2. Historia

MÉTODOS DE ENTRENAMIENTO DEL FUTNET

*Futnet
España*

1. Entrenamiento Físico:

- Aeróbico
- Anaeróbico
- Fuerza
- Stretching

2. Entrenamiento Específico:

- Técnico
- Táctica y Estrategia

MÉTODOS DE ENTRENAMIENTO DEL FUTNET

*Futnet
España*

3. Entrenamiento Complementario y Compensativo

TÉCNICA INDIVIDUAL Y COLECTIVA DEL FUTNET

*Futnet
España*

1. Técnica Individual:

- a) El Control
- b) Habilidad
- c) Golpeo con el pie
- d) Golpeo con la cabeza
- e) Finta
- f) El Tiro
- g) El Remate
- h) El Saque

TÉCNICA INDIVIDUAL Y COLECTIVA DEL FUTNET

*Futnet
España*

1. Técnica Colectiva:

Acciones Combinativas:

- a) El Pase
 - i. Pie
 - ii. Muslo
 - iii. Pecho
 - iv. Cabeza

TÁCTICAS Y SISTEMAS DE JUEGO DEL FUTNET

*Futnet
España*

1. Generalidades de los sistemas de juego:

- Modelo Doble 2x2 (fijo y variable/s)
- Modelo Triple 3x3 (fijo y variable/s)

TÁCTICAS Y SISTEMAS DE JUEGO DEL FUTNET

*Futnet
España*

2. Estilos de juego:

1. Tipos de Estilos de juego
2. Elección de Estilos de juego

TÁCTICAS Y SISTEMAS DE JUEGO DEL FUTNET

*Futnet
España*

3. Estrategias y tácticas de juego:

- Principios ofensivos y defensivos
- El Despliegue (formas de Ataque)
- El Despliegue (formas de Defensa)
- El Desdoblamiento
- Ocupación Racional en el terreno de juego