



FEDERACION COSTARRICENSE DE FUTBOL
LIGA DE FUTSAL – LIFUTSAL
EQUIPO DE CAPACITACION LIFUTSAL
LICENCIA A



PROGRAMA: LICENCIA A
DURACION: 40 HORAS

Descripción.

Curso teórico práctico cuya orientación fundamental es dotar a los participantes del conocimiento integral de las estrategias para lograr el alto rendimiento dentro del Futsal.

La temática definida para esta Licencia parte de la posibilidad de convivir, en un periodo significativo de tiempo, con entrenadores de élite que tienen o han tenido, como principal experiencia, el manejo de grupos altamente competitivos, identificando así los estándares de calidad internacional de clubes o de selecciones nacionales.

El objetivo primordial será, por ende, integrar como instructores de esta Licencia, a miembros de Cuerpos Técnicos (entrenadores, asistentes, preparadores físicos, etc.) de diferentes países y regiones del mundo, enriqueciendo con sus conocimientos a nuestros entrenadores y miembros de cuerpos técnicos en general.

Objetivos Generales:

- Reforzar los métodos de enseñanza-aprendizaje que fueron introducidos en la Licencia B y C.
- Brindar formación interdisciplinaria en diferentes campos asociados al desarrollo integral del entrenador de Futsal, tales como: fisioterapia, periodización del entrenamiento, estrategia y transiciones, situaciones especiales de juego.
- Asegurar la futura calidad del Futsal, que en gran medida está en manos de los entrenadores, los cuales desempeñan un papel vital en el desarrollo de los jugadores y en el desenvolvimiento de los partidos.
- Asegurar que la formación de los entrenadores permanece única y exclusivamente bajo el control de Lifutsal.
- Promover la integración de los entrenadores del Futsal costarricense, brindando oportunidades de formación continua y de gran calidad.
- Establecer estándares uniformes de entrenamiento para garantizar la calidad del rendimiento de los entrenadores que ejerzan en el territorio en Costa Rica
- Dotar al Futsal moderno de técnicos bien capacitados, dentro y fuera de la cancha.
- Preservar y mejorar el nivel de la preparación técnica en Costa Rica por medio de la formación profesional.



**FEDERACION COSTARRICENSE DE FUTBOL
LIGA DE FUTSAL – LIFUTSAL
EQUIPO DE CAPACITACION LIFUTSAL
LICENCIA A**



Áreas temáticas:

Las áreas temáticas varían dependiendo de la Licencia, no siempre es la misma temática, sin embargo, las áreas principales que darán fundamento a la Licencia A son:

- **Área de técnica avanzada**
 - Análisis
 - Instrucción
 - Porteros
- **Área de táctica avanzada**
 - Evolución, comparación y creación de equipos de alto rendimiento táctico
- **Área de entrenamiento deportivo avanzado**
 - Sesiones de entrenamiento, filosofía, periodización y orientación a jugadores de alto rendimiento
- **Área de ciencias del comportamiento**
 - Liderazgo
 - Psicología deportiva
 - Ética
- **Área complementaria avanzada**
 - Fisiología
 - Nutrición
 - Medicina
 - Gestión del Club
 - Tecnología en el deporte
 - Reglas de juego

Recursos necesarios para impartir la Licencia A.

Materiales:

- Cancha de Futsal medidas reglamentarias.
- Aula de capacitación condiciones mínimas de comodidad, seguridad y orden.
- Multimedia
- Pizarra acrílica
- 20 balones
- 20 chalecos / petos
- 30 conos o discos plásticos
- Libreta para apuntes, lapicero
- Ropa deportiva
- Refrigerio para participantes
- Llave maya de 16 GB para entrega de material del curso

Humanos: Profesores nacionales e internacionales, estudiantes e invitados.



FEDERACION COSTARRICENSE DE FUTBOL
LIGA DE FUTSAL – LIFUTSAL
EQUIPO DE CAPACITACION LIFUTSAL
LICENCIA A



Referencias Bibliográficas.

- Blázquez, D. (1995). La Iniciación deportiva y el deporte Escolar. Editorial Inder. Barcelona, España.
- Lago, C (2002). La preparación física en el fútbol. Editorial Biblioteca Nueva. Madrid, España.
- Parlebas, P (1988). Elementos de Sociología del Deporte. Editorial Unisport. Málaga, España.
- Seirul-lo, F. (2000). Una Línea de trabajo distinta. I Jornada de Actualización de Preparadores Físicos, Comité Olímpico Español. COE, 5 de Junio. Disponible en: <http://www.escoladefutbol.com/articles/UnaLineaDeTrabajoDistinta.pdf>.
Fecha de acceso: 17 febrero de 2007
- Seirul-lo, F. (2005). Curso: Motricidad Básica y su Aplicación a la Iniciación. Universidad de Barcelona. Documento INEFC de Barcelona. Disponible en: http://www.entrenamientodeportivo.org/articulos/motribasic_inicdep_seirul.pdf.
Fecha de acceso: 17 febrero de 2017.

Evaluación.

5 lecturas	20%
1 Examen parcial	20%
5 pruebas cortas	10%
Asistencia	20%
Tesina	30%

Lecturas y quices: cada estudiante realizará cinco lecturas (2% c/u) y hará cinco quices (2% c/u), sobre los temas específicos como: lesiones deportivas, hábitos nutricionales, preparación física, preparación mental, técnica y táctica.

Examen parcial: un examen parcial previo a iniciar la practica supervisada (20%)

Asistencia: La asistencia es obligatoria, se podrá tener dos ausencias al curso con justificación previa. Tres ausencias o más conducen a la pérdida de la Licencia.

Tesina: es un trabajo de graduación que debe ser presentado un mes calendario después de finalizadas las lecciones presenciales y prácticas. Se puede realizar en grupo de máximo tres estudiantes y el tema será escogido por los estudiantes de acuerdo a la temática de la Licencia A.

NOTA MINIMA: 80%



FEDERACION COSTARRICENSE DE FUTBOL
LIGA DE FUTSAL – LIFUTSAL
EQUIPO DE CAPACITACION LIFUTSAL
LICENCIA A



PROPUESTA HORARIA LICENCIA A

	CANTIDAD DE HORAS TEORIA	CANTIDAD DE HORAS DE PRACTICA
SESIONES PRESENCIALES	16	16
TESINA	6	2
TOTAL	22	18

La Licencia A de Futsal tiene una duración en días de trabajo (dos sesiones de cuatro horas cada día) de 5 días en total.

MODALIDADES

CURSO REGULAR

- Dos fines de semana seguidos o alternos
 - Jueves de 6 a 10 pm
 - Viernes de 6 a 10 pm
 - Sábado de 8 a 4 pm
 - Domingo de 8 a 4 pm
 - Exposición de Tesinas sábado y/o domingo horario a convenir