

I EDICIÓN

---

**CURSO BÁSICO DE ESPECIALIZACIÓN EN  
ENTRENAMIENTO DE PORTEROS DE FÚTBOL**

---

CIUDAD DEPORTIVA VALENCIA CF, PATERNA (VALENCIA), 2019

**Personal Docente Principal:**

**Nico Bosch** (Entrenador de Porteros Levante UD)

**Unai Alba Pagadizabal** (EdP VCF Mestalla y Coordinador Área Porteros Academia VCF)

**Aitor Bas Arango** (Responsable Metodología Específica Área Porteros y EdP Academia VCF)

**Vicent Benlloch Alcaina** (Coordinador Metodología de Porteros y EdP Juvenil D.H. "Roda" Villarreal CF)

**Marc Ramírez Torres** (EdP Villarreal "B" y Coordinador Dpto. Porteros cantera Villarreal CF)

**Gianluca Troilo** (EdP Atco. Levante y Coordinador de EdP's de Categorías Inferiores Levante UD)

**Celso Alcázar Llobell** (Director de la escuela FB Teulada-Moraira y Escuela de Porteros Celso Alcázar)

**Carlos Gómez Nieto** (Entrenador de Porteros del Atco. Saguntino)



**Personal Docente Colaborador:**

**Vicente Lizondo Cortés** (Ex-árbitro Profesional)

**José Carrascosa Oltra** (Psicólogo Deportivo "Valencia CF" y Socio-fundador "Saber Competir")

**Pablo Pérez Aleixandre** (Responsable Dpto. Análisis del Rendimiento Academia VCF y Analista VCF CF)

**Álvaro Ramos Ruiz** (Coordinador Dpto. Análisis de Rendimiento Academia VCF y Analista VCF Femenino)

**Vicente Benítez Más** (Preparador Físico Cadete "A" y Entrenador Fuerza Porteros F11 Levante UD)



## Contenidos Principales:

### **Acciones Técnico-Tácticas en el Portero de Fútbol**

El objetivo de esta sesión teórico-práctica consistirá en acercar a todos los alumnos las acciones técnicas y tácticas del portero en situaciones de juego, tanto en aspectos defensivos (previas al contacto del balón, con contacto del balón y posteriores al contacto del balón) como ofensivas (de reinicio de juego y de continuidad del juego).

### **El Portero Amateur: Adaptación y matices en el Entrenamiento Específico.**

En esta sesión teórico-práctica trataremos de identificar los diferentes perfiles de Porteros Amateur, en base a las diferentes demandas del contexto deportivo. (Entorno, club, días de entrenamiento, número de porteros, material/espacio disponible, etc.)

### **El Portero de Formación: Planificación y Contenidos de Entrenamiento en F8.**

A través de esta sesión teórico-práctica trataremos de abordar contenidos acerca de la importancia en el desarrollo evolutivo de los niños según la etapa (querubín, prebenjamín, benjamín y alevín), limitaciones condicionales propias de la etapa, propuesta de estrategias psico-pedagógicas para el Entrenamiento Específico, cómo elaborar una sesión de entrenamiento (partes de la sesión, tipología de tareas, tiempos, roles, etc.).

### **El Portero de Formación: Planificación y Contenidos de Entrenamiento en F11.**

A lo largo de esta sesión teórico-práctica se abordarán aspectos como, la organización y equilibrio de contenidos en las sesiones de entrenamiento (trabajo aislado e integrado), diferenciación entre etapas (infantil, cadete, juvenil y pre-profesional), búsqueda del desarrollo integral del portero, plan de acción y evaluación de la mejora.

### **Entrenamiento de Fuerza en el Portero de Fútbol: Del Patrón Motor al Rendimiento Deportivo.**

Durante esta sesión teórico-práctica se abordarán contenidos como, las fases sensibles en el desarrollo de la fuerza, modelo de desarrollo de capacidades del portero desde edades tempranas, estructura de contenidos en el microciclo semanal, cómo medir o cuantificar el entrenamiento de fuerza, así como transferir del patrón motor al gesto específico en competición.

## Contenidos Complementarios:

El paso del Portero de Formación al Portero de Rendimiento.

La visión del Entrenador de Porteros Actual: La integración del Portero en el juego Colectivo

Análisis de rendimiento y video-análisis para porteros.

Entrenar la Personalidad del Portero de Fútbol

Las Reglas del Juego: Desde la perspectiva del Portero de Fútbol

