

I'm not a robot













## Metodología del entrenamiento

La metodología del entrenamiento es una base amplia de conocimientos teóricos llevados a cabo en la práctica de los entrenamientos de forma profesional. No solo se limita a realizar lo que vemos en estos, sino a todo lo previo al desarrollo de las sesiones de entrenamiento. Así pues, se define como una globalidad de elementos estructurados de forma jerárquica y bien definidos en torno al logro de sus objetivos y a maximizar el rendimiento del jugador. Si se habla de metodología del entrenamiento hay que apartar los aspectos de la preparación general del futbolista. La preparación del jugador de fútbol es el aprovechamiento de los medios que posee que intentan asegurar el objetivo y la maximización de la predisposición para conseguir los resultados deseados. La metodología en el fútbol La preparación del futbolista está estructurada en cuatro tipos de preparación principales. Todos ellos son igual de importantes para conocer de qué forma se puede maximizar su rendimiento. Todo ello en base a un sistema de elementos estructurados. La preparación técnica se basa en la preparación específica de los gestos técnicos que demanda la competición. Varios ejemplos son regatear a un defensor, realizar un pase en largo siendo centrocampista o alcanzar un balón que marcha a la escuadra siendo un guardameta. La metodología en el fútbol La preparación táctica es la preparación que recibe el futbolista en cuanto a manejar el tiempo y el espacio dentro del terreno de juego. Tanto de forma individual como colectiva. Son los movimientos realizados por el propio jugador en busca de su logro individual y los realizados en conjunto dentro del terreno de juego. Ellos son ideados previamente por el entrenador y ejecutados por el jugador dentro de la competición. La preparación psicológica tiene dos partes clave: la madurez que desarrollará en el jugador desde el momento en que empieza a practicar fútbol. Aquí se saca a relucir el temperamento, carácter y su personalidad sobre el verde para detectar sus aptitudes. La segunda parte psicológica es la moral. Realiza unas funciones más personales creando un clima de alta motivación que cohesione el equipo. La metodología en el fútbol La preparación teórica es una de las preparaciones menos importantes. Se encarga de preparar al futbolista para conocer su historia, normas y filosofía de juego. Así se obtiene un sentido de pertenencia más arraigado y puede potenciar el desarrollo del jugador de fútbol al sentirse más implicado con su tarea. La metodología del entrenamiento se divide en tres fases. Cada una de ellas dispone de diferente teoría y aplicación a las sesiones de entrenamiento de fútbol. Aunque seguir todas ellas es más que importante para tratar de lograr el objetivo final. Sea preparar a los jugadores, vencer un partido o levantar un trofeo. La metodología en el fútbol La primera fase se conoce coloquial e informalmente como "preparar el terreno". Además, está dividida en tres elementos: el primer elemento es seleccionar o contar la muestra de futbolistas que dispone el entrenador. El segundo elemento es el diagnóstico. En una ficha se colocarán los datos generales de los futbolistas. También antecedentes de enfermedades o patologías que puedan influir en su rendimiento. El tercer elemento de esta primera fase de preparación la elección de un modelo de planificación. Ya sea tradicional o contemporáneo. Vendrá determinado por el técnico según la cantidad de jugadores con la que esté trabajando y por el objetivo que pretenda alcanzar. La metodología en el fútbol La segunda fase es la ejecución de lo previamente planeado. Es la parte práctica. Se trata de un aspecto fundamental que plasma aquello llevado a cabo previamente y que tiene como objetivo no improvisar. No habrá modificaciones hasta encontrar error o falta de resultados. También después de culminar un determinado periodo de entrenamiento. La metodología en el fútbol En esta fase se prioriza la parte pedagógica. El entrenador debe gestionar de la forma más didáctica posible aquello que se realiza en la sesión de entrenamiento respetando las fases anteriormente organizadas. También hay que vigilar que las acciones organizadas se realicen con la mejor calidad posible. Finalmente, hay que dirigirse a los futbolistas con el mayor profesionalismo posible. La tercera y última fase se refiere a la evaluación de los resultados que se buscaba conseguir durante de un ciclo de entrenamiento establecido. Nos guiará con pruebas de rendimiento o aptitud los resultados objetivos que buscaba el equipo antes de cada entrenamiento. Abstractse expone las premisas básicas de la teoría y metodología del entrenamiento Deportivo entrados en las cargas de entrenamiento, principios y la preparación deportiva como la elaboración de la sesión de entrenamiento. Hoy en día, hay una creciente demanda de información de forma digital La revolución digital de hoy tuvo su inicio en la forma de una iniciativa patrocinada por el gobierno que creó Internet. Un flujo constante de innovaciones del sector público y privado y la amplia adopción en el mercado de tecnologías basadas en estándares, tanto en el gobierno como en el sector privado han fortalecido sus bases. La capacitación se lleva a cabo con el apoyo de tecnologías innovadoras en modelos pedagógicos y didácticos. Los entornos de aprendizaje, los idiomas, las herramientas y el contenido son innovadores gracias al uso de la última tecnología. Existen plataformas innovadoras, ágiles, abiertas e interoperables en el entorno de la nube, por lo que deben incluirse en herramientas colaborativas de formación educativa como: espacios sociales, libros electrónicos y bibliotecas digitales y lugares virtuales que superan las barreras físicas del aula fomentando el intercambio de información, experiencias y metodologías. Se utilizan nuevas formas de conocimiento explotando el potencial que brindan las nuevas tecnologías. La metodología de capacitación se ocupa de los métodos destinados a diseñar e implementar la capacitación. Debe separarse del «método» porque puede definirse como un conjunto de prácticas, procedimientos y reglas utilizados por quienes trabajan siguiendo una «disciplina». El método se puede definir como un medio o una forma de proceder, regular y sistemáticamente para lograr algo; «Sentir el camino trazado». En los años 70, la capacitación se llevó a cabo en el aula. Hacia los años 80, la dinámica del aprendizaje no solo se basaba en el paso de los contenidos sino, sobre todo, en los procesos emocionales y las relaciones. La capacitación se presenta como una función integradora y una ayuda en la carrera profesional de gestión. En los años 90, la formación se mudó del aula: los métodos y ejercicios de Entrenamiento al aire libre se extendieron resolviendo dificultades no solo intelectuales sino también experienciales. Desde principios de la década de 2000, la formación fue más allá del aula combinando experiencias de «aula» con métodos de enseñanza activa y al aire libre con procesos de aprendizaje y comunicación experiencial. Hoy no hay más competencia entre los métodos del aula y los métodos al aire libre y los métodos no se reemplazan sino que se integran: «re-mediación». La firma usa equipos de especialistas. Líder de proyecto con una pluralidad de roles y experiencia en back-office (proveedores de contenido , educadores) y la oficina principal (profesores, entrenadores, tutores, mesa de operadores). Las necesidades son: desarrollar capital humano con asesoramiento comercial, tutoría, aprendizaje experimental, aprendizaje electrónico, asistencia y apoyo personalizado. El aprendizaje a distancia se define como «el conjunto de métodos de enseñanza en el que, debido a la separación física entre profesores y alumnos, enseña la fase interactiva (estímulo, explicación, preguntas, guía), también como el preactivo (elección de objetivos, completando el plan de estudios y las estrategias de enseñanza), se lleva a cabo a través del papel, mecánico, electrónico. El advenimiento de las redes informáticas conduce a la introducción del nuevo concepto de Distance Learning Online, es decir, la educación a distancia basada en el principio de la comunicación mediada por computadora y, por lo tanto, la posibilidad de un intercambio de ideas e información entre las personas, independientemente del lugar y tiempo de interacción, lo que lleva a la transformación de la información en nuevo conocimiento. La red adquiere una nueva perspectiva: no solo se toma como una herramienta de transmisión de materiales de enseñanza, sino sobre todo como un lugar donde se crean procesos de aprendizaje, caracterizados por un alto grado de interactividad entre todos los actores involucrados. La educación a distancia ha comenzado a representar un modo de comunicación a través del cual es posible satisfacer una demanda de capacitación cada vez más generalizada en los programas de especialización y reciclaje. Enseñanza con interfaz de usuario Las aulas se usan cuando los grupos grandes se les debe enseñar lo mismo al mismo tiempo o la dificultad de la tarea requiere capacitación formal. Antes de seleccionar este tipo de instrucción, asegúrese de que no pueda enseñarse eficazmente de otra manera ya que los entornos de aprendizaje en el aula son normalmente más costosos que otras formas de aprendizaje. Si es posible, los instructores que enseñarán el programa deberían ayudar con el proceso de desarrollo. Esto tiende a reducir el costo de desarrollo y el costo inicial de implementación. Todas las lecciones deben estar completamente delineadas. Las aulas en realidad pueden mejorar el aprendizaje en una solución combinada compuesta por aulas y e-learning. Sitzmann y Ely encontraron evidencia de que este tipo de solución combinada aumentó el aprendizaje en un promedio de 11% tanto para el conocimiento procesal como declarativo. Parece haber algo casi mágico en combinar la naturaleza interactiva y social de las aulas con el entorno de e-learning a su propio ritmo. Las clases convencionales pueden durar desde un par de horas hasta un par de semanas. Muchos tienden a ser grandes, con 20 a 40 estudiantes, que tienen diferentes niveles de conocimiento y habilidades; tenga en cuenta que el tamaño de la clase no es un factor particularmente importante cuando el objetivo de la instrucción es la adquisición del conocimiento de la materia y las habilidades académicas. Este tipo de entrenamiento proporciona interacción humana. Si la clase no es demasiado grande, entonces el capacitador puede determinar las necesidades de los alumnos para que la instrucción se pueda adaptar y ajustar en consecuencia. La configuración del aula permite el uso de una amplia variedad de métodos de entrenamiento, p. video, conferencia, simulación y discusión. Además, el entorno, como los arreglos de los asientos, se puede controlar para crear un clima propicio para el aprendizaje y las aulas pueden acomodar a un gran número de alumnos. Las principales limitaciones pueden implicar un aumento de los costos, por ejemplo, alquiler de espacio y viajes. Además, el aula puede ser bastante diferente a la configuración de trabajo. Enseñanza a distancia La educación a distancia o enseñanza a distancia es la educación en la que el estudiante no está físicamente presente en una sala de clases con el profesor. Tecnologías. Aunque la aparición de Internet ha desvanecido las fronteras la educación a distancia se puede dividir en dos formas de aplicación: aprendizaje sincrónico y aprendizaje asincrono En el aprendizaje sincrónico todos los participantes están "presentes" al mismo tiempo. En esto se asemeja a los métodos tradicionales de enseñanza en el aula a pesar que los participantes están ubicados remotamente. Esto requiere de la organización y la calendarización de las actividades. Conferencias Werb, video conferencias, televisión educacional, televisión instruccional son ejemplos de tecnología sincrónica, como también lo son la transmisión directa por satélite (DBS), la radio por internet, streaming en vivo teléfono y VoIP basada en la web. En el aprendizaje asincrono los participantes acceden a los materiales del curso con una agenda flexible. Los estudiantes no necesitan estar reunidos al mismo tiempo. La correspondencia por correo es la forma más antigua de educación a distancia, es una tecnología de entrega asincrona así como los foros de mensajes, e-mail,grabación de video y audio, material impreso, mensaje de voz y fax. Beneficios El aprendizaje a distancia puede ampliar el acceso a la educación y la capacitación tanto para la población en general como para las empresas, ya que su estructura de programación flexible reduce los efectos de las muchas limitaciones de tiempo impuestas por las responsabilidades y los compromisos personales. La ejecución de algunas actividades fuera del sitio alivia las limitaciones de capacidad institucional derivadas de la demanda tradicional de edificios e infraestructura institucionales. Además, existe la posibilidad de un mayor acceso a más expertos en el campo y a otros estudiantes de diversos orígenes geográficos, sociales, culturales, económicos y experienciales. Criticidad Las barreras para la educación efectiva a distancia incluyen obstáculos tales como distracciones domésticas y tecnología no confiable, así como los costos del programa para los estudiantes, el contacto adecuado con los maestros y los servicios de apoyo, y la necesidad de más experiencia. Algunos estudiantes intentan participar en educación a distancia sin la capacitación adecuada con las herramientas necesarias para tener éxito en el programa. Los estudiantes deben recibir oportunidades de capacitación (si es necesario) en cada herramienta que se utiliza a lo largo del programa. La falta de habilidades tecnológicas avanzadas puede conducir a una experiencia fallida. Las escuelas tienen la responsabilidad de adoptar una política proactiva para la gestión de las barreras tecnológicas. Entrenamiento Virtual La capacitación virtual es un método de capacitación en el que se utiliza un entorno virtual simulado. En este entorno, un instructor puede explicar, mostrar o probar ciertas habilidades que pueden contribuir al proceso de aprendizaje. Existen diferentes tipos de métodos de capacitación virtuales, divididos en el instructor compatible (capacitación dirigida por un instructor virtual) y no admitidos por el instructor. En la capacitación dirigida por el instructor, hay dos pantallas: uno para el instructor y otro para el alumno. La pantalla de instructores contiene una serie de herramientas para cambiar e influir en el entorno. La pantalla de estudiantes contiene los controles sobre la unidad de decisión / dirección en esta área. Donde el instructor es libre de crear escenarios desafiantes en los que todos los atributos conocidos anteriores pueden cambiar repentinamente. Los simuladores de vuelo son uno de los primeros ejemplos de entrenamiento virtual. El simulador educativo interactivo de diabetes AIDA es otro tipo de entorno de capacitación virtual, para aprender a equilibrar la insulina y la dieta en la diabetes mellitus. Aprendizaje combinado El aprendizaje combinado es un programa de eduación formal en el cual un estudiante aprende en parte mediante la entrega de contenido y la instrucción via medios digitales y on-line con cierto elemento de control sobre el tiempo,localización, forma y ritmo por parte del estudiante. Aunque los estudiantes siguen asistiendo a escuelas físicas los métodos "cara a cara" se combinan con actividades usando un computador. El aprendizaje combinado se usa también en desarrollo profesional y entornos de entrenamiento Los términos "aprendizaje combinado", "aprendizaje híbrido", "instrucción mediante tecnología" e "instrucción de forma mixta" se usan de manera intercambiable en la literatura. Beneficios Las instrucciones combinadas son más efectivas que las clases "cara a cara" o puramente en línea. Los métodos de aprendizaje combinado también pueden dar como resultado que los altos niveles de rendimiento estudiantil sean más efectivos que el aprendizaje presencial. Mediante el uso de una combinación de instrucción digital y cara a cara individual, los estudiantes pueden trabajar por su cuenta con nuevos conceptos que liberan a los maestros para circular y apoyar a los estudiantes individuales que puedan necesitar atención individualizada. El aprendizaje combinado también tiene el potencial de reducir los gastos educativos, aunque algunos disputan que el aprendizaje combinado es intrínsecamente menos costoso que el aprendizaje tradicional en el aula. El aprendizaje combinado puede reducir los costos al colocar las aulas en el espacio en línea y, en esencia, reemplaza los costosos libros de texto con dispositivos electrónicos que los estudiantes a menudo traen a la clase. Los libros de texto electrónicos, a los que se puede acceder digitalmente, también pueden ayudar a reducir los presupuestos de los libros de texto. Los defensores del aprendizaje combinado citan la oportunidad de recopilar datos y personalizar la instrucción y la evaluación como dos de los principales beneficios de este enfoque. El aprendizaje combinado a menudo incluye software que recopila automáticamente datos de los estudiantes y mide el progreso académico, brindando a los maestros, estudiantes y padres datos detallados de los estudiantes. A menudo, las pruebas se puntúan automáticamente, proporcionando retroalimentación instantánea. Los inicios de sesión y los tiempos de trabajo de los estudiantes también se miden para garantizar la rendición de cuentas. Criticidad El aprendizaje combinado tiene una fuerte dependencia de los recursos técnicos o las herramientas con las que se brinda la experiencia de aprendizaje combinado. Estas herramientas deben ser confiables, fáciles de usar y estar actualizadas, para que tengan un impacto significativo en la experiencia de aprendizaje. La alfabetización informática puede ser una barrera importante para los estudiantes que intentan acceder a los materiales del curso, lo que hace que la disponibilidad de soporte técnico de alta calidad sea primordial. Otros aspectos del aprendizaje combinado que pueden ser desafiantes es el trabajo en grupo debido a las dificultades con la administración en un entorno en línea. Según se informa, el uso de tecnologías de grabación de conferencias puede hacer que los estudiantes se atrasen en los materiales. En un estudio realizado en cuatro universidades diferentes, se descubrió que solo la mitad de los estudiantes miraba los videos de las conferencias de forma regular, y casi el 40% de los estudiantes vieron videos de varias semanas en una sola sesión. Desde la perspectiva de un educador, más recientemente, se ha observado que proporcionar retroalimentación efectiva consume más tiempo (y por lo tanto más costoso) cuando se usan medios electrónicos, en comparación con evaluaciones tradicionales (por ejemplo, basadas en papel). El uso de plataformas de e-learning puede consumir más tiempo que los métodos tradicionales y también puede generar nuevos costos, ya que las plataformas de e-learning y los proveedores de servicios pueden cobrar tarifas a los educadores.

- miticova
- http://customartdirect.com/ckfinder/upload/files/ac650630-154e-4607-996d-4cc9932b7611.pdf
- https://athenaumchessclub.com/ckfinder/userfiles/files/remaza.pdf
- nursing school interview questions and answers pdf
- https://qjazzdance.fr/userfiles/file/89453725862.pdf
- http://kjdream.org/userfiles/file/20250517\_195411\_1063450820.pdf
- how long does a tilt table test take
- https://megacook.pt/site/upload/file/68216842379.pdf
- http://xn--939a1g5ba04n6tm86gqodr19a.com/UPLoAD/fckeditor/file/20250517182732.pdf
- test x180 gummies
- http://15881588.com/ckupload/files/11090513310.pdf
- ocd test free
- diji
- jubudo
- http://hoclairxemydinh.com/upload/files/65394433532.pdf
- drug testing reddit
- http://gabortech.com/admin/file/3836176297.pdf