

# Curso Profesional

## Preparación Específica Rugby XV



## Curso Profesional Preparación Específica Rugby XV

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

Acceso web: [www.tech-fp.com/actividades-fisicas-deportivas/curso-profesional/preparacion-especifica-rugby-xv](http://www.tech-fp.com/actividades-fisicas-deportivas/curso-profesional/preparacion-especifica-rugby-xv)

# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

Requisitos de acceso

---

*pág. 6*

03

Salidas profesionales

---

*pág. 8*

04

¿Qué seré capaz de hacer al finalizar el Curso Profesional?

---

*pág. 10*

05

Dirección del curso

---

*pág. 12*

06

Plan de formación

---

*pág. 14*

07

Metodología

---

*pág. 16*

08

Titulación

---

*pág. 20*

# 01

## Presentación

El Rugby es una disciplina de alto rendimiento que requiere de una preparación física y técnica específica para lograr un desempeño óptimo en el campo de juego. Por esta razón, existe una gran necesidad de profesionales capaces de planificar, desarrollar y supervisar programas de entrenamiento para este deporte. Es por ello que el plan de estudios de TECH, ofrece a los estudiantes las herramientas necesarias para comprender los fundamentos del fútbol de contacto y la práctica necesaria para mejorar las destrezas de los jugadores. Además, el programa se imparte 100% online, lo que permite a los alumnos aprender de manera flexible y adaptada a sus necesidades. También, utiliza la metodología pedagógica del *Relearning*, para asegurar las habilidades prácticas del egresado.

“

*¿Eres un apasionado del Rugby XV y te gustaría desempeñarte como entrenador o analista de rendimiento en estos equipos? Si es así, este Curso Profesional es la opción perfecta para ti”*





En el mundo del Rugby XV, la preparación física y el análisis de rendimiento son aspectos fundamentales para el éxito de cualquier equipo. Es por eso que una capacitación como la de TECH es la opción ideal para aquellos profesionales que buscan especializarse en esta área.

En este Curso Profesional los estudiantes aprenderán los elementos primordiales del Rugby, desde las fases estáticas hasta las dinámicas, para poder diseñar programas de entrenamiento adecuados a cada jugador. Además, el temario incluirá la tecnología GPS, el estudio de las cargas según los jugadores y la prevención de lesiones, entre otros temas importantes para este deporte.

La titulación ha sido elaborada por expertos, quienes comprenden la realidad del campo de juego y los procesos esenciales en la actualidad. Por eso, han elaborado materiales teóricos de gran actualización y que serán impartidos desde una plataforma 100% online de aprendizaje. Así, no tendrás que desplazarte para completar tu educación y gestionarás tus progresos educativos de forma personalizada.

“*¿Quieres aprovechar la tecnología para mejorar tu rendimiento en Rugby XV? ¡Inscríbete en este Curso Profesional y descubre cómo utilizar el GPS para optimizar tu juego!*”

# 02

## Requisitos de acceso

Esta titulación no exige ningún requisito de acceso previo al alumno. Esto quiere decir que, para inscribirse y completar el programa, no es necesario haber realizado ningún estudio de forma previa, ni resulta obligatorio cumplir ninguna otra clase de criterio preliminar. Esto te permitirá matricularte y comenzar a aprender de forma inmediata, y sin los complejos trámites exigidos por otras instituciones académicas.

Gracias a este acceso inmediato conseguirás potenciar y poner al día tus conocimientos de un modo cómodo y práctico. Lo que te posicionará fácilmente en un mercado laboral altamente demandado y sin tener que dedicar cientos de horas a estudiar formación reglada previa.

Por todo ello, este programa se presenta como una gran oportunidad para mejorar tus perspectivas de crecimiento profesional de forma rápida y eficiente. Todo esto, a través de un itinerario académico 100% online y con la garantía de calidad, prestigio y empleabilidad de TECH Formación Profesional.

“

*TECH te permite acceso inmediato a esta titulación, sin requerimientos previos de ingreso ni complejos trámites para matricularte y completar el programa”*





Las ventajas de cursar este programa sin necesidad de cumplir requisitos de acceso previo son:

01

Podrás matricularte inmediatamente y comenzar a estudiar cuando quieras. A tu ritmo y sin esperas

02

Tendrás acceso a un programa de alto valor curricular, donde podrás adquirir las habilidades profesionales más demandadas en la actualidad de un modo práctico

03

Mejorarás tus perspectivas laborales en tan solo unas semanas

04

Tendrás acceso a los recursos didácticos multimedia más avanzados del mercado educativo

05

Te prepararás para responder a las necesidades actuales del mercado profesional aprendiendo mediante un formato 100% online

06

Obtendrás una titulación de TECH, una institución académica de referencia a nivel internacional

# 03

## Salidas profesionales

Gracias al desarrollo de este Curso Profesional en Preparación Específica Rugby XV, los graduados estarán capacitados para desempeñarse como entrenadores, preparadores físicos y analistas de rendimiento. Esto lo podrán realizar en equipos, tanto a nivel profesional como amateur. También pueden optar por trabajar en clubes, escuelas, centros y otras organizaciones relacionadas enfocadas en este tipo de juego. Asimismo, el programa puede servir como una sólida base para aquellos que deseen seguir avanzando en su carrera en el mundo del fútbol de contacto.



*Desarrollar habilidades para analizar el rendimiento del equipo y de los jugadores utilizando herramientas y software especializados es posible gracias a los conocimientos obtenidos en este programa”*







Esta titulación, en definitiva, te convertirá en un gran especialista preparado para trabajar en alguno de los siguientes puestos:

- ◆ Instructor personal de Rugby
- ◆ Coordinador de programas de Rugby en centros recreativos
- ◆ Organizador de eventos y torneos de Rugby
- ◆ Árbitro de Rugby en competencias y torneos no oficiales
- ◆ Analista de rendimiento en Rugby



# 04

## ¿Qué seré capaz de hacer al finalizar el Curso Profesional?

Al finalizar el programa en Preparación Específica Rugby XV, estarás capacitado para diseñar programas de prácticas personalizados y efectivos, adaptados a las necesidades y características de los jugadores. Además, habrás desarrollado habilidades para gestionar la carga de entrenamiento y planificar la temporada, optimizando el rendimiento del equipo.

01

Diseñar programas de entrenamiento específicos y estructurados para el Rugby XV

02

Ajustar los planes de entrenamiento de acuerdo con las necesidades y características individuales de los jugadores

03

Transmitir de manera efectiva las habilidades técnicas y tácticas del Rugby XV a los jugadores

04

Realizar evaluaciones periódicas del progreso y rendimiento de los jugadores durante la preparación específica





05

Mantener la motivación y el compromiso de los jugadores durante los entrenamientos y competiciones

06

Identificar y corregir errores técnicos y tácticos de los jugadores para mejorar su rendimiento

07

Analizar el juego y el desempeño táctico del equipo y de los oponentes para desarrollar estrategias efectivas

08

Trabajar en equipo con otros entrenadores y profesionales para optimizar la preparación y rendimiento del equipo en Rugby XV

# 05

## Dirección del curso

Este Curso Profesional en Preparación Específica Rugby XV se caracteriza por poseer un excelente profesorado, que te guiará a lo largo de todo el proceso de aprendizaje. Así, tendrás a tu disposición auténticos expertos en áreas relacionados con el deporte y las técnicas necesarias para el fútbol de contacto. De ellos obtendrás todas las claves para ser un gran consultor especializado en el análisis, gestión y administración de operaciones de capital. También, estarás listo para adentrarte de forma inmediata a un mercado laboral activo.

“

*¡No pierdas la oportunidad de mejorar tu rendimiento en Rugby XV! Inscríbete en este programa en Preparación Específica y conviértete en un profesional imparable”*





## Dirección del curso

### Dña. Lliteras Ruiz, Marta

- ♦ Entrenadora de Rugby femenino de 7's y masculino de XV
- ♦ Entrenadora de la Comandancia General del Ejército Balear femenino de 7's y masculino de XV
- ♦ Cofundadora de All&Go
- ♦ Coordinadora de la Asociación para Mujeres en el ámbito Profesional
- ♦ Jugadora internacional de rugby XV y 7
- ♦ Campeona de Europa de Rugby
- ♦ Diploma Olímpico Rio de Janeiro
- ♦ Licenciada en Ciencias Políticas, Máster en Dirección y Gestión de Recursos Humanos
- ♦ Maestría en Gestión de equipos

# 06

## Plan de formación

Por medio de una metodología pedagógica innovadora, como lo es el *Relearning*, este programa busca garantizar una capacitación de calidad, flexible y adaptada a las necesidades de cada estudiante. En el temario se abordarán aspectos esenciales para el desempeño del Rugby, como la técnica de juego, el fortalecimiento muscular, la velocidad, la resistencia, las fases estáticas, el contacto y las lesiones. Además, el uso de tecnología GPS y la importancia del rol de la preparación física para el rendimiento en este deporte. Con una modalidad 100% online, TECH te ofrece flexibilidad para organizar los recursos académicos y facilitar el aprendizaje de los estudiantes en cualquier momento y lugar.

“

*Desbloquea tu potencial profesional con este programa en Preparación Específica Rugby XV, el cual es líder en el mercado 100% online”*



## Módulo 1. Preparación específica Rugby XV

### 1.1 Rugby XV

- 1.1.1. Naturaleza del deporte
- 1.1.2. Demandas de juego en delanteros
- 1.1.3. Demandas de juego en tres cuartos

### 1.2 Fuerza

- 1.2.1. Requerimientos y principios en base al deporte
- 1.2.2. Fuerza- hipertrofia
- 1.2.3. Potencia

### 1.3. Velocidad

- 1.3.1. Requerimientos y principios en base al deporte
- 1.3.2. Aceleración
- 1.3.3. Velocidad

### 1.4. Resistencia

- 1.4.1. Requerimientos y principios en base al deporte
- 1.4.2. Resistencia de desplazamientos de carrera
- 1.4.3. Resistencia de acciones de alta intensidad

### 1.5. Test

- 1.5.1. Interés
- 1.5.2. Test de Resistencia (P. ej. 1200m Shuttle Test o Bronco Test)
- 1.5.3. Test de Fuerza

### 1.6. Fases estáticas

- 1.6.1. Melé
- 1.6.2. Touch
- 1.6.3. Implicaciones en la preparación física

### 1.7 Contacto

- 1.7.1. Requerimientos y principios en base al deporte
- 1.7.2. Influencia sobre el entrenamiento
- 1.7.3. Implicaciones en la preparación física

### 1.8. Lesiones

- 1.8.1. Epidemiología de las lesiones
- 1.8.2. Mecanismos lesionales
- 1.8.3. Conmociones

### 1.9. Tecnología GPS

- 1.9.1. Interés
- 1.9.2. Variables de estudio
- 1.9.3. *Ball in Play* y *Worst Case Scenario*

### 1.10. Rol de la PF para el rendimiento en Rugby

- 1.10.1. Seguimiento
- 1.10.2. Como planificar
- 1.10.3. Como programar



*Este programa te aportará múltiples ventajas laborales y personales, enfocados en la Preparación Específica Rugby XV ¿Qué esperas para realizarlo?"*

# 07

## Metodología

Nuestra institución es la primera en el mundo que combina la metodología de los *case studies* con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos los case studies con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

*TECH pone a tu disposición un método de aprendizaje que ha revolucionado la Formación Profesional y con el que mejorarás tus perspectivas de futuro de forma inmediata.*

En TECH aprenderás con una metodología vanguardista concebida para capacitar a los profesionales del futuro. Este método, a la vanguardia pedagógica mundial, se denomina *Relearning*.

Nuestra institución es la única en habla hispana licenciada para emplear este exitoso método. En 2019 conseguimos mejorar los niveles de satisfacción global de nuestros alumnos (calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso, objetivos...) con respecto a los indicadores del mejor centro educativo online en español.





Esta titulación de TECH es un programa intensivo que te prepara para afrontar todos los retos en esta área, tanto en el ámbito nacional como internacional. Tenemos el compromiso de favorecer tu crecimiento personal y profesional, la mejor forma de caminar hacia el éxito, por eso en TECH utilizarás los *case studies*, la metodología de enseñanza más avanzada y eficaz del mercado educativo.

“ *Nuestro programa te proporciona las mejores habilidades profesionales, preparándote para afrontar todos los retos actuales y futuros en esta área*”

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo desde que éstas existen. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, el método del caso consistió en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y emitieran juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas.

Ante una determinada situación, ¿qué harías tú? Esta es la pregunta a la que te enfrentamos en el método del caso, un método de aprendizaje orientado a la acción. A lo largo del curso, te enfrentarás a múltiples casos reales. Deberás integrar todos tus conocimientos, investigar, argumentar y defender tus ideas y decisiones.



En este programa tendrás acceso a los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para ti:



#### Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



#### Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos.

El denominado *Learning from an expert* afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



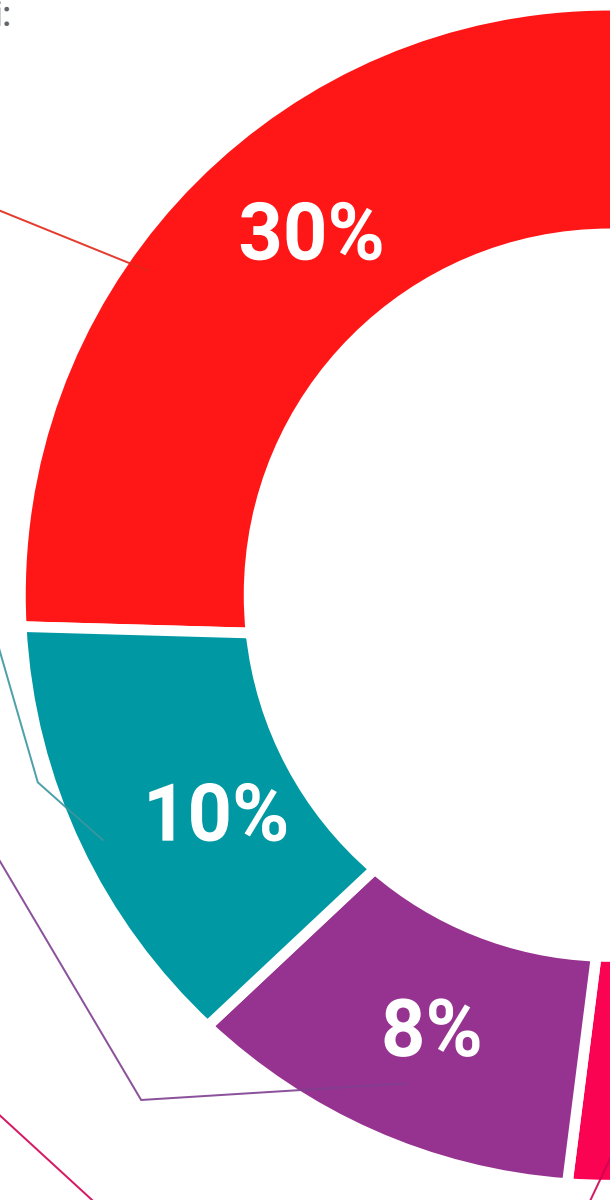
#### Prácticas de habilidades y competencias

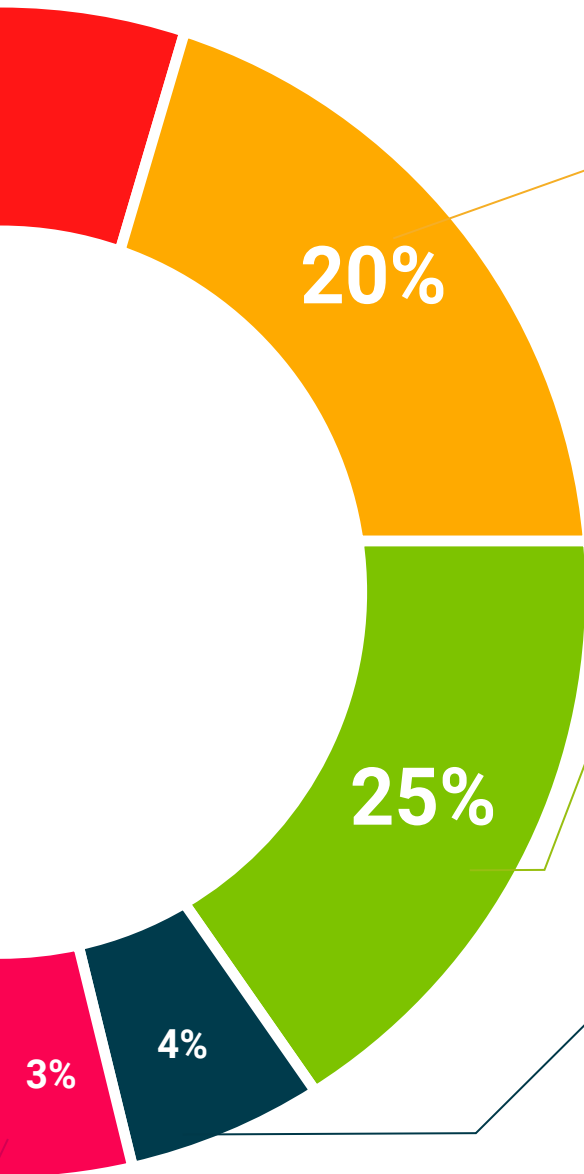
Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



#### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





#### **Case Studies**

Completarás una selección de los mejores *case studies* de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



#### **Resúmenes interactivos**

Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



#### **Testing & Retesting**

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



# 08

## Titulación

El Curso Profesional en Preparación Específica Rugby XV garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Curso Profesional expedido por TECH.

Tras la superación de las evaluaciones, el alumno recibirá por correo postal con acuse de recibo su correspondiente Título de Curso Profesional emitido por TECH.

El título expedido por TECH expresará la calificación que haya obtenido en el Curso Profesional, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores carreras profesionales.

Título: **Curso Profesional en Preparación Específica Rugby XV**

Modalidad: **Online**

Horas: **150**



salud futuro  
confianza personas  
educación información tutores  
garantía acreditación enseñanza  
instituciones tecnología aprendizaje  
comunidad compromiso  
atención personalizada innovación  
conocimiento presente calidad  
desarrollo web formación  
aula virtual idiomas instituciones

**tech** formación  
profesional

**Curso Profesional**  
Preparación Específica  
Rugby XV

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

# Curso Profesional

## Preparación Específica Rugby XV

