



CARGA LECTIVA ENTRENADOR TERRITORIAL (II NIVEL)

Bloque Común	Presenciales	No presenciales	Trabajo práctico
Fundamentos biológicos	10	10	5
Área del comportamiento y del aprendizaje	5	5	5
Teoría y práctica del entrenamiento deportivo	10	10	5
Organización y Legislación del deporte		5	
Carga horaria del bloque común		70 horas	
Bloque Específico	Presenciales	No presenciales	Trabajo práctico
Juego colectivo ofensivo	20	10	15
Juego colectivo defensivo	20	10	15
Reglas de juego	7	7	5
Técnica-Táctica individual	20	10	15
Metodología del aprendizaje específico	20	10	12
Área de desarrollo profesional	5	5	4
Carga horaria del bloque específico		210 horas	
Carga horaria de los dos bloques		280 horas	
Periodo de prácticas. Carga horaria		200 horas	
Carga horaria total		480 horas	



NIVEL II (Entrenador territorial)

1. Bloque común

A) AREA DE FUNDAMENTOS BIOLÓGICOS.

1. Objetivos.:

- a) Profundizar en el conocimiento de la estructura y el funcionamiento del organismo humano.
- b) Saber relacionar los procesos fisiológicos con la actividad física y el entrenamiento deportivo.
- c) Conocer los elementos básicos del sistema nervioso y la implicación de éste en los actos motores.

2. Contenidos.:

- a) Estudio del aparato locomotor. Osteología, Artrología y Miología.
- b) Los grandes sistemas funcionales del organismo humano.
- c) Las fuentes de energía y los principios energéticos.
- d) Respuesta cardio-respiratoria al esfuerzo.
- e) Factores fisiológicos de las cualidades físicas.
- f) Elementos de la dietética y la nutrición.



B) AREA DEL COMPORTAMIENTO Y DEL APRENDIZAJE.

1. Objetivos.:

- a) Comprender la importancia de los aspectos psicológicos en el aprendizaje de las habilidades deportivas.
- b) Conocer los rasgos fundamentales de la estructura de la personalidad.
- c) Conocer los factores y problemas emocionales ligados al entrenamiento y a la competición deportiva.
- d) Conocer los métodos de intervención psicológica del técnico deportivo.
- e) Conocer los rasgos que caracterizan a la sociedad actual y a las funciones del deporte en ella.

2. Contenidos .:

- a) Elementos de la psicología.
- b) Procesos básicos del comportamiento humano.
- c) Análisis psicológico del entrenamiento y de la competición deportiva.
- d) Análisis sociológico del deporte actual.



C) AREA DE TEORÍA Y PRÁCTICA DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO.

1. Objetivos.:

- a) Conocer la teoría general del entrenamiento, así como los principios y factores en que éste se fundamenta.
- b) Conocer los sistemas y métodos que desarrollan las distintas capacidades físicas y cualidades perceptivo-motrices, desde los puntos de vista teóricos y prácticos.
- c) Conocer los elementos básicos de la planificación y control del entrenamiento.

2. Contenidos.:

- a) Origen y evolución del entrenamiento deportivo.
- b) Principios fundamentales del entrenamiento.
- c) Relaciones entre entrenamiento, edad y sexo.
- d) Los sistemas de desarrollo de las capacidades físicas y las cualidades perceptivo-motrices.
- e) Distribución de las cargas y los esfuerzos en los diferentes ciclos del entrenamiento.
- f) La preparación biológica para el entrenamiento.
- g) La planificación y el control del entrenamiento.



D) AREA DE ORGANIZACIÓN Y LEGISLACIÓN DEL DEPORTE.

1. Objetivos.:

- a) Conocer las competencias y funciones del Comité Olímpico Internacional del Comité Olímpico Español y de otros organismos internacionales.
- b) Conocer las características más significativas de los campeonatos nacionales e internacionales y de los Juegos Olímpicos.

2. Contenidos.:

- a) Las ligas y los campeonatos nacionales.
- b) Los Comités Olímpicos.
- c) Las Federaciones internacionales.
- d) Los campeonatos internacionales y los Juegos Olímpicos.



2. Bloque específico

A) TÉCNICA -TÁCTICA INDIVIDUAL

Objetivos.:

- Profundizar en el conocimiento de los gestos y acciones técnicas del balonmano.
- Analizar las exigencias de las acciones técnico-tácticas individuales.
- Emplear los medios y recursos para la enseñanza y el entrenamiento de la técnica y la táctica individual en el balonmano.

Contenidos.:

- La técnica y táctica individual. Consideraciones generales
- El ataque. El juego ofensivo.
 - Consideraciones generales del juego ofensivo.
 - Los desplazamientos
 - Manipulaciones del balón: manejo y adaptación, pases y recepciones y el bote
 - Los lanzamientos.
 - Las acciones del juego ofensivo: desmarque, fintas y fijaciones.
- La defensa.
 - Los aspectos generales del juego defensivo.
 - Los desplazamientos, paradas y orientaciones y el marcaje
 - Las interceptaciones y los blocajes
 - Las ayudas previas y posteriores al error
- El portero.
 - Las acciones técnicas.
 - Aspectos tácticos individuales



B) JUEGO COLECTIVO OFENSIVO Y DEFENSIVO

Objetivos.:

- Conocer los elementos tácticos colectivos ofensivos
- Conocer los elementos tácticos colectivos defensivos
- Emplear la sistemática del entrenamiento de la táctica para la práctica del balonmano
- Analizar las exigencias del juego colectivo ofensivo y defensivo, identificando los factores de la enseñanza, mejora y entrenamiento de cada medio o procedimiento táctico.

Contenidos.:

Juego colectivo ofensivo.

- Concepto de táctica colectiva ofensiva y factores determinantes
- Principios generales del juego ofensivo. Principios específicos de la táctica colectiva ofensiva significación práctica
- Las fases del juego en ataque. Concepto general y definición de las fases del juego. Concepto y objetivos
- Consideraciones técnico-tácticas individuales
- Metodología específica en el aprendizaje y entrenamiento de las fases de juego (prácticas).
- Los medios tácticos simples I: Las circulaciones de balón.
- Los medios tácticos simples II: Las circulaciones de jugadores.
- Los medios básicos tácticos colectivos coordinados I: El pase y va. Las penetraciones sucesivas. Los cruces. Los bloqueos.
- Los Sistemas de juego a partir de la distribución inicial 1 dentro - 5 fuera: El sistema 3:3.
- Los Sistemas de juego a partir de la distribución inicial 2 dentro - 4 fuera: El sistema 2:4.

Juego colectivo defensivo.

- Concepto de táctica colectiva defensiva y factores determinantes.
- Capacidades básicas para el desarrollo del juego colectivo defensivo y significación práctica.
- Principios generales del juego defensivo. Principios específicos de la táctica colectiva defensiva y significación práctica.
- Los medios de intervención individuales fundamentales para el control del adversario.
- Las fases del juego en defensa. Concepto general y definición de las fases del juego.



- El desarrollo del sistema defensivo. Objetivos generales. Principios de organización y desarrollo.
- Las formas de juego en defensa: "hombre a hombre" o individual, zonal, y mixta o combinada. Objetivos y características.
- Los medios básicos del juego en defensa: concepto y caracterización general.
- Concepto de "bloque defensivo" en la interrelación de medios tácticos: la valoración de la situación del balón.
- Los medios tácticos simples I: La distribución de responsabilidades iniciales. La basculación.
- Los medios tácticos reactivos I: La cobertura o ayuda previa. El doblaje o "ayuda ante el error".
- Los cambios de oponente. Los deslizamientos.
- Los sistemas de juego a partir de modelos de defensas aplanadas o cerradas: el sistema defensivo 6:0 tradicional o en bloque defensivo sin salidas.
- Los sistemas de juego a partir de defensas avanzadas o en profundidad: el sistema defensivo 5:1 clásica. Prácticas conducentes a la interpretación de los conceptos.



C) METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE ESPECÍFICO

Objetivos.:

- Profundizar en el conocimiento del proceso de enseñanza-aprendizaje del balonmano.
- Conocer los modelos de programación de la enseñanza y del entrenamiento del balonmano.
- Determinar los contenidos técnicos y tácticos en la etapa de aprendizaje específico y perfeccionamiento
- Aplicar los métodos y estilos de enseñanza más eficaces para el aprendizaje de la técnica y la táctica del balonmano en las etapas de aprendizaje específico y perfeccionamiento
- Aplicar los sistemas de entrenamiento del balonmano en las etapas de aprendizaje específico y perfeccionamiento

Contenidos.:

- La enseñanza y el entrenamiento del balonmano.
 - El proceso de enseñanza y entrenamiento.
 - Mecanismos que intervienen en la adquisición de las habilidades técnico-tácticas
 - La información y conocimiento de resultados.
 - Optimización del proceso de enseñanza-aprendizaje
- La metodología de la enseñanza de la técnica y la táctica del balonmano.
 - La importancia de los factores perceptivos
 - La toma de decisiones individuales y colectivas
 - Los métodos y estilos de enseñanza y del entrenamiento de la técnica y la táctica.
- Estructura del proceso de enseñanza-aprendizaje en el balonmano en la etapa de aprendizaje específico y perfeccionamiento.
 - Características de cada etapa
 - Objetivos
 - Contenidos
 - Metodología
 - Criterios de evaluación
- La detección, selección y formación de talentos deportivos.



D) REGLAS DE JUEGO

Objetivos.:

- Profundizar en el conocimiento y la interpretación del reglamento del balonmano.
- Aplicar el reglamento del balonmano en situaciones reales.
- Interpretar las instrucciones de los árbitros y sus actuaciones en las competiciones deportivas.
- Utilizar el recurso del reglamento como recurso estratégico en la preparación de jugadores y equipos de balonmano.

Contenidos.:

- Las reglas de juego.
- El espacio de juego. Zonas permitidas, prohibidas y semi-prohibidas
- La duración de un partido.
- El móvil del juego.
- El equipo. Los jugadores y el portero
- La relación con el móvil. Formas de jugarse el balón
- Comportamiento con el adversario.
- Las sanciones técnicas. La ley de la ventaja. El golpe franco. El lanzamiento de 7 metros
- Las sanciones disciplinarias.
- Las interrupciones y reanudaciones del juego.
- El equipo arbitral.



E) AREA DE DESARROLLO PROFESIONAL.

1. Objetivos.:

- a) Conocer la legislación laboral aplicable al entrenador de segundo nivel de la modalidad deportiva.
- b) Conocer las competencias, funciones, tareas y responsabilidades del entrenador de nivel II.

2. Contenidos.:

- a) La figura del técnico deportivo. Marco legal del trabajador por cuenta propia.
- b) Afiliación a la Seguridad Social. Derechos y deberes de la afiliación.
- c) Régimen especial de los trabajadores autónomos.
- d) Impuestos que soporta la actividad económica por cuenta propia. IVA. IRPF. Impuesto sobre Actividades Económicas. Incumplimiento de las obligaciones tributarias.
- e) Requisitos fiscales del trabajador por cuenta propia. Impuestos directos e indirectos. Tasa o contribuciones. Incumplimiento de las obligaciones fiscales.
- f) Trabajo sin remuneración.
- g) Competencias del entrenador deportivo. Funciones