

**C.V.**

**FRANCISCO ÁLVAREZ ARIAS**

*Técnico Deportivo Superior.*

*Entrenador Nacional.*

*Profesor de enseñanza deportiva a distancia.*

*Editor virtual de contenidos formativos.*

*Creador de cursos para entrenadores principiantes.*

*Asesor en actividades físicas y deportivas.*

*Colaborador en medios de comunicación digital.*

*Articulista y escritor.*



**[franalvarez02@hotmail.com](mailto:franalvarez02@hotmail.com)**

**Oviedo-2022**



## **TITULACIONES**

**(Académicas, Federativas, Profesionales)**

### **FÚTBOL**



- **Técnico Deportivo Superior.** (2.006)  
(Consejo Superior de Deportes - Ministerio de Educación y Ciencia).
  
- **Entrenador Nacional. Nivel 3.** (1.992)  
(U.E.F.A PRO: Equivalencia Internacional Europea)  
(Real Federación Española de Fútbol - Escuela Nacional de Entrenadores).
  
- **Entrenador Regional. Nivel 2.** (1.982)  
(Real Federación Asturiana de Fútbol - Escuela Asturiana de Entrenadores).
  
- **Instructor Juvenil. Nivel 1.**(1.979)  
(Real Federación Asturiana de Fútbol - Escuela Asturiana de Entrenadores).



## **ACTIVIDADES FÍSICAS**

**- Monitor de Educación Física. (2014)**

(Universidad Antonio de Nebrija. Madrid. España)

**- Monitor de Pilates. (2013)**

(Curso Acreditado en APENB. Asociación Española de Naturopatía y Bioterapia. Centro Homologado de Estudios Superiores y de Postgrado Euroinnova - INESEM. Instituto Europeo de Estudios Empresariales. Granada. Titulación acreditada por la Comisión Internacional de Formación de la UNESCO).

**- Preparador Físico. (2.008)**

(Universidad Nacional de Córdoba. Facultad de Ciencias Médicas. Córdoba. República Argentina).

**- Entrenador Personalizado (Personal Trainer). (2.008)**

(Universidad Nacional de Córdoba. Facultad de Ciencias Médicas. Córdoba. República Argentina).



## **SALUD**

**- Técnico Superior en Dietética y Nutrición. (2.008).**

(Centro Homologado de Estudios Superiores y de Postgrado Euroinnova. INESEM. Instituto Europeo de Estudios Empresariales. Granada. Titulación acreditada por la Comisión Internacional de Formación de la UNESCO).



## **PSICOLOGÍA y ACTIVIDADES RELACIONADAS**

### **- Diplomado Internacional en Liderazgo. (2.009).**

(Universidad Pedagógica Experimental Libertador-Instituto Pedagógico José Manuel Siso Martínez. Centro Unesco para la formación en Derechos Humanos, Ciudadanía Mundial y Cultura de Paz. ANUA- Asociación de las Naciones Unidas. AIGEM-Fundación Internacional de Avances en la Gestión Empresarial. RAID-Fundación Internacional de expertos en DDHH. República Bolivariana de Venezuela).

### **- Especialista en Psicología del Deporte. (2.007).**

(Escuela Europea de Negocios en Aragón. COLUMBUS-IBS. Zaragoza. España. Centro perteneciente a la Organización Europea de Universidades Privadas OPEU y a la Asociación Nacional de Centros de Enseñanza Internacional ANCEI).



## **FORMACIÓN ACADÉMICA OFICIAL**

### **- C.O.U - Título Bachillerato Superior.(1.976)**

(Instituto de Enseñanza Media Alfonso II - Universidad de Oviedo).



## **Formación. Actualización. Perfeccionamiento.** **Especialización.**

### ***Cursos realizados y asistencia a Congresos, Seminarios, Simposios, Jornadas y Eventos diversos.***

*(Las Actividades y Acciones Formativas más importantes o con certificación universitaria y las de mayor duración o que tienen una fecha fija por ser de carácter presencial (real o virtual) figuran con el año de realización, el resto en las que no se indica, han sido realizadas a distancia/on line entre los años 2006 y 2014)*

### **Formación en Fútbol**

- **Curso Nacional** (1.991-92).(1 Temporada).
- **Curso Selectivo Nacional** (1.991). (Intensivo Semanal).
- **Curso Regional** (1.981-82). (1 Temporada).
- **Curso Juvenil** (1.978-79). (1 Temporada).

*Prácticas:Realizadas durante 6 meses como mínimo por cada curso.*

*(Escuela Nacional de Entrenadores y Escuela Regional Asturiana de Entrenadores ).*

- **Curso Entrenador de Porteros.** 2014 (40 Horas).

(Centro de Formación Levante UD. 2013-2014-Primera División. Organizado por E.S.B.S (European Sport Business School)

- **Seminario Virtual (Webinar): Planificación en el Fútbol.** (2014). (5 Horas).

Organizado por la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la Universidad de las Palmas de Gran Canaria (España) y G-SE (R.Argentina). Actividad avalada y certificada por ASEP (American Society Of Exercise Physiologists), Asociación Argentina de Medicina del Deporte y Ciencias del Ejercicio, INEF. Instituto de Educación Física de Galicia (España), Secretaría de Deporte de la Nación Argentina e INDER. Instituto de Deportes y Educación (R.Cuba).

- **Jornada de Aspectos Preventivos en Medicina de Fútbol y debate sobre Fútbol 7/Fútbol 8".** (2.009). Oviedo. (Real Federación de Fútbol del Principado de Asturias).

- **Detalles para el Fútbol Base.** (2.008). Palencia. (16 horas).

(Universidad de Valladolid. Escuela Universitaria de Educación y Patronato Municipal de Deportes. Ayuntamiento de Palencia).

- **Estrategias para la optimización de los recursos en los equipos de fútbol base.** (2.008).

La Virgen del Camino. León. (11 horas).

(Universidad de León. Curso de Extensión Universitaria).

- **Jornadas sobre el Desarrollo de la Inteligencia en el Juego. Programa: Fútbol a la medida del niño-** (2.008). Ponferrada.

Comité de Entrenadores. Federación de Fútbol de Castilla y León).

- **I Jornadas de Entrenadores-** (2.008).La Coruña.

(Escuela de Entrenadores del Real Club Deportivo.

- **II Jornadas sobre la Preparación Física. Planificación Integral de la Preparación Física en un equipo de fútbol.** (2.008). Valladolid. (4 horas).

Comité de Entrenadores. Federación de Fútbol de Castilla y León).

- **Jornada de Actualización y Perfeccionamiento.** (2.007).Oviedo.

(Comité Asturiano de Entrenadores de Fútbol).

- **Congreso Internacional de Fútbol.** (1.994).Oviedo.

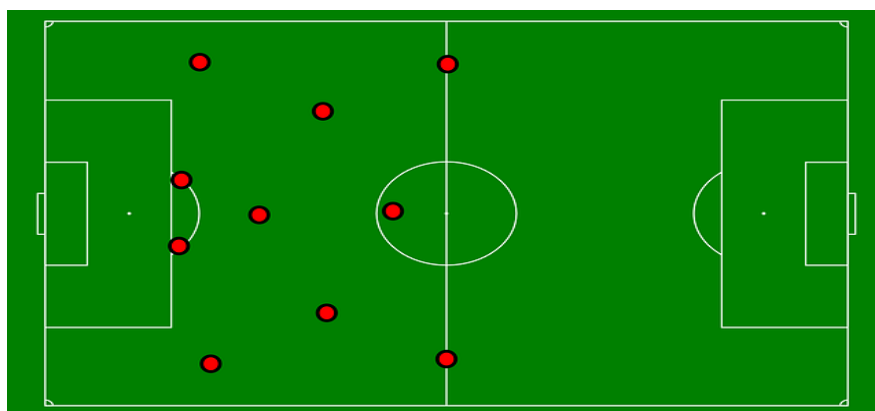
(Universidad de Oviedo-Comité Asturiano de Entrenadores).

- **II Congreso de Entrenadores de Fútbol.** (1.987). Perlor. (Asturias).

(Comité Asturiano de Entrenadores de Fútbol).

- **II Charlas de Actualización" (1.986). Oviedo-Gijón.**

(Colegio Asturiano de Entrenadores de Fútbol).



## **Formación en Área de la Actividad Física y el Deporte.**

### **(Educación, Preparación y Entrenamiento).**

- **X Congreso Internacional de Ciencias del Deporte y Educación Física.** (2.014) Pontevedra. (32 Horas).

(Organización: Universidad de Vigo, Departamento de Didácticas Específicas de la Universidad de la Coruña, Ayuntamiento de Pontevedra y Sportis Formación Deportiva).

- **Curso de Educación Física.** (110 horas). (2.014).

(Euroinnova Formación. Granada).

- **Curso de Pilates.** (300 horas). (2.013).

(Euroinnova Formación. Granada).

- **VII Congreso del Deporte. Nuevas tendencias en el trabajo de Fuerza.** (2.008). Gijón. (12 horas).

*(Taller: Ejercicios de acondicionamiento físico general con material sencillo).*

(Organización: Real Grupo Cultura Covadonga. Patrocinio: Gobierno del Principado de Asturias y Ayuntamiento de Gijón).

- **II Congreso Internacional de Ciencias del Deporte.** (2.008). Pontevedra. (32 Horas).

*(Curso de Especialización: El Talento Deportivo. Selección, Detección y Promoción). (4 horas).*

*(Universidad de Vigo, Ayuntamiento de Pontevedra, Grupo de Investigación HI10 y Asociación Cultural Atlético Gallega).*

- **VI Congreso del Deporte. Planificación Deportiva.** (2.007). Gijón.(12 Horas).

(Organización: Real Grupo Cultura Covadonga. Patrocinio: Consejo Superior de Deportes, Comité Olímpico Español y Ayuntamiento de Gijón).

- **Curso de Formación Profesional en Entrenamiento Físico.** (250 horas). (2.008).

(Cienmovi. Ciencias del Movimiento. Secretaría de Extensión. Instituto de Fisiología Humana.Universidad Nacional de Córdoba. República Argentina).

-**Deporte y Acondicionamiento Físico.** (50 horas).

(Centro de Formación EducCom. Educación Personal. Chile).

- **Técnicas de Cultura Física.** (40 horas).

SENA.Servicio Nacional de Aprendizaje. Colombia.

- **Las Capacidades Físicas en el Entrenamiento.** (35 horas).

(Sportlucus Formación. Lugo).

- **Calentamiento y estiramiento muscular.**

(Prevyssem. Murcia. Entidad con Sistema Gestión de Calidad Norma UNE-EN ISO 9001: 2000. Formación Homologada por la Consejería de Trabajo y Política Social de la Región de Murcia.

## **Formación Psicológica**

*(Coaching , Psicología y Crecimiento-Desarrollo Personal)*

### **Coaching**

-**Habilidades y competencias a través del Coaching Personal.**

(27 horas) (2.014) (Universidad de Cantabria. Santander. España)

-**El Coaching como herramienta generadora del cambio.**

(60 horas) (2014) (Universidad Rey Juan Carlos. Madrid. España)

-**Coaching de Equipos (Fútbol).** (30 horas).

(Consultoría en Psicología del Rendimiento Humano PSICOACHING. Barcelona. En colaboración con el Proyecto Educativo de la ciudad de Barcelona III (2.008-2.011)

-**Coaching: Desarrollo Profesional Estratégico.** (5 horas).

(Multimets Formación. Alicante. Empresa con Certificado de Calidad ISO-9001 y System Centros de Formación. Patrocinado por Banco Santander y Eurowork).

### **Psicología**

#### ***Psicología del Deporte:***

-**2º Congreso de la Sociedad Iberoamericana de Psicología del Deporte (S.I.P.D).Consolidando la psicología del deporte iberoamericano.**

(2.008). Torrelavega.

*(Talleres: Cómo motivar de manera eficaz en el deporte e Hipnosis en el Deporte).*

(Patrocinado por la Universidad de Cantabria. Consejería de Cultura, Turismo y Deporte del Gobierno de Cantabria. Escuela Universitaria de Minas y Ayuntamiento de Torrelavega).



**-Curso de Especialización: Preparación Psicológica del Deportista. Técnicas de relajación y control del estrés.** (2008) (4 horas).

(II Congreso Internacional de Ciencias del Deporte. Pontevedra).

**-Curso de Especialista".** (100 horas).(2.007).

(COLUMBUS-IBS. Zaragoza).

**-Entrenamiento Psicológico en el Deporte.** (40 horas).

(Centro Codex de Formación Psicológica. Vigo)

### **Liderazgo y Motivación:**

**-Curso Internacional de Liderazgo.** (150 horas) (2.009).

(Centro UNESCO. Valencia. R.B.Venezuela).

**-Liderazgo de Equipos.** (125 horas). (2.009).

(ISEE. Instituto Superior de Estudios Empresariales y CEOE. Confederación Española de Organizaciones Empresariales. Madrid).

**-Liderazgo en Equipos de trabajo.** (20 horas).

**-Mentalidad de Líder.** (20 horas).

(SENA. Servicio Nacional de Aprendizaje. Colombia).

**-Liderazgo.** (8 horas).

(Centro Educativo Conocimientos Web).(2)

**-Técnicas para motivar y persuadir a su Equipo de Trabajo.** (6 horas).

**-Principios de Liderazgo Organizacional.** (6 horas).

**-Psicología del Liderazgo.** (6 horas).

(Instituto para el Desarrollo Emprendedor).(1)

**-La Fuerza de la Motivación.** (10 horas).

**-Motivación.** (8 horas).

(Centro Educativo Conocimientos Web).(2)

### **Inteligencia Emocional:**

**-Inteligencia Emocional.** (42 horas).

(Formación Psicológica, Centro de Psicología Beckélis y A.P.E.S. Badajoz).

**-Inteligencia Emocional.** (15 horas).

(Centro Educativo Conocimientos Web).(2)

**-Inteligencia Emocional para Emprendedores.** (6 horas). (Instituto para el Desarrollo Emprendedor).(1)

### **Autoestima:**

**-Autoestima.** (42 horas).

(Formación Psicológica, Centro de Psicología Beckélis y A.P.E.S. Badajoz).

**-Desarrollo de la Autoestima-** (8 horas).

(Instituto para el Desarrollo Emprendedor).(1)

### **Psicología del Estrés, Depresión y Ansiedad/Ayuda Psicológica:**

**-Técnicas de Control de Estrés.** (32 horas).

(Centro de Psicología Beckélis. Badajoz. Formación reconocida por la Consejería de Sanidad y Consumo de la Junta de Extremadura).

**-Niños sobreexigidos: Cómo manejar el Estrés Infantil.** (8 horas).

**-Ayuda Psicológica ante las adversidades”** (6 horas).

**-Psicología del Estrés.**(6 horas).

**-Cómo enfrentar el estrés laboral.** (6 horas).

(Instituto para el Desarrollo Emprendedor).(1)

**-Práctico sobre depresión.** (32 horas).

(Centro de Psicología Beckélis. Badajoz. Formación reconocida por la Consejería de Sanidad y Consumo de la Junta de Extremadura).

**-Entendiendo la Depresión.** (8 horas).

(Centro Educativo ConocimientosWeb).(2)

**-Prevención de la Ansiedad.**

(ESPS Formación - Grupo GET y Escuela de Salud. Pontevedra).

### **Psicología de la Comunicación:**

**-La Conferencia.** (15 horas).

**-Cómo hablar en Público.** (15 horas).

**-Cómo dialogar de forma efectiva.** (10 horas).

**-Comunicación Humana.** (10 horas).

**-Hablar en Público.** (10 horas).

(Centro Educativo Conocimientos Web).(2)

**-Comunicación Asertiva.** (8 horas).

**-Comunicación No Verbal.** (6 horas).

**-Media Training: Cómo enfrentar a los Medios de Comunicación.**

(6 horas).(Instituto para el Desarrollo Emprendedor).(1)

**-Comunicación. (3 horas).** (Centro de Formación Virtuoacursos. Lugo).

## **Psicología Directiva, Organización y Dirección de Equipos:**

### **-Planificación y Gestión del Tiempo. (125 horas). (2.009).**

(ISEE. Instituto Superior de Estudios Empresariales y CEOE. Confederación Española de Organizaciones Empresariales. Madrid).

### **-Técnicas de Mando y Dirección de Equipos" (80 Horas). (2.009)**

(IFI. Instituto de Formación Integral.Madrid).

### **-Organización de Empresas. (20 horas).**

(Centro Nomaster. Madrid).

### **-Resolución de Conflictos. (15 horas).**

(Divulgación Dinámica. Sevilla).

### **-Análisis de Problemas y toma de Decisiones. (20 horas).**

### **-Cómo dirigir eficazmente. (15 horas).**

### **-La Supervisión y la Organización. (12 horas).**

### **-Dirección y Control. (10 horas).**

### **-Habilidades Empresariales.(10 horas).**

### **-Enfrentar un conflicto. (10 horas).**

### **-Técnicas de Negociación. (10 horas).**

### **-Integración de Equipos de Trabajo. (10 horas).**

### **-Introducción al Trabajo en Equipo. (10 horas).**

### **-Trabajo en Equipo. (8 horas).**

### **-Cultura Organizacional.(8 horas).**

### **-Cambio y desarrollo organizacional.(8 horas).**

(Centro Educativo Conocimientos Web).(2)

### **-Análisis FODA para la toma de Decisiones. (8 horas).**

### **-Formación de Equipos de Alto desempeño. (8 horas).**

### **-Psicología Organizacional en la Empresa. (8 horas).**

### **-Técnicas de Negociación y Resolución de Conflictos. (6 horas).**

(Instituto para el Desarrollo Emprendedor).(1)

## **Psicología General.**

### **-Control Emocional. (40 horas).**

(Clínica de Psicología Vicente March. Valencia. Avalado por Athenea. Asociación para la Innovación Docente, Científica y Sanitaria. Granada).

### **-Relaciones humanas. (15 horas).**

### **-Manejo de la ira. (8 horas).**

(Centro Educativo Conocimientos Web).(2)

**-Habilidades Sociales.** (32 horas).

**-Primeros Auxilios Psicológicos.** (32 horas).

(Centro de Psicología Beckélis. Badajoz. Formación reconocida por la Consejería de Sanidad y Consumo de la Junta de Extremadura).

**-Crecimiento personal a través de la Programación Neuro-Lingüística. PNL.** (8 horas).

**-Psicología de la Resiliencia: Estrategia para la Superación de la adversidad.** (8 horas).

(Instituto para el Desarrollo Emprendedor).(1)

### **Técnicas Físico-Mentales (Disciplinas Orientales):**

**-Taller de Iniciación al Yoga.** (2.008). Oviedo. (6 horas).

(Organizado por: El Local Cambalache).

**-IX Jornadas divulgativas de Yoga.** (2.008). Oviedo.

(Organización: Escuela de Yoga "Sanatana Dharma" en colaboración con: Ayuntamiento de Oviedo).

**-Técnicas de Ayuda Personal (Feng Shui, Reiki, Relajación y Yoga).** (50 horas).

(Centro de Formación EducCom. Educación Personal. Chile).

**-Orígenes, Relaciones y Tipos de Yoga.** (15 horas).

(Centro de Formación Edulinia de Collaborative Intelligence Solutions SL. Barcelona).

**-Feng Shui.** (6 horas)

(Instituto para el Desarrollo Emprendedor).(1)

### **Formación en Área de la Salud.**

#### ***(Medicina (General/Deportiva)***

**-Primeros Auxilios: R.C.P. Básica. DESA. Reanimación Cardiopulmonar y Manejo Desfibrilador Semiautomático. (Actualización).**

(2.009). La Fresneda (Siero). (8 Horas)

(SAMU. Servicio de Salud del Principado de Asturias).

**-IV Seminario Nacional de Nutrición, Medicina y Rendimiento del Joven Deportista.** (Incluido dentro del II Congreso Internacional de Ciencias del Deporte (2.008). Pontevedra).

**-I Curso de Primeros Auxilios. Nivel Básico.** Oviedo. (24 horas).(2008).

Ayuntamiento de Oviedo. Concejalía de Sanidad. Escuela Municipal de Salud. En colaboración con el Colegio Oficial de Diplomados de Enfermería de Asturias).

**-Primeros Auxilios: R.C.P. Básica - DESA. Reanimación Cardiopulmonar y Manejo Desfibrilador Semiautomático.**

(2007). La Fresneda (Siero).(8 Horas).(SAMU. Servicio de Salud del Principado de Asturias).

**-Primeros Auxilios. (30 horas).**

(IFI. Instituto de Formación Integral.Madrid).

**-Homeopatía Básica. (15 horas).**

(Centro de Formación Edulinia de Collaborative Intelligence Solutions SL. Barcelona).

**-Primeros Auxilios. (8 horas).**

**-Primeros Auxilios: Quemaduras e Intoxicaciones. (8 horas).**

(Instituto para el Desarrollo Emprendedor).(1)

**-Primeros Auxilios en el Hogar. (10 horas).**

**-Cuidado Dental. (5 Horas).**

(Centro Educativo Conocimientos Web). (2)

**Alimentación (Dietética/Nutrición):**

**-Curso de Dietética y Nutrición. (300 horas).**

(Euroinnova Formación. Granada).

**-Aspectos sanitarios de la Nutrición y la Alimentación. (40 horas).**

(SENA. Servicio Nacional de Aprendizaje. Colombia).

**-Todo sobre la soya/soja". (10 horas).**

**-Una vida sana. (10 horas).**

**-Higiene en el manejo de los alimentos. (10 horas).**

(Centro Educativo Conocimientos Web).(2)

**Terapias Físicas-Naturales /Masaje.Relajación:**

**-Básico de Flores de Bach. (Salud Integral). (15 horas).**

**-Reflexología del Pie. (10 horas).**

**-Masaje relajante con las manos. (10 horas).**

(Centro Educativo Conocimientos Web).(2)



## **Formación en Educación Infantil:**

### **Psicomotricidad:**

**-El desarrollo psicomotor en los niños y niñas.** (30 Horas).

(Centro Formato S.Coop. Sevilla. Empresa certificada UNE.EN-1SO 9001. Curso inscrito en el Registro de Actividades de Formación Permanente del Profesorado de la Junta de Andalucía. N° 09AS469).

### **Pedagogía:**

**-Formación de instructores.** (20 horas).

**-Aprendizaje basado en problemas.** (15 horas).

**-Nuevos aprendizajes en el proceso educativo.** (15 horas).

**-La Evaluación Escolar.** (10 horas).

**-Las pruebas como procedimiento de evaluación.** (10 horas).

(Centro Educativo Conocimientos Web).(2)

**-Cómo estimular la inteligencia de los niños a través del juego.**

(8 horas).(Instituto para el Desarrollo Emprendedor).(1)

### **Psicopedagogía:**

**-Trastornos Específicos del Aprendizaje en el desarrollo de los niños.**

(8 horas).

**-Niños con Déficit Atencional: Comprender para ayudar.** (6 Horas).

(Instituto para el Desarrollo Emprendedor).(1)

## **Formación en Gestión Deportiva Empresarial y Marketing:**

**-Patrocinio Deportivo y Organización de Eventos Deportivos.** (30 horas).

(Divulgación Dinámica. Sevilla. Curso registrado en ANCED. Asociación Nacional de Centros de Enseñanza E-Learning y a Distancia).

**-Técnico en Gestión Laboral.** (75 horas).

(Centro de Formación Aulacor. Córdoba).

**-Economía Básica.** (25 horas).

**-Administración y Planeación Estratégica.**(10 horas).

(Centro Educativo Conocimientos Web).(2)

**-Productos Financieros.** (6 horas).

**-Creación de Empresas.** (4 horas).

(Centro de Formación Virtuacursos. Lugo).

**-Proceso Logístico en una Empresa. (6 horas).**

**-Plan de Negocio. (4 horas).**

(Instituto para el Desarrollo Emprendedor).(1)

### **Marketing:**

**-Marketing Directo. (65 horas)**

(C.Formación Aulacor. Córdoba).

**-Marketing Básico" (20 horas).**

(Centro de Formación Nomaster. Madrid).

**-Marketing Creativo.(8 horas).**

**-Introducción al Marketing Viral. (8 horas).**

**-Introducción al Network Marketing. (6 horas).**

(Instituto para el Desarrollo Emprendedor).(1)

**-Marketing Estratégico. (4 horas).**

(Centro de Formación Virtuacursos. Lugo).

## **Formación Complementaria.**

### **Informática:**

**-Internet. (8 horas).**

**-Correo Electrónico. (8 horas).**

(Centro Educativo Conocimientos Web).(2)

**-Microsoft Word. (5 horas).**

(Centro de Formación Virtuacursos. Lugo).

**-Introducción a HTML".**

(Osiris LMS).

### **Idiomas:**

**-Inglés Completo (I). (15 Horas).**

(Centro de Formación Edulinia de Collaborative Intelligence Solutions SL. Barcelona).

**-Inglés Conversacional Básico. (8 horas).**

(Instituto para el Desarrollo Emprendedor).(1)

**-Inglés Básico. (Curso de Iniciación).**

(Academia La Mansión del Inglés. Valencia).



## **HISTORIAL DEPORTIVO**

### **Presentación y pequeña Biografía:**

Como resumen de mi actividad deportiva dentro del mundo del fútbol, decir que poseo una dilatada trayectoria profesional, con especial dedicación al Fútbol-Base, con una amplia experiencia que abarca desde el trabajo formativo con niños en edades de iniciación, hasta la dirección de equipos en categorías superiores.

Decir que mi actividad como entrenador en competición federada, se inició muy pronto pues tan solo contaba con diecisiete años de edad, y a los veinte ya obtuve mi primera Titulación Oficial como técnico deportivo, al conseguir el Certificado como Instructor de Juveniles, siendo en su momento el “entrenador más joven” de la Comunidad Autónoma del Principado de Asturias.

Posteriormente obtuve el Título de Entrenador Regional y desde 1992, soy Entrenador Nacional (Nivel III), habiendo completado mi formación deportiva y profesional asistiendo a todo tipo de Eventos, entre los que se cuentan importantes Congresos relacionados con el mundo del fútbol en particular y del deporte en general, y también participando en otras acciones formativas en todo el territorio nacional, destacando la realización de diversos Cursos de Especialización Profesional y de Extensión Universitaria. Igualmente he cursado estudios relacionados con la actividad física a nivel educativo y de preparación, liderazgo, psicología del deporte y coaching entre otros.

He desarrollado una amplia y variada actividad en el mundo del fútbol, en diversas entidades entre las cuales se encuentran varios Clubes Deportivos tanto de estructura Amateur como Profesional, Escuelas, Colegios, Centros Escolares y Campus Deportivos tanto a nivel nacional como en el extranjero. Además del trabajo realizado, principalmente enfocado a la Dirección de Equipos en diversas competiciones ejerciendo como entrenador, también he tenido otras responsabilidades desarrollando diferentes labores dentro del Organigrama Técnico de varios Clubes.

Otra de las actividades a las que me he dedicado en los últimos tiempos, es a la enseñanza, ejerciendo como Profesor en varios cursos, principalmente dirigidos a la formación de jóvenes entrenadores, habiendo participado en diversas actividades docentes tanto particulares, como profesionales y



universitarias. Dentro de la Formación “On-Line” (En Internet), he enfocado mi labor en el desarrollo de diversos Proyectos de Aprendizaje, siendo Editor Virtual de Contenidos Formativos, fundamentalmente dirigidos a los entrenadores de fútbol principiantes, y también dirigiendo y entrenando equipos en competición oficial, siendo el último la SD.Colloto (Categoría Autonómica Asturiana).

También he colaborado como articulista en varios Medios de Comunicación Digital, igualmente suelo publicar trabajos escritos en Webs, Blogs, Redes Sociales y otros Portales relacionados con las nuevas tecnologías de la información, tanto de contenido futbolístico como de otros temas relacionados con actividades físicas, entrenamiento deportivo, liderazgo, motivación, desarrollo personal etc...

He sido editor de la Página Web [www.futboltrainer.com](http://www.futboltrainer.com) (entre 2008 y 2015) e igualmente de varios blogs. Dirijo el Portal Formativo “Fútbol Trainer con el Proyecto de Escuela a Distancia para Entrenadores Principiantes” y además he participado en labores educativas, colaborando de forma desinteresada en diversos Proyectos Formativos y de Entrenamiento, asesorando a varias entidades de recursos limitados de países Sudamericanos, entre las que se encuentran Escuelas de Fútbol Locales, Clubes Modestos, Fundaciones Humanitarias y ONG’S”.

### **Participación en Competiciones Oficiales:**

(Organizadas por la Real Federación Asturiana de Fútbol. Campeonatos de Liga de la Primera División Autonómica en diferentes categorías y otras competiciones oficiales celebradas en la Comunidad del Principado de Asturias: Copa Federación, Torneo de Barrios...)

### **Finales Disputadas: 7**

#### **Títulos Ganados: 3**

- Alevines: Real Oviedo.
- Infantiles: Real Avilés Industrial.
- Juveniles: SD.Colloto

#### **Sub-Campeonatos: 4**

- Alevines: CD.Ensidesa
- Infantiles: CD.Ensidesa
- Juveniles: AT.Corvera y Real Oviedo

### **Otras Clasificaciones Importantes:**

- 3º: SD. Colloto (Primera Categoría Juvenil)
- 3º: R.Avilés Industrial (Primera Categoría Infantil)
- 3º: Real Oviedo (Primera Categoría Alevín)

### **Permanencias en la Categoría conseguidas:**

- C.D. Ensidesa "C" (Primera Categoría Alevín)
- R.Oviedo Aficionados y S.D.Colloto "A" (Primera Categoría Juvenil)

### **Distinciones Colectivas:**

Premio Deportividad Primera Categoría Infantil Equipo C.D.Ensidesa "C".

-Más de 500 partidos dirigidos como entrenador en todas las categorías de Fútbol Base".

## **ACTIVIDADES DIVERSAS**

### **INTERNET**

Editor Virtual de Contenidos Formativos (Enseñanza Deportiva a Distancia) y Editor de Páginas web y blogs relacionados con el fútbol:

**Web Fútbol Trainer. El Entrenador de Fútbol. [www.futboltrainer.com](http://www.futboltrainer.com) .**

(Web reconocida con el CERTIFICADO DE CALIDAD. CER2007-25 (10-10-2007) por El portal de Educación Internacional Conocimientos Web.net "La Divisa del Nuevo Milenio". Celaya. Guanajuato. México y con el CERTIFICADO QWEB de España. (12-05-2008) de adecuación a los requerimientos de CALIDAD para buscadores). (Período 2008-2015).

### **BLOGS (2008-2013):**

- Fútbol Trainer Formación. [futboltrainer.blogspot.com](http://futboltrainer.blogspot.com)
- Fútbol Trainer Formación. [futboltrainerformacion.qapacity.com](http://futboltrainerformacion.qapacity.com)
- El Entrenador de Fútbol. [futboltrainer.ohlog.com](http://futboltrainer.ohlog.com)
- Mybestaplay.com (Paco Arias).
- Desde el banquillo. [lacomunidad.as.com/paco-arias](http://lacomunidad.as.com/paco-arias)
- Buenos días, Mister. [lacomunidad.elpais.com/futboltrainer](http://lacomunidad.elpais.com/futboltrainer)
- Fútbol Trainer. Empezar a ser Entrenador. [futboltrainer.hazblog.com](http://futboltrainer.hazblog.com)

- *El Líder del Equipo.* [teamleader.ohlog.com](http://teamleader.ohlog.com)
- *El Blog de Paco Arias.* [lacoctelera.com/paco\\_arias](http://lacoctelera.com/paco_arias)
- *Fútbol Dribling.* [futboldribling.blogspot.com](http://futboldribling.blogspot.com)
- *Fútbol Coach.* [futbolcoach.fullblog.com.ar](http://futbolcoach.fullblog.com.ar)

**Trabajo realizado en Actividades Deportivas relacionadas con el Fútbol:**  
**Entrenamiento, Enseñanza, Planificación, Organización y Dirección.**

**ENTIDADES:**

Clubs Deportivos, Escuelas de Base / Iniciación, Colegios y Campus de Verano.

**PUESTOS DESEMPEÑADOS:**

Monitor Escolar y de Fútbol Base, Instructor, Técnico Deportivo, Preparador Específico de Porteros, Preparador Físico, Coordinador y Entrenador.

**CATEGORÍAS:**

Fútbol Sala y Fútbol Campo.

- *Benjamines, Alevines, Infantiles, Cadetes, Juveniles.*
- *Seniors (Aficionados y Sub-21).*

**CLUBS / EQUIPOS:**

(Entre paréntesis el número de temporadas)

***Real Oviedo S.A.D (6)***

***Real Avilés Industrial (2)***

***CD. Ensidesa (3)***

***La Fresneda CF (4)***

***SD. Colloto (3)***

***Club Estadio (2)***

***AT. Corvera (1)***

***Club San Agustí (1)***

***Club San Lázaro (1)***

***Club Juventud (1)***

### **ESCUELAS DE FÚTBOL:**

- El Cristo (Real Oviedo).
- La Toba (CD.Ensidesa y R.Avilés Industrial).
- Club de Campo (La Fresneda CF).

### **CENTROS ESCOLARES:**

- Colegio Inglés de Asturias (The English School of Asturias). Pruvia. Llanera.

### **CAMPUS DEPORTIVOS DE VERANO:**

(Organizados por: Escuela de Fútbol de La Fresneda).

- La Fresneda 2.003.
- La Fresneda 2.008.
- (Sede: Club de campo).
- Leicester 2.008. Inglaterra. (Ratcliffe College).

## **ENSEÑANZA**

### **( Actividad como Profesor):**

***(Clases ,Cursos ,Seminarios, Talleres , Manuales y Asesoramiento para Entrenadores) Enseñanza a Distancia."Fútbol Trainer Formación" (2.008 en adelante)***

### **Formaciones creadas e impartidas:**

#### **Cursos**

- *Introducción. Descubriendo el Talento del Joven Futbolista.*
- *Elemental. Entrenamiento de las Habilidades Psicológicas en el deporte.*
- *Introducción al Método Mou.*
- *Elemental Específico. El Portero de Fútbol Base.*
- *Introducción al Liderazgo para Entrenadores.*
- *Iniciación al Trabajo y la Dirección de Equipo.*
- *Básico para Jóvenes Entrenadores.*
- *El Fútbol Base. Conceptos sobre jugadores y entrenadores.*
- *El Entrenador y su relación con padres y directivos.*
- *El trabajo del Entrenador y sus cualidades como Director de Equipo.*

### **Seminarios:**

*-Formación Básica, Orientación Pedagógica y Asesoramiento Técnico para Entrenadores Principiantes / Debutantes.*

### **Talleres:**

*Escuela de Fútbol. Entrenamiento con Niños.*

*- De 4 a 7 años.*

*- De 8 a 10 “” .*

*- De 11 a 14 “” .*

### **Microcursos:**

*- Formación Elemental para entrenadores en fase de iniciación. Formatos de corta duración con diferentes temáticas. (Micro Trainer):*

### **Otros Portales Educativos en Internet:**

*- Curso Online: Mister. El entrenador de fútbol (2.007). AulaFácil.com*

### **Actividades Presenciales (Clases Teórico-Prácticas):**

*- Curso de Extensión Universitaria: Fútbol. Biomecánica, patología y práctica.*

*Clase Práctica: Entrenamiento específico del portero de fútbol.*

*E.F.La Fresneda. Universidad de Oviedo (2009).*

*- Técnica Individual para Niños.*

*(Colegio Inglés de Asturias.2.006-2.007-2.008-2.009).*

*- Psicomotricidad y Capacidades Coordinativas Benjamines-Alevines.*

*(Escuela de Fútbol La Fresneda.2.008-2.009).*



## **ASESOR DEPORTIVO:**

### **(Actividades de Asesoramiento, Formativas y de Colaboración con Clubs Escuelas de Fútbol y ONG relacionadas con el deporte):**

- SRI. Rescate Infantil. Sucre. Bolivia.
- Academia de Fútbol los íntimos. E.F.F. Íntimos de Neyra. Nuevo Chimbote. Perú.
- Club Infantil Atlético de Valle Dorado. Puerto Vallarta. Jalisco. México.
- Fundación un mundo mejor. ONG. Colombia.
- Club de Fútbol Infantil La Hacienda. Monterrey. México.
- Escuela Roberto Padilla. Barranquilla. Colombia.
- Agrupación de Fútbol Femenino Las Pumas San Nicolás. S. Nicolás de los Arroyos. B. Aires. Argentina.
- Escuela de Fútbol El Podio. Entre Ríos. Argentina.
- Escuela de Fútbol Hato Nuevo. Guajira. Colombia.
- Escuela de Formación Deportiva Vizcaya Metro Bosa. Bogotá. Colombia.
- Escuela de Fútbol Municipio de Sibundoy. Putumayo. Colombia.
- Escuela de Fútbol Minera Algarrobo. Vallenar. Chile.
- Escuela de Fútbol Alianza Sur. Sucre. Bolivia.
- Club de Fútbol Femenino Jacobacci. Patagonia. Argentina.

### **ACTIVIDADES CON CLUBES PROFESIONALES**

#### **(Formación como Alumno):**

- R.C.D. Coruña (Temporada 2007-2008. Primera División (España)).
- U.D. Levante (Temporada 2013-2014. Primera División (España)).

### **ACCIONES FORMATIVAS CON ENTIDADES DE OTRAS NACIONALIDADES**

#### **(Formación como Alumno):**

- Países: Argentina, Chile, Colombia y México.

## **ACTIVIDADES DEPORTIVAS EN OTROS PAÍSES:**

-Intercambios Deportivos de Ciudades hermanadas "Oviedo- Bochum". Partidos de Fútbol Juvenil en Bochum (R.Federal Alemania - 1.986). Entrenador. Miembro Cuerpo Técnico Real Oviedo.( Organizado por Ayuntamiento de Oviedo).

-II Campus de Verano "Ratcliffe College" (Leicester. Inglaterra- 2.008). Fútbol (Leicester City F.C) y Actividades Deportivas diversas. Entrenador.Miembro Cuerpo Técnico Escuela de Fútbol.(Organizado por La Fresneda CF).

## **ARTICULISTA Y ESCRITOR DEPORTIVO:**

Colaborador habitual en medios de comunicación digital, publicación de trabajos escritos en directorios de artículos, redes sociales, espacios informativos y de formación, blogs, webs, editoriales on-line, comunidades de escritores, portales específicos de fútbol y deporte y diversos sitios de publicación en Internet.

Relación de Material Publicado en formato impreso convencional (Prensa y Revistas) y digital (Internet) sobre Fútbol, Actividades Físicas y Deporte en general (Artículos, Recopilaciones, Informes, Entrevistas, Manuales, Cursos y Actividades Formativas):

### **2012:**

-*"Sentarse en un banquillo"*

-*"Fútbol. Cosas de Sabios, Toros y Embudos"*

-*"Fútbol: Entrenadores, Espejos y Ejemplos"*.

-*"El Entrenador de Fútbol: Psicología y Liderazgo"*.

-*"El Entrenador de Fútbol y los demás"*

-*"Entrenadores y Escuelas de Fútbol"*

-*"Entrenadores y Futbolistas"*.

-*"Entrenador de Fútbol: Comunicar, Motivar y Escuchar"*.

## **2011:**

- "Correr y algunos consejos relacionados"*.
- "Algunas reflexiones sobre carreras y corredores"*.
- "El camino del corredor de fondo"*.
- "La zancada imparable"*.
- "Corriendo y Viviendo"*.
- "A propósito de correr"*.
- "El cambio en el último minuto"*.
- "El entrenador y su trato al futbolista"*.
- "El entrenador y el ejemplo"*.
- "El pulso de Don Jorge"*.
- ¿Entrenador y Amigo?*

## **2.010:**

- "Cuarenta millones de Entrenadores"*.
- "Cuando el futbolista goza de la confianza del entrenador"*.
- "El equipo por encima de todo"*.
- "El papel motivador del entrenador"*.
- "El entrenador que escucha"*.
- "Lo que no es una Escuela de Fútbol"*.
- "El entrenador exigente y el futbolista agresivo"*.
- "Objetivos del entrenador a nivel psicológico"*.
- "El gran tiburón y la pequeña foca" (El Entrenador devorado).*



- "La comunicación entre el entrenador y el futbolista"*.
- "Liderazgo y fuerza de voluntad del entrenador de fútbol"*.
- "10 Pequeños consejos para un entrenador debutante"*.
- "El Entrenador y el rendimiento del futbolista"*.
- "Prevenir antes que curar"*.
- "Manual .Entrenamiento con niños de 4 a 14 años"*.
- "Cualidades que ha de tener un Entrenador para triunfar"*
- "Desmarque de Ruptura"*.
- "Libre Directo"*.
- "Regate en corto"*.
- "El Dribling"*.

## **2.009:**

- "El aprendiz de futbolista"*.
- "Los buenos ejemplos"*
- "Imaginación versus Adoctrinamiento"*.
- "Entrenador de Fútbol: Formación Permanente"*
- "El Fútbol es así"*.
- "La Ley del Embudo"*.
- "El balón puso las cosas en su sitio"*.
- "Espejos en los que no mirarse"*.
- "Los toros desde la barrera"*.
- ¿Cómo influye la figura del entrenador en el rendimiento del jugador?*

## **2.008:**

-*"Cordura y Sensatez"*.

-*"Una sociedad rentable"*.

-*"Maradona y el Banquillo"*.

-*"Volver a empezar"*.

-*"Entrenadores"*.

-*"Los Sabios"*.

-*"Felicitaciones"*.

-*"Eurocopa 2.008"*.

-*"Aprender y Enseñar"*.

-*"El camino del Entrenador"*

-*¡Qué difícil es ser seleccionador!*

-*"Manzano versus Schuster"*.

-*"Cualidades y características de un Director de Equipo"*.

-*"El trabajo del entrenador y sus cualidades como director de equipos"*.

-*"El fútbol-base. Conceptos sobre jugadores y entrenamientos"*.

-*"El entrenador y su relación con padres y directivos"*.

-*"Estudio de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo en futbolistas juveniles"*

-*"Tarjeta Roja"*

-*"El Librillo"*

-*"El Psico-Entrenador"*

## **2.007 y Anteriores:**

-*"La mano del entrenador"*.

-*¿El fracaso, mito o realidad?*

-*"Tipología del entrenador de fútbol"*.

-*¿Todos saben más que el entrenador?*

-*"Lo de casa siempre es lo mejor"*.

-*"Juande"*.

-*"El Chelsea"*.

-*"Un peligro para el fútbol"*.

-*"Control del estrés en niños futbolistas"*.

-*"El entrenador siempre está sólo"*

-*"El difícil camino hacia el éxito"*.

-*"El terrible banquillo"*.

-*"Javier Clemente y la personalidad de los entrenadores"*.

-*"La educación física y el deporte en los colegios"*.

-*"Los escolares y el deporte"*.

Nota.- Una parte de los artículos mencionados y otros contenidos, han sido actualizados y publicados de nuevo durante el año 2022.





## **ACTIVIDADES EMPRESARIALES Y DE NEGOCIO**

- **ASPER.** Empresa familiar. Administración. (25 años).
- **S D G.** Negocio de hostelería. Dirección. Co-propietario (2 años).
- **W.VACACIONES.** Actividades turísticas. Delegado Regional.(2 años).
- **F.T.FORMACIÓN.**Actividades formativas. Dirección.(2008-Actualidad)



## **ACTIVIDADES CULTURALES Y LITERARIAS**

### **(Autor-Editor)**

- Escritor. Publicación de libros (Ficción / No ficción). (Desde 2014).
- Actividades formativas. Aprendizaje y participación. (Desde 2018).
  - Curso de Narrativa ( MCA School (Florida. EE.UU)
  - Cursos de Comedia- Humor y Masterclass.  
(Escuela de Humor. Caracas. Venezuela).  
(Escuela de Comedia *La Llama School*. Barcelona. España).

## Socio/Afiliado/Miembro

(Asociaciones. Organismos. Federaciones. Clubes. Entidades varias relacionadas con el mundo del deporte)

### Actuales:

- Real Oviedo S.A.D. (Socio-Accionista N° Distintivo Oro. Alta: 1.971).
- Comité Asturiano de Entrenadores de Fútbol. (Colegiado N° 236. Alta:1979).
- Federación Española de Municipios y Provincias. Deporte Municipal. Munideporte."Club de los Técnicos". (Miembro. Alta: 2007).
- Asociación Deporte, Cultura y Desarrollo. ONG "Deporte y Desarrollo". (Asociado. Alta: 2008).
- Federación Española de Entrenadores Personales y Fitness. FEEPY. (Asociado. Alta: 2013).

### En su momento:

- Sociedad Iberoamericana de Psicología del Deporte. SIPD. (Socio N° 213-Alta: 2008).
- Federación Internacional de Fitness. Pilates y Entrenadores Personales. (Miembro N° 22.899. Alta: 2013).
- Sportis Formación Deportiva. (Socio N° 707. Alta 2014).

### Sociedades / Organizaciones Literarias:

- Sociedad Iberoamericana de Escritores. (Socio. Alta: Agosto-2016).
- Red Mundial de Escritores en Español. Remes. (Miembro. Alta: Mayo-2017).



Nota.- Las actividades formativas que no tienen fecha, corresponden a cursos realizados a distancia y las que la llevan (cursos y eventos diversos) se realizaron de forma presencial (excepto alguna relacionada con *titulaciones*).

Todas las Titulaciones obtenidas, Cursos y Micro-Cursos (Presenciales y a Distancia) realizados, y Asistencias a Congresos, Seminarios, Jornadas, Charlas y otros actos que figuran en el presente. C.V. están acreditados con los correspondientes Títulos, Diplomas, Certificados y Constancias emitidas por las Entidades, Organismos, Universidades y Centros de Formación (Públicos y Privados) en cada actividad correspondiente.

(1): Instituto para el Desarrollo Emprendedor. Viña del Mar. Chile. Formación reconocida por SENCE. Servicio Nacional de Capacitación y Empleo de Chile. Curso realizados registrados en página web [www. emprenden.com](http://www.emprenden.com))

(2): Centro Educativo Conocimientos Web. *La Divisa del Nuevo Milenio*. Celaya. Guanajuato. México. Cursos registrados en la Secretaría de Trabajo de México.

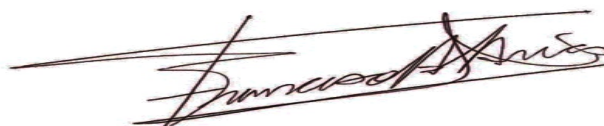


*Visita al estadio del Manchester United (Old Trafford) en 2008.*

**CV: CONOCIMIENTO + CAPACIDAD + EXPERIENCIA  
+ ESFUERZO + PROFESIONALIDAD**

*En estos tiempos en los que la inmediatez hace que lo hecho ayer se haya quedado desfasado y la experiencia no se valore lo suficiente ya que es más importante la superficialidad de lo mediático, hay quienes en su ignorancia activa dicen que hoy en día el "Curriculum" (construido a base de esfuerzo, capacidad y dedicación, durante muchos años) no sirve para nada, y tienen razón, sobre todo para los que no lo tienen.*

**Francisco Álvarez Arias.**

A handwritten signature in dark ink, appearing to read 'Francisco Álvarez Arias', with a horizontal line drawn through it.

**F.T.F**



**FÚTBOL TRAINER  
FORMACIÓN**



**PLATAFORMA IMPULSO ESTUDIO**  
CONOCIMIENTO FUNCIONAL DIRECTO

**F2A**   
**LIBROS**