

DESCUBRÍ TU TALENTO EN

SUMMER CAMP UH

DEL 8 AL 27

DE ENERO 2024



DRIBLÁ Y ENCESTÁ: CURSO INTENSIVO DE BALONCESTO

SI LO TUYO SON LOS DEPORTES, TE ENSEÑAMOS CÓMO LIDERAR EN LA CANCHA. TENDRÁS CONOCIMIENTOS SÓLIDOS SOBRE LAS REGLAS Y LA HISTORIA DEL BALONCESTO, MEJORARÁS TUS HABILIDADES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS, ENTENDERÁS ESTRATEGIAS BÁSICAS Y APLICAR TÉCNICAS DE TIRO. ADEMÁS, DESARROLLARÁS UNA BASE EN ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ESPECÍFICO PARA EL BALONCESTO Y AL FINAL DEL CURSO PARTICIPARÁS EN UN TORNEO INTERNO. ESTE PROGRAMA BUSCA NO SOLO PROPORCIONARTE CONOCIMIENTOS TEÓRICOS, SINO TAMBIÉN CULTIVAR HABILIDADES PRÁCTICAS Y FOMENTAR EL AMOR POR EL JUEGO.

UN CURSO
DE TAN SOLO:

3
SEMANAS

 **MIÉRCOLES Y VIERNES**

 **10:30 A.M. A 12:30 P.M.**

 **₡45.000**

 **SEDE UH LLORENTE**

 **CURSO PRESENCIAL**

DRIBLÁ Y ENCESTÁ: **CURSO INTENSIVO** **DE BALONCESTO**

► **CONTENIDO DEL CURSO:**

SEMANA 1: INTRODUCCIÓN Y FUNDAMENTOS

- HISTORIA Y REGLAS BÁSICAS, EQUIPAMIENTO NECESARIO

SEMANA 2: HABILIDADES INDIVIDUALES

- POSICIONES Y ROLES EN EL EQUIPO, FUNCIONES DE CADA JUGADOR
- PASES Y RECEPCIONES, EJERCICIOS DE PASES EN PAREJA

SEMANA 3: TÉCNICA DE TIRO Y ESTRATEGIAS BÁSICAS

- DRIBLING Y CONTROL DEL BALÓN, EJERCICIOS PARA MEJORAR EL CONTROL DEL BALÓN
- TIRO Y ENCESTE, ESTRATEGIAS BÁSICAS DE JUEGO

ALCANCES DEL CURSO:

- LOS PARTICIPANTES CONTARÁN CON LOS CONOCIMIENTOS SÓLIDOS SOBRE LAS REGLAS Y LA HISTORIA DEL BALONCESTO, MEJORARÁN SUS HABILIDADES INDIVIDUALES Y COLECTIVAS.
- ENTENDERÁN ACERCA DE LAS ESTRATEGIAS BÁSICAS Y APLICAR TÉCNICAS DE TIRO. ADEMÁS, DESARROLLARÁN UNA BASE EN ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ESPECÍFICO PARA EL BALONCESTO.

EVALUACIÓN:

LA EVALUACIÓN DEL CURSO SE LLEVARÁ A CABO MEDIANTE:

- PARTICIPACIÓN EN LAS CLASES TEÓRICAS Y PRÁCTICAS.
- EVALUACIÓN CONTINUA DEL PROGRESO DE LA DICIPLINA DEPORTIVA.

DESCUBRÍ EL
PODER  SABER
HACER LAS COSAS

CONOCÉ LO QUE LA UH TIENE PARA VOS

+40 Años de Liderazgo, Prestigio y Calidad Académica.



12 Carreras Acreditadas.



Metodologías de enseñanza activas aliadas con lo último en tecnología educativa.



Cursos virtuales, bimodales y presenciales.



Mejor hospital de simulación en la región, UNICO Acreditado por la SSH.



Participación en actividades de acción social y extensión.

+30

CONVENIOS INTERNACIONALES
Que complementarán tu formación académica con una visión global.



BIBLIOTECA DIGITAL
Más de un millón de recursos bibliográficos en formato digital. Con acceso desde cualquier lugar y a cualquier hora, 24/7.