

DESCUBRÍ TU TALENTO EN

**SUMMER  
CAMP UH**

**DEL 8 AL 27  
DE ENERO 2024**



**FÚTBOL 5  
POWERPLAY:  
DESATÁ TU  
JUEGO**

ESTE CURSO ES UNA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE, Y UNA INMERSIÓN COMPLETA EN EL MUNDO DEL FÚTBOL PARA JÓVENES APASIONADOS QUE QUIEREN LIDERAR EN LA CANCHA.

PREPARATE PARA DESATAR TU POTENCIAL EN EL CAMPO, EXPLORANDO TÉCNICAS EXTREMAS Y ESTRATEGIAS INNOVADORAS QUE TE CONVERTIRÁN EN UN JUGADOR EXCEPCIONAL. CADA CLASE ES UNA OPORTUNIDAD PARA BRILLAR EN UN ENTORNO VERTIGINOSO, DONDE LA INTENSIDAD DEL JUEGO SE FUSIONA CON JUGADAS MAESTRAS Y UN ENFOQUE REVOLUCIONARIO.

IMPACTÁ EN LA CANCHA Y ROMPÉ LAS BARRERAS DE TU PROPIO RENDIMIENTO. ESTA EXPERIENCIA ÚNICA TE INVITA A CONECTAR CON LA ESENCIA VIBRANTE DEL FÚTBOL EN UN CURSO DISEÑADO NO SOLO PARA ENSEÑAR, SINO PARA TRANSFORMAR, OFRECIÉNDOTE LA OPORTUNIDAD DE DESCUBRIR, APRENDER Y TRIUNFAR EN EL FASCINANTE MUNDO DEL FÚTBOL 5, CULMINARÁS EN LA PARTICIPACIÓN ACTIVA EN UN TORNEO INTERNO.

UN CURSO  
DE TAN SOLO:

**3**  
SEMANAS

 **MIÉRCOLES Y VIERNES**

 **8:30 A.M. A 10:30 A.M.**

 **₡45.000**

 **SEDE UH LLORENTE**

 **CURSO PRESENCIAL**

# FÚTBOL 5 POWERPLAY: DESATÁ TU JUEGO

## ▶ CONTENIDO DEL CURSO:

### SEMANA 1: INTRODUCCIÓN Y FUNDAMENTOS

- HISTORIA Y REGLAS BÁSICAS DEL FÚTBOL 5
- EQUIPAMIENTO NECESARIO Y REGLAS ESPECÍFICAS DEL JUEGO
- POSICIONES Y ROLES EN EL EQUIPO
- DESCRIPCIÓN DE LAS POSICIONES EN EL FÚTBOL 5
- ROLES ESPECÍFICOS DE CADA JUGADOR EN EL EQUIPO
- TÉCNICA INDIVIDUAL Y CONTROL DEL BALÓN
- TÉCNICAS BÁSICAS DE DRIBLING Y REGATE

### SEMANA 2: HABILIDADES INDIVIDUALES

- TÉCNICAS DE PASES ADAPTADAS AL ESPACIO REDUCIDO
- EJERCICIOS DE PASES EN SITUACIONES DE JUEGO
- TÉCNICAS DE PASES ADAPTADAS AL ESPACIO REDUCIDO
- EJERCICIOS DE PASES EN SITUACIONES DE JUEGO
- TÉCNICAS DE PASES ADAPTADAS AL ESPACIO REDUCIDO
- EJERCICIOS DE PASES EN SITUACIONES DE JUEGO

### SEMANA 3: DESARROLLO DE HABILIDADES Y COMPETICIÓN

- MEJORA DE HABILIDADES SEGÚN LAS POSICIONES EN EL FÚTBOL 5
- PRÁCTICAS ESPECIALIZADAS
- JUGADAS TÁCTICAS AVANZADAS
- PRÁCTICAS DE TRANSICIONES RÁPIDAS ENTRE DEFENSA Y ATAQUE
- ORGANIZACIÓN DE UN TORNEO INTERNO ENTRE LOS PARTICIPANTES

### EVALUACIÓN:

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

DESCUBRÍ EL  
**PODER DE 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.