



VACACIONES ÚTILES – VERANO 2025 FUTSAL

DESCRIPCIÓN DEL CURSO:

El curso es práctico, dinámico, cooperativo, integral respetando al deporte que realizan y a sus compañeros.

OBJETIVOS:

- Lograr la actitud positiva hacia el deporte.
- Mejorar su calidad de vida a través del deporte.
- Potenciar, reafirmar su técnica y táctica en el futsal.

DIRIGIDO A:

G1: Niños de 6 a 8 años

G2: Niños de 9 a 11 años

G3: Niños de 12 a 16 años

METODOLOGÍA:

La metodología de curso está orientada al logro de los objetivos y desarrollo de:

- La técnica de los fundamentos básico del futsal
- Desarrollo de las capacidades coordinativas, velocidad y resistencia
- Principios tácticos

FRECUENCIA:

Lunes y miércoles:

De 09:00 a 10:20 horas G1 (Niños de 6 a 8 años)

De 10:30 a 11:50 horas G2 (Niños de 9 a 11 años)

De 12:00 a 13:20 horas G3 (Niños de 12 a 16 años)



VAÇACIONES ÚTILES 2025



USMP
UNIVERSIDAD DE
SAN MARTÍN DE PORRES

Facultad de
Ingeniería y
Arquitectura

DURACIÓN:

Seis semanas

Del 6 de enero al 13 de febrero

TABLA DE CONTENIDOS:

SESION	TEMAS
01	Tema 1: Coordinación, control del balón
02	Tema 2: Coordinación, control del balón
03	Tema 3: Coordinación control del balón y conducción
04	Tema 4: Coordinación control del balón y conducción
05	Tema 5: Coordinación control del balón, conducción y pases
06	Tema 6: Coordinación control del balón, conducción y pases
07	Tema 7: Velocidad de reacción, regates y remate
08	Tema 8: Velocidad de reacción, regates y remate
09	Tema 9: Estructuras menores defensivas y ofensivas
10	Tema 10: Estructuras menores, mayores defensivas y ofensivas
11	Tema 11: Entrenamientos integrados bajo reglas de juego
12	Tema 12. Entrenamientos integrados bajo reglas de juego

PROFESOR:

Rubén F. Vásquez Jara

Licenciado en Educación Física.
Universidad Federico Villarreal
Entrenador de fútbol - Egresado de FPF.