PLANEACION MENSUAL SENA ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
INSTRUCTOR HECTOR PERTUZ
TECNOLOGO ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
FICHAS 2206452 – 2025546 – 2112803 - 2163030

FICHA 2206452

ENERO

- INDUCCION DE HORARIOS
- EXPOSICIONES GRUPALES
- TALLER SISTEMAS DEL CUERPO HUMANO

COMPETENCIA: PREPARACION FISICA DEL DEPORTISTA.

FICHA 2206452

COMPETENCIA: PROGRAMACION TECNICO TACTICA

- CAP 8 FORMACION TECNICO TACTICA
- CAP 5 PREPARACION TECNICO TACTICA
- TALLER

PLANEACION MENSUAL SENA ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
INSTRUCTOR HECTOR PERTUZ
TECNOLOGO ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
FICHAS 2206452 – 2025546 – 2112803 - 2163030

FICHA: 2112803

COMPETENCIA PROGRAMAR EL ENTRENAMIENTO TECNICO.

- TALLER PARA SOCIALIZAR TEMA PERFECCIONAMIENTO DEL ENTRENAMIENTO TECNICO TACTICO.
- GRUPOS DE EXPOSICIONES EN LOS TEMAS ADQUISICION FIJACION Y ESTABILIZACION DEPORTIVA.
- TRABAJO PRACTICO CANCHA DEL SENA 30 CONFORME A LOS PERMISOS Y NORMAS DE BIOSEGURIDAD**.**

FICHA **2163030** COMPETENCIA PREPARACION FISICA DEL DEPORTISTA.
PLANOS Y EJES DEL CUERPO HUMANO.
SISTEMA LOCOMOTOR.
1- SISTEMA OSEO
2- SISTEMA MUSCULAR
3- SISTEMA ARTICULAR

TALLER TEORICO SOCIALIZAR EN CLASES.

EXPOSICIONES SISTEMAS DEL CUERPO HUMANO

SISTEMA NERVIOSO

SISTEMA RESPIRATORIO

SISTEMA CARDIOVASCULAR

SISTEMA ENDOCRINO.

SISTEMA ENERGETICO.

PLANEACION MENSUAL SENA ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
INSTRUCTOR HECTOR PERTUZ
TECNOLOGO ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
FICHAS 2206452 – 2025546 – 2112803 - 2163030