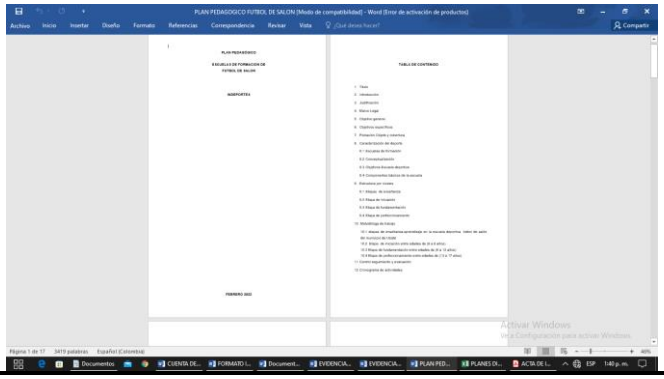
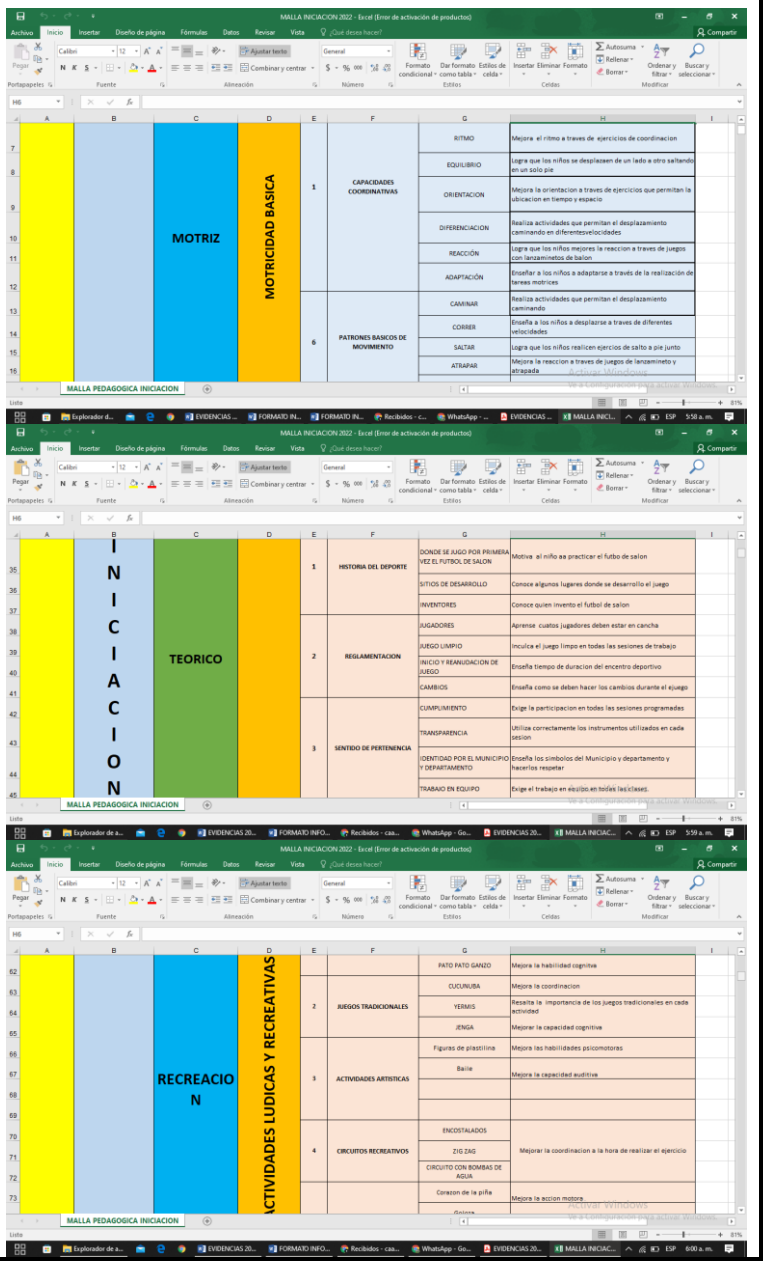
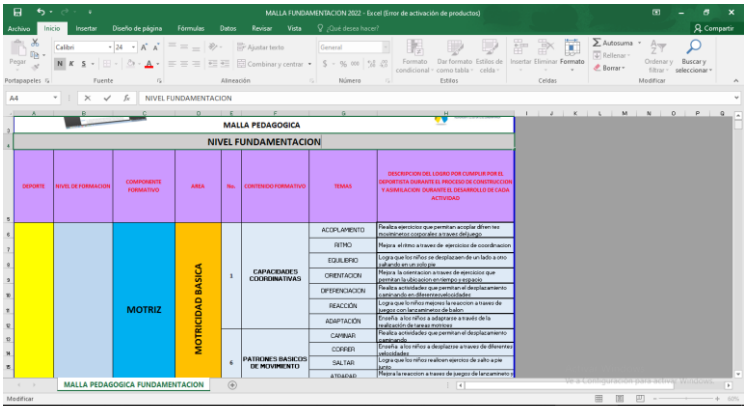
EVIDENCIAS INFORME 01 MES DE FEBRERO - CTO 688 -2022			
Nombre del contratista	CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO		
Número de identificación	79.166.280	**Tipo de documento**	CC
Período informado	09/02/2022 a 28/02/2022	**N° de Registro Presupuestal**	2022000359 de 31/02/2022
Objeto del Contrato: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO "CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA", PARA EL CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES – CUNDINAMARCA.			

Obligaciones específicas:	Actividades realizadas:
1.Efectuar la organización, planeación, dirección y realización de las actividades que se requieran para la consecución de mínimo 3 niveles de formación en el deporte, en los niveles de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento, en el municipio asignado por el supervisor. El contratista será la persona responsable de adelantar y gestar los procesos de convocatoria e inscripción en los mencionados niveles, a través de los medios necesarios, involucrando a las Juntas de Acción Comunal, Instituciones Educativas, Resguardos Indígenas, personas en condición de discapacidad, población diversa y demás comunidades que se puedan beneficiar con el programa.	
2.Presentar ante el supervisor del contrato, dentro de los 20 días calendario siguientes a la suscripción del acta de inicio, el Plan Pedagógico y Malla Pedagógica de todos los niveles de formación, en el formato indicado por parte de la Subgerencia Técnica, especificando horarios, sitios de práctica, y la demás información aplicable.	

	 ANEXO 1 ACTA DE INICIO ANEXO 2 PLAN PEDAGOGICO ANEXO 3 MALLA PEDAGOGICA ANEXO 4 HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO
3.Desarrollar todas las actividades planteadas en el plan pedagógico y en la malla pedagógica, dejando las evidencias respectivas que den cuenta de los beneficiarios impactados con ellas.	



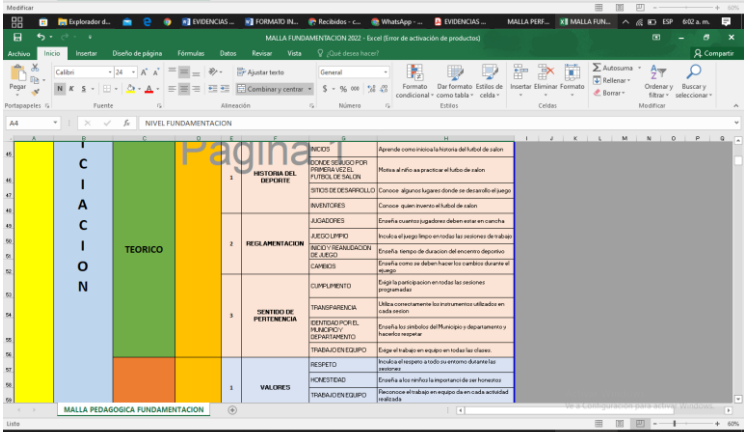
MALLA FUNDAMENTACION 2022 - Excel (Error de activación de productos)

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL FUNDAMENTACION

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
		MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	Realiza ejercicios que permitan acoplar diferentes movimientos corporales a través del juego
						RITMO	Mejora el ritmo a través de ejercicios de coordinacion
						EQUILIBRIO	Logra que los niños se desplacen de un lado a otro saltando en un solo pie
						ORIENTACION	Mejora la orientacion a través de ejercicios que permitan la ubicacion en tiempo y espacio
						DIFERENCIACION	Realiza actividades que permitan el desplazamiento cambiando en diferentes velocidades
						REACCIÓN	Logra que los niños mejoren la reaccion a través de juegos con lanzamientos de balon
						ADAPTACIÓN	Enseña a los niños a adaptarse a través de la realización de tareas motrices
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	Realiza actividades que permitan el desplazamiento cambiando
						CORRER	Enseña a los niños a desplazarse a través de diferentes velocidades
						SALTAR	Logra que los niños realicen ejercicios de salto a pie junto a
						ATRAPAR	Mejora la reaccion a través de juegos de lanzamiento

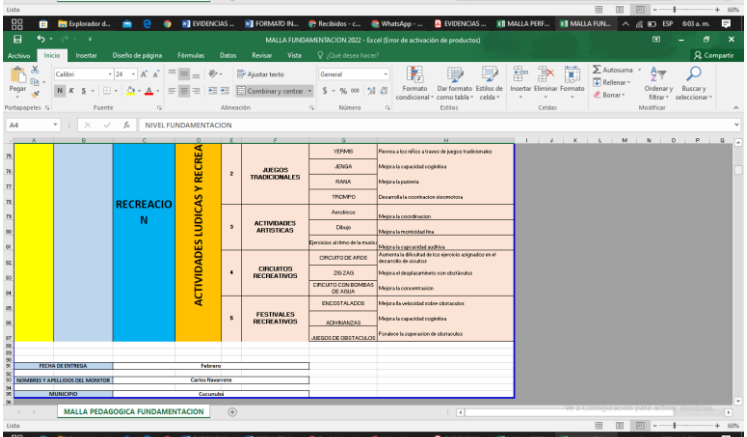
MALLA PEDAGOGICA FUNDAMENTACION



MALLA FUNDAMENTACION 2022 - Excel (Error de activación de productos)

		TECNIFICACION	TEORICO	1	HISTORIA DEL DEPORTE	INICIOS	Aprende como inicio la historia del futbol de salon
						DONDE SE JUGO POR PRIMERA VEZ EL FUTBOL DE SALON	Motiva al niño a practicar el futbo de salon
						SITIOS DE DESARROLLO	Conoce algunos lugares donde se desarrollo el juego
						INVENTORES	Conoce quien invento el futbol de salon
				2	REGLAMENTACION	JUGADORES	Enseña cuantos jugadores deben estar en cancha
						JUEGO LIMPIO	Inculca el juego limpio en todas las sesiones de trabajo
						INICIO Y REANUDACION DE JUEGO	Enseña tiempo de duracion del encuentro deportivo
						CAMBIOS	Enseña como se deben hacer los cambios durante el juego
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	CUMPLIMIENTO	Exige la participacion en todas las sesiones programadas
						TRANSPARENCIA	Utiliza correctamente los instrumentos utilizados en cada sesion
						IDENTIDAD POR EL MUNICIPIO Y DEPARTAMENTO	Enseña los simbolos del Municipio y departamento y hacerlos respetar
						TRABAJO EN EQUIPO	Exige el trabajo en equipo en todas las clases
				1	VALORES	RESPETO	Inculca el respeto a todo su entorno durante las sesiones
						HONESTIDAD	Enseña a los niños la importancia de ser honestos
						TRABAJO EN EQUIPO	Reconoce el trabajo en equipo dia en cada actividad realizada

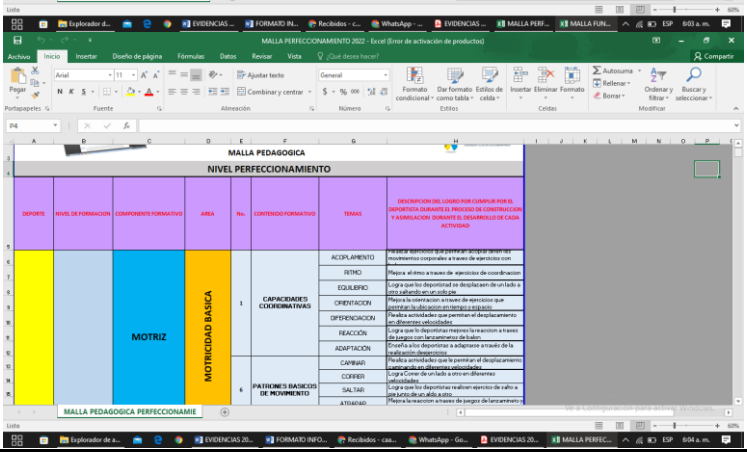
MALLA PEDAGOGICA FUNDAMENTACION



MALLA FUNDAMENTACION 2022 - Excel (Error de activación de productos)

		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREA	2	JUEGOS TRADICIONALES	YERMIS	Permite a los niños a través de juegos tradicionales
						JENGA	Mejora la capacidad cognitiva
						RANA	Mejora la puntería
						TROMPO	Desarrolla la coordinacion viso motora
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	Aerobicos	Mejora la coordinacion
						Dibujo	Mejora la motricidad fina
						Ejercicios al ritmo de la musica	Mejora la capacidad auditiva
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	CIRCUITO DE APOS	Aumenta la dificultad de los ejercicio asignados en el desarrollo de usuarios
						ZIG ZAG	Mejora el desplazamiento con obstáculos
						CIRCUITO CON BOMBAS DE AGUA	Mejora la concentracion
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	ENCOSTALADOS	Mejora la velocidad sobre obstaculos
						AGRUPANZAS	Mejora la capacidad cognitiva
						JUEGOS DE OBSTACULOS	Fortalece la superacion de obstaculos
					FECHA DE ENTREGA	Febrero	
					NOMBRES Y APELLIDOS DEL MONITOR	Carlos Navarrete	
					MUNICIPIO	Cucunubá	

MALLA PEDAGOGICA FUNDAMENTACION



MALLA PERFECCIONAMIENTO 2022 - Excel (Error de activación de productos)

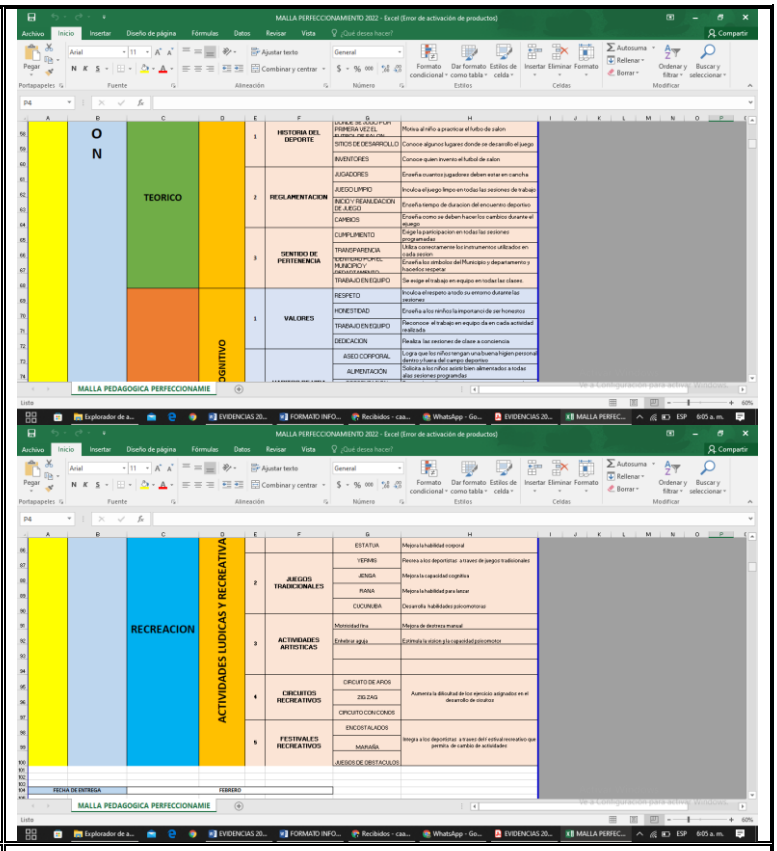
MALLA PEDAGOGICA

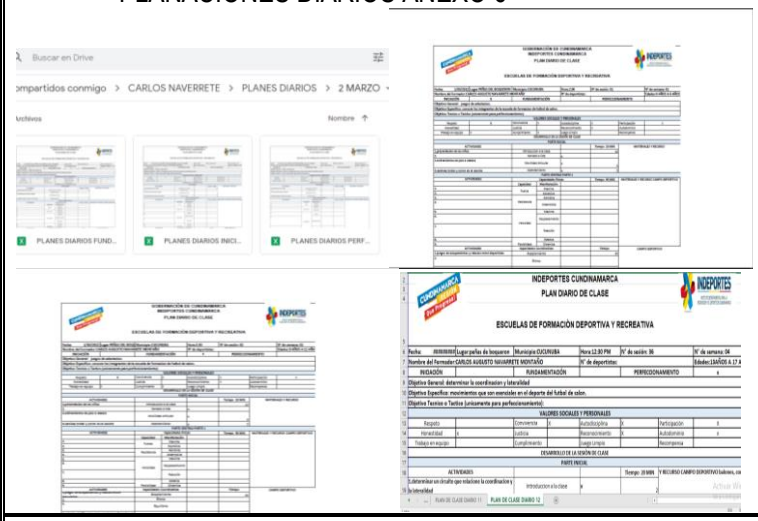
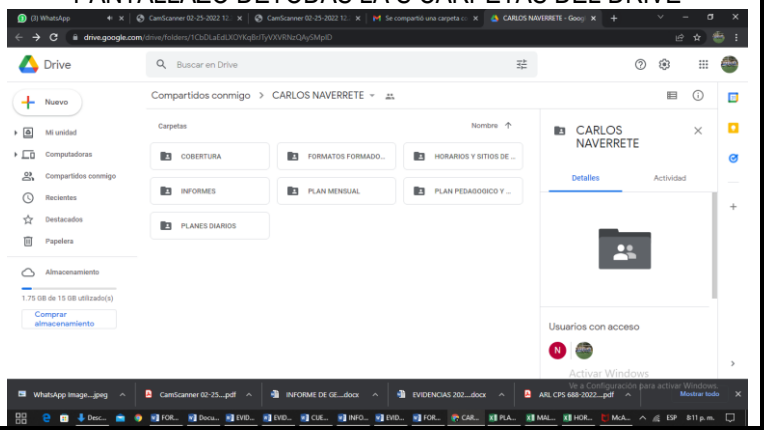
NIVEL PERFECCIONAMIENTO

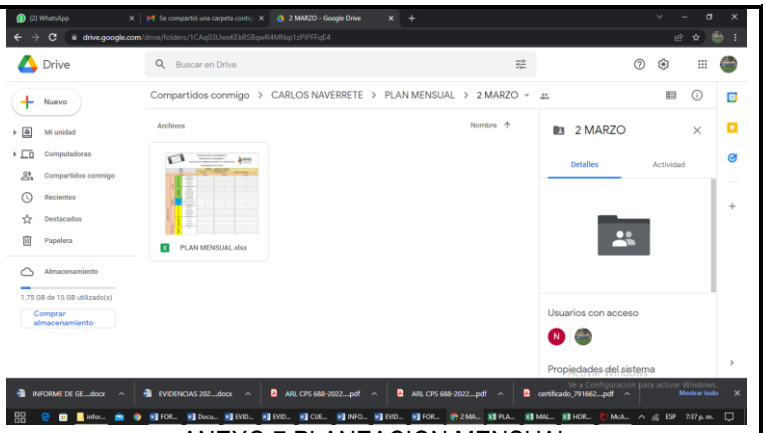
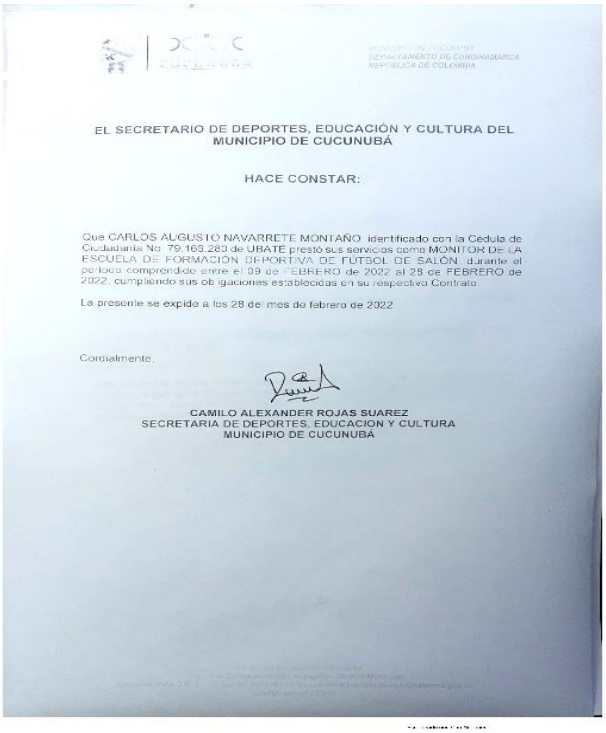
DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
		MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	Realiza ejercicios que permitan acoplar diferentes movimientos corporales a través de ejercicios con
						RITMO	Mejora el ritmo a través de ejercicios de coordinacion
						EQUILIBRIO	Logra que los deportistas se desplacen de un lado a otro saltando en un solo pie
						ORIENTACION	Mejora la orientacion a través de ejercicios que permitan la ubicacion en tiempo y espacio
						DIFERENCIACION	Realiza actividades que permitan el desplazamiento en diferentes velocidades
						REACCIÓN	Logra que los deportistas mejoren la reaccion a través de juegos con lanzamientos de balon
						ADAPTACIÓN	Enseña a los deportistas a adaptarse a través de la realización de ejercicios
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	Realiza actividades que le permitan el desplazamiento y ocupación en diferentes velocidades
						CORRER	Logra Correr de un lado a otro en diferentes velocidades
						SALTAR	Logra que los deportistas realicen ejercicios de salto a pie junto de un lado a otro
						ATRAPAR	Mejora la reaccion a través de juegos de lanzamiento y

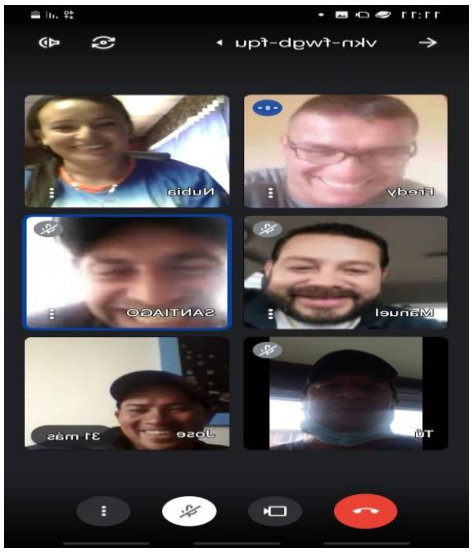
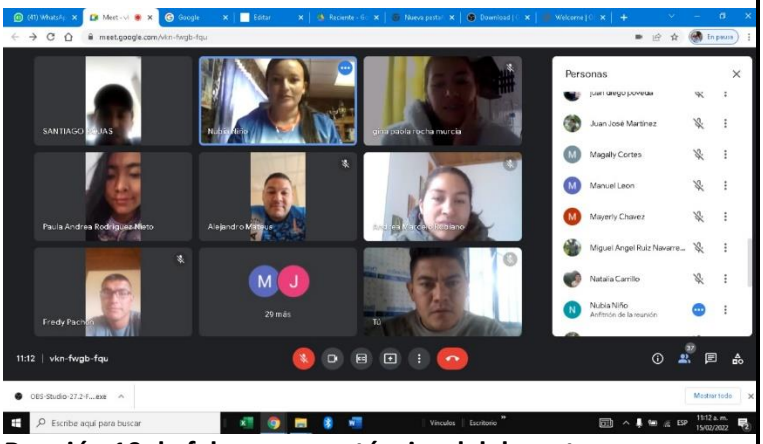
MALLA PEDAGOGICA PERFECCIONAMIE

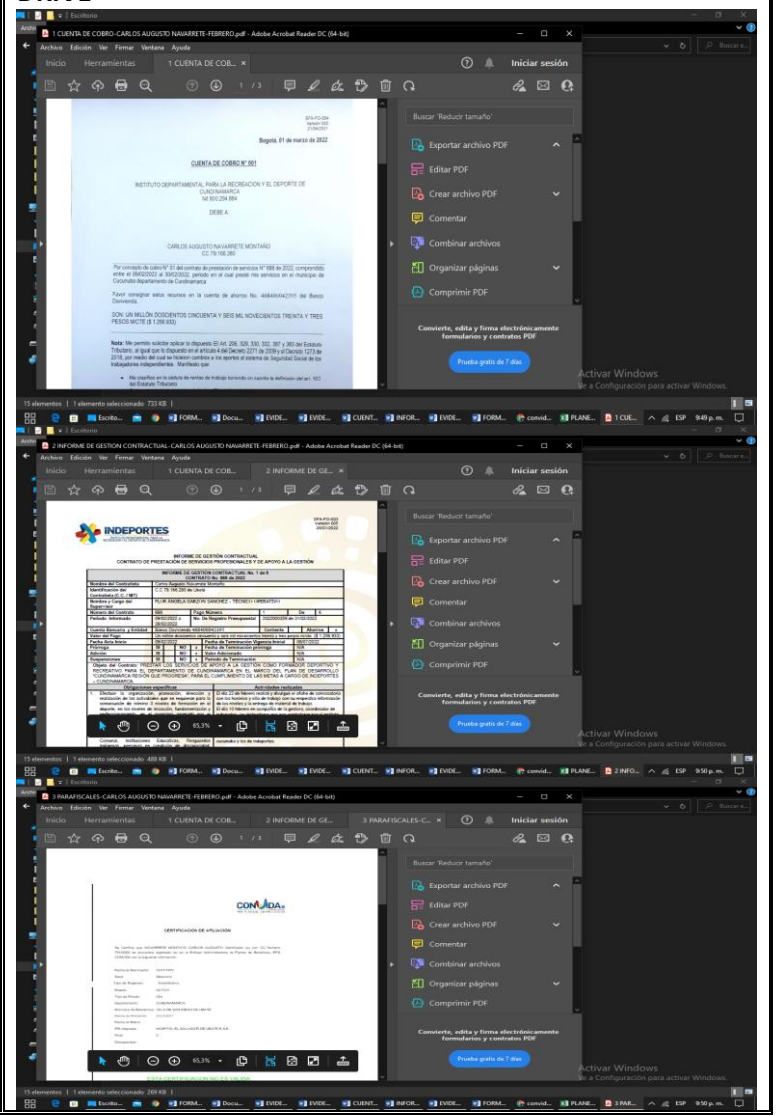
Página 1

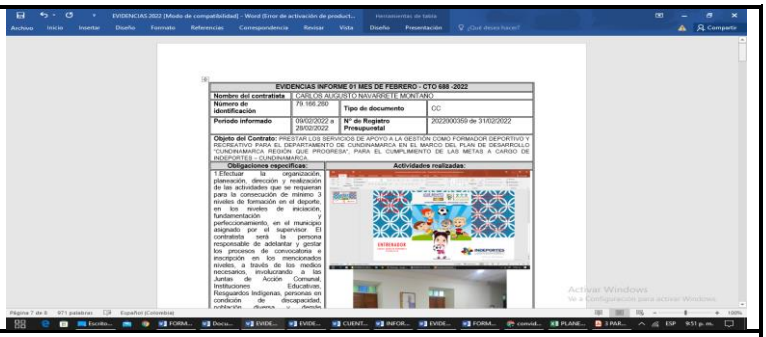
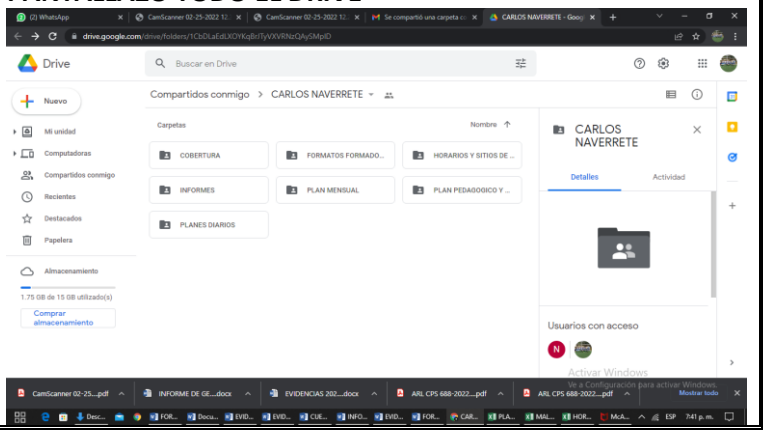
	
4.Para deportes en conjunto, tener una cobertura mínima de 15 personas por grupo o una cobertura global mínima de 45 beneficiados activos, sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los que se encuentren; y, para deportes individuales tener una cobertura mínima de 10 personas por grupo o mínimo una cobertura global de 30 beneficiados activos sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los que se encuentren. De todo lo anterior, deberá tener los soportes respectivos organizados por sesiones, actividades y niveles de formación.	Presenté el proceso de cobertura en el municipio de Cucunuba niños divididos en los niveles (iniciación, fundamentación, perfeccionamiento) para tener los soportes adecuados organizados en sesiones, actividades para desarrollo en el mes de marzo para su respectivo informe.  ANEXO 5 CARTA DE PRESENTACION Y ACTA DE PRESENTACION
5.Utilizar adecuadamente la imagen y nombres de Indeportes Cundinamarca en todo momento, en cualquiera de sus actividades, resaltando el decoro que las mismas implican, con las evidencias de su adecuada utilización.	CAPACITACION PRESENTACION DEL MUNICIPIO CARTA DE PRESENTACION

	  
6.Preparar y ejecutar 9 sesiones de formación a la semana, mínimo 36 sesiones al mes, con las escuelas de formación a cargo. Cada sesión estará compuesta como mínimo por 2 horas, la distribución de las sesiones para cada nivel será concertado con el coordinador y/o supervisor del mismo.	• PLANACIONES DIARIOS ANEXO 6 
7.Consolidar y mantener actualizada la información pertinente a través de la plataforma o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad.	PANTALLAZO DETODAS LA S CARPETAS DEL DRIVE 

8.Presentar la planeación de las sesiones mensuales de clase antes del inicio de cada mes, al respectivo supervisor, describiendo los objetivos, aspectos físicos, técnicos y evaluativos a tener en cuenta, así como los métodos empleados en ellas.	 ANEXO 7 PLANEACION MENSUAL
9.Presentar ante el Supervisor las evaluaciones técnicas, físicas y teóricas que le realice a los grupos de alumnos a su cargo, de acuerdo con los manuales y formatos que le sean entregados, las cuales deberán estar establecidas en el cronograma general. Los resultados obtenidos deberán ser entregados junto con el informe del respectivo periodo y un consolidado en el informe final.	Programaré las evaluaciones técnicas, físicas y teóricas que en los niveles (iniciación, fundamentación, perfeccionamiento) con cronograma generales, sus acuerdos de los manuales y los formatos que el instituto nos entregó y estaré atento para diligenciar los temas de las evaluaciones en las Fechas establecidas por el Supervisor. Abril, Agosto, noviembre.
10.El contratista deberá entregar una certificación por parte del organismo deportivo municipal en donde conste la realización de actividades mensuales relacionadas con las obligaciones contractuales en el municipio asignado.	**FOTO DE LA CERTIFICACION** **ANEXO 8 CERTIFICADO DEL MUNICIPIO**  EL SECRETARIO DE DEPORTES, EDUCACIÓN Y CULTURA DEL MUNICIPIO DE CUCUNUBÁ HACE CONSTAR: Que CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO, identificado con la Cédula de Ciudadanía No. 79.163.283 de UBATE prestó sus servicios como MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE FUTBOL DE SALÓN, durante el periodo comprendido entre el 09 de FEBRERO de 2022 al 28 de FEBRERO de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato. La presente se expide a los 28 días mes de febrero de 2022 Cordialmente, CAMILO ALEXANDER ROJAS SUAREZ SECRETARIA DE DEPORTES, EDUCACION Y CULTURA MUNICIPIO DE CUCUNUBA

11.Apoyar a los demás componentes en las diferentes actividades que realicen en los municipios asignados por la Subgerencia Técnica.	
12.Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.	**FOTO CLARA DE LAS REUNIONES QUE ASISTIMOS PRIMERA REUNION DE FORMADORES DE LA PROVINCIA DE UBATE 9 FEBRERO**  **REUNION DEL 15 DE FEBRERO FORMATOS DE INFORME**  **Reunión 19 de febrero mesa técnica del deporte**

	 ANEXO. 9 PLANILLA DE ASISTENCIA MESA TECNICA POLITICA
13.Entregar debidamente diligenciado al área de archivo de la Subgerencia Administrativa y Financiera el Formato Único de Inventario Documental (FUID) o su equivalente, cuando se requiera enviar y/o trasladar documentos al archivo del Instituto.	Entregare debidamente diligenciado los archivos del formato único de inventario cuando lo pida el instituto, con sus documentos diligenciados para que la Subgerencia.
14.Consolidar y presentar a través de la plataforma SECOP II; informe de ejecución contractual con sus respectivos soportes y evidencias; de acuerdo con la forma de pago, condiciones técnicas y/o productos establecidos.	**PANTALLAZOS DE LOS 4 ARCHIVOS PDFQUE SE CARGAN AL DRIVE** 

	
15.Realizar la entrega al supervisor del contrato los documentos, estudios y demás productos elaborados durante la ejecución del contrato a la entrega del informe final del mismo en formato digital y modificable.	**PANTALLAZO TODO EL DRIVE** 

ANEXOS DE LAS EVIDENCIAS

ACTA DE INICIO - SECOP	
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS N° 688 DE 2022	
N° de contrato:	688 de 2022
Contratante:	INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA
Contratista:	CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO
Objeto:	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO "CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA", PARA EL CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES – CUNDINAMARCA
Valor:	OCHO MILLONES QUINIENTOS SETENTA MIL PESOS ($8.570.000) M/CTE
Municipio:	CUCUNUBA
Deporte o disciplina:	FUTBOL DE SALON
Plazo:	CINCO (05) MESES contados a partir de la suscripción del acta de inicio, la cual se realizará una vez cumplidos los requisitos de ejecución del contrato.

El 09 de febrero de 2022, en la ciudad de Bogotá D.C se reunieron CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO identificado civilmente con cédula de ciudadanía N° 79.166.280 y FLOR ANGELA GARZÓN SANCHEZ en calidad Técnico operativo, del Instituto Departamental para la Recreación y el Deporte de Cundinamarca, quien fue designada como supervisora del contrato No. 688 de 2022, con el fin de suscribir acta de inicio del contrato señalado a partir de la fecha de la suscripción del presente documento.

Para el efecto se han verificado por parte del supervisor(a) designado(a) los siguientes requisitos de ejecución contractualmente establecidos para dar inicio al presente contrato.

Registro Presupuestal	RES-2022000359	fecha de expedición: 31/01/2022
Afiliación a ARL	Positiva Compañía de Seguros S.A	fecha de cobertura: 01/02/2022
Póliza de garantías	N/A	fecha de aprobación:

En tal virtud, una vez verificado el cumplimiento de los requisitos de ejecución, las partes expresan conocer a cabalidad las respectivas obligaciones contractuales.

Para la constancia se firma la presente por quienes en ella intervinieron, el día 09 de febrero de 2022.

FLOR ANGELA GARZÓN SANCHEZ Supervisora	**CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO** Contratista

PLAN PEDAGÓGICO

ESCUELAS DE FORMACION DE FUTBOL DE SALON

INDEPORTES

FEBRERO 2022

TABLA DE CONTENIDO

1. Titulo
2. Introducción
3. Justificación
4. Marco Legal
5. Objetivo general
6. Objetivos específicos
7. Población Objeto y cobertura
8. Caracterización del deporte
   - 8.1 Escuelas de formación
   - 8.2 Conceptualización
   - 8.3 Objetivos Escuela deportiva
   - 8.4 Componentes básicos de la escuela
9. Estructura por niveles
   - 9.1 Etapas de enseñanza
   - 9.2 Etapa de Iniciación
   - 9.3 Etapa de fundamentación
   - 9.4 Etapa de perfeccionamiento
10. Metodóloga de trabajo
    - 10.1 etapas de enseñanza-aprendizaje en la escuela deportiva futbol de salón del municipio de Ubaté
    - 10.2 Etapa de iniciación entre edades de (6 a 8 años)
    - 10.3 Etapa de fundamentación entre edades de (9 a 12 años)
    - 10.4 Etapa de perfeccionamiento entre edades de (13 a 17 años)
11. Control seguimiento y evaluación
12. Cronograma de actividades

2. INTRODUCCIÓN

El entrenamiento deportivo, tiene como misión, la formación multilateral, e integral de los seres humanos, desde el punto de vista físico, recreativo, motriz, psicológico, cognitivo y axiológico, es por eso que este proceso es complejo y debe ser planificado y ejecutado cuidadosamente.

Es por ello, que a continuación se plantea un plan pedagógico donde se presentan unos objetivos de trabajo progresivo, así como también un proceso evolutivo por niveles de dificultad, teniendo en cuenta los procesos de aprendizaje de los niños. Enfocado a trabajar en la formación del ser humano como se ser integral, pensando en una construcción desde diferentes componentes, con la finalidad de instituir desde una totalidad, donde las cualidades físicas y motrices van de la mano de los componentes psicológicos, cognitivos y axiológicos.

El objetivo primordial es el de contribuir a la formación integral de los alumnos y alumnas que participan en las diferentes actividades programadas, orientadas a la mejora de las posibilidades ms y de adaptación, socialización, compañerismo, hábitos de vida y desde la consideración de que el aprendizaje de esta especialidad deportiva debe ser entendido, en los niveles de iniciación y en la práctica del futbol de salón a edades tempranas, como un medio para la consecución de determinadas intenciones y finalidades, más que como un fin en sí mismo.

Todo lo planteado anteriormente, se realizará por medio del juego y formas jugadas. Teniendo en cuenta las edades de los niños, su etapa de desarrollo y el método de enseñanza planteada por el instructor. A sí mismo, la recreación juega un papel muy importante en el desarrollo de este plan pedagógico.

El diseño de este plan ha sido propuesto para la disciplina de futbol de salón, concretamente para niños y jóvenes entre los 6 y 17 años del municipio de Ubaté, Cundinamarca, dividido en tres niveles; iniciación de 6 a 8 años, fundamentación de 9 a 12 años y perfeccionamiento de 13 a 17 años.

3. JUSTIFICACIÓN

Es importante educar a los niños y jóvenes por el buen camino, inculcando valores que les permita conocer que hay un camino correcto que puede cambiar sus vidas, así mismo que deben aprovechar su tiempo libre en el desarrollo de actividades deportivas que les permita crear hábitos saludables y alejarse de una vida sedentaria que dependa del uso de la tecnología; teniendo como base principal el compromiso y la unión familiar, razón por la cual se le da una relevancia importante a la familia en el que día a día puede interactuar con sus hijos.

Finalmente el objetivo es buscar que el alumno actué con autonomía, responsabilidad, respeto, libertad, honradez, eficiencia, creatividad y originalidad.

4. MARCO LEGAL

Las escuelas deportivas por ser un programa institucional de nivel nacional y departamental, cuentan con suficiente respaldo legal que garantizan su ejecución en cada de los municipios del departamento como alternativa para mejorar la calidad de vida en la población, Para el diseño de este plan pedagógico se tuvo en cuenta las siguientes leyes y artículos:

LEY 181 DE ENERO 18 DE 1995

La ley del deporte y la ley de la educación de 1994, para los respectivos fines. Según la constitución política de Colombia de 1991 en el articulo 52 se aborda la recreación y el deporte como un derecho fundamental en la sociedad.

El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano. El deporte y la recreación forman parte de la educación y constituyen gasto público social. Se reconoce el derecho de todas las personas ala recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. El estado fomentara estas actividades e inspeccionara, vigilara y controlara las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.

LEY 181 DE 1995

Por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física y se crea el sistema nacional del deporte.

ARTICULO 1. Los objetivos generales de la presente ley son el patrocinio, el fomento, la divulgación, la planificación, la coordinación, la ejecución y el asesoramiento de la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de la educación extra escolar de la niñez y la juventud en todos los niveles y testamentos sociales del país, en desarrollo del derecho de todas las personas a ejercitar el libre acceso a una formación física y espiritual adecuada. Así mismo, la implantación y fomento de la educación física para contribuir a la formación integral de la persona en todas sus edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad.

ARTICULO 2. El objetivo especial de la presente ley, es la creación del sistema legal del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, la educación extra escolar y la educación física.

ARTICULO 3. Para garantizar el acceso del individuo y de la comunidad al conocimiento y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo.

ARTICULO 4. Derechos sociales. El deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de una persona. Su fomento, desarrollo y practica son parte integrante del servicio público educativo y constituye gasto público social bajo los siguientes principios: universalidad, participación comunitaria, participación ciudadana, integración funcional, democratización y ética deportiva.

5. OBJETIVO GENERAL

Diseñar un plan pedagógico que desarrolle un ser integral por medio de componentes físicos, recreativos, motrices, psicológicos, y cognitivos y dirigidos a niños y jóvenes de 6 a 17 años por medio del juego y formas jugadas.

6. OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Identificar el nivel de condición física y técnica de los niños y jóvenes de la escuela de formación de futbol de salón
- Mejorar el trabajo técnico a nivel grupal y de equipo.
- Desarrollar una planificación mediante ejercicios físicos técnicos y tácticos
- Verificar los logros alcanzados en el tiempo propuesto
- Desarrollar una planificación a partir de la fase diagnostica, mediante contenidos físicos, técnicos, tácticos, teóricos y psicosociales.

7. POBLACION OBJETO Y COBERTURA

El diseño de este plan ha sido propuesto para la disciplina de futbol de salón, concretamente para niños y jóvenes entre los 6 y 17 años del municipio de Ubaté, Cundinamarca, dividido en tres niveles; iniciación de 6 a 8 años, fundamentación de 9 a 12 años y perfeccionamiento de 13 a 17 años.

8. CARACTERIZACION DEL DEPORTE

8.1 ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS Y RECREATIVAS

8.1.1 CONCEPTUALIZACIÓN*:*

Las escuelas deportivas son centros de carácter formativo donde los niños, niñas y jóvenes entre los 6 y 17 años, inician, fundamentan y especializan un deporte.

Las Escuelas Deportivas son estructuras curriculares de carácter pedagógico y procesos de formación deportiva organizada por ciclos, encargadas de contribuir a la formación de forma integral, relacionando componentes físicos, intelectuales, afectivos y sociales de los niños y jóvenes deportistas, propósito que se logra a través de programas sistemáticos que permiten adquirir una disciplina deportiva y de acuerdo con los intereses, elegir el deporte como salud, recreación y/o rendimiento.

La palabra recreación es escuchada hoy en cualquier parte, por la amplia variedad de su contenido que permite que cada quién la identifique de diferente forma, sobre la base de la multiplicidad de formas e intereses en el mundo moderno puede constituir formas de recreación. Es por eso que muchas veces se encuentra que lo que para unos es recreación, para otros no lo es, por ejemplo, el cuidado de los jardines para algunos resulta una actividad recreativa y para otros constituye su trabajo.

Para Joffre Dumazedier, destacado sociólogo francés dedicado a los estudios del tiempo libre, Recreación "es el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo, para descansar para divertirse o para desarrollar su información o su formación desinteresada, tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales. Es una definición esencialmente descriptiva, aunque popularmente conocida como la de las tres "D": Descanso, Diversión y Desarrollo.

8.1.2 OBJETIVOS DE LA ESCUELA DEPORTIVA Y RECREATIVA

- Estimular el desarrollo sicomotor de los niños, niñas y jóvenes, para el logro de una actividad sana y saludable para su vida.
- Incentivar el derecho al movimiento en los niños, niñas y jóvenes como posibilidad

de expresión individual.

- Orientar trabajos interdisciplinarios e interinstitucionales para el fomento educativo, desarrollo investigativo, fortalecimiento de procesos técnicos y deportivos, que mejoren de la salud física y mental de las personas.
- Propiciar la práctica y la construcción de una cultura física.
- Facilitar el acceso a la práctica deportiva de calidad fuera de la comunidad escolar.
- Impulsar los procesos de maduración y ajuste social de los niños.
- Fomentar el desarrollo del niño a través de la superación física y la competición.
- Facilitar conocimientos teóricos y técnicos sobre el futbol de salón
- Favorecer las relaciones sociales mediante la realización de actividades grupales que potencien el aprovechamiento del tiempo libre.

8.1.3 COMPONENTES BÁSICOS DE LA ESCUELA DEPORTIVA Y RECREATIVA

PROFESORES Y TÉCNICOS

El personal docente y técnico a cargo de los programas deberá ser integrado por pedagogos en las áreas de educación física, recreación y deportes, debidamente capacitados en el trabajo con niños.

IMPLEMENTACIÓN

Las Escuelas de Formación deportiva deberán contar con la implementación y material didáctico básico requerido para el desarrollo de los programas (esta adquisición es compromiso de cada escuela deportiva).

QUIENES PUEDEN HACER PARTE DE LA ESCUELA?

Podrán ingresar niños, niñas y jóvenes entre los seis (6) y diecisiete (17) años de edad, los cuales serán distribuidos en diferentes categorías teniendo en cuanta la edad.

FORMACIÓN INTEGRAL

Es un talento educativo que pretende no sólo instruir a los estudiantes con los saberes específicos de las ciencias sino, también, ofrecerles los elementos necesarios para que crezcan como personas buscando desarrollar todas sus características, condiciones y potencialidades.

Acodesi (2013) afirma:

La Formación Integral sirve, entonces, para orientar procesos que busquen lograr, fundamentalmente, la realización plena del hombre y de la mujer, desde lo que a cada uno de ellos les corresponde y es propio de su vocación personal. También, contribuye al mejoramiento de la calidad de vida del entorno social, puesto que ningún ser humano se forma para sí mismo y para mejorar él mismo, sino que lo hace en un contexto sociocultural determinado con el objeto igualmente de mejorarlo.

Es por ello, que uno de los objetivos de la escuela de formación deportiva y recreativa de futbol de salón, es formar a los niños y jóvenes desde la integralidad.

FUTBOL DE SALÓN

El futbol de salón es un deporte en el que se enfrentan dos equipos compuestos por cuatro jugadores de campo y un portero, y cuyo objetivo es marcar más goles que el contrario durante un periodo de juego que durá dos tiempos de 20 minutos (el tiempo se detiene cuando el balón no está en juego)

Quizás lo conozcas por futsal, (a alto nivel tiene una alta complejidad táctica: por sus espacios reducidos: el campo mide 40 metros por 20).

Si quieres saber algo de su historia:

El futbol de salón nació en Uruguay en 1930. Fue el profesor Juan Carlos Ceriani quién utilizando reglas del waterpolo, baloncesto, balonmano y fútbol, redacto el reglamento de este deporte. De salón hay que buscarlos en Uruguay en el año 1930. En aquella época el fútbol era una auténtica locura en las calles de Montevideo. Era la época en que la selección de Uruguay había obtenido el campeonato del mundo.
Fue el profesor Juan Carlos Ceriani el que se dió cuenta de que los niños jugaban al futbol en canchas de baloncesto al no haber campos de fútbol libres e intento solucionar el problema. Su gran acierto fue el acercar el futbol a una cancha pequeña destinada a otros deportes.
El fútbol de salón recreativo es una actividad que tiene como fin darle la posibilidad al deportista de jugar de una manera distinta, que sea divertida, se evidencia la adquisición de las habilidades deportivas en edades tempranas formando parte del empleo correcto del tiempo libre dentro de la comunidad, como una alternativa de contribución a la formación de los niños.
Además las actividades recreativas que aparecen en el futbol de salón están orientadas hacia diferentes direcciones desde la perspectiva fisiológica, técnica y táctica, peo siempre con el contexto del juego como una vía de recreación utilizando el tiempo libre

"El fútbol de salón es un deporte distinto al fútbol"
El "futbol de salón" como se le empezó a llamar causó sensación en Uruguay, desde donde pasó a Chile, Brasil, Argentina, Perú y España. Después se desarrolló en el resto del mundo.

El fútbol de salón es un deporte distinto al fútbol convencional, pues es una conjunción de varios deportes, incluido el fútbol por supuesto.

9. ESTRUCTURA POR NIVELES

9.1 ETAPA DE INICIACIÓN ENTRE EDADES DE (6 A 8 AÑOS)

OBJETIVO*:* Desarrollar una base psicomotriz amplia mediante la utilización de elementos propios del futbol de salón que permitan el desarrollo psicomotor de los niños y niñas a través de diferentes actividades recreativas.

9.2 ETAPA DE FUNDAMENTACIÓN ENTRE EDADES DE (9 A 12 AÑOS)

OBJETIVO*:* Lograr que los niños fortalezcan las habilidades psicomotoras a través de actividades recreativas y deportivas desarrolladas mediante el futbol de salón.

9.3 ETAPA DE PERFECCIONAMIENTO ENTRE EDADES DE (13 A 17 AÑOS)

OBJETIVO*:* Fundamentar técnicamente al niño en la disciplina de futbol de salón por medio actividades y ejercicios acordes a su desarrollo físico y cognitivo.

10. TEMAS Y CONTENIDOS DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA DE FUTBOL DE SALÓN DEL MUNICIPIO DE UBATE.

A continuación, se realiza un plan pedagógico dirigido a niños (as) y jóvenes entre los 6 y 17 años, para la disciplina de futbol de salón del municipio de Ubaté. Este plan pedagógico va direccionado a tres fases fundamentales del trabajo en escuelas de formación deportivas y recreativas; la iniciación, la fundamentación y el perfeccionamiento.

Todo el desarrollo de este proceso tiene un enfoque holístico donde se busca formar un ser integral, por medio de componentes físicos, técnicos, tácticos, y emocionales.

10.1 ETAPAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE EN LA ESCUELA DEPORTIVA FUTBOL DE SALÓN DEL MINICIPIO DE UBATE

Como se mencionó anteriormente, el proceso se realizará en tres fases: iniciación, fundamentación y perfeccionamiento, los cuales van enfocados de acuerdo a las etapas de desarrollo y necesidades de los niños y jóvenes deportistas.

10.2 ETAPA DE INICIACIÓN ENTRE EDADES DE (6 A 8 AÑOS)

OBJETIVO: Desarrollar una base psicomotriz amplia mediante la utilización de elementos propios del futbol de salón que permitan el desarrollo de diferentes actividades

CONTENIDO FISICO: Se desarrollara diferentes ejercicios y actividades que permita mejorar las siguientes capacidades:

- Flexibilidad
- Agilidad
- Equilibrio
- Velocidad

CONTENIDO TECNICO: Se desarrollaran diferentes ejercicios y actividades que permita al niño mejorar las diferentes técnicas:

- Control de balón
- Pase
- Conducción
- Técnica para patear

CONTENIDO TACTICO: Permite mejorar el proceso defensivo y ofensivo en los ejercicios del futbol de salón, en los cuales se desarrollará un trabajo tanto individual como grupal, mejorando el trabajo en equipo.

CONTENIDO TEÓRICO:

- Conocimiento del Reglamento
- Conocimiento de los fundamento técnicos y tácticos del futbol DE SALÓN

CONTENIDO PSICOSOCIAL

Características asociadas al componente intelectual, uso de valores dentro y fuera del campo, así como el trabajo e equipo.

10.3 ETAPA DE FUNDAMENTACIÓN ENTRE EDADES DE (9 A 12 AÑOS)

OBJETIVO*:* Fundamentar técnicamente al niño en la disciplina de futbol de salón por medio actividades y ejercicios acordes a su desarrollo físico y cognitivo.

CONTENIDO FISICO:

- Características asociadas a la velocidad, fuerza y coordinación
- Características asociadas a la resistencia, flexibilidad y condición general.
- Actividades de fuerza muscular y abdominal

CONTENIDO TÉCNICO:

Mejorar las habilidades de los niños a la hora de desarrollar sus actividades y ejercicios ordenados por el instructor en el campo deportivo como pase, remate, dominio de balón, conducción de balón de un lado a otro, y manejo de las superficies del pie.

CONTENIDO TÁCTICO:

Patrón de juego dominante: ejercicios de recepción, atacar con precisión para encontrar líneas de pase, defender y mejorar la recuperación del balón, así como la posesión dentro de campo deportivo.

CONTENIDO TEÓRICO

- Conocimiento de los fundamento técnicos y tácticos

CONTENIDO PSICOSOCIAL

Características asociadas al componente intelectual: aprender a comprender la necesidad de la existencia de reglas, uso de valores, trabajo el equipo, e higiene personal dentro y fuera del campo deportivo.

METODOLOGIA

Se pretende abordar las temáticas desde los gustos e intereses de los niños con juegos acordes a su edad y etapas de desarrollo, agregando una mayor complejidad en las actividades y ejercicios asignados por el instructor, buscando la adquisición de gestos y habilidades propias de la disciplina deportiva.

10.4 ETAPA DE PERFECCIONAMIENTO ENTRE EDADES DE (13 A 17 AÑOS)

OBJETIVO: Perfeccionar técnicamente al deportista en el futbol de salón de acuerdo con sus características de desarrollo y su gusto en particular.

CONTENIDO FISICO*:* Se desarrollaran diferentes ejercicios y actividades que iran aumentando de complejidad de acuerdo a la edad y desempeño de cada deportista que permita mejorar las siguientes capacidades:

- Velocidad
- Fuerza
- Coordinación

CONTENIDO TÉCNICO:

- Pase
- Definición
- Conducción
- Remate

- Técnicas agresivas de pase remate y definición: Pases largos a un solo toque, pases diagonales, superación de obstáculos a corta y larga distancia.
- Desarrollo de ejercicios para mejorar la potencia y profundidad con movimiento lineal, consistencia, dirección, conducción de balón y preparación en el remate.

CONTENIDO TÁCTICO:

Otras cualidades del patrón de juego: consistencia; conducción, ejercicios de pelota con balón detenido para tener más variedad y creatividad, control de la balón, desplazamiento hacia adelante y hacia atrás.

CONTENIDO TEÓRICO: (MATERIALES – *ESPACIO – INDUMENTARIA)*

- Conocimiento de la regla
- Conocimiento del juego a nivel Nacional e Internacional

CONTENIDO PSICOSOCIAL*:*

- Características asociadas a la confianza: el alumno empieza a pensar en el futbol de salón de forma positiva, formulación del auto concepto.

- Características asociadas al componente intelectual: aprender a comprender la necesidad de la existencia de reglas, uso de valores, trabajo el equipo, e higiene personal dentro y fuera del campo deportivo.
- Características asociadas al espíritu competitivo: período de diversión y aprendizaje.

METODOLOGIA:

Se pretende abordar las temáticas desde una etapa de perfeccionamiento donde los deportistas realicen actividades acordes a su edad y etapas de desarrollo, agregando una mayor complejidad en las formas jugadas, buscando la adquisición de gestos y habilidades propias de la disciplina deportiva.

PROPUESTA RECREATIVA

Durante el proceso formativo se tiene presente el enfoque recreativo, es por ello que se plantean las siguientes temáticas en el plan pedagógico y la malla curricular.

- Recreación deportiva
- Recreación al aire libre
- Recreación artística

ACTIVIDADES:

Se plantean diferentes actividades como:

- Desarrollo de juegos tradicionales
- Rondas infantiles
- Juegos lúdico – recreativos
- Manualidades
- Actividades de Interacción Social.

11. METODOLOGIA DE TRABAJO

La Escuela Deportiva y recreativa de futbol de salón del municipio de Ubaté, realizará un proceso estructurado de acuerdo a las necesidades y etapas de desarrollo de los niños y jóvenes. Las sesiones de entrenamiento se realizarán de forma presencial dividido de la siguiente manera: Presencial: 36 sesiones, para un total de 60 horas al mes. Cada sesión estará compuestas por veinte (20) minutos de preparación, hora y treinta (1:30) minutos de formacion y diez (10) minutos de cierre, para un total de 2 horas como mínimo. Semanalmente cada grupo tendrá 2 horas de trabajo presencial.

12. CONTROL SEGUIMIENTO Y EVALUACION

El proceso de evaluación control y seguimiento de cada una de las categorías se realizará a través de la aplicación de pruebas físicas y técnicas teniendo en cuenta la capacidad de cada niño y joven que participe en el proceso de formación. Dicha evaluación se realizará por medio de las actividades programadas en cada una de las

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES INICIACION

ACTIVIDAD	SEM 1	SEM 2	SEM 3	SEM 4	SEM 5	SEM 6	SEM 7	SEM 8	SEM 9	SEM 10	SEM 11	SEM 12	SEM 13	SEM 14	SEM 15	SEM 16	SEM 17	SEM 18	SEM 19	SEM 20	SEM 21	SEM 22	SEM 23	SEM 24	SEM 25	SEM 26	SEM 27	SEM 28
JUEGOS DE INTEGRACION	■																											
HISTORIA DEL FUTBOL DE SALON		■								■																		
PASE			■	■										■	■									■	■			
EJERCICIOS DE VELOCIDAD A TRAVES DE ACTIVIDADES RECREATIVAS					■			■			■								■				■					
JUEGOS TRADICIONALES																												
HABITOS DE VIDA SALUDABLES	■																			■							■	
REGLAMENTACION								■										■										
EJERCICIOS DE REACCION A TRAVES DE ACTIVIDADES RECREATIVAS								■										■										
APLICACIÓN DE PRUEBAS								■													■							
ACTIVIDAD DEPORTIVA																	■											
EJERCICIOS DE CONCENTRACION A ATRVES DE ACTIVIDADES RECREATIVAS						■	■									■	■									■		
ACTIVIDADES RECREATIVAS																						■						
EJERCICIO DE FUERZA		■							■				■									■						

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES FUNDAMENTACION

ACTIVIDAD	SEM 1	SEM 2	SEM 3	SEM 4	SEM 5	SEM 6	SEM 7	SEM 8	SEM 9	SEM 10	SEM 11	SEM 12	SEM 13	SEM 14	SEM 15	SEM 16	SEM 17	SEM 18	SEM 19	SEM 20	SEM 21	SEM 22	SEM 23	SEM 24	SEM 25	SEM 26	SEM 27	SEM 28
JUEGOS DE INTEGRACION	■																											
HISTORIA DEL FUTBOL DE SALON		■								■																		
PASE			■	■										■	■									■	■			
EJERCICIOS DE CONDUCCION					■			■			■								■				■					
JUEGOS TRADICIONALES																												
HABITOS DE VIDA SALUDABLES	■																			■							■	
REGLAMENTACION								■										■										
APLICACIÓN DE PRUEBAS								■													■							
ACTIVIDAD DEPORTIVA																	■											
EJERCICIOS DE REMATE						■	■									■	■									■		
ACTIVIDDES RECREATIVAS																						■						
EJERCICIO DE FUERZA		■							■				■									■						
EJERCICIOS DE RESISTENCIA																												

sesiones, actividades de conocimiento, y aplicación de diferentes instrumentos que evalúen la experiencia y dificultad en cada uno de los ejercicios a realizar.

13. **CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES**

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES PERFECCIONAMIENTO

ACTIVIDAD	SEM 1	SEM 2	SEM 3	SEM 4	SEM 5	SEM 6	SEM 7	SEM 8	SEM 9	SEM 10	SEM 11	SEM 12	SEM 13	SEM 14	SEM 15	SEM 16	SEM 17	SEM 18	SEM 19	SEM 20	SEM 21	SEM 22	SEM 23	SEM 24	SEM 25	SEM 26	SEM 27	SEM 28
JUEGOS DE INTEGRACION	■				■							■					■								■	■		
HISTORIA DEL FUTBOL DE SALON		■								■																		
PASE			■	■										■	■									■	■			
EJERCICIOS DE CONDUCCION					■			■			■								■				■					
JUEGOS TRADICIONALES																												
HABITOS DE VIDA SALUDABLES	■																			■							■	
REGLAMENTACION								■										■										
EJERCICIOS DE REMATE						■	■									■	■									■		
ACTIVIDADES RECREATIVAS																						■						
EJERCICIO DE FUERZA		■							■				■									■						
EJERCICIOS DE RESISTENCIA					■	■									■	■									■			
INTELIGENCIA EMOCIONAL						■																						
SISTEMA OFENSIVO																		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
EJERCICIOS DE ESTRATEGIA														■	■	■												
EJERCICIOS DE DEFINICION				■	■	■	■	■																				
APLICACIÓN DE PRUEBAS								■													■							
ACTIVIDAD DEPORTIVA																	■											



"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

INDEPORTES

NIVEL INICIACIÒN

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
	INICIACION	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	Realiza ejercicios que permitan acoplar difren tes movimientos corporales a traves del juego
						RITMO	Mejora el ritmo a traves de ejercicios de coordinacion
						EQUILIBRIO	Logra que los niños se desplacen de un lado a otro saltando en un solo pie
						ORIENTACION	Mejora la orientacion a traves de ejercicios que permitan la ubicacion en tiempo y espacio
						DIFERENCIACION	Realiza actividades que permitan el desplazamiento caminando en diferentesvelocidades
						REACCIÓN	Logra que los niños mejoren la reaccion a traves de juegos con lanzamientos de balon
						ADAPTACIÓN	Enseñar a los niños a adaptarse a través de la realización de tareas motrices
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	Realiza actividades que permitan el desplazamiento caminando
						CORRER	Enseña a los niños a desplazarse a traves de diferentes velocidades
						SALTAR	Logra que los niños realicen ejercios de salto a pie junto
						ATRAPAR	Mejora la reaccion a traves de juegos de lanzamiento y atrapada
						RODAR	Enseña los niños a rodar en diferentes direcciones
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	PLANCHA	Mejora en el niño la fuerza de brazos y piernas
						CARRERAS	Maximiza la vlocidad a traves de carreras
						ABDOMINALES	Mejora la fuerza abdominal a ttraves de ejercicios repetitivo
				2	RESISTENCIA	FLEXIONES	Mejora la fuerza en piernas y brazos
						SALTAR LA CUERDA	Mide la resistencia a traves de cantidad de saltos realizados
				3	VELOCIDAD	CONDUCCION DE BALON	Aumenta la velocidad en conduccion de balon
						CARRERAS DE RELEVO	Mejora el tiempo den el desplazamiento
				4	FLEXIBILIDAD	ESTIRAMIENTO	Logra que el niño mejore la flexibilidad a traves de ejercicios de estiramiento
		TECNICO	DESTREZAS	1	VELOCIDAD	JUEGO DE STOP	Permite que los niños corran en diferentes velocidades
						LA LLEVA	Logra que el niño mejore el pase a larga distancia
						CONGELADOS	Permite realizar diferentes movimientos
				2	CONCENTRACION	JUEGO DE GOLOZA	Mejora la conduccion del balon con el borde interno
						JUEGO DE DOMINO	Logra la concentración
						LOTERIA	Mejora la capacidad cognitiva
				3	REACCION	JUEGO DE PERRITO	Mejora el trabajo en equipo y la integracion
						PONCHADOS	Mejora la reaccion al evadir un objeto
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	INICIOS	Se enseña como inicioa la historia del futbol de salon
						DONDE SE JUGO POR PRIMERA VEZ EL FUTBOL DE SALON	Motiva al niño aa practicar el futbo de salon
						SITIOS DE DESARROLLO	Conoce algunos lugares donde se desarrollo el juego
						INVENTORES	Conoce quien invento el futbol de salon
				2	REGLAMENTACION	JUGADORES	Aprense cuatos jugadores deben estar en cancha
						JUEGO LIMPIO	Inculca el juego limpo en todas las sesiones de trabajo
						INICIO Y REANUDACION DE JUEGO	Enseña tiempo de duracion del encentro deportivo
						CAMBIOS	Enseña como se deben hacer los cambios durante el ejuego
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	CUMPLIMIENTO	Exige la participacion en todas las sesiones programadas
						TRANSPARENCIA	Utiliza correctamente los instrumentos utilizados en cada sesion
						IDENTIDAD POR EL MUNICIPIO Y DEPARTAMENTO	Enseña los simbolos del Municipio y departamento y hacerlos respetar
						TRABAJO EN EQUIPO	Exige el trabajo en equipo en todas las clases.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	RESPETO	Inculca el respeto a todo su entorno dutante las sesiones
						HONESTIDAD	Enseña a los niñños la importanci de ser honestos
						TRABAJO EN EQUIPO	Reconocer el trabajo en equipo da en cada actividad realizada
						DEDICACION	Realiza las sesiones de clae a conciencia
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	Logra que los niños tengan una buena higien personal dentro y fuera del campo deportivo
						ALIMENTACIÓN	Solicita a los niños asistir bien alimentados a todas alas sesiones programadas
						PRESENTACION PERSONAL	Exige a los niños presentarse correctamente a las sesiones
						DESCANSO Y SUEÑO	Permite que el niños tenga tiempos de descanso entre una y otra actividad
						EJERCICIO FISICO	Pmmover el ejercicio en cada una de las actividades
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	Reconoce la actitud de cada uno de los compañeros
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	Reconocer el esfuerzo que hace cada niño para mejorar en cada uno de sus sesiones
						ENTREGA	Valora las sesiones de clase que se realizan
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	Enseña al niño la forma correcta de concecrarse para realizar cada actividad
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	Enseña el trabajo en equipo y juego limpio en todas las sesiones
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	GATO Y RATON	Mejora el trabajo en equipo y la integracion
						LA LLEVA	Mejora la coordinacio
						PATO PATO GANZO	Mejora la habilidad cognitiva
				2	JUEGOS TRADICIONALES	CUCUNUBA	Mejora la coordinacion
						YERMIS	Resalta la importancia de los juegos tradicionales en cada actividad
						JENGA	Mejorar la capacidad cognitiva
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	Figuras de plastilina	Mejora las habilidades psicomotoras
						Baile	Mejora la capacidad auditiva
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	ENCOSTALADOS	Mejorar la coordinacion a la hora de realizar el ejercicio
						ZIG ZAG	
						CIRCUITO CON BOMBAS DE AGUA	
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	Corazon de la piña	Mejora la accion motora
						Golosa	Mejora la capacidad cognitiva
						Puente esta quebrado	Trabaja coordinacion y fuerza
						Juguemos en el bosque	Aumenta la velocidad y la percecion

FECHA DE ENTREGA	feb-22
NOMBRES Y APELLIDOS DEL MONITOR	CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO
MUNICIPIO	CUCUNUBA

DEPORTE

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL FUNDAMENTACIÓN

DEPORTE	NIVEL DE FORMACIÓN	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCIÓN DEL LUGAR DE EJECUCIÓN DEL PROCESO DE FORMACIÓN, CAPACIDADES, HABILIDADES Y DESARROLLOS QUE ACTIVIDAD EN EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACIÓN	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	LOCOMOCIONES, COORDINATIVAS	RITMO	Desarrollo con fluidez una secuencia programada
						RELACION	Desplazarse rápidamente a objetivos específicos, creando
						COORDINACION	Realiza ejercicios de coordinación dinámica general y
						EQUILIBRIO	Mantiene el equilibrio estático y dinámico durante la ejecución y
						ORIENTACION	Ejecuta movimientos corporales orientados a un objetivo, según
				2	HABITOS BASICOS DE MOVIMIENTO	HABITO CORPORAL, PATRON	Realiza movimientos básicos fundamentales, que se
						SALTAR, ATRAPAR	
						DESLIZARSE, GOLPEAR	
						TIRAR	
						CAMINAR, CORRER	
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1		CAMBIOS DE DIRECCION, RITMO, MENOR TIEMPO POSIBLE	Realiza movimientos en los cinco con diferentes
				2	RESISTENCIA	CORTO DURACION	Realiza actividades/acciones de corta, media duración y
						MEDIA DURACION	
				3	VOLUNTAD	RELACION	Ejecuta ejercicios propuestos por cortos con juego para
						TRABAJADO	Ejecuta ejercicios propuestos por cortos con juego para
				4	FLEXIBILIDAD	AGILIDAD	Realiza movimientos corporales que requieren de todas las
						FUERZA	Realiza movimientos corporales que requieren de todas las
		TECNICO	DESTREZAS	1	CONTROL	ESTRATEGIA A LA BOLA COMO REGLAS EL CONTROL DE BALON,	Se ejecutan juegos en pequeños grupos y/o colectivos, en
							Se ejecutan juegos en pequeños grupos y/o colectivos, en
							Se ejecutan juegos en pequeños grupos y/o colectivos, en
							Se realiza ejercicios/ acciones y actividades sobre el uso
							Se realiza ejercicios/ acciones y actividades sobre el uso
				2	PASE	DIFERENTES CLASES DE PASE UTILIZADOS EN EL FUTBOL SALON PERSONAL	Realizar un juego pequeño con fluidez, relativo a pases y
							Realizar un juego pequeño con fluidez, relativo a pases y
							Realiza pases de distintas maneras, tanto a mayor distancia
							Realiza pases de distintas maneras, tanto a mayor distancia
							Realiza pases de distintas maneras, tanto a mayor distancia
				3	CONDUCCION	IDENTIFICAR EN LA BOLA LA CONDUCCION Y DEMAS REGLAS DEL FUTBOL SALON	Se maneja con seguridad y destreza el balón en carrera,
							Se maneja con seguridad y destreza el balón en carrera,
							Se maneja con seguridad y destreza el balón en carrera,
							Se maneja con seguridad y destreza el balón en carrera,
							Se maneja con seguridad y destreza el balón en carrera,
				4	REMATE	ESQUEMA Y DIAS A TRABAJAR EN LA MOTRICIDAD FUNDAMENTAL BASICA	Se realizan ejercicios, al pasar por la zona de remate de arco y
							Se realizan ejercicios, al pasar por la zona de remate de arco y
							Se realizan ejercicios, al pasar por la zona de remate de arco y
							Se realizan ejercicios, al pasar por la zona de remate de arco y
							Se realizan ejercicios, al pasar por la zona de remate de arco y
				5	CLASIFICACION	UTILIDAD DIFERENTES GRUPOS DE LOS DIFERENTES GESTOS TECNICOS DE CADA ELEMENTO	el objetivo de utilizarlos para ayudarse a unos a otros,ubicándolo
							el objetivo de utilizarlos para ayudarse a unos a otros,ubicándolo
							Juegos cortos
							pareja, cuerpos, tocarlas la cuadrados
		TEORICO		1	CONCEPTUALIZACION Y FUNDAMENTACION	HISTORIA DEL DEPORTE	Conocer la historia del deporte y sus respectivos
						REGLAMENTO	Normas y reglamentación básica del futbol de salon
						ORGANIZACION	
				2	ASPECTOS DE PROTECCION	RESPETO	Todos tenemos los mismos derechos y debemos
						PUNTUALIDAD	Todos los días llegar a tiempo a la clase para evitar
						PROGRESION	Realiza ejercicios de mayor dificultad a medida
						TRABAJO EN EQUIPO	Se comparte con los demás mediante juegos,
		FISICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	Disciplina En Equipo	Trabaja y aporta adecuadamente a la ejecución de trabajo
						LIDERAZGO	Participa activamente y toma decisiones en el ambiente
						AUTOCONCEPTO	Fortalecimiento de valores de liderazgo para el ambiente
						RELACIONES	Fortalecer y se integra en el grupo de trabajo y juego
						AUTONOMIA	Respeta la individualidad Propiedades individuales
				2	ASPECTOS DE CRECIMIENTO	AUMENTACION	Los ritmos son diferentes - Se Trabaja y aprende
						HIGIENE PERSONAL	Mantenimiento mis hábitos personales personal
						ATENCION	concentrarme activo/ practica
						PLANIFICAR	tener claro lo hecho- se una actividad/ejercicio/ día a día
						ESTADO	completo de hábitos adecuados y saludables/ejercicios /
				3	MOTIVACION	PUNTUALIDAD	Para un buen desarrollo de las actividades
						AUTOESTIMA	Mantener de mi mismo/a en los mejores y desarrollar
						MEMORIA	Toma de bola y succión de tareas respectivo y cuidado y
				4	ESTRUCTURAS INDIVIDUALES	ATENCION Y CONCENTRACION	Participa activamente en el desarrollo de las actividades
						AUTOAUTOESTIMA	
						HIGIENE Y ALIMENTACION	Es saludable con una alimentación que proporcione dificultades en la
						CARACTERISTICAS	
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTRODUCCION	INTEGRALIDAD	Realiza el ejercicio en los niños la variedad para fortalecer la
						PARTICIPE EMOCIONAL	Realiza Tuguerio entre los principios del movimiento ideal
							Se trata solamente de diferencia entonces de forma una de todos la
				2	JUEGOS TRADICIONALES	GESTO Y PALABRA	ayudar a respetar el trabajo y aprendiz de la vida
						CANCIONES Y JUEGOS	Recuerdo y trabajo en equipo
						RAZONES	Juego tradicionales que ayudan a aprender habilidades motrices
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	VALOR PERSONAL	Actividad recreativa
						PINTURA	Ayudan a explorador en la vida
						DANZA	Ayuda los cuales ayudara a descubrir la individual de cada uno en
				4	JUEGOS COOPERATIVOS	JUEGOS Y LUDICOS	Aprendizaje de practica disciplina como habilidades, vida
						COMUNICACION MOTRIZ	Por medio, gimpkis y rodrigo por todas y habilidades en equipo
				5	JUEGOS RECREATIVOS	TRES O MAS SALAS	Aprende, vida cooperatividad, para ayuda en balance y actividad
						PRESENCIA	Los niños se ayuda en la salud física y física en todos, ayudara a los
						VALOR MORAL	Los niños para una vuelta de habilidades, por ejemplo cooperativos
							Los niños para una vuelta de habilidades, por ejemplo cooperativos

FUNDAMENTACIÓN	ATLETISMO
INICIACIÓN Y DESARROLLO DEL DEPORTE	FUTBOL DE SALON - MICROFUTBOL - FUTBOL PLAYA
RENDIMIENTO	FUTBOLISTAS

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL PERFECCIONAMIENTO

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	DENTRADO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LUGAR POR CUMPLIR CON EL OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD, CONDICIONES DE CONSTRUCCION Y ADECUACION, GARANTE DE DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
FUTBOL DE SALON	PERFECCIONAMIENTO	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	COORDINACION OCULOMANUAL PIES	ADAPTABILIDAD	Aplicar metodologías y organización de la actividad, tener en cuenta: Material, Espacio, Recursos humanos, Logísticos, Objetivos, Metodología, Evaluación
						AGILIDAD	Aplicar metodologías y organización de la actividad, tener en cuenta: Material, Espacio, Recursos humanos, Logísticos, Objetivos, Metodología, Evaluación
						DESTREZA	Aplicar metodologías y organización de la actividad, tener en cuenta: Material, Espacio, Recursos humanos, Logísticos, Objetivos, Metodología, Evaluación
						ORIENTACION	Aplicar metodologías y organización de la actividad, tener en cuenta: Material, Espacio, Recursos humanos, Logísticos, Objetivos, Metodología, Evaluación
						DIFERENCIACION	Aplicar metodologías y organización de la actividad, tener en cuenta: Material, Espacio, Recursos humanos, Logísticos, Objetivos, Metodología, Evaluación
						EQUILIBRIO	Aplicar metodologías y organización de la actividad, tener en cuenta: Material, Espacio, Recursos humanos, Logísticos, Objetivos, Metodología, Evaluación
						ADAPTACION	Aplicar metodologías y organización de la actividad, tener en cuenta: Material, Espacio, Recursos humanos, Logísticos, Objetivos, Metodología, Evaluación
				6	COORDINACION DE MOVIMIENTOS	COORDINACION	Aplicar metodologías y organización de la actividad, tener en cuenta: Material, Espacio, Recursos humanos, Logísticos, Objetivos, Metodología, Evaluación
						CAMBIOS	Aplicar metodologías y organización de la actividad, tener en cuenta: Material, Espacio, Recursos humanos, Logísticos, Objetivos, Metodología, Evaluación
						SALTOS	Aplicar metodologías y organización de la actividad, tener en cuenta: Material, Espacio, Recursos humanos, Logísticos, Objetivos, Metodología, Evaluación
						GIROS	Aplicar metodologías y organización de la actividad, tener en cuenta: Material, Espacio, Recursos humanos, Logísticos, Objetivos, Metodología, Evaluación
						RITMO	Aplicar metodologías y organización de la actividad, tener en cuenta: Material, Espacio, Recursos humanos, Logísticos, Objetivos, Metodología, Evaluación
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	VELOCIDAD	Aplicar metodologías y organización de la actividad, tener en cuenta: Material, Espacio, Recursos humanos, Logísticos, Objetivos, Metodología, Evaluación
						RESISTENCIA	Aplicar metodologías y organización de la actividad, tener en cuenta: Material, Espacio, Recursos humanos, Logísticos, Objetivos, Metodología, Evaluación
				2	RESISTENCIA	POTENCIA	Aplicar metodologías y organización de la actividad, tener en cuenta: Material, Espacio, Recursos humanos, Logísticos, Objetivos, Metodología, Evaluación
						VELOCIDAD	Aplicar metodologías y organización de la actividad, tener en cuenta: Material, Espacio, Recursos humanos, Logísticos, Objetivos, Metodología, Evaluación
				3	VELOCIDAD	RESISTENCIA	Aplicar metodologías y organización de la actividad, tener en cuenta: Material, Espacio, Recursos humanos, Logísticos, Objetivos, Metodología, Evaluación
						MOVILIDAD	Aplicar metodologías y organización de la actividad, tener en cuenta: Material, Espacio, Recursos humanos, Logísticos, Objetivos, Metodología, Evaluación
				4	FLEXIBILIDAD	FLEXIBILIDAD	Aplicar metodologías y organización de la actividad, tener en cuenta: Material, Espacio, Recursos humanos, Logísticos, Objetivos, Metodología, Evaluación
		TECNICO	DIESTRIZAS	1	CONTROL DE BALON	CUADRIL, MANEJO	Dirigir a Niños y a competidores como lo que pretendemos
						MANEJO, ESTUDIO	Dirigir a Niños y a competidores como lo que pretendemos
						CARRERA	Dirigir a Niños y a competidores como lo que pretendemos
						CARRERA, ZIGZAGUE	Dirigir a Niños y a competidores como lo que pretendemos
				2	COORDINACIÓN,	FUERZA	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						TALENTO DEL PIE	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						MANEJO INTERNO	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						CARRERA	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						MANEJO EXTERNO	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
				3	REMATE	PENAL, TIRAR, CABECEAR, DE FRENTE,	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						CABECEO	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						CELULARES DAF 20	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
				4	FINT	TIRO CRUCE	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						CAPACIDAD DE ATENCION	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						TIRO DIFERIDO	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						CAPACIDAD DE ANTICIPACION Y ORIENTACION	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
				5	DESPLAZAMIENTO DEFENSIVO	TIRADO SIN FINTA DEFENSA	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						DESPLAZAMIENTO Y VELOCIDAD	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						TACTICA DEFENSIVA	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						CONTENCION	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
		TACTICO		1	CONTROL - JUEGO	1VS1	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						2VS1	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						3VS1	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						1VS1	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
				2	ESCUELAS DE ENTRENAMIENTO	BASE CONTROL	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						CAMBIO DE PRESENTE	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						TIRADO	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						TIRADO DE DIAGONAL	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						TIRADO DE DIAGONAL	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
				3	ADVERSARIOS Y SUPERIORIDAD	CONTRAATAQUE	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						CAMBIO DE LADO	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						2VS1 CONTRAATAQUE	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
		TEORICO		1	ORGANIZACIÓN Y REGLAMENTACIÓN	HISTORIA DEL DEPORTE	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						REGLAMENTACION DEL DEPORTE	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						REGLAMENTO	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						ORIENTACION	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
				2	CONCEPTOS DE ENTRENAMIENTO	RECUPERACION	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						ORIENTACION	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						ENTRENAMIENTO	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
						TECNICA DE ENTRENAMIENTO	Aplicar la fuerza a través de gestos técnicos, y a competidores como lo que pretendemos
				3			
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	AUTOESCUELTADA	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						RESPONSABILIDAD	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						RESPETO	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						SOLIDARIDAD	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						FORTALECIMIENTO, MANEJO CONFLICTOS	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLES	VIDA CORPORAL	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						AUTOREGULACION	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						ORIENTACION ESPACIAL	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						ORIENTACION TEMPORAL	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
				3	MOTIVACIÓN	CREATIVIDAD	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						AUTOESTIMA	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						VALORES Y ACTITUDES	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
				4	PSICOMOTRICIDAD EMOCIONAL	CONCILIO	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						EMOCION Y SENSOPERCEPCION	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						SENSORIAL ESCRITO	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						DESCUBRIMIENTO DE SUS CAPACIDADES	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						AUTOESTIMA	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	CONCEPTO DE RECREACION	INTRODUCCION	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						RECREACION EN ESCENARIOS	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						RECREACION ARTISTICAS	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
				2	JUEGOS TRADICIONALES	JUEGO Y TACTICA	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						LA RANA DUERME	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						RAYUELA	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						JUGAR MIRANDOME	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
				3	JUEGOS DEPORTIVOS	PINTURA	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						SONRI	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
				4	JUEGOS PSICOMOTRICOS	JUEGOS LUDICOS	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						COMUNICACION GRUPOS	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						TRES en LUIS JUEGOS	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
				5	CENTROLUDICOS RECREATIVOS	PSICOLOGIA	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
							Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después
						ESCUELA DE FORMACION	Aplicar todas gestiones lúdicas durante el entrenamiento, y antes durante después



INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE / MODALIDAD: FUTBOLDE SALON

MUNICIPIO: CUCUNUBA

NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS AUGUSTO NAVARRETE

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	OBSERVACIONES
8:00 AM A 10; 00 AM	GRUPO						Iniciacion		
	SEDE DE TRABAJO						cancha central Cucunuba		
10:00 AM A 12:0O AM	GRUPO						Fundamien to		
	SEDE DE TRABAO						cancha central Cucunuba		
2:30 AM A3: 00 AM	GRUPO	Informe	Iniciacin				Perfecciona miento		
	SEDE DE TRABAO	Carrera 6a #3-27 Ubate	Peñas de boqueron				cancha central Cucunuba		
1:00 P.M. A 2:00 P.M.	GRUPO		Perfeccion miento						
	SEDE DE TRABAJO		Peñas de boqueron						
2:00 P.M. A 3:30 P.M.	GRUPO		Inciiacion		Iniciacion				
	SEDE DE TRABAJO		Peñas de boqueron		cancha central cucunuba				
3:30 P.M. A 5:00 P.M.	GRUPO		Fundament acion		Fundament acion				
	SEDE DE TRABAJO		Peñas de boqueron		cancha central cucunuba				
5.00 P.M. A 6:00 P.M.	GRUPO		Perfeccion		Perfecciona				
	SEDE DE TRABAJO		Peñas de boqueron		cancha central				
7 P.M. A 8 P.M.	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								
8 P.M. A 9 P.M.	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								
9 P.M. A 10 P.M.	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								

NOMBRE MONITOR

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

PROGRAMA: ESCUELAS DEPORTIVAS PARA TODOS, DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
COMPONENTE: DEPORTE FORMATIVO

NOMBRE DE LA REUNIÓN:	FECHA:	ACTA No.
Presentación de formadores	10/02/2022	1

LUGAR	HORA INICIO	HORA FINALIZACIÓN
Cucunuba Cundinamarca	11:00 am	12:00 m.

OBJETIVO DE LA REUNIÓN:

Realizar la presentación de cuatro formadores de las escuelas formativas de Indeportes, que estarán laborando en el municipio, ante el señor alcalde municipal y coordinador de deportes del municipio de Cucunuba.

ORDEN DEL DÍA:

1. Saludo
2. Presentación de formadores
3. Acuerdos y compromisos

DESARROLLO DE LA REUNIÓN:

En compañía del provincial Jhonatan Ojeda, la Gestora Nubia Niño, se realizó el saludo correspondiente al alcalde municipal Jose Benito Martinez Pascagaza y al coordinador de deportes del municipio, seguidamente se realizó la presentación de los formadores de Indeportes que estarán en el municipio desarrollando las sesiones deportivas y recreativas en las escuelas formativas de las siguientes disciplinas: Voleibol (Cristian Castro) Futbol Sala (Santiago Rojas) Tenis de campo (Angelica Barragan) y Futbol de Salón (Carlos Navarrete), quienes estarán con la mejor disposición de trabajo y colaboración en el municipio.

Seguidamente se acuerda con el alcalde, organizar los horarios y sitios con el coordinador de deportes para que todos logren cumplir con las coberturas requeridas y sobre todo se brinde una excelente atención a los niños y jóvenes que se inscriban en cada escuela formativa.

Posteriormente cada formador se compromete a cumplir con todas las obligaciones contractuales de forma optima y con mucha responsabilidad.

Por último, el alcalde municipal agradece la gestión realizada al tener cuatro formadores de parte de Indeportes y le envía un cordial saludo a la gerente Liliana Ramirez.

Para Finalizar la gestora provincial le solicita el favor a la persona encargada de entregar las certificaciones de cumplimiento de los formadores, que esta se entregue los días 22 de cada mes, esto con el fin de adelantar entregas de informe, se clara que a pesar de que se entregue antes esta certificación los formadores culminaran las sesiones y actividades programadas hasta el fin de cada mes.

Scanned with CamScanner

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

También se dio a conocer que para poder realizar salidas con deportistas de las escuelas formativas de Indeportes es necesario gestionar la autorización directamente con Indeportes, siguiendo el conducto regular y con anterioridad.
Se recomienda siempre seguir el conducto regular, si se presenta alguna situación.

COMPROMISOS ADQUIRIDOS:

COMPROMISO	FECHA DE CUMPLIMIENTO	RESPONSABLE
Organizar Horarios y sitios de entrenamiento en común acuerdo con el coordinador de deportes	18/02/2022	Formadores y coordinador de deportes
Cumplir con todas las obligaciones contractuales hasta fin de cada mes	Todo el tiempo	Formadores
Gestionar la certificación de cumplimiento en la fecha establecida.	Los 22 de cada mes.	Formadores
Realizar entrega de certificación de cumplimiento de labores en la fecha establecida	Los 22 de cada mes.	Secretario de deporte educación y cultura.
Gestionar con anterioridad la autorización de posibles salidas con deportistas de las escuelas formativas de Indeportes.	Cuando lo requieran	Formador y coordinador de deportes

ASISTENTES:

NOMBRE	FIRMA
CRISTIAN DAVID CASTRO PÉREZ	
CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO	
Johann Santiago Rojas Méndez	
Angélica Yisell Barragán Guzmán	
Jhonaton Ricardo Ojeda	
Camilo A. Rojas Suárez.	

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa - Torre Beneficencia Piso 5.
Código Postal: 111321 – Teléfono: 749 1205

Scanned with CamScanner

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GG 300802-051

Bogotá D.C, 10 febrero de 2022

Señor
Jose Benito Martinez Pascagaza
Alcalde Municipal
Cucunuba Cundinamarca

ASUNTO: Presentación de los Formadores del Componente "Deporte Formativo y Escolar".

Respetado alcalde:

En cumplimiento al Plan de Desarrollo Departamental "Cundinamarca Región que Progresa" y dando alcance a la Meta Nº 118 cuyo objeto es "Mantener 370 instructores anualmente, para los espacios del deporte formativo en sus áreas rurales y urbanas, me permito presentar a los Formadores asignados para su municipio, quienes serán los responsables de ejecutar el programa "Escuelas de Formación Deportiva y Recreativa".

NOMBRES Y APELLIDOS	DOCUMENTO	DISCIPLINA DEPORTIVA
CRISTIAN DAVID CASTRO PEREZ	1.076.661.855	VOLEIBOL
JOHANN SANTIAGO ROJAS MENDEZ	79.169.195	FUTBOL SALA
ANGELICA YISELL BARRAGAN GUZMAN	1.069.766.359	TENIS DE CAMPO
CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO	79.166.280	FUTBOL DE SALÓN

Agradezco su atención a la presente.

Cordial Saludo,

OLGA LILIANA RAMIREZ MANCERA
Gerente General
Indeportes Cundinamarca

Proyectó: Nubia Niño - Contratista
Revisó: María Claudia Chávez –Contratista

10-02-2022

CUNDINAMARCA ¡REGIÓN Que Progresa!

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa - Torre Beneficencia Piso 5°.
Código Postal: 111321 – Teléfono: 749 1205
www.indeportescundinamarca.gov.co
/CundiGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

Scanned with CamScanner

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 1/03/2022	**Lugar:PEÑAS DEL BOQUERON**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:2.00**	**N° de sesión: 01**	**N° de semana: 01**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:6 AÑOS A 8 AÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: juegos de adactacion.

Objetivo Especifico: conocer los integrantes de la escuela de formacion de futbol de salon.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad		Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento	X	Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.presentacion de los niños	Introduccion a la clase		10	
2.	llamado a lista	**x**		
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO**
1.juegos de aclopamientos y relacion entre deportistas	Acoplamiento		20	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.orientar al niño para crear una buena dispocion en la secio	Orientación		20	
5.realizar juegos que nos permite diferenciar el juego al depo	Diferenciación		30	
6.	Reacción			
7.determinar con juegos de conjunto la adaptacion en la escu	Adaptación		20	
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		10 MINUTOS	, circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/03/2022	**Lugar:CANCHA CENTRA**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:2.00**	**N° de sesión: 04**	**N° de semana: 01**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:6 AÑOS A 8 AÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: juegos de adactacion.
Objetivo Especifico: conocer los integrantes de la escuela de formacion de futbol de salon.
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad		Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento	X	Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.presentacion de los niños	Introduccion a la clase		10	
2.	llamado a lista	**x**		
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO**
1.juegos de aclopamientos y relacion entre deportistas	Acoplamiento		20	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.orientar al niño para crear una buena dispocion en	Orientación		20	
5.realizar juegos que nos permite diferenciar el juego	Diferenciación		30	
6.	Reacción			
7.determinar con juegos de conjunto la adaptacion el	Adaptación		20	
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		10 MINUTOS	, circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 5/03/2022	**Lugar:CANCHA CENTRA**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:8:30 AM**	**N° de sesión: 07**	**N° de semana: 01**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:6 AÑOS A 9 AÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: charla de las reglas y historia del futbol de salon
Objetivo Especifico: conocerel reglamento y su historia del futbol de salon.
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad		Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	
Trabajo en equipo		Cumplimiento	X	Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
1.entrega de documentos y reglamentos	Introduccion a la clase		2	
2.se realiza el primer llamado a lista	llamado a lista	**x**	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO**
1. aclopamientos y acomodar el grupo a la clase de los deportistas	Acoplamiento		45	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.realizar la orientacion de los deportistas en sus regl	Orientación		45	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		3 MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		5 minutos	zar preguntas al azar de la char del futbol de sa	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	r en internet repecto a la historia y reglamento	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 8/03/2022	**Lugar:peñas del boqu**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:2:00 PM**	**N° de sesión: 10**	**N° de semana: 02**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:6AÑOS A 8 AÑOS**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: charla de las reglas y historia del futbol de salon					
Objetivo Especifico: conocerel reglamento y su historia del futbol de salon.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad		Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	
Trabajo en equipo		Cumplimiento	X	Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
1.entrega de documentos y reglamentos	Introduccion a la clase		2	
2.se realiza el primer llamado a lista	llamado a lista	**x**	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO**
1. aclopamientos y acomodar el grupo a la clase de los deportistas	Acoplamiento		45	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.realizar la orientacion de los deportistas en sus re	Orientación		45	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		3 MINUTOS	, circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		5 minutos	zar preguntas al azar de la char del futbol de sa	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	r en internet repecto a la historia y reglamento	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 10/03/2022	**Lugar:Cancha centra**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:2:00 PM**	**N° de sesión: 13**	**N° de semana: 02**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:6AÑOS A 8 AÑOS**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: ver funcionamiento por deportista en el futbol de salon.

Objetivo Especifico: realizar un examen a cada uno de los deportistas para ver su funcionamiento en el futbol de salon.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono**
1.preguntar sus posiciones en la chancha	Introduccion a la clase	**x**	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	**x**	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.ver elequilibrio que cada jugador tiene en defenz	Equilibrio		60	
4.	Orientación			
5.ver que cada deportista vea la difernciacion de a	Diferenciación		15	
6.	Reacción			
7.ver la adaptacion del niño en cadaposicion	Adaptación		15	
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		8MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	sicion donde realiza mejor su proceso y poder	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 12/03/2022	**Lugar:Cancha central d**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:8:30 PM**	**N° de sesión: 16**	**N° de semana: 02**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:6AÑOS A 8 AÑOS**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: determinar la tecnica de cada niño.					
Objetivo Especifico: ver el manejo de las dos piernas el futbol de salon.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono**
1.pedir los documentos	Introduccion a la clase	**x**	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	**x**	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos**
1.	Acoplamiento			
2.garantizar el ritmo de cada niño en el funcionamien	Ritmo		15	
3.	Equilibrio			
4.orientar adecuadamento los movimientos de cada	Orientación		20	
5.ver que cada deportista vea la diferenciacion de ma	Diferenciación		40	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.realizar movimientos adactados al manejo de los do	Patrones Basicos de Movimiento		15	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		8MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	casa movimientos adecuados del manejo de sus	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 15/03/2022	**Lugar:peñas de boque**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:2:00 PM**	**N° de sesión: 19**	**N° de semana: 03**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:6AÑOS A 8 AÑOS**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: ver funcionamiento por deportista en el futbol de salon.

Objetivo Especifico: realizar un examen a cada uno de los deportistas para ver su funcionamiento en el futbol de salon.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono**
1.preguntar sus posiciones en la chancha	Introduccion a la clase	**x**	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	**x**	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.ver elequilibrio que cada jugador tiene en defenza	Equilibrio		60	
4.	Orientación			
5.ver que cada deportista vea la difernciacion de ata	Diferenciación		15	
6.	Reacción			
7.ver la adaptacion del niño en cadaposicion	Adaptación		15	
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		8MINUTOS	) circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	sicion donde realiza mejor su proceso y poder	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 17/03/2022	**Lugar:Cancha central**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:8:30 PM**	**N° de sesión: 22**	**N° de semana: 03**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:6AÑOS A 8 AÑOS**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: determinar la coordinacion y lateralidad
Objetivo Especifico: movimientos que son esenciales en el deporte del futbol de salon.
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono**
1.determinar un circuito que relacione la	Introduccion a la clase	**x**	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	**x**	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos**
1.al circuito con elementos	Acoplamiento		20	
2.garantizar el ritmo de cada niño en el circito	Ritmo		30	
3.	Equilibrio			
4.orientar adecuadamento los movimientos de cada	Orientación		40	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		8MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	movimientos adecuados para mejorar la coor	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 19/03/2022	**Lugar:Cancha central de cucun**	**Municipio:CUCUNUBA**		**Hora:8:30 PM**	**N° de sesión: 25**		**N° de semana: 03**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO				**N° de deportistas:**			**Edades:6AÑOS A 8 AÑOS**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: crear aspecto tecnico al pasar un balon.							
Objetivo Especifico: realizar los pases correctos para ser controlados el futbol de salon.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**S Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono**
1.definicion de pase.	Introduccion a la clase	**x**	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	**x**	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.orientar adecuadamento los movimientos de cada parte del	Orientación		45	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.crear movimientos de adaptacion en los pases presisos.	Adaptación		45	
8.realizar movimientos adactados al manejo de los dos pies	Patrones Basicos de Movimiento		15	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**'ERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		8MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	casa movimientos adecuados del manejo de sus	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 22/03/2022	**Lugar:peñas de boqueron**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:1030 PM**	**N° de sesión: 28**	**N° de semana: 04**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:6 AÑOS A 8 AÑOS**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: determinar la tecnica de cada niño.

Objetivo Especifico: ver el manejo de las dos piernas el futbol de salon.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono
1.pedir los documentos	Introduccion a la clase	x	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	x	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	x	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	x	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos
1.	Acoplamiento			
2.garantizar el ritmo de cada niño en el funcionamiento con s	Ritmo		15	
3.	Equilibrio			
4.orientar adecuadamento los movimientos de cada parte de	Orientación		20	
5.ver que cada deportista vea la diferenciacion de manejar el	Diferenciación		40	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.realizar movimientos adactados al manejo de los dos pies	Patrones Basicos de Movimiento		15	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal
1.Estiramiento		8MINUTOS	y circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	casa movimientos adecuados del manejo de sus	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 22/03/2022	**Lugar:peñas de boqueron**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:1030 PM**	**N° de sesión: 28**	**N° de semana: 04**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:6 AÑOS A 8 AÑOS**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: determinar la tecnica de cada niño.
Objetivo Especifico: ver el manejo de las dos piernas el futbol de salon.
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**S Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono**
1.pedir los documentos	Introduccion a la clase	**x**	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	**x**	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos**
1.	Acoplamiento			
2.garantizar el ritmo de cada niño en el funcionamiento con su	Ritmo		15	
3.	Equilibrio			
4.orientar adecuadamento los movimientos de cada parte del	Orientación		20	
5.ver que cada deportista vea la diferenciacion de manejar el	Diferenciación		40	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.realizar movimientos adactados al manejo de los dos pies	Patrones Basicos de Movimiento		15	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**ERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		8MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	casa movimientos adecuados del manejo de sus	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 26/03/2022	**Lugar:** Cancha central de cucun	**Municipio:** CUCUNUBA	**Hora:** 8:30 PM	**N° de sesión:** 31	**N° de semana:** 04
Nombre del Formador: CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:** 6AÑOS A 8 AÑOS

INICIACIÓN	x	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: generar movimientos para un buen control de balon.
Objetivo Especifico: circuitos con control de balon.
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono
1.organizar un circuito adecuado para control del balon	Introduccion a la clase	x	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	x	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	x	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	x	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.el circuito genera movimientos que se mejora el equilibrio del	Equilibrio		45	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.estos patrones generan movimientos basicos que determinal	Patrones Basicos de Movimiento		45	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal
1.Estiramiento		8MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	n su casa movimientos adecuados para tener c	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 29/03/2022	**Lugar:peñas de boqueron**	**Municipio:CUCUNUBA**		**Hora:1030 PM**	**N° de sesión: 28**	**N° de semana: 04**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO				**N° de deportistas:**		**Edades:6AÑOS A 8 AÑOS**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: determinar la coordinacion y lateralidad

Objetivo Especifico: movimientos que son esenciales en el deporte del futbol de salon.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono
1.determinar un circuito que relacione la coordinacion y la	Introduccion a la clase	x	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	x	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	x	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	x	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos
1.al circuito con elementos	Acoplamiento		20	
2.garantizar el ritmo de cada niño en el circito	Ritmo		30	
3.	Equilibrio			
4.orientar adecuadamento los movimientos de cada parte de	Orientación		40	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	FERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal
1.Estiramiento		8MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	movimientos adecuados para mejorar la coor	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 1/03/2022	Lugar:PEÑAS DEL BOQU	Municipio:CUCUNUBA	Hora:3.30	N° de sesión: 02	N° de semana: 01
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			N° de deportistas:		Edades:9 AÑOS A 12 AÑO
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: juegos de adactacion.

Objetivo Especifico: conocer los integrantes de la escuela de formacion de futbol de salon.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	X	Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad		Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento	X	Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1.presentacion de los niños	Introduccion a la clase		10	
2.	llamado a lista	x		
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	x	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	x	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	CAMPO DEPORTIVO
1.juegos de acioplamientos y relacion entre deportistas	Acoplamiento		20	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.orientar al niño para crear una buena dispocion en	Orientación		20	
5.realizar juegos que nos permite diferenciar el juego	Diferenciación		30	
6.	Reacción			
7.determinar con juegos de conjunto la adaptacion e	Adaptación		20	
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal
1.Estiramiento		10 MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/03/2022	**Lugar:CANCHA CENTRAL CUCU**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:3.30**	**N° de sesión: 05**		**N° de semana: 01**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**			**Edades:9 AÑOS A 12 AÑO**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General: juegos de adactacion.

Objetivo Especifico: conocer los integrantes de la escuela de formacion de futbol de salon.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad		Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento	X	Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.presentacion de los niños	Introduccion a la clase		10	
2.	llamado a lista	**x**		
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO**
1.juegos de aclopamientos y relacion entre deportistas	Acoplamiento		20	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.orientar al niño para crear una buena dispocion en la secio	Orientación		20	
5.realizar juegos que nos permite diferenciar el juego al depo	Diferenciación		30	
6.	Reacción			
7.determinar con juegos de conjunto la adaptacion en la escu	Adaptación		20	
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		10 MINUTOS	y circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 5/03/2022	**Lugar:cancha central de**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:10:30 AM**	**N° de sesión: 08**	**N° de semana: 01**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:13AÑOS A 17 AÑ**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: charla de las reglas y historia del futbol de salon					
Objetivo Especifico: conocerel reglamento y su historia del futbol de salon.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad		Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	
Trabajo en equipo		Cumplimiento	X	Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
1.entrega de documentos y reglamentos	Introduccion a la clase		2	
2.se realiza el primer llamado a lista	llamado a lista	**x**	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO**
1. aclopamientos y acomodar el grupo a la clase de los deportistas	Acoplamiento		45	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.realizar la orientacion de los deportistas en sus regl	Orientación		45	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		3 MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		5 minutos	zar preguntas al azar de la char del futbol de sa	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	r en internet repecto a la historia y reglament	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**8/03/2022**	**Lugar:PEÑAS DE CAJO**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:3:30 AM**	**N° de sesión: 11**		**N° de semana: 02**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO				**N° de deportistas:**			**Edades:9AÑOS A 12 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**			

Objetivo General: charla de las reglas y historia del futbol de salon
Objetivo Especifico: conocerel reglamento y su historia del futbol de salon.
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	X	Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad		Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	
Trabajo en equipo		Cumplimiento	X	Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO
1.entrega de documentos y reglamentos	Introduccion a la clase		2	
2.se realiza el primer llamado a lista	llamado a lista	x	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	x	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	x	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	CAMPO DEPORTIVO
1. aclopamientos y acomodar el grupo a la clase de los deportistas	Acoplamiento		45	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.realizar la orientacion de los deportistas en sus re	Orientación		45	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal
1.Estiramiento		3 MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		5 minutos	zar preguntas al azar de la char del futbol de sa	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	r en internet repecto a la historia y reglamento	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 10/03/2022	**Lugar:** Cancha centra	**Municipio:** CUCUNUBA	**Hora:** 10:30 PM	**N° de sesión:** 14	**N° de semana:** 02
Nombre del Formador: CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:** 9AÑOS A 12 AÑOS
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	x	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: ver funcionamiento por deportista en el futbol de salon.

Objetivo Especifico: realizar un examen a cada uno de los deportistas para ver su funcionamiento en el futbol de salon.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono
1.preguntar sus posiciones en la chancha	Introduccion a la clase	x	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	x	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	x	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	x	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.ver elequilibrio que cada jugador tiene en defen	Equilibrio		60	
4.	Orientación			
5.ver que cada deportista vea la difernciacion de a	Diferenciación		15	
6.	Reacción			
7.ver la adaptacion del niño en cadaposicion	Adaptación		15	
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal
1.Estiramiento		8MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	sicion donde realiza mejor su proceso y poder	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 12/03/2022	**Lugar:** Cancha central de cucun	**Municipio:** CUCUNUBA		**Hora:** 1030 PM	**N° de sesión:** 17	**N° de semana:** 02
Nombre del Formador: CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO				**N° de deportistas:**		**Edades:** 9AÑOS A 12 AÑOS
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: determinar la tecnica de cada niño.

Objetivo Especifico: ver el manejo de las dos piernas el futbol de salon.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono
1.pedir los documentos	Introduccion a la clase	x	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	x	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	x	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	x	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos
1.	Acoplamiento			
2.garantizar el ritmo de cada niño en el funcionamiento con s	Ritmo		15	
3.	Equilibrio			
4.orientar adecuadamento los movimientos de cada parte de	Orientación		20	
5.ver que cada deportista vea la diferenciacion de manejar el	Diferenciación		40	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.realizar movimientos adactados al manejo de los dos pies	Patrones Basicos de Movimiento		15	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal
1.Estiramiento		8MINUTOS	y circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	casa movimientos adecuados del manejo de sus	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 15/03/2022	Lugar:peñas de boque	Municipio:CUCUNUBA		Hora:3:30 PM	N° de sesión: 20		N° de semana: 03
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO				N° de deportistas:			Edades:9AÑOS A12 AÑOS
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	x		PERFECCIONAMIENTO		
Objetivo General: ver funcionamiento por deportista en el futbol de salon.							
Objetivo Especifico: realizar un examen a cada uno de los deportistas para ver su funcionamiento en el futbol de salon.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono
1.preguntar sus posiciones en la chancha	Introduccion a la clase	x	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	x	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	x	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	x	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.ver elequilibrio que cada jugador tiene en defenza	Equilibrio		60	
4.	Orientación			
5.ver que cada deportista vea la difernciacion de ata	Diferenciación		15	
6.	Reacción			
7.ver la adaptacion del niño en cadaposicion	Adaptación		15	
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal
1.Estiramiento		8MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	sicion donde realiza mejor su proceso y poder	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 17/03/2022	**Lugar:Cancha central**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:1030 PM**	**N° de sesión: 23**	**N° de semana: 03**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:9AÑOS A 12 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: determinar la coordinacion y lateralidad
Objetivo Especifico: movimientos que son esenciales en el deporte del futbol de salon.
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono**
1.determinar un circuito que relacione la	Introduccion a la clase	**x**	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	**x**	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos**
1.al circuito con elementos	Acoplamiento		20	
2.garantizar el ritmo de cada niño en el circito	Ritmo		30	
3.	Equilibrio			
4.orientar adecuadamento los movimientos de cada	Orientación		40	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		8MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	movimientos adecuados para mejorar la coor	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 19/03/2022	**Lugar:Cancha central d**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:1030 PM**	**N° de sesión: 26**	**N° de semana: 03**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:9AÑOS A 12 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: crear aspecto tecnico al pasar un balon.
Objetivo Especifico: realizar los pases correctos para ser controlados el futbol de salon.
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono**
1.definicion de pase.	Introduccion a la clase	**x**	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	**x**	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.orientar adecuadamento los movimientos de cada	Orientación		45	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.crear movimientos de adaptacion en los pases pres	Adaptación		45	
8.realizar movimientos adactados al manejo de los d	Patrones Basicos de Movimiento		15	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		8MINUTOS	, circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	casa movimientos adecuados del manejo de sus	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 22/03/2022	**Lugar:peñas de boqueron**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:1030 PM**	**N° de sesión: 29**	**N° de semana: 04**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:9AÑOS A 12 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: determinar la tecnica de cada niño.

Objetivo Especifico: ver el manejo de las dos piernas el futbol de salon.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono
1.pedir los documentos	Introduccion a la clase	x	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	x	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	x	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	x	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos
1.	Acoplamiento			
2.garantizar el ritmo de cada niño en el funcionamiento con s	Ritmo		15	
3.	Equilibrio			
4.orientar adecuadamento los movimientos de cada parte de	Orientación		20	
5.ver que cada deportista vea la diferenciacion de manejar el	Diferenciación		40	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.realizar movimientos adactados al manejo de los dos pies	Patrones Basicos de Movimiento		15	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	FERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal
1.Estiramiento		8MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	casa movimientos adecuados del manejo de su	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 26/03/2022	**Lugar:** Cancha central de cucun	**Municipio:** CUCUNUBA	**Hora:** 1030 PM	**N° de sesión:** 32	**N° de semana:** 04
Nombre del Formador: CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:** 9AÑOS A 12 AÑOS

INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	x	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: generar movimientos para un buen control de balon.
Objetivo Especifico: circuitos con control de balon.
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono
1.organizar un circuito adecuado para control del balon	Introduccion a la clase	x	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	x	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	x	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	x	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.el circuito genera movimientos que se mejora el equilibrio	Equilibrio		45	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.estos patrones generan movimientos basicos que determin	Patrones Basicos de Movimiento		45	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal
1.Estiramiento		8MINUTOS	y circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	n su casa movimientos adecuados para tener c	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 29/03/2022	**Lugar:peñas de boqueron**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:10:30 PM**	**N° de sesión: 35**	**N° de semana: 04**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:9AÑOS A 12 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: determinar la coordinacion y lateralidad

Objetivo Especifico: movimientos que son esenciales en el deporte del futbol de salon.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono**
1.determinar un circuito que relacione la coordinacion y la lateralidad	Introduccion a la clase	**x**	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	**x**	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos**
1.al circuito con elementos	Acoplamiento		20	
2.garantizar el ritmo de cada niño en el circito	Ritmo		30	
3.	Equilibrio			
4.orientar adecuadamento los movimientos de cada parte de	Orientación		40	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		8MINUTOS	y circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	a movimientos adecuados para mejorar la coor	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 1/03/2022	**Lugar:PEÑAS DEL BOQUERON**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:4.30**	**N° de sesión: 03**	**N° de semana: 01**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:13AÑOS A 17 AÑ**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: juegos de adactacion.
Objetivo Especifico: conocer los integrantes de la escuela de formacion de futbol de salon.
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad		Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento	X	Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.presentacion de los niños	Introduccion a la clase		10	
2.	llamado a lista	**x**		
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO**
1.juegos de aclopamientos y relacion entre deportistas	Acoplamiento		20	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.orientar al niño para crear una buena dispocion en la secio	Orientación		20	
5.realizar juegos que nos permite diferenciar el juego al depo	Diferenciación		30	
6.	Reacción			
7.determinar con juegos de conjunto la adaptacion en la escu	Adaptación		20	
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		10 MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/03/2022	**Lugar:CANCHA CENTRA**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:4.30**	**N° de sesión: 06**	**N° de semana: 01**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:13AÑOS A 17 AÑ**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: juegos de adactacion.
Objetivo Especifico: conocer los integrantes de la escuela de formacion de futbol de salon.
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	X	Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad		Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento	X	Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1.presentacion de los niños	Introduccion a la clase		10	
2.	llamado a lista	**x**		
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	CAMPO DEPORTIVO
1.juegos de aclopamientos y relacion entre deportistas	Acoplamiento		20	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.orientar al niño para crear una buena dispocion en	Orientación		20	
5.realizar juegos que nos permite diferenciar el juego	Diferenciación		30	
6.	Reacción			
7.determinar con juegos de conjunto la adaptacion e	Adaptación		20	
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal
1.Estiramiento		10 MINUTOS	, circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 5/03/2022	**Lugar:** cancha central de	**Municipio:** CUCUNUBA	**Hora:** 12:30 AM	**N° de sesión:** 09	**N° de semana:** 01
Nombre del Formador: CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:** 13AÑOS A 17 AÑ
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	x
Objetivo General: charla de las reglas y historia del futbol de salon					
Objetivo Especifico: conocerel reglamento y su historia del futbol de salon.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	X	Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad		Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	
Trabajo en equipo		Cumplimiento	X	Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO
1.entrega de documentos y reglamentos	Introduccion a la clase		2	
2.se realiza el primer llamado a lista	llamado a lista	x	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	x	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	x	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	CAMPO DEPORTIVO
1. aclopamientos y acomodar el grupo a la clase de los deportistas	Acoplamiento		45	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.realizar la orientacion de los deportistas en sus regl	Orientación		45	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal
1.Estiramiento		3 MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		5 minutos	zar preguntas al azar de la char del futbol de sa	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	r en internet repecto a la historia y reglamento	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 8/03/2022	**Lugar:PEÑASDEL BOQ**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:4:30 AM**	**N° de sesión: 12**	**N° de semana: 02**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:13AÑOS A 17 AÑ**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**x**
Objetivo General: charla de las reglas y historia del futbol de salon					
Objetivo Especifico: conocerel reglamento y su historia del futbol de salon.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad		Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	
Trabajo en equipo		Cumplimiento	X	Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
1.entrega de documentos y reglamentos	Introduccion a la clase		2	
2.se realiza el primer llamado a lista	llamado a lista	**x**	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO**
1. aclopamientos y acomodar el grupo a la clase de los deportistas	Acoplamiento		45	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.realizar la orientacion de los deportistas en sus re	Orientación		45	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		3 MINUTOS	, circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		5 minutos	zar preguntas al azar de la char del futbol de sa	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	r en internet repecto a la historia y reglamento	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 10/03/2022	**Lugar:Cancha centra**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:12:00 PM**	**N° de sesión: 15**	**N° de semana: 02**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:6AÑOS A 8 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**x**

Objetivo General: ver funcionamiento por deportista en el futbol de salon.

Objetivo Especifico: realizar un examen a cada uno de los deportistas para ver su funcionamiento en el futbol de salon.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono**
1.preguntar sus posiciones en la chancha	Introduccion a la clase	**x**	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	**x**	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.ver elequilibrio que cada jugador tiene en defen	Equilibrio		60	
4.	Orientación			
5.ver que cada deportista vea la difernciacion de a	Diferenciación		15	
6.	Reacción			
7.ver la adaptacion del niño en cadaposicion	Adaptación		15	
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		8MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	sicion donde realiza mejor su proceso y poder	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 12/03/2022	**Lugar:Cancha central d**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:12:30 PM**	**N° de sesión: 18**	**N° de semana: 02**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:13AÑOS A 17 AÑ**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**x**
Objetivo General: determinar la tecnica de cada niño.					
Objetivo Especifico: ver el manejo de las dos piernas el futbol de salon.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono**
1.pedir los documentos	Introduccion a la clase	**x**	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	**x**	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos**
1.	Acoplamiento			
2.garantizar el ritmo de cada niño en el funcionamien	Ritmo		15	
3.	Equilibrio			
4.orientar adecuadamento los movimientos de cada	Orientación		20	
5.ver que cada deportista vea la diferenciacion de ma	Diferenciación		40	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.realizar movimientos adactados al manejo de los do	Patrones Basicos de Movimiento		15	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		8MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	casa movimientos adecuados del manejo de sus	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 15/03/2022	**Lugar:peñas de boque**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:5:00 PM**	**N° de sesión: 21**	**N° de semana: 03**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:13AÑOS A 17 AÑ**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**x**

Objetivo General: ver funcionamiento por deportista en el futbol de salon.

Objetivo Especifico: realizar un examen a cada uno de los deportistas para ver su funcionamiento en el futbol de salon.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono**
1.preguntar sus posiciones en la chancha	Introduccion a la clase	**x**	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	**x**	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.ver elequilibrio que cada jugador tiene en defenza	Equilibrio		60	
4.	Orientación			
5.ver que cada deportista vea la difernciacion de ata	Diferenciación		15	
6.	Reacción			
7.ver la adaptacion del niño en cadaposicion	Adaptación		15	
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		8MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	sicion donde realiza mejor su proceso y poder	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 17/03/2022	**Lugar:Cancha central**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:12:30 PM**	**N° de sesión: 24**	**N° de semana: 03**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:13AÑOS A 17 AÑ**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**x**
Objetivo General: determinar la coordinacion y lateralidad					
Objetivo Especifico: movimientos que son esenciales en el deporte del futbol de salon.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono**
1.determinar un circuito que relacione la	Introduccion a la clase	**x**	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	**x**	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos**
1.al circuito con elementos	Acoplamiento		20	
2.garantizar el ritmo de cada niño en el circito	Ritmo		30	
3.	Equilibrio			
4.orientar adecuadamento los movimientos de cada	Orientación		40	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		8MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	movimientos adecuados para mejorar la coor	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 19/03/2022	**Lugar:** Cancha central de cucun	**Municipio:** CUCUNUBA	**Hora:** 12:30 PM	**N° de sesión:** 27	**N° de semana:** 03
Nombre del Formador: CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:** 13AÑOS A 17 AÑ

INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	x

Objetivo General: crear aspecto tecnico al pasar un balon.
Objetivo Especifico: realizar los pases correctos para ser controlados el futbol de salon.
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono
1.definicion de pase.	Introduccion a la clase	x	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	x	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	x	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	x	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.orientar adecuadamento los movimientos de cada parte de	Orientación		45	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.crear movimientos de adaptacion en los pases presisos.	Adaptación		45	
8.realizar movimientos adactados al manejo de los dos pies	Patrones Basicos de Movimiento		15	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal
1.Estiramiento		8MINUTOS	y circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	casa movimientos adecuados del manejo de su	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 22/03/2022	**Lugar:peñas de boqueron**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:1030 PM**	**N° de sesión: 30**	**N° de semana: 04**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:13AÑOS A 17 AÑ**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**x**

Objetivo General: determinar la tecnica de cada niño.

Objetivo Especifico: ver el manejo de las dos piernas el futbol de salon.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono
1.pedir los documentos	Introduccion a la clase	x	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	x	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	x	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	x	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos
1.	Acoplamiento			
2.garantizar el ritmo de cada niño en el funcionamiento con s	Ritmo		15	
3.	Equilibrio			
4.orientar adecuadamento los movimientos de cada parte de	Orientación		20	
5.ver que cada deportista vea la diferenciacion de manejar el	Diferenciación		40	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.realizar movimientos adactados al manejo de los dos pies	Patrones Basicos de Movimiento		15	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal
1.Estiramiento		8MINUTOS	y circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	casa movimientos adecuados del manejo de sus	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 26/03/2022	**Lugar:** Cancha central de cucun	**Municipio:** CUCUNUBA	**Hora:** 12:30 PM	**N° de sesión:** 33	**N° de semana:** 04
Nombre del Formador: CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:** 13AÑOS A 17 AÑ

INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**x**

Objetivo General: generar movimientos para un buen control de balon.
Objetivo Especifico: circuitos con control de balon.
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono
1.organizar un circuito adecuado para control del balon	Introduccion a la clase	x	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	x	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	x	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	x	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.el circuito genera movimientos que se mejora el equilibrio d	Equilibrio		45	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.estos patrones generan movimientos basicos que determin	Patrones Basicos de Movimiento		45	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	ERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal
1.Estiramiento		8MINUTOS	circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	n su casa movimientos adecuados para tener c	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 29/03/2022	**Lugar:peñas de boqueron**	**Municipio:CUCUNUBA**	**Hora:12:30 PM**	**N° de sesión: 36**	**N° de semana: 04**
Nombre del Formador:CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO			**N° de deportistas:**		**Edades:13AÑOS A 17 AÑ**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**x**

Objetivo General: determinar la coordinacion y lateralidad

Objetivo Especifico: movimientos que son esenciales en el deporte del futbol de salon.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**ES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO balones, cono**
1.determinar un circuito que relacione la coordinacion y la lateralidad	Introduccion a la clase	**x**	2	
2.se realiza el llamado a lista	llamado a lista	**x**	5	
3.estiramientos de pies a cabeza	Movilidad Articular	**x**	5	
4.caminar,trotar y correr en el cancha	Calentamiento	**x**	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO CAMPO DEPORTIVO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**CAMPO DEPORTIVO balones, conos y platillos**
1.al circuito con elementos	Acoplamiento		20	
2.garantizar el ritmo de cada niño en el circito	Ritmo		30	
3.	Equilibrio			
4.orientar adecuadamento los movimientos de cada parte de	Orientación		40	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**TERIALES Y RECURSO Aros, conos, platillos y escal**
1.Estiramiento		8MINUTOS	a circulo y uno va realizando estiramientos para	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2 minutos	a movimientos adecuados para mejorar la coor	

CARLOS NAVARRETE

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**MARZO**		**MUNICIPIO: CUCUNUBA**			
LUGAR:				PEÑAS Y CANCHA CENTRAL		**HORARIO DE PRACTICA:**			
NIVEL				**INICIACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACIÒN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
CLASES				**MARZO**		**MARZO**		**MARZO**	
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	x		X		x	
			RESPONSABILIDAD			x		X	
			COMPAÑERISMO	X				X	
			JUSTICIA						
			COOPERACION						
			LEALTAD						
			TRABAJO EN EQUIPO	X		X		X	
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD						
			OBEDIENCIA	X		X		X	
			AUTODISCIPLINA	X		X		X	
			PARTICIPACIÓN						
			PERSEVERANCIA						
			AUTODOMINIO						
			RECOMPENSA						
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON						
			MOVILIDAD ARTICULAR	X		X		X	
			CALENTAMIENTO	X		X		X	
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	X					
			RITMO			X			
			EQUILIBRIO	X				X	
			ORIENTACION						
			DIFERENCIACION	X					
			REACCIÓN			X			
			ADAPTACIÓN					X	
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA						
			VELOCIDAD						
			FLEXIBILIDAD						
			RESISTENCIA						
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE	X		X		X	
		ELEMENTOS TACTÍCOS							
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	X		X		X	
			JUEGOS TRADICIONALES						
			ACTIVIDADES ARTISTICAS						
			CIRCUITOS RECREATIVOS	X		X		X	
			FESTIVALES RECREATIVOS						
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	X		X		X	
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	X		X		X	

FIRMA FORMADOR: CARLOS NAVARRETE

EL SECRETARIO DE DEPORTES, EDUCACIÓN Y CULTURA DEL MUNICIPIO DE CUCUNUBÁ

HACE CONSTAR:

Que CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO, identificado con la Cédula de Ciudadanía No. 79.166.280 de UBATÉ prestó sus servicios como MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE FÚTBOL DE SALÓN, durante el periodo comprendido entre el 09 de FEBRERO de 2022 al 28 de FEBRERO de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato.

La presente se expide a los 28 del mes de febrero de 2022

Cordialmente,

CAMILO ALEXANDER ROJAS SUAREZ
SECRETARIA DE DEPORTES, EDUCACION Y CULTURA
MUNICIPIO DE CUCUNUBÁ

Escaneado con CamScanner

INDEPORTES

REUNIONES PROVINCIALES DEPORTE FORMATIVO, INCLUSION Y POLITICAS PUBLICAS
CUNDINAMARCA 2021

PROVINCIA

PLANILLA DE ASISTENCIA FORMADORES

COODINADOR PROVINCIAL:

MUNICIPIO SEDE: Ubaté Cundinamarca.

GESTOR: Nubia Liliana Niño

FECHA: 19 de febrero del 2022

HORA:

No	NOMBRE Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	MUNICIPIO	DISCIPLINA	FIRMA
1	Nubia Liliana Niño Delgado	20865.534	Ubaté	Gestora Provincial	
2	Wilmer Yesid Mendoza Fandiño	1.076658.682.	Carupa	Voleibol.	
3	Julia Rocha Torres	39.740364	ubaté	Futsal.	
4	Fredy Leonardo Chaves Infante	1076659344	Sutatausa	Atletismo	
5	Ginnier Paola Rocha Murcia	1.076.651.820	Fúquene	Voleibol.	
6	Andrea Marcelo Rubiano	1.074.888.153.	Ubaté	baloncesto	
7	Juan José Martinez Contreras	1.073.385.913	Simijaca	Voleibol	
8	FREDY ROLANDO PACHÓN MOSCOSO	1.075 653 972.	UBATÉ	FUTBOL	
9	Juan Diego Poveda Ramírez	1.077.295.594	Tausa	Baloncesto	
10	Angélica Yisell Barragán G.	1069766359	Cucunubá	Tenis de Campo	
11	Javier Andrey Cárdenas Neira	1073783855	Carmen de Carupa	Danza Deportiva	
12	Johann Santiago Rojas Méndez	79.169.195	Cucunuba	Futsala	
13	Carlos Andrés Morales Salloño	1076649221	Tausa	Fútbol	
14	Maddy Cortes Nieto	20627.443	Guacheta	Voleibol	
15	Edwin Ballesteros Diaz	1076662519	Guacheta	Tenis de campo	
16	Leidy Marcela Arévalo Sierra.	1.018.490.748	Guacheta	Atletismo	
17	Wilmer Ferney FRANCO CORTES	1.076.656.350	SUTATAUSA	FUTBOL SALA	
18	Wilman Yesid Pachón Maldonado	1076660931	Carupa	Fútbol	
19	Paula A. Rodriguez Nieto	1069747546	Guacheta	Patinaje	
20	Diana Natalia Carrillo Gómez	1.069.748.846	Lenguazaque	Baloncesto	Natalia Carrillo

Escaneado con CamScanner

INDEPORTES

REUNIONES PROVINCIALES DEPORTE FORMATIVO, INCLUSION Y POLITICAS PUBLICAS
CUNDINAMARCA 2021

PROVINCIA	

PLANILLA DE ASISTENCIA FORMADORES

COODINADOR PROVINCIAL:	**MUNICIPIO SEDE**
GESTOR :	**FECHA :** **HORA:**

No	NOMBRE Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	MUNICIPIO	DISCIPLINA	FIRMA
1	Jair Rodriguez villamil	1.076.663.829	Tausa	Futbol de Salón	
2	Jair Castellanos Delgadillo	1076665.857	Ubaté	Futbol de salón	
3	Yeni Katherine Rodriguez	1074888.444	Sutatausa	Patinaje	
4	Laura Daniela Ozga	1075684483	Lenguazaque	Patinaje	
5	Danny thayerly Pena chavez	1072365976	Sutatausa	Baloncesto	
6	Raúl Alcides Pérez	2989171	Cucunubá	Futbol de Sálon	
7	Wilson David Espinel G.	71.171487	Lenguazaque	Voleibol	
8	Lothar Alejandro Mateus C.	1076653410	Fuquene	Patinaje	
9	CARLOS AUGUSTO NAVARRETE MONTAÑO	79166280	CUCUNUBA	Futbol de SALON	
10	Francisco Javier Rodriguez cotrina	1.076.653.521	SUSA	Futbol de SALON	
11	CRISTIAN DAVID CASTRO PÉREZ	1076 661 855	Cucunuba.	Voleibol	
12	Camilo Villamil Solano	1.073.382.814	Simijaca	Futbol de salon.	
13	Oscar Julian Pena Nieto	1.073.384.878	Simijaca	Baloncesto	
14	JHON JAIRO AVILA ARIAS	1.073 382 077	SIMIJACA	Fútbol	
15	Michael Juan Rodriguez Camacho	1.073.384.808	Simijaca	Futbol	
16	RODRIGO CACERES	79169171	CALERA DE CAQUEZA	FUTBOL DE SALON	
17	Cristian felipe Rodrigo Pinilla	1076.666.672	Ubaté	futbol de salón	
18	Jhon Sebastian Monroy Acosta	TI 1009986 13	Susa	Baloncesto	
19	Ayra Liliana Castillo Coca	1.074556701	Susa	Patinaje	
20	Alba Mirella Forero Santana	1030554818	Susa	Fútbol	

Escaneado con CamScanner

INDEPORTES

REUNIONES PROVINCIALES DEPORTE FORMATIVO, INCLUSION Y POLITICAS PUBLICAS
CUNDINAMARCA 2021

PROVINCIA	
PLANILLA DE ASISTENCIA FORMADORES	
COODINADOR PROVINCIAL:	MUNICIPIO SEDE
GESTOR :	FECHA : HORA:

No	NOMBRE Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	MUNICIPIO	DISCIPLINA	FIRMA
1	Oleneck Alberto Lara Reyes	3196751	Tausa	ajedrez	
2	José Antonio Gil Tinjacá	7076657383	Cajicá de calupa	Ciclismo	
3	Wilson Rodriguez y Silva.	79169038.	GUACHETA.	FUTBOL.	
4	Felipe Sanchez Vargas	1076660207	Tausa.	Voleibol	Felipe Sánchez V.
5	Miguel Angel Ruiz Navarrete	1076665916	Sutatausa	Voleibol	
6	Thalia Alexandra Rincón Amaya	1076667215	Fuquene	Futbol de salón	
7	Cirsanto Suarez Peña	79166854	Fúquene	Futbol	
8					
9	Cesar Soler	12195 376	Indeportes	Coor. Dep Form	
10	Nelson Arévalo	80657274	Política Pública		
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					

Escaneado con CamScanner