NIT:826000058-3	**INFORMES 2022**	**VERSIÓN:** 00	**CÓDIGO: GFCEE-01**
		FECHA: 13-03-2013	**PAGINA:** 1 de 1
		DOCUMENTO: FORMATO	

PLAN DE TRABAJO MENSUAL

NOMBRE Y APELLIDO: William David Pérez Quintero DISCIPLINA: Futbol FECHA: ***15 de marzo a 14 abril***

NIVEL: ***Iniciación GRUPO: 1-2-3-4 HORARIO: lunes 2 A 6 pm- miércoles 8 a 12m -miércoles 2 a 6pm- sábado de 2 a 6pm***

DESCRIPCION: Iniciar la formación del jugador basado en las habilidades motrices básicas y la fundamentación técnica y complementaria básica siendo esto todas las actividades que primero se enseñan y luego se desarrollan (Habilidades motrices básicas, control y conducción de balón, pateo de balón) esto permitirá una efectiva preparación de los participantes a través del juego individual y colectivo que les permitirá afrontar cualquier reto futbolístico.

OBJETIVO GENERAL: Mejorar las habilidades coordinativas generales en base a las habilidades y destrezas que el jugador ya posee.

No.	OBJETIVO ESPEFICIO	CONTENIDO / ACTIVIDADES	METODOLOGÍA / DESCRIPCIÓN
1	Desarrollar habilidades motrices básicas	Actividades de coordinación con y sin balón	Diferentes estaciones de trabajo donde se invita al deportista a desarrollar sus habilidades motrices básicas realizando, lateralidad, eslalon, propiocepción, saltos, etc. Articulando los ejercicios con el uso del balón en algunas estaciones.
2	Desarrollar habilidades técnicas y reglamentarias.	-Actividades de conducción de balón -Trabajos prácticos para correcta ejecución del saque de banda -Trabajos tácticos para entender el fuera de juego.	En diferentes estaciones de trabajo se realiza conducción de balón en diferentes direcciones, agregando obstáculos con una serie de tareas durante la ejecución del ejercicio.

Scanned with CamScanner

			Desplazamiento con el balón para posteriormente ejecutar el saque de banda y trabajos grupales para la comprensión del fuera de juego
3	Patear el balón de acuerdo con las diferentes situaciones de juego	Actividades de pateo de balón en dirección al arco y a determinados puntos según la situación la requiera.	-Control dirigido y pateo de balón -Pateo de balón con pelota en movimiento -Pateo de balón con pelota estática
4	Desarrollar habilidades tácticas	Actividades grupales donde los deportistas ejecutan acciones de ataque y defensa tanto de forma individual como de forma grupal.	-Trabajos defensivos en superioridad e inferioridad numérica -Trabajos ofensivos en superioridad e inferioridad numérica

FIRMA INSTRUCTOR: _____

Vº Coordinador: _____

Scanned with CamScanner

NIT:826000058-3	INFORMES 2022	VERSIÓN: 00	CÓDIGO: GFCEE-01
		FECHA: 13-03-2013	PAGINA: 1 de 1
		DOCUMENTO: FORMATO	

CONTROL DE ASISTENCIA A CLASES O ENTRENAMIENTOS

MES (Fecha de inicio /final) : 15 Marzo a 14 abril **DISCIPLINA:** Futbol **GRUPO #** 2 y 4

Horario: Miercoles 8 a 12 y 2 a 6

Ord	NOMBRE Y APELLIDO	FIRMA	CLASES									
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
			16/03/22	30/03	06/04							
1	Jose Bonilla	Alejandro	x	x	x							
2	Juan Diego Valderrama	Juan Diego	x	x	x							
3	Felipe a. teaga	Andres Felipe	x	x	x							
4	Erick Nicolas Camargo	Erick	x	x	x							
5	Esteban Amezquita	Esteban	x	x	x							
6	Julián Duran	Julian	x	x	x							
7	Miguel Duran	Miguel	x	x	x							
8	Nicolas Parada.	Nicolás	x	x	x							
9	Giovanni Manrique	Joel	x	x	x							
10	Alejandro Barrera	Daniel Bar.	x	x	x							
11	Mariano Gomez	mariano	x	x	x							
12	Samuel Bernal	Samuel B.	x	x								
13	Miguel Cuervo.	Miguel C.	x									

SOGAMOSO tarea de todos

CENTRO URBANO DE RECREACION INFANTIL - CURI
Dirección: Carrera 13A No. 9A – 47 / PBX: 7724737 Móvil: 3138178234
www.irdsogamoso.gov.co

Scanned with CamScanner

NIT:826000058-3	**INFORMES 2022**		VERSIÓN: 00		CÓDIGO: GFCEE-01									
			FECHA: 13-03-2013		PAGINA: 1 de 1									
			DOCUMENTO: FORMATO											

14	Fabian Garcia	Fabian	x	x	x									
15	Samuel Vrancha	Samuel V.	x	x	x									
16														
17														
18														
19														
20														
21														
22														
23														
24														
25														

FIRMA INSTRUCTOR: _____

OBSERVADOR DE GRUPO: _____ **TEL:** 313 8961139

V° Supervisor: _____

Scanned with CamScanner

NIT:826000058-3	INFORMES 2022	VERSIÓN: 00	CÓDIGO: GFCEE-01
		FECHA: 13-03-2013	PAGINA: 1 de 1
		DOCUMENTO: FORMATO	

CONTROL DE ASISTENCIA A CLASES O ENTRENAMIENTOS

MES (Fecha de inicio /final) : 15 Marzo a 14 de abril **DISCIPLINA:** Futbol **GRUPO #** 1

Lunes 2 a 6pm

Ord	NOMBRE Y APELLIDO	FIRMA	CLASES									
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
			21/03	28/03	04/04							
1	Sebastian Duarte	Sebastian	X	X	X							
2	Santiago Duarte.	Santiago	X	X	X							
3	Dilan Jose Padilla	Dilan	X	X	X							
4	Juan Diego Rojas	Juan Diego	X	X	X							
5	Juan Pablo merchan	Juan Pablo	X	X	X							
6	Luis Alberto Tunay	Luis	X	X	X							
7	Laura sofia Mesa.	~~Laura Sofia M~~	X	X	X							
8	Juan David chaparro	Juan David	X	X	X							
9	Edward Montoya.	~~Edward~~	X	X	X							
10	Daniel alejandro Naranjo	Daniel N.	X	X	X							
11	Juan camilo Talamanca	Juan camilo	X	X	X							
12	Jeferson Hernandez	Jefferson Hernandez	X	X	X							
13	Santiago otalora	Santiago	X	X	X							

Scanned with CamScanner

NIT:826000058-3	INFORMES 2022	VERSIÓN: 00	CÓDIGO: GFCEE-01
		FECHA: 13-03-2013	PAGINA: 1 de 1
		DOCUMENTO: FORMATO	

14	Brayan Duvto chaparro.		x	x	x								
15	Daniel Hernandez		x	x	x								
16	Santiago Jaramillo		x	x	x								
17	Juan David Hurtado	Juan David Hurtado Alarcón											
18	Nicolas Hurtado	Nicolas Hurtado A.	x										
19	Cristian tejedor.	Cristian	x	x	x								
20	Leonardo Castellanos	Leonardo	x	x	x								
21	Santiago Fortino.	Eduar Montoya	x	x	x								
22	Diego Alejandro gonzales	Diego	x	x	x								
23	Daniel felipe chaparro	Daniel	x	x	x								
24	Jorge Andres Castañeda	Jorge	x		x								
25	Anasofia Gil Peña	Anasofia Gil	x										

FIRMA INSTRUCTOR: _____

OBSERVADOR DE GRUPO: Araedy castellanos **TEL:** 3143761704.

Vº Supervisor: _____

Scanned with CamScanner

IRDS	INFORMES 2022	VERSIÓN: 00	CÓDIGO: GFCEE-01
		FECHA: 13-03-2013	PAGINA: 1 de 1

CONTROL DE ASISTENCIA A CLASES O ENTRENAMIENTOS

MES (Fecha de inicio /final) : 15 Marzo a 14 abril Sabado 2 a 6 **DISCIPLINA:** Futbol **GRUPO #** 3

Ord	NOMBRE Y APELLIDO	FIRMA	CLASES									
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
			16 Mar	23 Mar	02 abri	09 abril						
1	Jair Leon vega	JohanJair	X	X		X						
2	Miguel Esteba Parra	Miguel	X	X		X						
3	Nicol Camargo	Nicol camargo	X	X		X						
4	Jessica calvo	Yesicalorena calvo cruz	X	X		X						
5	Keiler ortega	Keiler ortega	X	X		X						
6	Matias Sierra	Mathias	X	X		X						
7	Edwin Moyano	Edwin	X	X		X						
8	Samuel David Cardenas	Samuel	X	X		X						
9	Nicolas glarcon	Nicolas	X	X		X						
10	Maria Gabriela Alarcon	Gabriela	X	X		X						
11	Santiago Sierra	Ivan	X	X		X						
12	Diego Felpe Barbosa	Diego	X	X		X						
13	Annie Rucute	Annie	X	X		X						

Scanned with CamScanner

NIT:826000058-3	INFORMES 2022	VERSIÓN: 00	CÓDIGO: GFCEE-01
		FECHA: 13-03-2013	PAGINA: 1 de 1
		DOCUMENTO: FORMATO	

14	Kevin Ricaurte	Kevin	X	X		X						
15	Juan Manuel Chaparro	Juan Manuel	X	X		X						
16	Oscar Combita	oscar Jaime	X	X		X						
17	Jimmy Becerra Hernandez	Jimmy Becerra	X	X		X						
18	Julian Arteaga	Julian A.	X	X		X						
19	Santiago Medina	Smedinacoro	X	X		X						
20	Cristian Camargo	C.C.C.R.	X	X		X						
21	Juliana Sanchez	Yuliana	X	X		X						
22	Laura Cardenas	Laura cár	X	X		X						
23	Fabian Garcia	Fabian	X	X		X						
24	Santiago Cardenas	Santiago	X	X		X						
25	Yak Vega	Yak Vega	X	X		X						
	Cristian Leandro preciado	cristian				X						
	Emanuel Plutas	Emanuel				X						

FIRMA INSTRUCTOR: _____

OBSERVADOR DE GRUPO: _____ **TEL:** 3138961139

V° Supervisor: _____

Scanned with CamScanner

NIT:826000058-3	INFORMES 2022	VERSIÓN: 00	CÓDIGO: GFCEE-01
		FECHA: 13-03-2013	PAGINA: 1 de 1
		DOCUMENTO: FORMATO	

CONTROL DE ASISTENCIA A CLASES O ENTRENAMIENTOS

MES (Fecha de inicio /final) : 15 marzo a 14 de abril Miercoles 8 a 12 y 2 a 6 **DISCIPLINA:** Futbol **GRUPO #** 2 y 9.

Ord	NOMBRE Y APELLIDO	FIRMA	CLASES									
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
			30/03	06/04								
1	Miguel Alburracin.	Miguel	X	X								
2	Antonio obando	antonio	X	X								
3	Sara cubides	Sara C.	X	X								
4	Sergio palacios	Sergio	X	X								
5	Juan Jose Barrera	Jose	X	X								
6	Samuel torres	samuel	X	X								
7	Arturo Barrera	arturo	X	X								
8	Carlos Felipe meta	Felipe	X	X								
9	Javier espitia	Javier	X	X								
10	Dilan Ramirez	Dilan	X	X								
11	Nicolas Alvarez	Nicolas	X	X								
12	Santiago ovedo	Santiago	X	X								
13	Johathan Florez	Jonathan	X	Y								
	Juan Castellanos.	Juan C.	X	X								
	Cristian Latorre	Camilo latorre.	X	X								
	Holman Rivero	Holman R.	X									
	Kevin Patiño	Kevin Patiño.	X	X								
	Samuel Cardenas	Samuel	X	X								
	Carlos Montoya	Carlos M	X	X								

SOGAMOSO tarea de todos
CENTRO URBANO DE RECREACION INFANTIL - CURI
Dirección: Carrera 13A No. 9A – 47 / PBX: 7724737 Móvil: 3138178234
www.irdsogamoso.gov.co

Scanned with CamScanner

IRDS NIT:826000058-3	INFORMES 2022	VERSIÓN: 00 FECHA: 13-03-2013	CÓDIGO: GFCEE-01 PAGINA: 1 de 1
		DOCUMENTO: FORMATO	

14	Tomas Camargo	Tomas C	x	x								
15	Diego Figueroa	Diego F.	x	x								
16	Julian Perez	Julian P.	x	x								
17	Tomas Sandoval	Tomas S.	x	x								
18	Jose Monroy	Jose Monroy	x	x								
19	Ruben Rodriguez	Ruben Rodriguez		x								
20	Tomas Murillo.	Thomas Simón		x								
21	David chaparro.	David Alejandro		x								
22	Zamir Jimenez	Daniel Hernando.		x								
23	Daniel Rodriguez	Daniel R.	x	x								
24	Alejandro Sanchez	Alejandro	x	x								
25	Lenin Pesca.	Lenin Pesca	x	x								

Andres Bonilla x x

Daniel Fernandez — Daniel Fernandez x x

David Riveros — David Riveros x x

FIRMA INSTRUCTOR: ______

OBSERVADOR DE GRUPO: Alejandra Albarracin TEL: 3104493225

Luis Acevedo — Luis Acevedo x x

Juan David Castellanos — Juan David Castellanos

Daniel Naranjo — Daniel Naranjo x x

Vº Supervisor: ______

SOGAMOSO tarea de todos

CENTRO URBANO DE RECREACION INFANTIL - CURI

Dirección: Carrera 13A No. 9A – 47 / PBX: 7724737 Móvil: 3138178234

www.irdsogamoso.gov.co

Scanned with CamScanner

INSTITUTO PARA EL FOMENTO DE LA RECREACION Y EL DEPORTE DE SOGAMOSO

PROCESO: ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA IRDS - VIGENCIA 2022

SEMANA	NOMBRE COMPLETO DEL INSRUCTOR	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	PROGRAMA	MODALIDAD ESCUELA DE FORMACION	INSTITUCION EDUCATIVA	VEREDA	BARRIO
1,00	William David Perez Quintero	1057602548	ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA SECTOR URBANO	ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA EN FÚTBOL 1	N/A	N/A	71.LA SIERRA
2,00	William David Perez Quintero	1057602548	ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA SECTOR URBANO	ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA EN FÚTBOL 1	N/A	N/A	71.LA SIERRA
3,00	William David Perez Quintero	1057602548	ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA SECTOR URBANO	ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA EN FÚTBOL 1	N/A	11. VEREDA VANEGAS	N/A
3,00	William David Perez Quintero	1057602548	ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA SECTOR URBANO	ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA EN FÚTBOL 1	N/A		
4,00	William David Perez Quintero	1057602548	ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA SECTOR URBANO	ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA EN FÚTBOL 1	N/A	N/A	71.LA SIERRA
4,00	William David Perez Quintero	1057602548	ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA SECTOR URBANO	ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA EN FÚTBOL 1	N/A	N/A	N/A
5,00	William David Perez Quintero	1057602548	ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA SECTOR URBANO	ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA EN FÚTBOL 1	N/A	11. VEREDA VANEGAS	N/A

Scanned with CamScanner

INSTITUTO PARA EL FOMENTO DE LA RECREACION DE LA RECREACION Y EL DEPORTE DE SOGAMOSO

PROCESO: ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA IRDS - VIGENCIA 2022

DIRECCIÓN DONDE SE REALIZA LA ACTIVIDAD	HORARIOS DE INTERVENCIÓN (DIA - HORA)	DURACIÓN DE CADA SESION (HORAS)	No CLASES A LA SEMANA	TOTAL HORAS BRINDADAS A LA SEMANA	NOMBRE DEL GRUPO- Y/O CATEGORIA	OBSERVADOR DEL GRUPO	TELEFONO MOVIL OBSERVADOR DEL GRUPO
Calle 4 # 7-30	Lunes 2 A 6 pm- Miercoles 8 a 12m - Miercoles 2 a 6pm	4,0	3,0	12,0	GRUPO ESCUELA DEPORTIVA	Flor Velandia	3138961139
Calle 4 # 7-31	Lunes 2 A 6 pm- Miercoles 8 a 12m - Miercoles 2 a 6pm	4,0	3,0	12,0	GRUPO ESCUELA DEPORTIVA	Maria Eugenia Cordoba	3133862419
Parque recreacional de sur	Lunes 2 A 6 pm- Miercoles 8 a 12m - Sabado 2 a 6pm	4,0	3,0	12,0	GRUPO ESCUELA DEPORTIVA	Aracely Castellanos	3143761704
Colegio liceo de la presentacion	Miercoles 2 A 6 pm	4,0	1,0	4,0	GRUPO FORMACION ESCOLAR	Alejandra Abarracin	3104493225
Calle 4 # 7-31	Lunes 2 A 6 pm- Miercoles 8 a 12m - Sabado 2 a 6pm	4,0	3,0	12,0	GRUPO ESCUELA DEPORTIVA	Flor Velandia	3138961139
Colegio liceo de la presentacion	Miercoles 2 A 6 pm	4,0	1,0	4,0	GRUPO FORMACION ESCOLAR	Alejandra Abarracin	3104493225
Cancha el nogal	Lunes 8:00am A 12 m- Martes 8:00am a 12m	4,0	2,0	8,0	GRUPO ESCUELA DEPORTIVA	Flor Velandia	3138961139
				0,0			
				0,0			
				0,0			

Scanned with CamScanner

INSTITUTO PARA EL FOMENTO DE LA RECREACION Y EL DEPORTE DE SOGAMOSO

SOGAMOSO tarea de todos

PROCESO: ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA IRDS - VIGENCIA 2022

NÚMERO DE BENEFICIADOS SEGÚN RANGOS DE EDAD

0 a 5 AÑOS										6 A 12 AÑOS										13 A 17 AÑOS										18 A 29 AÑOS									
MEST		INDIG		CAMP		DISC		AFRO		MEST		INDIG		CAMP		DISC		AFRO		MEST		INDIG		CAMP		DISC		AFRO		MEST		INDIG		CAMP		DISC		AFRO	
M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F
4										34	2									19	4																		
4										24	2									21	4																		
										22										14	1																		
3										17	1									18	1																		
										35	3									25	4																		
3										14	1									18	1																		
										28	2																													

OBSERVACIONES

INSTRUCTOR

SUPERVISOR IRDS

VoB. OBSERVADOR: I.E / J.A.C. / BARRIO / VEREDA

1018432223

Scanned with CamScanner

INSTITUTO PARA EL FOMENTO DE LA RECREACION Y EL DEPORTE DE SOGAMOSO

SOGAMOSO tarea de todos

PROCESO: ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA IRDS - VIGENCIA 2022

30 A 59 AÑOS										> 60 AÑOS										GRAN TOTAL	POBLACIÓN VICTIMAS	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD
MEST		INDIG		CAMP		DISC		AFRO		MEST		INDIG		CAMP		DISC		AFRO				
M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F			
																				63		Desarrollo de habilidades coordinativas
																				55		Actividades de conduccion de balon
																				37		Correcta ejecucion del saque de banda
																				40		Desarrollo de habilidades coordinativas
																				67		Trabajos tácticos para entender el fuera de juego.
																				37		Actividades de conduccion de balon
																				30		Participacion primer festival de futbol categoria base provincia sugamuxi en memoria de "Alfonso Torres Medina"
																				-		
																				-		
																				-		

Aracely Castellanos

3143761704

Scanned with CamScanner

NIT:826000058-3	INFORMES 2022	VERSIÓN: 00	CÓDIGO: GFCEE-01
		FECHA: 13-03-2013	PAGINA: 1 de 1
		DOCUMENTO: FORMATO	

PLANES DE CLASES DIARIOS

DEPORTE: FUTBOL	**SEMANA: 1**
FECHA: 15 a 19 de marzo 2022	**INSTRUCTOR: William David Perez Quintero**
OBJETIVO O ACTIVIDADES DESARROLLADAS: Desarrollo de actividades coordinativas	

PARTE	ACTIVIDADES	DOSIFIC T	DOSIFIC R	PROC. ORGANIZATIVOS	ORIENTACIONES METODOLOGICAS
INICIAL	Calentamiento	40	2	Juegos predeportivos	Trotar alrededor del escenario Ejercicios de calentamiento Trotar por el espacio y hacer grupos entre participantes para hacer letras de acuerdo con indicaciones.
PRINCIPAL	Trabajos coordinativos	30	5	Tres estaciones de coordinación	Se dividirá el grupo en tres, cada uno en una estación ejecutando diferentes actividades coordinativas
	Trabajos coordinativos con uso de balón	30	5	Dos estaciones con balon	Se dividirá el grupo en dos, donde en cada estación realizaran diferentes trabajos coordinativos combinados con el uso del balón entre espacios de trabajo
FINAL		15		Partido entre los asistentes	
	Vuelta a la calma	5		Estiramientos	Se realiza estiramiento de tren inferior y superior

Scanned with CamScanner

NIT:826000058-3	**INFORMES 2022**	**VERSIÓN: 00**	**CÓDIGO: GFCEE-01**
		FECHA: 13-03-2013	**PAGINA: 1 de 1**
		DOCUMENTO: FORMATO	

DEPORTE: FUTBOL	**SEMANA: 2**
FECHA: 21 a 26 de marzo de 2022	**INSTRUCTOR: William David Perez Quintero**
OBJETIVO O ACTIVIDADES DESARROLLADAS: Actividades de conducción de balón	

PARTE	ACTIVIDADES	DOSIFIC T	DOSIFIC R	PROC. ORGANIZATIVOS	ORIENTACIONES METODOLOGICAS
INICIAL	Calentamiento	40	2	Juegos predeportivos	Trotar alrededor del escenario Balón mano
PRINCIPAL	Trabajos coordinativos	30	5	Tres estaciones de coordinación	Se dividirá el grupo en tres, cada uno en una estación ejecutando diferentes actividades coordinativas
	Estimulación de las diferentes superficies del pie, conducción de balón	30	5	Tres estaciones de trabajo	Se dividirá el grupo en tres, donde en cada estación realizaran trabajos que inviten a utilizar, bode interno, externo, planta del pie; haciendo uso de perfil izquierdo y derecho
FINAL	Partido recreativo	15		Partido entre los asistentes	
	Vuelta a la calma	5		Estiramientos	Se realiza estiramiento de tren inferior y superior

Scanned with CamScanner

NIT:826000058-3	**INFORMES 2022**	VERSIÓN: 00	CÓDIGO: GFCEE-01
		FECHA: 13-03-2013	PAGINA: 1 de 1
		DOCUMENTO: FORMATO	

DEPORTE: FUTBOL	**SEMANA: 3**
FECHA: 28 marzo a 2 de abril 2022	**INSTRUCTOR: William David Perez Quintero**
OBJETIVO O ACTIVIDADES DESARROLLADAS: Correcta ejecución de saque de banda	

PARTE	ACTIVIDADES	DOSIFIC T	DOSIFIC R	PROC. ORGANIZATIVOS	ORIENTACIONES METODOLOGICAS
INICIAL	Calentamiento	40	2	Juegos predeportivos	Trotar alrededor del escenario Movimientos articulares Trabajos de reacción y velocidad
PRINCIPAL	Fortalecimiento de articulaciones	30	5	Tres estaciones de coordinación	Se dividirá el grupo en tres, cada uno en una estación ejecutando diferentes actividades para fortalecimiento de articulaciones, como propiocepción, salto unipodal, salto bipodal, etc
	Trabajos prácticos para correcta ejecución del saque de banda	30	5	Estaciones con distintas distancias	Trabajo de saque de banda en diferentes distancias, y situaciones de juego.
FINAL	Partido recreativo	15		Partido entre los asistentes	
	Vuelta a la calma	5		Estiramientos	Se realiza estiramiento de tren inferior y superior

Scanned with CamScanner

NIT:826000058-3	**INFORMES 2022**	**VERSIÓN: 00**	**CÓDIGO: GFCEE-01**
		FECHA: 13-03-2013	**PAGINA: 1 de 1**
		DOCUMENTO: FORMATO	

DEPORTE: FUTBOL	**SEMANA: 4**
FECHA: 4 a 9 de abril de 2022	**INSTRUCTOR: William David Perez Quintero**
OBJETIVO O ACTIVIDADES DESARROLLADAS: Trabajos tácticos para entender el fuera de juego.	

PARTE	ACTIVIDADES	DOSIFIC T	DOSIFIC R	PROC. ORGANIZATIVOS	ORIENTACIONES METODOLOGICAS
INICIAL	Calentamiento	40	2	Juegos predeportivos	Trotar alrededor del escenario Movimientos articulares Trabajos de reacción y velocidad Gimnasia mental
PRINCIPAL	Trabajos táctico defensivo	30	5	Fase defensiva	Trabajos tácticos orientados al posicionamiento del equipo con el fin de entender el fuera de juego cuando el equipo rival ataca
	Trabajo táctico ofensivo	45	5	Fase ofensiva	Trabajos tácticos orientados al posicionamiento del equipo con el fin de entender el fuera de juego cuando se ataca al equipo rival
FINAL	Vuelta a la calma	5		Estiramientos	Se realiza estiramiento de tren inferior y superior

Scanned with CamScanner

RELACIÓN ACTIVIDADES ESCUELA FUTBOL

MES DE: 15 DE MAR A 14 DE ABR DE 2022

SEMANA	ACTIVIDADES DESARROLLADAS	FECHA	HORARIO	ESCENARIO	TOTAL HORAS	No. Alumnos	REVISIÓN
SEMANA 1	Se realizo clase en el sector sierra mañana	16/03/2022	8:00am a 12:00m	Cancha del sector	4	13	
	Se realizo clase en el sector la sierra	16/03/2022	2:00pm a 6:00pm	Cancha del sector	4	27	
	Capacitación de empatía y solidaridad	18/03/2022	9:00am a 11:00am	IRDS	2		
SEMANA 2	Se realizo clase en sector Vanegas	21/03/2022	2:00pm a 6:00pm	Parque recreacional de sur	4	25	
	Capacitación estrategias para la atención a personas discapacitadas	23/03/2022	8:30am a 11:00am	IRDS	4		
	Se realizo clase en el sector la sierra	23/03/2022	2:00pm a 6:00pm	Cancha del sector	4	27	
SEMANA 3	Se realizo clase en sector Vanegas	28/03/2022	2:00pm a 6:00pm	Parque recreacional de sur	4	25	
	Se asistió al taller #NisilencioNiviolencia realizado por el ministerio del deporte para la prevención de las violencias basadas en genero	29/03/2022	5:00pm a 7:00pm		2		
	Se realizo clase en el sector sierra mañana	30/03/2022	10am a 12m	Parque de la villa	4	25	
	Se realizo clase en el colegio liceo de la presentación	30/03/2022	2:00pm a 6:00pm	Cancha del colegio	4	37	
	Se brindo apoyo a jornada deportiva en el batallón.	02/04/2022	2:00pm a 6:00pm	Cancha del sector	4	29	

Scanned with CamScanner

SEMANA 4	ACTIVIDADES DESARROLLADAS	FECHA	HORARIO	ESCENARIO	TOTAL HORAS	No. Alumnos	REVISIÓN
	Se realizo clase en sector Vanegas	04/04/2022	2:00pm a 6:00pm	Parque recreacional de sur	4	25	
	Se realizo clase en el sector sierra mañana	06/04/2022	8:00am a 12:00m	Cancha del sector	4	25	
	Se realizo clase en el colegio liceo de la presentación	06/03/2022	2:00pm a 6:00pm	Cancha del colegio	4	37	
	Se realizo clase en el sector la sierra	09/04/2022	2:00pm a 6:00pm	Cancha del sector	4	27	

OBSERVACIONES: _____

MONITOR: William David Perez Quintero DEPORTE: Futbol

Scanned with CamScanner

PROTOCÓLO SESIÓNES DE FUTBOL

FECHA DE SOCIALIZACION:15 de marzo de 2022
LUGAR: Sector Vanegas, Sector la Sierra, Colegio Liceo de la Presentación.

DESCRIPCIÓN: Se realiza en el Sector Vanegas, Sector la sierra, Colegio Liceo de la Presentación la actividad deportiva de futbol a campo abierto todos los lunes de 2pm a 6pm, miércoles de 8am a 12m, miércoles de 2pm a 6pm y sábado 2 a 6pm

Duración: 4 horas
OBJETIVO: Informar sobre el protocolo de bioseguridad que se implementara en las Escuelas de Formación de Futbol a padres de familia pre, durante y post de la sesión.

PRE-SESION:

1. Presentarse 10 minutos antes, cambiados y listos para recibir las instrucciones de cómo se ejecutará la sesión de entrenamiento.
2. Verificar el cumplimiento de los protocolos de bioseguridad ante el covid-19 (Toma de temperatura, desinfección y utilización de los **EPP** (Elementos de Protección Personal)
3. Mantener su propio espacio y respetar el distanciamiento, por lo menos de 1.30mts de los demás compañeros.
4. Informar antes de comenzar la sesión, si presentan alguna lesión muscular, articular o tendinosa que le impida realizar la actividad.
5. Informar si presenta factores de riesgo alto como hipertensión, para que este le indique el paso a seguir.

DURANTE LA SESIÓN

1. Tener en cuenta el protocolo programado
2. Seguir pasos y órdenes del instructor a cargo de la clase, para evitar algún tipo de inconveniente
3. Informar si en el momento de que se lleve a cabo la sesión presenta algún problema físico.
4. Realizar la fase de calentamiento para evitar algún tipo de lesión musculoesquelética o de otro tipo.
5. Hidratarse a la orden de los instructores.

Scanned with CamScanner

POST- SESIÓN

1. Realizar a conciencia la fase final, los estiramientos para evitar posibles lesiones y vuelta a la calma en donde se le regularán la estabilidad de sus signos vitales.
2. Informar a la persona encargada de la sesión si después de realizada la clase presenta algún tipo de molestia relacionada con el entrenamiento.
3. Desinfección general del deportista
4. Se recomienda a los deportistas ponerse el tapabocas después de la práctica deportiva

FIRMA INSTRUCTOR: _____

OBSERVADOR DE GRUPO 1: _____ **TEL:** 313 3862419

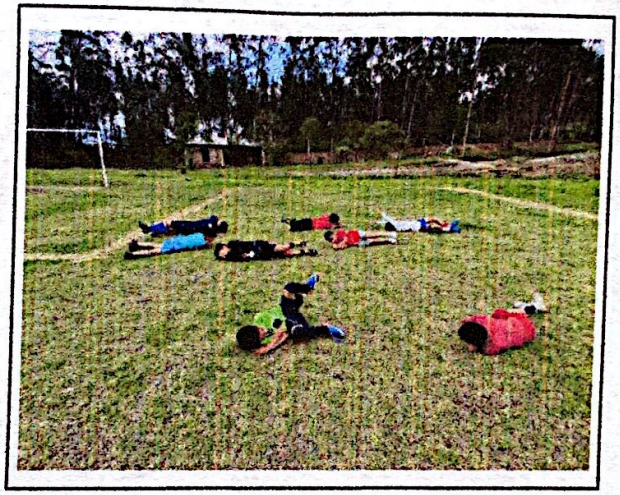
OBSERVADOR DE GRUPO 2: _____ **TEL:** 313 8961139

V° Coordinación: _____

Scanned with CamScanner

REGISTRO FOTOGRAFICO ESCUELA DE FORMACION FUTBOL 2022





Grupo sector Vanegas con deportistas de 5 a 17 años





Grupo sector la sierra mañana con deportistas de 5 a 17 años

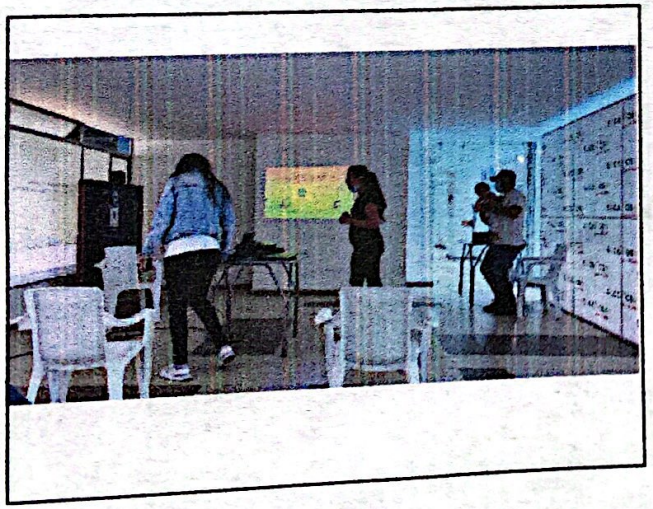
SOGAMOSO
tarea de todos

Scanned with CamScanner

Grupo Colegio Liceo de la presentación

Scanned with CamScanner

NIT:826000058-3	INFORMES 2022	VERSIÓN: 00	CÓDIGO: GFCEE-01
		FECHA: 13-03-2013	PAGINA: 1 de 1
		DOCUMENTO: FORMATO	

		Apoyo jornada deportiva batallón
		Asistencia a capacitaciones

Scanned with CamScanner

NIT:826000058-3	**INFORMES 2022**	**VERSIÓN: 00**	**CÓDIGO: GFCEE-01**
		FECHA: 13-03-2013	**PAGINA: 1 de 1**
		DOCUMENTO: FORMATO	

		Ejecución de protocolo de bioseguridad, respetando distanciamiento
		Participación torneo de futbol

Scanned with CamScanner