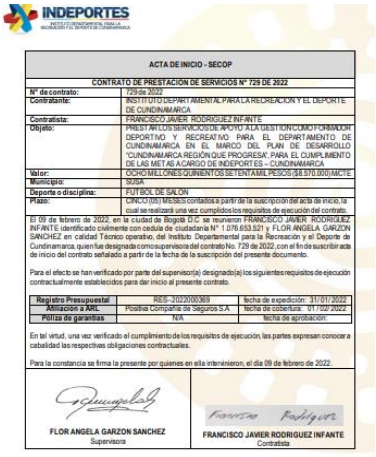
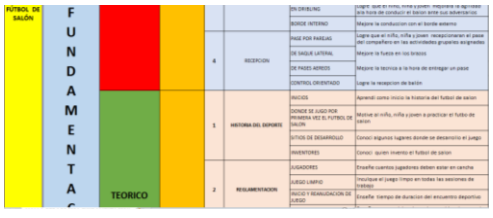
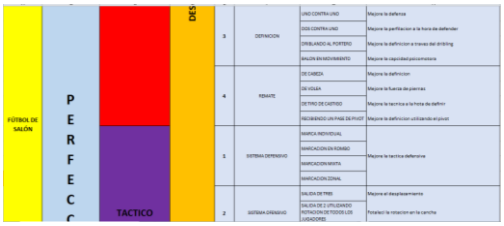
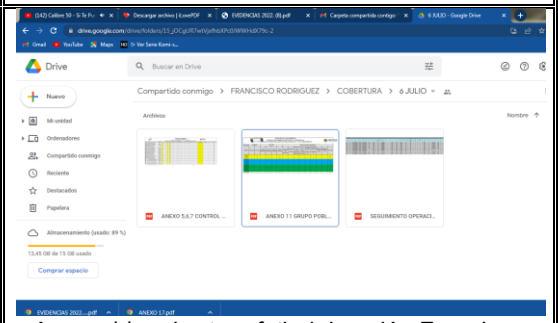
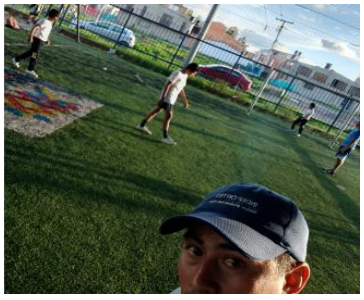
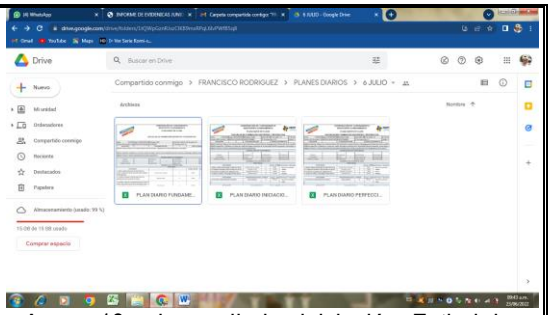
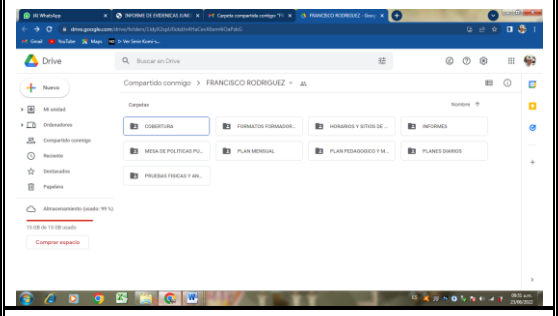
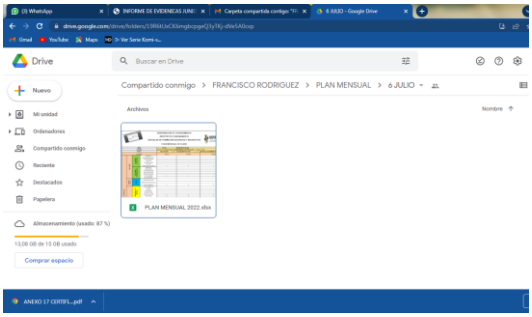
EVIDENCIAS INFORME 06 MES DE 06 - CTO 729 -2022			
Nombre del contratista	.FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE		
Número de identificación	1.076.653.521	**Tipo de documento**	CEDULA
Período informado	01/07/2022 a 8/07/2022	**N° de Registro Presupuestal**	2022000369 DE 31/01/2022

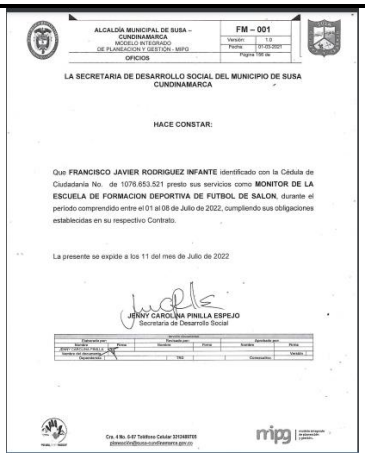
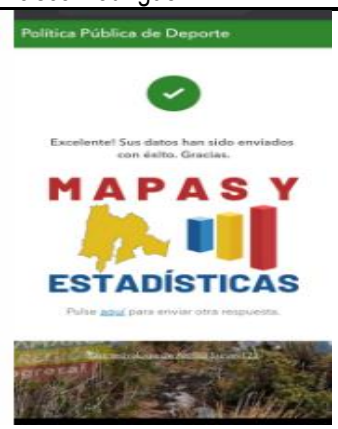
Objeto del Contrato: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO "CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA", PARA EL CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES – CUNDINAMARCA.

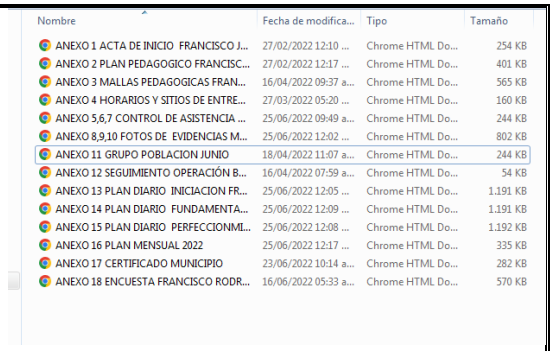
Obligaciones específicas:	Actividades realizadas:
	ANEXO: PDF EVIDENCIAS:
1. Efectuar la organización, planeación, dirección y realización de las actividades que se requieran para la consecución de mínimo 3 niveles de formación en el deporte, en los niveles de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento, 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.	

	  INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO DEPORTE / MODALIDAD: FUTBOL DE SALON MUNICIPIO: SUSA NOMBRE DEL FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE HORARIOS / CONCEPTO / LUNES / MARTES / MIERCOLES / JUEVES / VIERNES / SABADO 7:00 AM A 9: 00 AM — GRUPO: INICIACION; SEDE DE TRABAJO: MATA REDONDA 9:00 A.M. A 11 A.M — GRUPO: FUNDAMENTACION A; SEDE DE TRABAO: MATA REDONDA 11:00 A.M. A 1:00 P.M — GRUPO: FUNDAMENTACION B; SEDE DE TRABAO: MATA REDONDA 2:00 PM A 4:00 PM — GRUPO: INICIACION; SEDE DE TRABAJO: POLIDEPORTIVO 4:00 PM A 6:00 PM — GRUPO: FUNDAMENTACION; SEDE DE TRABAJO: POLIDEPORTIVO 6:00 PM A 8:00 PM — GRUPO: PERFECCIONAMIENTO; SEDE DE TRABAJO: POLIDEPORTIVO NOMBRE MONITOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE ANEXO 01. ACTA DE INCIO FRANCISCO RODRIGUEZ ANEXO 02 PLAN PEDAGOGICO FRANCISCO RODRIGUEZ ANEXO 03 MALLA PEDAGOGICAS INICICACION FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO FRANCISCO RODRIGUEZ ANEXO 04 HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO FRANCISCO RODRIGUEZ
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.	  

	Anexo 5: asistencia iniciación Francisco Rodríguez Anexo 6: asistencia fundamentación Francisco Rodríguez Anexo 7: asistencia perfeccionamiento Francisco Rodríguez Anexo 8: evidencias iniciación Francisco Rodríguez Anexo 9: evidencias fundamentación Francisco Rodríguez Anexo 10: evidencias perfeccionamiento Francisco Rodríguez
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.	 Anexo 11: cobertura futbol de salón Francisco Rodríguez Susa Anexo 12: seguimiento operación beneficiarios futbol de salón Francisco Rodríguez Susa
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.	 
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.	 Anexo 13: planes diarios iniciación Futbol de salón Francisco Rodríguez Susa Anexo 14: planes diarios fundamentación Futbol de salón Francisco Rodríguez Susa Anexo 15.: planes diarios perfeccionamiento Futbol de salón Francisco Rodríguez Susa
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.	
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 16: plan mensual mes de julio Futbol de salón Francisco Rodríguez Susa
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.	Las evidencias se entregaron el mes de mayo con su respectiva descripción.

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.	 ALCALDÍA MUNICIPAL DE SUSA – CUNDINAMARCA MODELO INTEGRADO DE PLANEACION Y GESTION - MIPG OFICIOS FM – 001 LA SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL DEL MUNICIPIO DE SUSA CUNDINAMARCA HACE CONSTAR: Que **FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE** identificado con la Cédula de Ciudadanía No. de 1076.653.521 presto sus servicios como **MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE FUTBOL DE SALON**, durante el período comprendido entre el 01 al 08 de Julio de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato. La presente se expide a los 11 del mes de Julio de 2022 JENNY CAROLINA PINILLA ESPEJO Secretaria de Desarrollo Social Anexo 17: certificación del municipio mes de Junio Francisco Rodríguez
11. Apoyar a los demás componentes en las diferentes actividades que realicen en los municipios asignados por la Subgerencia Técnica.	 Política Pública de Deporte Excelente! Sus datos han sido enviados con éxito. Gracias. MAPAS Y ESTADÍSTICAS Pulse aquí para enviar otra respuesta. ANEXO 18. REGISTRO DE ENCUESTAS POLITICA PUBLICA JUNIO 15
12. Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.	
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.	Entregaré Formato Único de Inventario Documental según indicaciones dadas por el área técnica de Indeportes.
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.	 Archivos Nombre CUENTA DE COBRO LI... EVIDENCIAS LILIANA ... INFORME DE GESTION... SOPORTE DE PAGO PA...

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.	

ANEXO 1 OBLIGACIÓN 2

ACTA DE INICIO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

ACTA DE INICIO - SECOP	
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS N° 729 DE 2022	
N° de contrato:	729 de 2022
Contratante:	INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA
Contratista:	FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE
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:	SUSA
Deporte o disciplina:	FUTBOL DE SALÓN
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 FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE identificado civilmente con cedula de ciudadanía N° 1.076.653.521 y FLOR ANGELA GARZON SANCHEZ en calidad Técnico operativo, del Instituto Departamental para la Recreación y el Deporte de Cundinamarca, quien fue designada como supervisora del contrato No. 729 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--2022000369	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 GARZON SANCHEZ Supervisora	**FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE** Contratista

ANEXO 2 OBLIGACIÓN 2

PLAN PEDAGÓGICO

PLAN PEDAGÓGICO

ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

FUTBOL DE SALON

INSTRUCTOR

FRANCISCO JAVIER ROGRIGUEZ INFANTE

FEBRERO 14/2022

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
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. Temas y contenidos
11. Metodología de trabajo
    - Etapas de enseñanza-aprendizaje en la escuela deportiva futbol de salón del municipio de Ubaté
    - Etapa de iniciación entre edades de (6 a 8 años)
    - Etapa de fundamentación entre edades de (9 a 12 años)
    - Etapa de perfeccionamiento entre edades de (13 a 17 años)
12. Control seguimiento y evaluación
13. 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, niñas y jóvenes entre los 6 y 17 años del municipio de la provincia de Ubaté, Cundinamarca, dividido en tres niveles; iniciación de 6 a 9 años, fundamentación de 10 a 13 años y perfeccionamiento de 14 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 uno de los municipios del departamento de Cundinamarca 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 dirigidos a niños, niñas y jóvenes de 6 a 17 años por medio del juego y formas jugadas. Además brindar espacios recreo deportivos a niños y niñas de la provincia.

6. OBJETIVOS ESPECIFICOS

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

7. POBLACION OBJETO Y COBERTURA

El diseño de este plan ha sido propuesto para la disciplina de futbol de salón, concretamente para niños, niñas y jóvenes entre los 6 y 17 años de la provincia de Ubaté Cundinamarca, dividido en tres niveles; iniciación de 6 a 9 años, fundamentación de 10 a 13 años y perfeccionamiento de 14 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 psicomotor 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 de los niños niñas y jovenes 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 9 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 13 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 (14 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 DE LA PROVINCIA DE UBATE.

A continuación, se realiza un plan pedagógico dirigido a niños, niñas 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 se basa en la búsqueda de 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, niñas 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 13 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, niñas y jovenes 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 (14 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 de la provincia de Ubaté, realizará un proceso estructurado de acuerdo a las necesidades y etapas de desarrollo de los niños, niñas 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, niña y joven que participe en el proceso de formación. Dicha evaluación se realizará por medio de las actividades programadas en cada una de las 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 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																												

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																	■											

ANEXO 3 OBLIGACIÓN 2

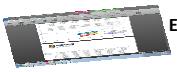
MALLAS PEDAGOGICAS

INICIACIÓN

FUDAMENTACIÓN

PERFECCIONAMIENTO

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"



ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

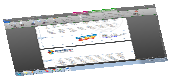
MALLA PEDAGOGICA

NIVEL INICIACIÓN

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
FÚTBOL DE SALÓN	INICIACION	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	Realize ejercicios que permitieron acoplar diferentes moviminetos corporales a traves del juego
						RITMO	Mejore el ritmo a traves de ejercicios de coordinacion
						EQUILIBRIO	Logre que los niños, niñas y jovenes se desplazen de un lado a otro saltando en un solo pie
						ORIENTACION	Mejore la orientacion a traves de ejercicios que permitieron la ubicacion en tiempo y espacio
						DIFERENCIACION	Realize actividades que permitieron el desplazamiento caminando en diferentes velocidades
						REACCIÓN	Logre que los niños, niñas y jovenes mejoren la reaccion a traves de juegos con lanzamientos de balon
						ADAPTACIÓN	Enseñe a los niños, niñas y jovenes adaptarse a través de la realización de tareas motrices
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	Realize actividades que permitieron el desplazamiento caminando en diferentes direccciones
						CORRER	Enseñe a los niños, niñas y jovenes a desplazarse a traves de diferentes velocidades
						SALTAR	Logre que los niños realicen ejercios de salto a pie junto
						ATRAPAR	Mejore la reaccion a traves de juegos de lanzamineto
						RODAR	Enseñe a los niños a rodar en diferentes direcciones
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	PLANCHA	Mejorer en el niño, niña y jovenes la fuerza de brazos y piernas
						CARRERAS	Maximize la velocidad a traves de carreras
						ABDOMINALES	Mejore la fuerza abdominal a traves de ejercicios repetitivos
				2	RESISTENCIA	FLEXIONES	Mejore la fuerza en piernas y brazos
						SALTAR LA CUERDA	Medi la resistencia a traves de cantidad de saltos realizados
				3	VELOCIDAD	CONDUCCION DE BALON	Aumente la velocidad en conduccion de balon
						CARRERAS DE RELEVO	Mejore el tiempo en el deplazamiento
				4	FLEXIBILIDAD	ESTIRAMIENTO	Logre que el niño, niña y joven mejore la flexibilidad a traves de ejercicios de estiramiento
		TECNICO	DESTREZAS	1	VELOCIDAD	JUEGO DE STOP	Permiti que los niños, niñas y jovenes corran en diferentes velocidades
						LA LLEVA	Logre que el niño, niña y joven mejore el pase a larga distancia
						CONGELADOS	Permiti realizar diferentes movimientos
				2	CONCENTRACION	JUEGO DE GOLOZA	Mejore la conduccion del balon con el borde interno
						JUEGO DE DOMINO	Logre la concentración
						LOTERIA	Mejore la capacidad cognitiva
				3	REACCION	JUEGO DE PERRITO	Mejore el trabajo en equipo y la integracion
						PONCHADOS	Mejore la reaccion al evadir un objeto
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	INICIOS	Enseñe como iniciar la historia del futbol de salon
						DONDE SE JUGO POR PRIMERA VEZ EL FUTBOL DE SALON	Motive al niño,niña y joven a practicar el futbo de salon
						SITIOS DE DESARROLLO	Conoci algunos lugares donde se desarrollo el juego
						INVENTORES	Conoci quien invento el futbol de salon
				2	REGLAMENTACION	JUGADORES	Aprendi cuantos jugadores deben estar en cancha
						JUEGO LIMPIO	Inculque el juego limpo en todas las sesiones de trabajo
						INICIO Y REANUDACION DE JUEGO	Enseñe tiempo de duracion del encuentro deportivo
						CAMBIOS	Enseñe como se deben hacer los cambios durante el juego
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	CUMPLIMIENTO	Exigi la participacion en todas las sesiones programadas
						TRANSPARENCIA	Utilize correctamente los instrumentos utilizados en cada sesion
						IDENTIDAD POR EL MUNICIPIO Y DEPARTAMENTO	Enseñe los simbolos del Municipio y departamento y hacerlos respetar
						TRABAJO EN EQUIPO	Exigi el trabajo en equipo en todas las clases.
						RESPETO	Inculque el respeto a todo su entorno dutante las sesiones

		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	HONESTIDAD	Enseñe a los ninños la importancia de ser honestos
						TRABAJO EN EQUIPO	Reconoci el trabajo en equipo en cada actividad realizada
						DEDICACION	Realize las sesiones de clase a conciencia
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	Logre que los niños tengan una buena higiene personal dentro y fuera del campo deportivo
						ALIMENTACIÓN	Solicite a los niños asistir bien alimentados a todas a las sesiones programadas
						PRESENTACION PERSONAL	Exigi a los niños, niñas y jovenes presentarse correctamente a las sesiones
						DESCANSO Y SUEÑO	Permiti que el niños, niñas y jovenes tenga tiempos de descanso entre una y otra actividad
						EJERCICIO FISICO	Promovi el ejercicio en cada una de las actividades
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	Reconoci la actitud de cada uno de los compañeros
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	Reconoci el esfuerzo que hace cada niño para mejorar en cada una de sus sesiones
						ENTREGA	Valore las sesiones de clase que se realizan
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	Enseñe al niño la forma correcta de concentrarse para realizar cada actividad
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	Enseñe el trabajo en equipo y juego limpio en todas las sesiones
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	GATO Y RATON	Mejore el trabajo en equipo y la integracion
						LA LLEVA	Mejore la coordinacion a la hora de realizar el ejercicio
						PATO PATO GANZO	Mejore la habilidad cognitiva
				2	JUEGOS TRADICIONALES	CUCUNUBA	Mejore la coordinacion
						YERMIS	Resalte la importancia de los juegos tradicionales en cada actividad
						JENGA	Mejore la capacidad cognitiva
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	Figuras de plastilina	Mejore las habilidades psicomotoras
						Baile	Mejore la capacidad auditiva
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	ENCOSTALADOS	Mejore la coordinacion a la hora de realizar el ejercicio
						ZIG ZAG	
						CIRCUITO CON BOMBAS DE AGUA	
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	Corazon de la piña	Mejore la accion motora
						Goloza	Mejore la capacidad cognitiva
						Puente esta quebrado	Trabaje coordinacion y fuerza
						Juguemos en el bosque	Aumente la velocidad y la percepcion

FECHA DE ENTREGA	**14-Feb-22**
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	**FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE**
MUNICIPIO	**SUSA**



"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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
FÚTBOL DE SALÓN	FUNDAMENTA	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	Realize ejercicios que permitieron acoplar difrentes moviminetos corporales a traves del juego
						RITMO	Mejore el ritmo a traves de ejercicios de coordinacion
						EQUILIBRIO	Logre que los niños se desplazaran de un lado a otro saltando en un solo pie
						ORIENTACION	Mejore la orientacion a traves de ejercicios que permitieron la ubicacion en tiempo y espacio
						DIFERENCIACION	Realize actividades que permitieron el desplazamiento caminando en diferentes velocidades
						REACCIÓN	Logrer que lo niños mejoraran la reaccion a traves de juegos con lanzaminetos de balon
						ADAPTACIÓN	Enseñe a los niños a adaptarse a través de la realización de tareas motrices
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	Realize actividades que permiteieron el desplazamiento caminando
						CORRER	Enseñe a los niños a desplazarse a traves de diferentes velocidades
						SALTAR	Logrer que los niños realizaran ejercios de salto a pie junto
						ATRAPAR	Mejore la reaccion a traves de juegos de lanzamineto y atrapada
						RODAR	Enseñe a los niños a rodar en diferentes direcciones
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	SALTOS A PIE JUNTO	Mejorer la fuerza de brazos y piernas en a traves de difrentes ejercicios propuestos en cada sesion
						FLEXIONES DE PECHO	
						SENTADILLAS	Mejore la resistencia en las piernas
						TIJERAS	Fortaleci la fuerza de piernas
				2	RESISTENCIA	SALTAR EN SOGA	Evalue la resistencia del deportista
						PLANCHAS	Aumente la resistencia en el area abdominal
				3	VELOCIDAD	CARRERAS	Logre que el niño mejore la velocidad en el desplazamiento
						SLALOM	Mejore la velocidad sobrepasando obstaculos
						CON CONDUCCION DE BALON	Logre que el niño, niña y joven mejorara la velcoidad conduciendo el balon de un punto a otro
				4	FLEXIBILIDAD	ESTATICA	Mejore la flexibilidad realizando ejercicios en sun solo punto
						ESTIRAMIENTO	Logre que el niño, niña y joven mejore la flexibilidad a traves de ejerciocios de estiramiento
		TECNICO	DESTREZAS	1	PASE	EN UN SOLO TOQUE	Logre que el niño, niña y joven mejoraran la entrega de pases a un solo toque
						LINEAS DE PASE	Logre que el niño, niña y joven buscaran espacios para recibir el pase de sus compañeros
						DOS CONTRA DOS	Manteni la posicion de balon con el compañero
						PASE LARGO	Mejore el control a la hora de recibir el pase
				2	REMATE	ZIG ZAG	Mejore la fuerza y la conduccion a la hora de rematar
						A UNA DISTANCIA DE 10 MTS	Mejore la potencia del disparo
						A TARVES DE UN PASE DE COMPAÑERO	Mejore el trabajo en equipo
						LARGO	Mejore la potencia a la hora de rematar
				3	CONDUCCION	CONDUCCION ALTERNA	Mejore la conduccion del balon con borde interno y externo del pie
						CON MIRADA AL FRENTE	Mejore la conduccion del balon manteniendo la frente en alto para evitar cualquier timpo de choque con los compañeros ala hora de ralizar los ejercicios.
						EN DRIBLING	Logre que el niño, niña y joven mejorara la agilidad ala hora de conducir el balon ante sus adversarios
						BORDE INTERNO	Mejore la conduccion con el borde externo
				4	RECEPCION	PASE POR PAREJAS	Logre que el niño, niña y joven recepcionaran el pase del compañero en las actividades grupales asignadas
						DE SAQUE LATERAL	Mejore la fueza en los brazos
						DE PASES AEREOS	Mejore la tecnica a la hora de entregar un pase
						CONTROL ORIENTADO	Logre la recepcion de balón
				1	HISTORIA DEL DEPORTE	INICIOS	Aprendi como inicio la historia del futbol de salon
						DONDE SE JUGO POR PRIMERA VEZ EL FUTBOL DE SALON	Motive al niño, niña y joven a practicar el futbo de salon
						SITIOS DE DESARROLLO	Conoci algunos lugares donde se desarrollo el juego
						INVENTORES	Conoci quien invento el futbol de salon
				2	REGLAMENTACION	JUGADORES	Enseñe cuantos jugadores deben estar en cancha
						JUEGO LIMPIO	Inculque el juego limpo en todas las sesiones de trabajo

	A C I O N	TEORICO		2	REGLAMENTACION	INICIO Y REANUDACION DE JUEGO	Enseñe tiempo de duracion del encuentro deportivo
						CAMBIOS	Enseñe como se deben hacer los cambios durante el juego
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	CUMPLIMIENTO	Exigi la participacion en todas las sesiones programadas
						TRANSPARENCIA	Utilize correctamente los instrumentos utilizados en cada sesion
						IDENTIDAD POR EL MUNICIPIO Y DEPARTAMENTO	Enseñe los simbolos del Municipio y departamento y hacerlos respetar
						TRABAJO EN EQUIPO	Exigi el trabajo en equipo en todas las clases.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	RESPETO	Inculque el respeto a todo su entorno dutante las sesiones
						HONESTIDAD	Enseñe a los niños la importancia de ser honestos
						TRABAJO EN EQUIPO	Reconoci el trabajo en equipo da en cada actividad realizada
						DEDICACION	Realize las sesiones de clase a conciencia
					HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	Logre que los niños tuvieran una buena higien personal dentro y fuera del campo deportivo
						ALIMENTACIÓN	Solicite a los niños asistir bien alimentados a todas alas sesiones programdas
						PRESENTACION PERSONAL	Exigi a los niños presentarse correctamente a las sesiones
						DESCANSO Y SUEÑO	Permiti que el niños tuvieran tiempos de descanso entre una y otra actividad
						EJERCICIO FISICO	Promovi el ejercicio en cada una de las actividades
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	Reconoci la actitud de cada uno de los compañeros
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	Reconoci el esfuerzo que hace cada niño para mejorar en cada una de sus sesiones
						ENTREGA	Valore las sesiones de clase que se realizaron
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	Enseñe al niño la forma correcta de concentrarse para realizar cada actividad
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	Enseñe el trabajo en equipo y juego limpio en todas las sesiones
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	CONGELADOS	Mejore la coordinacion a la hora de realizar el ejercicio
						LA LLEVA	Mejore el desplazamiento
						SALTAR LA CUERDA	Mejore el salto a pie junto
						ESTATUA	Mejore las habilidades psicosociales
				2	JUEGOS TRADICIONALES	YERMIS	Recree a los niños a traves de juegos tradicionales
						JENGA	Mejore la capacidad coginitiva
						RANA	Mejore la punteria
						TROMPO	Desarrolle la coorinacion visomotora
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	Aerobicos	Mejore la coordinacion
						Dibujo	Mejore la motricidad fina
						Ejercicios al ritmo de la musica	Mejore la capacacidad auditiva
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	CIRCUITO DE AROS	Aumente la dificultad de los ejercicio asignados en el desarrollo de circuitos
						ZIG ZAG	Mejore el desplazamineto con obstáculos
						CIRCUITO CON BOMBAS DE AGUA	Mejore la concentracion
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	ENCOSTALADOS	Mejore la velocidad sobre obstaculos
						ADIVINANZAS	Mejore la capacidad cognitiva
						JUEGOS DE OBSTACULOS	Fortaleci la superacion de obstaculos

FECHA DE ENTREGA	**14/Febrero/20222**
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	**FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE**
MUNICIPIO	**SUSA**



"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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
FÚTBOL DE SALÓN	PERFECC	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	Realize ejercicios que permitieran acoplar diferentes movimientos corporales a traves de ejercicios con balon
						RITMO	Mejore el ritmo a traves de ejercicios de coordinacion
						EQUILIBRIO	Logre que los deportistad se desplazaran de un lado a otro saltando en un solo pie
						ORIENTACION	Mejore la orientacion a traves de ejercicios que permitieron la ubicacion en tiempo y espacio
						DIFERENCIACION	Realize actividades que permitieron el desplazamiento en diferentes velocidades
						REACCIÓN	Logre que lo deportistas mejores la reaccion a traves de juegos con lanzamientos de balon
						ADAPTACIÓN	Enseñe a los deportistas a adaptarse a través de la realización de ejercicios
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	Realize actividades que le permitieron el desplazamiento caminando en diferentes velocidades
						CORRER	Logre Correr de un lado a otro en diferentes velocidades
						SALTAR	Logre que los deportistas realizaran ejercios de salto a pie junto de un aldo a otro
						ATRAPAR	Mejore la reaccion a traves de juegos de lanzamineto y atrapada
						RODAR	Mejore el desplazamiento de un lado a otro a traves de botes
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	SENTADILLA CON BANDAS ELASTICAS	Mejore la fuerza de piernas y brazos en todas las actividades aseignadas
						BURPEE	Fortaleci las manos y piernas
						CABALLITO	Mejore las acciones motrices
						CARRETILLA	Mejore la fuerza en los brazos
				2	RESISTENCIA	TITERES	Supere obstáculos de resistencia y velocidad manteniendo ritmo para recuperar hasta llegar a una posición inicial.
						SALTOS CON SENTADILLA	
				3	VELOCIDAD	EJERCICIOS DE VELOCIDAD Y REACCION	Desarrolle la habilidad de hacer desplazamientos explosivos en el menor tiempo bien sea en distancias cortas o largas
						CARRERAS DE RELEVOS	
						CONDUCCION DE BALON EN GRUPOS	
				4	FLEXIBILIDAD	ESTIRAMIENTO POR PAREJAS	Mejore la flexibilidad en el deportista
						LIMBO	
		TECNICO	DESTREZAS	1	PASE	ESPACIO REDUCIDO	Aumente la rapidez en los pases
						UNA SOLA INTENCION	Aumente la capacidad mental
						POR PAREJAS	Logre ajustar la acciones motriz
						A UN SOLO TOQUE CON UN RECUPERADOR	Mejore el trabajo en equipo
				2	CONDUCCION	CIRCUITO DE OBSTACULOS	Supere obstáculos de resistencia y velocidad
						POR PAREJAS	Mejore el trabajo en equipo
						CON PLANTA DE PIE	Mejore las habilidades psicomotoras
						DE ESPALDAS	Mejore el desplazamiento
						CON MIRADA AL FRENTE	Mejore la habilidad visomotriz
				3	DEFINICION	UNO CONTRA UNO	Mejore la defensa
						DOS CONTRA UNO	Mejore la perfilacion a la hora de defender
						DRIBLANDO AL PORTERO	Mejore la definicion a traves del dribling
						BALON EN MOVIMIENTO	Mejore la capcidad psicomotora
				4	REMATE	DE CABEZA	Mejore la definicion
						DE VOLEA	Mejore la fuerza de piernas
						DE TIRO DE CASTIGO	Mejore la tecnica a la hota de definir
						RECIBIENDO UN PASE DE PIVOT	Mejore la definicion utilizando el pivot
		TACTICO		1	SISTEMA DEFENSIVO	MARCA INDIVIDUAL	Mejore la tactica defensiva
						MARCACION EN ROMBO	
						MARCACION MIXTA	
						MARCACION ZONAL	
				2	SISTEMA OFENSIVO	SALIDA DE TRES	Mejore el desplazamiento
						SALIDA DE 2 UTILIZANDO ROTACION DE TODOS LOS JUGADORES	Fotaleci la rotacion en la cancha

	I O N A M I E N T O					BUSCAR LINEA DE PASE	Mejore los moviminetos a la hora de atacar
				3	ESTRATEGIA	JUGADAS DE TIRO LIBRE	Mejore las estrategias de balon detenido
						JUGADAS DE TIRO DE ESQUINA	
						JUGADAS PARA SALIR DE LA PRESION DEL RIVAL	Mejore salidas evadiendo la marca del rival
						CONTRAATAQUE	Mejore la salida con velocidad
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	INICIOS	Aprendi como se inicia la historia del futbol de salon
						DONDE SE JUGO POR PRIMERA VEZ EL FUTBOL DE SALON	Motive al niño, niña y joven a practicar el futbo de salon
						SITIOS DE DESARROLLO	Conoci algunos lugares donde se desarrollo el juego
						INVENTORES	Conoci quien invento el futbol de salon
				2	REGLAMENTACION	JUGADORES	Enseñe cuantos jugadores deben estar en cancha
						JUEGO LIMPIO	Inculque el juego limpo en todas las sesiones de trabajo
						INICIO Y REANUDACION DE JUEGO	Enseñe tiempo de duracion del encuentro deportivo
						CAMBIOS	Enseñe como se deben hacer los cambios durante el juego
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	CUMPLIMIENTO	Exigi la participacion en todas las sesiones programadas
						TRANSPARENCIA	Utilize correctamente los instrumentos utilizados en cada sesion
						IDENTIDAD POR EL MUNICIPIO Y DEPARTAMENTO	Enseñe los simbolos del Municipio y departamento y hacerlos respetar
						TRABAJO EN EQUIPO	Exigi el trabajo en equipo en todas las clases.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	RESPETO	Inculque el respeto a todo el entorno durante las sesiones
						HONESTIDAD	Enseñe a los ninños la importancia de ser honestos
						TRABAJO EN EQUIPO	Reconoci el trabajo en equipo da en cada actividad realizada
						DEDICACION	Realize las sesiones de clase a conciencia
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	Logre que los niños tengan una buena higien personal dentro y fuera del campo deportivo
						ALIMENTACIÓN	Solicite a los niños asistir bien alimentados a todas alas sesiones programdas
						PRESENTACION PERSONAL	Exigi a los niños, niñas y jovenes a presentarse correctamente a las sesiones
						DESCANSO Y SUEÑO	Permiti que el niños, niñas y jovenes tenga tiempos de descanso entre una y otra actividad
						EJERCICIO FISICO	Promovi el ejercicio en cada una de las actividades
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	Reconoci la actitud de cada uno de los compañeros
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	Reconoci el esfuerzo que hace cada niño para mejorar en cada una de sus sesiones
						ENTREGA	Valore las sesiones de clase que se realizaron
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	Enseñe al deportista la forma correcta de concentrarse para realizar cada actividad
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	Enseñe el trabajo en equipo y juego limpio en todas las sesiones
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	CONGELADOS	Mejore la coordinacion a la hora de realizar el ejercicio
						LA LLEVA	Mejore la acciones motriz
						SALTAR LA CUERDA	Mejore la fuerza de piernas
						ESTATUA	Mejore la habilidad corporal
				2	JUEGOS TRADICIONALES	YERMIS	Recree a los deportistas a traves de juegos tradicionales
						JENGA	Mejorer la capacidad cognitiva
						RANA	Mejore la habilidad para lanzar
						CUCUNUBA	Desarrolle habilidades psicomotoras
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	Motricidad fina	Mejore de destreza manual
						Enhebrar aguja	Estimule la vision y la capacidad psicomotor
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	CIRCUITO DE AROS	Aumente la dificultad de los ejercicio asignados en el desarrollo de circuitos
						ZIG ZAG	
						CIRCUITO CON CONOS	
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	ENCOSTALADOS	Integre a los deportistas a traves del festival recreativo que permitiera el cambio de actividades
						MARAÑA	
						JUEGOS DE OBSTACULOS	

FECHA DE ENTREGA	**14-Feb-22**
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	**FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE**
MUNICIPIO	**SUSA**

ANEXO 4 OBLIGACIÓN 2

HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO



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

DEPORTE / MODALIDAD: FUTBOL DE SALON

MUNICIPIO: SUSA

NOMBRE DEL FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
7:00 AM A 9: 00 AM	GRUPO			INICIACION			
	SEDE DE TRABAJO			MATA REDONDA			
9:00 A.M. A 11 A.M	GRUPO			FUNDAMENTACION A			
	SEDE DE TRABAO			MATA REDONDA			
11:00 A.M. A 1:00 P.M	GRUPO			FUNDAMENTACION B			
	SEDE DE TRABAO			MATA REDONDA			
2:00 PM A 4:00 PM	GRUPO			INICIACION		INICIACION	
	SEDE DE TRABAJO			POLIDEPORTIVO		POLIDEPORTIVO	
4:00 PM A 6:0O PM	GRUPO			FUNDAMENTACION		FUNDAMENTACION	
	SEDE DE TRABAJO			POLIDEPORTIVO		POLIDEPORTIVO	
6:00 PM A 8:00 PM	GRUPO			PERFECCIONAMIENTO		PERFECCIONAMIENTO	
	SEDE DE TRABAJO			POLIDEPORTIVO		POLIDEPORTIVO	

NOMBRE MONITOR FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE

ANEXO 5 OBLIGACIÓN 3ASISTENCIA INICIACIÓN

ANEXO 6 OBLIGACIÓN 3 ASISTENCIA FUNDAMENTACIÓN

ANEXO 7 OBLIGACIÓN 3 ASISTENCIA PERFECCIONAMIENTO

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL INICIACION FUTBOL DE SALON

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	JONATHAN FELIPE ALARCON CASTRO									1																								1	1	0	100%
2	CRISTIAN DANIEL CORTES RONCANCIO	3213696728	1					1		1																								3	3	0	100%
3	ANGELICA MARIA SOLANO BARRAGAN	3223284155	1					1		1																								3	3	0	100%
4	DANNA ANGELYN CASTIBLANCO CAMELO	3123299208						1		1																								2	2	0	100%
5	JOSE ISMAEL RAMIREZ ALARCON	3132100840	1					1		1																								3	3	0	100%
6	SEBASTIAN BELTRAN ALARCON		1					1		1																								3	3	0	100%
7	DAVID ORLANDO ALRCON CASTIBLANCO	3115420581	1					1		1																								3	3	0	100%
8	YARITH STEFFANY TORRES MARTINEZ	3132175436	1					1		1																								3	3	0	100%
9	MIGUEL ANGEL GERENA BARRAGAN	3193041146	1					1		1																								3	3	0	100%
10	JOSE ANTONIO GERENA BARRAGAN	3193041146	1					1		1																								3	3	0	100%
11	JUAN ESTIVEN ALMANZA BARRAGAN	3222380194	1					1		1																								3	3	0	100%
12	MARIA FERNANDA PATIÑO RODRIGUEZ	3125365390						1		1																								2	2	0	100%
13	MARIA ANGELICA CORTES RODRIGUEZ	3107625488	1					1		1																								3	3	0	100%
14	LIZETH DANIELA ROBALLO CASTRO	3108063866	1					1		1																								3	3	0	100%
15	FABIAN ESTABAN GUZMAN ROBAYO	3222210263	1					1		1																								3	3	0	100%
16	JUAN DIEGO GUZMAN ROBAYO	3123340862	1					1		1																								3	3	0	100%
17	YEISON FERNEY ESPEJO RODRIGUEZ	3208239255	1					1		1																								3	3	0	100%
18	DIEGO ESTIVEN GUZMAN ROBAYO	3222210263						1		1																								2	2	0	100%
19	SANDY THALIANA CASTIBLANCO CAMELO	3123299208	1					1		1																								3	3	0	100%
20	EYDER ARMANDO ANGEL ROBAYO	3042230877	1					1		1																								3	3	0	100%
21	BRAYAN ESNEIDER GUALTEROS ROBAYO	3125072274	1					1		1																								3	3	0	100%
22	DANNA VALENTINA VILLAMIL ROBAYO	3202726745	1					1		1																								3	3	0	100%
23	PAULA VALENTINA ROBAYO RAMIREZ	3245507322	1					1		1																								3	3	0	100%
24	JOEL ALEJANDRO BECERRA RODRIGUEZ	3213924955	1					1		1																								3	3	0	100%
25	WILLIAM ESTEBAN ROBAYO ROMERO	3115639473	1					1		1																								3	3	0	100%
26	KERIN STEVAN QUINEME QUINCHANEGUA	3223451778						1		1																								2	2	0	100%
27	MAIRA ALEJANDRA GARCIA FUQUENE	3134424449	1					1		1																								3	3	0	100%
28	YESSICA VALENTINA RODRIGUEZ RONCANCIO	3118726123	1					1		1																								3	3	0	100%
29	LIZETH DANIELA BALLESTEROS CARRILLO	3138663636						1		1																								2	2	0	100%
30	ANA VALENTINA MORENO MERCHAN	3102391896	1					1																										2	2	0	100%

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL FUNDAMENTACION FUTBOL SALON

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	DIEGO ANDRES RIVERA TINJACA	3005139497	1					1		1																								0	0	0	#DIV/0!
2	GABRIEL ESTEBAN RODRIGUEZ FORERO	3105603546	1					1		1																								0	0	0	#DIV/0!
3	JUAN PABLO SIERRA SIERRA	3123449680	1					1		1																								0	0	0	#DIV/0!
4	ESTEBAN FELIPE ROCHA MURCIA	3123418584	1					1		1																								0	0	0	#DIV/0!
5	JAVIER ALEXIS MOYA ANGEL	3116189788	1					1		1																								0	0	0	#DIV/0!
6	DAYANA STEFANY GUSMAN ANGEL	3112004240	1					1		1																								0	0	0	#DIV/0!
7	CAROL YELIDSA CARRILLO FIGEROA	3102537913	1					1		1																								0	0	0	#DIV/0!
8	PAOLA ANDREA GUZMAN CASTRO		1					1		1																								0	0	0	#DIV/0!
9	KAREN LIZETH GUZMAN CASTRO		1					1		1																								0	0	0	#DIV/0!
10	LINA YAQUELIN SANTANA ROBAYO	3219274849	1					1		1																								0	0	0	#DIV/0!
11	JULIET ALEJANDRA FANDIÑO GUZMAN	3214665863	1					1		1																								0	0	0	#DIV/0!
12	OSCAR MAURICIO ESPEJO RODRIGUEZ	3208239255	1					1		1																								0	0	0	#DIV/0!
13																																		0	0	0	#DIV/0!
14																																		0	0	0	#DIV/0!
15																																		0	0	0	#DIV/0!
16																																		0	0	0	#DIV/0!
17																																		0	0	0	#DIV/0!
18																																		0	0	0	#DIV/0!
19																																		0	0	0	#DIV/0!
20																																		0	0	0	#DIV/0!
21																																		0	0	0	#DIV/0!
22																																		0	0	0	#DIV/0!
23																																		0	0	0	#DIV/0!
24																																		0	0	0	#DIV/0!
25																																		0	0	0	#DIV/0!
26																																		0	0	0	#DIV/0!
27																																		0	0	0	#DIV/0!
28																																		0	0	0	#DIV/0!

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL PERFECCIONAMIENTO FUTBOL SALON

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	JUAN ANDRES CONTRERAS VALENCIA	3102819496	1					1		1																						0	0	0	#DIV/0!
2	JEAN FRANCO MEJIA BARRIOS	3042750474	1					1		1																						0	0	0	#DIV/0!
3	JEAN CARLOS MEJIA BARRIOS	3042750474	1					1		1																						0	0	0	#DIV/0!
4																																0	0	0	#DIV/0!
5																																0	0	0	#DIV/0!
6																																0	0	0	#DIV/0!
7																																0	0	0	#DIV/0!
8																																0	0	0	#DIV/0!
9																																0	0	0	#DIV/0!
10																																0	0	0	#DIV/0!
11																																0	0	0	#DIV/0!
12																																0	0	0	#DIV/0!
13																																0	0	0	#DIV/0!
14																																0	0	0	#DIV/0!
15																																0	0	0	#DIV/0!
16																																0	0	0	#DIV/0!
17																																0	0	0	#DIV/0!
18																																0	0	0	#DIV/0!
19																																	0	0	0	#DIV/0!

ANEXO 8 OBLIGACIÓN

3EVIDENCIAS INICIACIÓN

<table>
<tr><th colspan="3">FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA INICIACIÓN</th></tr>
<tr><td>FORMADOR</td><td colspan="2">FRANCISCO JAVIER RODRIGEZ INFANTE</td></tr>
<tr><td>No DE CONTRATO</td><td colspan="2">729</td></tr>
<tr><td>MUNICIPIO</td><td colspan="2">SUSA</td></tr>
<tr><td>DEPORTE/ DISCIPLINA</td><td colspan="2">FUTBOL DE SALON</td></tr>
<tr><td>SITIO DE ENTRENAMIENTO</td><td>VEREDA MATA REDONDA</td><td>MES: JULIO</td></tr>
<tr><td>INICIACIÓN

</td><td colspan="2">INICIACIÓN

</td></tr>
<tr><td>INICIACIÓN</td><td colspan="2">INICIACIÓN</td></tr>
<tr><td>
</td><td colspan="2"></td></tr>
</table>

ANEXO 9 OBLIGACIÓN 3

EVIDENCIAS FUNDAMENTACIÓN

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA FUNDAMENTACIÓN		
FORMADOR	**FRANCISCO JAVIER RODRIGEZ INFANTE**	
No DE CONTRATO	**729**	
MUNICIPIO	**SUSA**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL DE SALON**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**VEREDA MATA REDONDA**	**MES: JULIO**

FUNDAMENTACIÓN



FUNDAMENTACIÓN



FUNDAMENTACIÓN



FUNDAMENTACIÓN



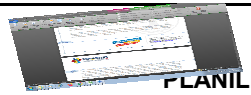
ANEXO 10 OBLIGACIÓN 3

EVIDENCIAS PERFECCIONAMIENTO

<table>
<tr><th colspan="3">FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA PERFECCIONAMIENTO</th></tr>
<tr><td>FORMADOR</td><td colspan="2">FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE</td></tr>
<tr><td>No DE CONTRATO</td><td colspan="2">729</td></tr>
<tr><td>MUNICIPIO</td><td colspan="2">SUSA</td></tr>
<tr><td>DEPORTE/ DISCIPLINA</td><td colspan="2">FUTBOL DE SALON</td></tr>
<tr><td>SITIO DE ENTRENAMIENTO</td><td>POLIDEPORTIVO MUNICIPAL</td><td>MES: JULIO</td></tr>
<tr><td colspan="2">PERFECCIONAMIENTO
</td><td>PERFECCIONAMIENTO
</td></tr>
<tr><td colspan="2">PERFECCIONAMIENTO</td><td>PERFECCIONAMIENTO</td></tr>
<tr><td colspan="2"></td><td></td></tr>
</table>

ANEXO 11

OBLIGACIÓN 4 COBERTURA FUTBOL DE SALÓN SUSA



INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

NEFICIAD	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Masculino	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
6 AÑOS	3	2		3		2									5
7 AÑOS	7	6		7		6									13
8 AÑOS	7	5		7		5									12
9 AÑOS	3	3		3		3									6
10 AÑOS	2	3		2		3									5
11 AÑOS															0
12 AÑOS	1				1										1
13 AÑOS															0
14 AÑOS	1			1											1
15 AÑOS	2			2											2
16 AÑOS															0
17 AÑOS															0
TOTALES	26	19		25	1	19									45

ANEXO 12 OBLIGACIÓN 4

SEGUIMIENTO OPERACIÓN BENEFICIARIOS FUTBOL DE SALÓN SUSA

PROVINCIA	MUNICIPIO	FORMADOR(A) NOMBRES & APELLIDOS	DISCIPLINA DEPORTIVA	BENEFICIARIO(A) NOMBRES & APELLIDOS	BENEFICIARIO(A) N° DOCUMENTO	BENEFICIARIO(A) NACIONALIDAD	RANGO DE EDAD PRIMERA INFANCIA (DESDE CERO (0) A LOS 5 AÑOS) INFANCIA (DESDE LOS (6) A 11 AÑOS) ADOLESCENCIA (DESDE LOS (12 A 17 AÑOS) JUVENTUD (DESDE 18 A LOS 28 AÑOS)	BENEFICIARIO(A) DIRECCIÓN DE DOMICILIO	RH	EPS	SEXO FEMENINO MASCULINO INTERSEXUAL	ORIENTACIÓN SEXUAL HOMOSEXUAL BISEXUAL HETEROSEXUAL TRANSEXUAL	IDENTIFICACIÓN DE GÉNERO CISGENERO/ TRANSGÉNERO	VULNERABILIDAD EN SITUACIÓN DE DESPLAZAMIENTO EN CONDICIÓN DE DISCAPACIDAD EN CONDICIÓN DE VEJEZ AVANZADA PAREJA EN PARTICIPACIÓN SOCIAL Y POLÍTICA MADRE SOLTERA REFUGIADOS MIGRANTES RETORNADOS HABITANTES DE CALLE NINGUNA	DISCAPACIDAD FÍSICA VISUAL AUDITIVA PSICOSOCIAL INTELECTUAL SORDOCEGUERA MÚLTIPLE NINGUNA	GRUPO ETNICO INDÍGENAS AFROCOLOMBIANOS/NEGROS/RAIZALES PALENQUERO ROM RAIZAL OTROS	LENGUAS CASTELLANO INDÍGENA CRIOLLA CREOLE SRAILI LENGUA EXTRANJERA	SECTOR DE RESIDENCIA URBANO RURAL	ACUDIENTE NOMBRES & APELLIDOS	ACUDIENTE TELEFONO MOVIL	ACUDIENTE CORREO
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	CAROL VALERIA CARDO	1 054 961 486	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	NINGUNA EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	CAUCA MARIA ROSARIO	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 487	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	COOSALUD EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANA MARIA RAMIREZ ALZATE	1 054 961 488	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	NUEVA EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	MARIELA ALZATE GIRALDO	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	SARA VALENTINA CASTRO	1 054 961 489	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	CAMILO CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	LUISA MARIA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 490	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANGELA MARIA CASTRO	1 054 961 491	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	COOSALUD EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VALERIA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 492	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	COOSALUD EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA CASTRO	1 054 961 493	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	NUEVA EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 494	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 495	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 496	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 497	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 498	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 499	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 500	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 501	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 502	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 503	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 504	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 505	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 506	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 507	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 508	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 509	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 510	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 511	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 512	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 513	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 514	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 515	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 516	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 517	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 518	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 519	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 520	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 521	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 522	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 523	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 524	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ CASTRO RAMIREZ	3103539674	N/A

ANEXO 13 OBLIGACIÓN 6

PLANES DIARIOS INICIACIÓN

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/1/2022	**Lugar: POLIDEPORTIVO**	**Municipio: SUSA**	**Hora:2:00- 4:00 Pm**	**N° de sesión: 49**	**N° de semana: 1**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE			**N° de deportistas: 30**		**Edades: 6 - 8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento desplazarse a traves de diferentes velocidades

Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo, adelante atrás.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la seccion y explicacion de los protocolos de las medidas de bioseguridad.	Introduccion a la clase	**x**	5MIN	**•Recursos Humanos** **•Silbato** **•Conos** **•Platillos** **•Aros**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los participantes de la escuela de formacion	llamado a lista	**x**	5 MIN	
4. se trabja a traves de un juego que se llama la lleva en cadena. Este juego trata de que el partcipantes coger a sus compañeros y inmediante se iran cogiendo de sus compañeros de forma que se va creciendo la cadena.	Calentamiento	**x**	10 MIN	
4. . estiramientos al tren superior e inferior	estiramiento	**x**	5 MIN	

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena presentacion para realizar trabajo de entrenamiento y obtener habitos de vida saludable	**Aseo corporal**	**X**	10 MIN	**•Recursos Humanos** **•Llave** **•Aceite**
2.				

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**•Recursos Humanos**
1.	Fuerza	Maxima			**•Silbato**
2.		Explosiva			**•Conos**
3.Aumentar la resistencia en el area abdominal	Resistencia	Aerobica	**x**	10 MIN	**•Platillos**
4.la actividad se realiza saltando un laso previamente b		Anaerobica		20MIN	**•Aros**
	Velocidad	Maxima			
6.Lograr que el niño, niña y joven mejorara la velcoidad conduciendo el balon de un punto a otro		Desplazamiento	**x**	45 MIN	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			**• Recursos Humanos** **• Silbato** **• Conos** **• Platillos** **• Pelotas** **• Aros**
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4. Mejorar la orientacion a traves de ejercicios que	Orientación		10 MIN	
5.	Diferenciación			
	Reaccion			
7.	Adaptación			
8.				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y pausadamente. Respira, esto ayudará a oxigenar mejor las fibras musculares. Es difícil estar relajado mientras aguantamos la respiración. mantén unos segundos y luego regresa a la posición del principio poco a poco.	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/6/2022	**Lugar: vereda mataredonda**	**Municipio: SUSA**	**Hora:07:O0- 9:00 am**	**N° de sesión: 50**	**N° de semana: 01**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGREZ INFANTE			**N° de deportistas: 30**		**Edades: 6 - 8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Desarrollar habilidades psicomotrices y viso manuales en niños y niñas medio del juego lúdico, la práctica de diversas técnicas y tácticas para mejorar su desempeño en la práctica deportiva del Futbol de slon en su entorno.

Objetivo Especifico:Desarrollar habilidades del dominio del balon a través de la práctica de ejercicio viso manuales.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la seccion y explicacion de los protocolos de las medidas de bioseguridad.	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos** **•Silbato** **•Conos** **•Platillos** **•Aros**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los participantes de la escuela de formacion	llamado a lista	**x**	5 MIN	
3.En el juego de la bruja, existen tres roles diferentes. El/la cabecera, el bruje o la bruja, y los niños. El objetivo último es	Calentamiento	**X**	10 MIN	
4.				

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena presentacion para realizar trabajo de entrenamiento y obtener habitos de vida saludable	**Aseo corporal**	**X**	10 MIN	**•Recursos Humanos** **•Llave** **•Aceite**
2.				

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**•Recursos Humanos**
1.	Fuerza	Maxima			**•Silbato**
2.		Explosiva			**•Conos**
3.	Resistencia	Aerobica			**•Platillos**
4.		Anaerobica			**•Aros**
5.	Velocidad	Maxima			
6. Mejorar la velocidad sobrepasando obstaculos		Desplazamiento	**x**	40 MIN	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO** • **Recursos Humanos**
	Acoplamiento			• **Silbato**
2.	Ritmo			• **Conos**
3.	Equilibrio			• **Platillos**
2.	Orientación			• **Pelotas**
5.	Diferenciación			• **Aros**
6.Enseñare a los niños a desplazarse a traves de diferentes	Reacción	x	40 MIN	
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**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y pausadamente. Respira, esto ayudará a oxigenar mejor las fibras musculares. Es difícil estar relajado mientras aguantamos la respiración. mantén unos segundos y luego regresa a la posición del principio poco a poco.	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGUE INFANTE

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**7/6/2022**	**Lugar: POLIDEPORTIVO**	**Municipio: SUSA**	**Hora:2:00 AM - 4:00 pm**	**N° de sesión: 51**		**N° de semana: 01**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFNTE				**N° de deportistas: 30**			**Edades: 6 - 8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento desplazarse a traves de diferentes velocidades

Objetivo Especifico: Desarrollar habilidades del dominio del balon a través de la práctica de ejercicio viso manuales.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la seccion y explicacion de los protocolos de las medidas de bioseguridad.	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos** **•Silbato** **•Conos** **•Platillos** **•Aros**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los participantes de la escuela de formacion	llamado a lista	**x**	5 MIN	
3. por medio del juego se realizara el movimiento articular para poder preparar las articulaciones para asi prepara el cuerpo para prevenir lesiones, durante de seccion	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	
4. se trabaja a traves de un juego denominado espejo el cual se trata de que el docente nombrara las partes del	Calentamiento	**x**	10MIN	

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena presentacion para realizar trabajo de entrenamiento y obtener habitos de vida saludable	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos** **•Llave** **•Aceite**
2.				

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**• Recursos Humanos**
1.Fortalecer la fuerza de piernas mediante sentadillas	Fuerza	Maxima	**x**	40 MIN	**• Silbato**
2.		Explosiva			**• Conos**
3.	Resistencia	Aerobica			**• Platillos**
4.		Anaerobica			**• Aros**
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1.	Acoplamiento			**•Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**•Silbato**
3.	Equilibrio			**•Conos**
4.	Orientación			**•Platilloa**
5.	Diferenciación			**•Aros**
6. Mejorar la tecnica a la hora de entregar un pase	Reacción	X	30 MIN	
7.	Adaptación			
8. Mejore la conduccion del balon manteniendo la frente en alto para evitar cualquier timpo de choque con los compañeros ala hora de ralizar los ejercicios.	Patrones Basicos de Movimiento	X	25 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y pausadamente. Respira, esto ayudará a oxigenar mejor las fibras musculares. Es difícil estar relajado mientras aguantamos la respiración. mantén unos segundos y luego regresa a la posición del principio poco a poco.	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFNTE

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**7/8/2022**	**Lugar: polide**	**Municipio: SUSA**		**Hora:02:00-**	**N° de sesión: 52**	**N° de semana: 02**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE			**N° de deportistas: 30**				**Edades: 6 - 8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento corporal atravez del juego para el desarrollo de la coordinación, el

Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo, adelante atrás.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. se realizara los movimientos articulares	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. el juego el gato y el raton .	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**•Recursos Humanos**
					•Silbato
1.	Fuerza	Maxima			**•Conos**
2.		Explosiva			**•Platillos**
3.	Resistencia	Aerobica			**•Aros**
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		)esplazamiento			
7.actividades donde los participantes		Reacciòn	**X**	2O MIN	
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			**Humanos**
2.	Ritmo			**• Silbato**
3Lograr que los niños, niñas y jovenes se d	Equilibrio		40	**• Conos**
4.	Orientación			**• Platillos**
5.	Diferenciación			**• Pelotas**
6.	Reaccion			**• Aros**
7.	Adaptación			
8.	trones Basicos de Movimien			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MI**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios				
4. Tareas en casa y recomendaciones gener				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**7/13/2022**	**Lugar: verda**	**Municipio: SUSA**	**Hora:07:00-**	**N° de sesión: 53**
N° de semana: 02					
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE			**N° de deportistas: 30**		**Edades: 6 - 8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento corporal atravez del juego para el desarrollo de la coordinación,

Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo,

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. los espejos en movimiento por medio	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. se trabajo los juegos de relevos por	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**•Recursos Humanos**
					•Silbato
1.	Fuerza	Maxima			**•Conos**
2.		Explosiva			**•Platillos**
3.	Resistencia	Aerobica			**•Aros**
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		)esplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO** •
1.	Acoplamiento			**Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**• Silbato**
3equilibrio estatico y dinamico con despla	Equilibrio	X	50 MIN	**• Conos**
4.	Orientación			**• Platillos**
5.	Diferenciación			**• Pelotas**
6.	Reacción			**• Aros**
7.	Adaptación			
8.Cielo, tierra, agua: se trazan dos líneas	trones Basicos de Movimien	X	15MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MI**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios				
4. Tareas en casa y recomendaciones gener				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**7/13/2022**	**Lugar: POLIDEPORTIVO**	**Municipio: SUSA**	**Hora:2:00- 4**	**N° de sesión: 54**
N° de semana: 02					
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE			**N° de deportistas: 30**		**Edades: 6 - 8 años**

INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento desplazarse a traves de diferentes velocidades

Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo, adelante atrás.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. el correcaminos juego que nos permite realizar el	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. vamos a jugar al toque toque en la cancha de	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**• Recursos Humanos**
1.	Fuerza	Maxima			**• Silbato**
2.		Explosiva			**• Conos**
3.se realizará desplazamientos donde estarán	Resistencia	Aerobica	**X**	35 MIN	**• Platillos**
4.		Anaerobica			**• Aros**
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1.	Acoplamiento			**•Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**•Silbato**
3equilibrio estatico y dinamico con desplazamiento c	Equilibrio	X	30 MIN	**•Conos**
4.	Orientación			**•Patines**
5.	Diferenciación			**•Protección Personal**
6.	Reacción			**•Platilloa**
7.	Adaptación			**•Aros**
8.	trones Basicos de Movimien			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MI**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/15/2022	**Lugar: polid**	**Municipio: SUSA**	**Hora:2:00- 4**	**N° de sesión: 55**	**N° de semana: 03**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE		**N° de deportistas: 30**			**Edades: 6 - 8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento corporal atravez del juego para el desarrollo de la coordinación,
Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo,
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. los espejos en movimiento por medio	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. se trabajo los juegos de relevos por	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**•Recursos Humanos**
					•Silbato
1.	Fuerza	Maxima			**•Conos**
2.		Explosiva			**•Platillos**
3.	Resistencia	Aerobica			**•Aros**
4.		Anaerobica			
5.los participantes que inician el recorrido	Velocidad	Maxima	**X**	35 MIN	
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO** •
1.	Acoplamiento			**Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**• Silbato**
3.	Equilibrio			**• Conos**
4.	Orientación			**• Platillos**
5.	Diferenciación			**• Pelotas**
6.	Reaccion			**• Aros**
7.	Adaptación			
8. Desplazamiento elevando muslos en	trones Basicos de Movimien	X	30 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MI**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios				
4. Tareas en casa y recomendaciones gener				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/20/2022	**Lugar:** vered	**Municipio:** SUSA	**Hora:**07:00-	**N° de sesión:** 56	**N° de semana:** 03
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE		**N° de deportistas:** 30			**Edades:** 6 - 8 años
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento corporal atravez del juego para el desarrollo de la coordinación,
Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo,
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. por medio del juego los saludos se	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. jugaremos carreras en caballos por el	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	equilibrio	**Manifestaciò n**			**•Recursos Humanos**
					•Silbato
1.	Fuerza	Maxima			**•Conos**
2.		Explosiva			**•Platillos**
3.	Resistencia	Aerobica			**•Aros**
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		)esplazamiento			
7. Se forman dos equipos (A y B) con		Reacciòn	**X**	35 MIN	
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO** •
1.	Acoplamiento			**Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**• Silbato**
3.	Equilibrio			**• Conos**
4.	Orientación			**• Patines**
5.	Diferenciación			**• Protección Personal**
6.	Reacción			**• Platillos**
7.	Adaptación			**• Pelotas**
8. Organizar los participantes en	trones Basicos de Movimien	X	20 MIN	**• Aros**

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MI**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios				
4. Tareas en casa y recomendaciones gener				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/20/2022	**Lugar: POLIDEPORTI**	**Municipio: SUSA**	**Hora:2:00 -4**	**N° de sesión: 57**	**N° de semana: 03**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE			**N° de deportistas: 30**		**Edades: 6 - 8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento corporal atravez del juego para el desarrollo de la coordinación, el

Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo, adelante

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la	Introduccion a la clase	**x**	5MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. los micos a sus palos es el juego que nos	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. la lleva en cadena. Este juego trata de que el	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**• Recursos Humanos**
1.	Fuerza	Maxima			**• Silbato**
2.		Explosiva			**• Conos**
3.se realizará desplazamientos donde estarán	Resistencia	Aerobica	**X**	30 MIN	**• Platillos**
4.		Anaerobica			**• Aros**
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1.	Acoplamiento			**•Recursos Humanos**
2.Por medio de una mini carrera haran	Ritmo	X	10 MIN	**•Silbato**
3.	Equilibrio			**•Conos**
4.	Orientación			**•Platilloa**
5.	Diferenciación			**•Aros**
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8. se coloca a los niños en una misma línea de	trones Basicos de Movimien	X	25 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 M**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/22/2022	**Lugar: polid**	**Municipio: SUSA**	**Hora:2:00 - 4**	**N° de sesión: 58**	**N° de semana: 04**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGREZ INFANTE		**N° de deportistas: 30**			**Edades: 6 - 8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento corporal atravez del juego para el desarrollo de la coordinación,
Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo,
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. la carrito loco con cambio de direccion	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. juego los espejos con movimiento	Calentamiento	**x**	10MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**•Recursos Humanos**
					•Silbato
1.	Fuerza	Maxima			**•Conos**
2.		Explosiva			**•Platillos**
3.	Resistencia	Aerobica			**•Aros**
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. Se divide al grupo en dos equipos; en		)esplazamient	**X**	35 MIN	
7.		Reacciòn			
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO** •
1.	Acoplamiento			**Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**• Silbato**
3.	Equilibrio			**• Conos**
4.	Orientación			**• Platillos**
5.	Diferenciación			**• Pelotas**
6.Se divide el grupo en dos equipos el A y	Reacción	X	30 MIN	**• Aros**
7.	Adaptación			
8.	trones Basicos de Movimien			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MI**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios				
4. Tareas en casa y recomendaciones gener				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/27/2022	**Lugar: vereda mata redonda**	**Municipio: SUSA**	**Hora:7:00- 9**	**N° de sesión: 59**	**N° de semana: 04**
Nombre del Formador:FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE			**N° de deportistas: 30**		**Edades: 6 - 8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas básicos, del movimiento corporal para el desarrollo de la coordinación, el equilibrio la

Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo, adelante atrás.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSOS
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la seccion y	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. jugaremos a las carreraas con cruzes en movimiento se	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. Se debe parar un niño al principio de la línea que divide la	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO		Tiempo MIN	MATERIALES Y RECURSOS
1. Se destacara el aseo personal y la buena presentacion	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			iempo 90 MI	MATERIALES Y RECURSOS
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**•Recursos Humanos**
1.	Fuerza	Maxima			**•Silbato**
2.		Explosiva			**•Conos**
3.se realizará desplazamientos donde estarán ubicados los	Resistencia	Aerobica	**X**	20 MIN	**•Platillos**
4.		Anaerobica			**•Aros**
5.	Velocidad	Maxima			
6.Mejorar el tiempo en el deplazamiento		Desplazamiento	**X**	15 MIN	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.	Acoplamiento			**Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**• Silbato**
3.	Equilibrio			**• Conos**
4.	Orientación			**• Patines**
5.	Diferenciación			**• Protección Personal**
6.Un niño se coloca de cara a una pared y el resto detrás de él a cierta distancia. Dice: "Una, dos y tres, al escondite inglés, sin mover las manos ni los pies" y se da la vuelta rápidamente para ver quién está todavía moviéndose. Si alguien se ha movido vuelve atrás y vuelve a comenzar. El primero que llega a la pared sin que le hayan visto moverse, gana	Reacción	X	30 MIN	**• Platillos** **• Pelotas** **• Aros**
7.	Adaptación			
8.		X		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MI	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/27/2022	**Lugar: POLIDEPORTIVO**	**Municipio: SUSA**	**Hora:2:00- 4**	**N° de sesión: 60**	**N° de semana: 05**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE			**N° de deportistas: 30**		**Edades: 6 - 8 años**

INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas básicos, del movimiento corporal para el desarrollo de la coordinación, el equilibrio la

Objetivo Especifico:Realizar actividades lúdicas que favorezcan el desarrollo motor de niños y niñas.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 20 MI**		**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la seccion	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. por medio del juego se realizara el movimiento el	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. a casita que llueve. Juego que se realiza con aros en	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Patines**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se destacara el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**• Recursos Humanos**
					• Silbato
1.	Fuerza	Maxima			**• Conos**
2.		Explosiva			**• Platillos**
3.	Resistencia	Aerobica			**• Aros**
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.Se forman dos equipos (A y B) con igual número de alu		Reacciòn	**X**	30 MIN	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1.	Acoplamiento			**•Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**•Silbato**
3.	Equilibrio			**•Conos**
4.	Orientación			**•Patines**
5.	Diferenciación			**•Protección Personal**
6.	Reacción			**•Platilloa**
7.	Adaptación			**•Aros**
8. Se trabajará la técnica de la entrega del testigo, en la	trones Basicos de Movimien	X	45 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 M**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

ANEXO 14 OBLIGACIÓN 6

PLANES DIARIOS FUNDAMENTACIÓN

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/1/2022	**Lugar: POLIDEPORTIVO**	**Municipio: SUSA**	**Hora:4:00- 6:00 Pm**	**N° de sesión: 49**	**N° de semana: 1**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE			**N° de deportistas: 12**		**Edades: 9 - 11 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento desplazarse a traves de diferentes velocidades

Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo, adelante atrás.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la seccion y explicacion de los protocolos de las medidas de bioseguridad.	Introduccion a la clase	**x**	5MIN	**•Recursos Humanos** **•Silbato** **•Conos** **•Platillos** **•Aros**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los participantes de la escuela de formacion	llamado a lista	**x**	5 MIN	
4. se trabja a traves de un juego que se llama la lleva en cadena. Este juego trata de que el partcipantes coger a sus compañeros y inmediante se iran cogiendo de sus compañeros de forma que se va creciendo la cadena.	Calentamiento	**x**	10 MIN	
4. . estiramientos al tren superior e inferior	estiramiento	**x**	5 MIN	

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena presentacion para realizar trabajo de entrenamiento y obtener habitos de vida saludable	**Aseo corporal**	**X**	10 MIN	**•Recursos Humanos** **•Llave** **•Aceite**
2.				

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**•Recursos Humanos**
1.	Fuerza	Maxima			**•Silbato**
2.		Explosiva			**•Conos**
3.Aumentar la resistencia en el area abdominal	Resistencia	Aerobica	**x**	10 MIN	**•Platillos**
4.la actividad se realiza saltando un laso previamente b		Anaerobica		20MIN	**•Aros**
	Velocidad	Maxima			
6.Lograr que el niño, niña y joven mejorara la velocidad conduciendo el balon de un punto a otro		Desplazamiento	**x**	45 MIN	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			**• Recursos Humanos** **• Silbato** **• Conos** **• Platillos** **• Pelotas** **• Aros**
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4. Mejorar la orientacion a traves de ejercicios que	Orientación		10 MIN	
5.	Diferenciación			
	Reaccion			
7.	Adaptación			
8.				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y pausadamente. Respira, esto ayudará a oxigenar mejor las fibras musculares. Es difícil estar relajado mientras aguantamos la respiración. mantén unos segundos y luego regresa a la posición del principio poco a poco.	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/6/2022	**Lugar: vereda mataredonda**	**Municipio: SUSA**	**Hora:09:O0-11:00 am**	**N° de sesión: 50**	**N° de semana: 01**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGREZ INFANTE			**N° de deportistas: 12**		**Edades:9 - 11 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Desarrollar habilidades psicomotrices y viso manuales en niños y niñas medio del juego lúdico, la práctica de diversas técnicas y tácticas para mejorar su desempeño en la práctica deportiva del Futbol de slon en su entorno.

Objetivo Especifico:Desarrollar habilidades del dominio del balon a través de la práctica de ejercicio viso manuales.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la seccion y explicacion de los protocolos de las medidas de bioseguridad.	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos** **•Silbato** **•Conos** **•Platillos** **•Aros**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los participantes de la escuela de formacion	llamado a lista	**x**	5 MIN	
3.En el juego de la bruja, existen tres roles diferentes. El/la cabecera, el bruje o la bruja, y los niños. El objetivo último es	Calentamiento	**X**	10 MIN	
4.				

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena presentacion para realizar trabajo de entrenamiento y obtener habitos de vida saludable	**Aseo corporal**	**X**	10 MIN	**•Recursos Humanos** **•Llave** **•Aceite**
2.				

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**•Recursos Humanos**
1.	Fuerza	Maxima			**•Silbato**
2.		Explosiva			**•Conos**
3.	Resistencia	Aerobica			**•Platillos**
4.		Anaerobica			**•Aros**
5.	Velocidad	Maxima			
6. Mejorar la velocidad sobrepasando obstaculos		Desplazamiento	**x**	40 MIN	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO** • **Recursos Humanos**
	Acoplamiento			• **Silbato**
2.	Ritmo			• **Conos**
3.	Equilibrio			• **Platillos**
2.	Orientación			• **Pelotas**
5.	Diferenciación			• **Aros**
6.Enseñare a los niños a desplazarse a traves de diferentes	Reacción	x	40 MIN	
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**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y pausadamente. Respira, esto ayudará a oxigenar mejor las fibras musculares. Es difícil estar relajado mientras aguantamos la respiración. mantén unos segundos y luego regresa a la posición del principio poco a poco.	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGUE INFANTE

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/6/2022	**Lugar: POLIDEPORTIVO**	**Municipio: SUSA**	**Hora:4:00 AM - 6:00 pm**	**N° de sesión: 51**	**N° de semana: 01**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFNTE			**N° de deportistas: 12**		**Edades: 9 - 11 años**

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

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento desplazarse a traves de diferentes velocidades

Objetivo Especifico: Desarrollar habilidades del dominio del balon a través de la práctica de ejercicio viso manuales.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la seccion y explicacion de los protocolos de las medidas de bioseguridad.	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los participantes de la escuela de formacion	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. por medio del juego se realizara el movimiento articular para poder preparar las articulaciones para asi prepara el cuerpo para prevenir lesiones, durante de seccion	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. se trabaja a traves de un juego denominado espejo el cual se trata de que el docente nombrara las partes del	Calentamiento	**x**	10MIN	**•Platillos**
				•Aros

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena presentacion para realizar trabajo de entrenamiento y obtener habitos de vida saludable	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**
				•Aceite

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**• Recursos Humanos**
1.Fortalecer la fuerza de piernas mediante sentadillas	Fuerza	Maxima	**x**	40 MIN	**• Silbato**
2.		Explosiva			**• Conos**
3.	Resistencia	Aerobica			**• Platillos**
4.		Anaerobica			**• Aros**
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1.	Acoplamiento			**•Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**•Silbato**
3.	Equilibrio			**•Conos**
4.	Orientación			**•Platilloa**
5.	Diferenciación			**•Aros**
6. Mejorar la tecnica a la hora de entregar un pase	Reacción	X	30 MIN	
7.	Adaptación			
8. Mejore la conduccion del balon manteniendo la frente en alto para evitar cualquier timpo de choque con los compañeros ala hora de ralizar los ejercicios.	Patrones Basicos de Movimiento	X	25 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y pausadamente. Respira, esto ayudará a oxigenar mejor las fibras musculares. Es difícil estar relajado mientras aguantamos la respiración. mantén unos segundos y luego regresa a la posición del principio poco a poco.	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFNTE

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**7/8/2022**	**Lugar: polide**	**Municipio: SUSA**		**Hora:04:00-**	**N° de sesión: 52**	**N° de semana: 02**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE					**N° de deportistas: 12**		**Edades: 9 - 11 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**x**	**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento corporal atravez del juego para el desarrollo de la coordinación, el

Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo, adelante atrás.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. se realizara los movimientos	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. el juego el gato y el raton .	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**•Recursos Humanos**
					•Silbato
1.	Fuerza	Maxima			**•Conos**
2.		Explosiva			**•Platillos**
3.	Resistencia	Aerobica			**•Aros**
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		)esplazamiento			
7.actividades donde los participantes		Reacciòn	**X**	2O MIN	
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO** •
1.	Acoplamiento			**Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**• Silbato**
3Lograr que los niños, niñas y jovenes se d	Equilibrio		40	**• Conos**
4.	Orientación			**• Platillos**
5.	Diferenciación			**• Pelotas**
6.	Reaccion			**• Aros**
7.	Adaptación			
8.	trones Basicos de Movimien			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MI**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios				
4. Tareas en casa y recomendaciones gener				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**7/13/2022**	**Lugar: verda**	**Municipio: SUSA**		**Hora:09:00-**	**N° de sesión: 53**	**N° de semana: 02**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE					**N° de deportistas: 12**		**Edades: 9 - 11 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**x**	**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento corporal atravez del juego para el desarrollo de la coordinación,

Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo,

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. los espejos en movimiento por medio	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. se trabajo los juegos de relevos por	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**•Recursos Humanos**
					•Silbato
1.	Fuerza	Maxima			**•Conos**
2.		Explosiva			**•Platillos**
3.	Resistencia	Aerobica			**•Aros**
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		)esplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO** •
1.	Acoplamiento			**Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**• Silbato**
3equilibrio estatico y dinamico con despla	Equilibrio	X	50 MIN	**• Conos**
4.	Orientación			**• Platillos**
5.	Diferenciación			**• Pelotas**
6.	Reacción			**• Aros**
7.	Adaptación			
8.Cielo, tierra, agua: se trazan dos líneas	trones Basicos de Movimien	X	15MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MI**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios				
4. Tareas en casa y recomendaciones gener				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/13/2022	**Lugar: POLIDEPORTIVO**	**Municipio: SUSA**	**Hora:4:00- 6**	**N° de sesión: 54**	**N° de semana: 02**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE			**N° de deportistas: 12**		**Edades: 9 - 11 años**

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

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento desplazarse a traves de diferentes velocidades

Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo, adelante atrás.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. el correcaminos juego que nos permite realizar el	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. vamos a jugar al toque toque en la cancha de	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**• Recursos Humanos**
1.	Fuerza	Maxima			**• Silbato**
2.		Explosiva			**• Conos**
3.se realizará desplazamientos donde estarán	Resistencia	Aerobica	**X**	35 MIN	**• Platillos**
4.		Anaerobica			**• Aros**
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1.	Acoplamiento			**•Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**•Silbato**
3equilibrio estatico y dinamico con desplazamiento c	Equilibrio	X	30 MIN	**•Conos**
4.	Orientación			**•Patines**
5.	Diferenciación			**•Protección Personal**
6.	Reacción			**•Platilloa**
7.	Adaptación			**•Aros**
8.	trones Basicos de Movimien			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MI**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**7/15/2022**	**Lugar: polid**	**Municipio: SUSA**	**Hora:4:00- 6**	**N° de sesión: 55**
N° de semana: 03					
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE			**N° de deportistas: 12**		**Edades: 9 - 11 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento corporal atravez del juego para el desarrollo de la coordinación,

Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo,

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. los espejos en movimiento por medio	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. se trabajo los juegos de relevos por	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**•Recursos Humanos**
					•Silbato
1.	Fuerza	Maxima			**•Conos**
2.		Explosiva			**•Platillos**
3.	Resistencia	Aerobica			**•Aros**
4.		Anaerobica			
5.los participantes que inician el	Velocidad	Maxima	**X**	35 MIN	
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO** •
1.	Acoplamiento			**Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**• Silbato**
3.	Equilibrio			**• Conos**
4.	Orientación			**• Platillos**
5.	Diferenciación			**• Pelotas**
6.	Reaccion			**• Aros**
7.	Adaptación			
8. Desplazamiento elevando muslos	trones Basicos de Movimien	X	30 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MI**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios				
4. Tareas en casa y recomendaciones gener				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/20/2022	**Lugar:** vered	**Municipio:** SUSA	**Hora:**09:00-	**N° de sesión:** 56	**N° de semana:** 03
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE		**N° de deportistas:** 12			**Edades:** 9 - 11 años

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

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento corporal atravez del juego para el desarrollo de la coordinación,
Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo,
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. por medio del juego los saludos se	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. jugaremos carreras en caballos por el	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	equilibrio	**Manifestaciò n**			**•Recursos Humanos**
					•Silbato
1.	Fuerza	Maxima			**•Conos**
2.		Explosiva			**•Platillos**
3.	Resistencia	Aerobica			**•Aros**
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		)esplazamiento			
7. Se forman dos equipos (A y B) con		Reacciòn	**X**	35 MIN	
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO** •
1.	Acoplamiento			**Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**• Silbato**
3.	Equilibrio			**• Conos**
4.	Orientación			**• Patines**
5.	Diferenciación			**• Protección Personal**
6.	Reacción			**• Platillos**
7.	Adaptación			**• Pelotas**
8. Organizar los participantes en	trones Basicos de Movimien	X	20 MIN	**• Aros**

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MI**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios				
4. Tareas en casa y recomendaciones gener				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/20/2022	**Lugar: POLIDEPORTI**	**Municipio: SUSA**	**Hora:4:00 -6**	**N° de sesión: 57**	**N° de semana: 03**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE			**N° de deportistas: 12**		**Edades: 9 - 11 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento corporal atravez del juego para el desarrollo de la coordinación, el
Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo, adelante
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la	Introduccion a la clase	**x**	5MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. los micos a sus palos es el juego que nos	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. la lleva en cadena. Este juego trata de que el	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**• Recursos Humanos**
1.	Fuerza	Maxima			**• Silbato**
2.		Explosiva			**• Conos**
3.se realizará desplazamientos donde estarán	Resistencia	Aerobica	**X**	30 MIN	**• Platillos**
4.		Anaerobica			**• Aros**
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**			**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1.	Acoplamiento				**•Recursos Humanos**
2.Por medio de una mini carrera haran	Ritmo		X	10 MIN	**•Silbato**
3.	Equilibrio				**•Conos**
4.	Orientación				**•Platilloa**
5.	Diferenciación				**•Aros**
6.	Reacción				
7.	Adaptación				
8. se coloca a los niños en una misma línea de	trones Basicos de Movimien		X	25 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 M**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/22/2022	**Lugar: polid**	**Municipio: SUSA**	**Hora:4:00 - 6**	**N° de sesión: 58**	**N° de semana: 04**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGREZ INFANTE			**N° de deportistas: 12**		**Edades: 9 - 11 años**

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

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento corporal atravez del juego para el desarrollo de la coordinación,

Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo,

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. la carrito loco con cambio de direccion	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. juego los espejos con movimiento	Calentamiento	**x**	10MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**•Recursos Humanos**
					•Silbato
1.	Fuerza	Maxima			**•Conos**
2.		Explosiva			**•Platillos**
3.	Resistencia	Aerobica			**•Aros**
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. Se divide al grupo en dos equipos; en		)esplazamient	**X**	35 MIN	
7.		Reacciòn			
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO** •
1.	Acoplamiento			**Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**• Silbato**
3.	Equilibrio			**• Conos**
4.	Orientación			**• Platillos**
5.	Diferenciación			**• Pelotas**
6.Se divide el grupo en dos equipos el A y	Reacción	X	30 MIN	**• Aros**
7.	Adaptación			
8.	trones Basicos de Movimien			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MI**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios				
4. Tareas en casa y recomendaciones gener				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/27/2022	**Lugar: vereda mata redonda**	**Municipio: SUSA**	**Hora:9:00- 1**	**N° de sesión: 59**	**N° de semana: 04**
Nombre del Formador:FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE			**N° de deportistas: 12**		**Edades: 9 - 11 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas básicos, del movimiento corporal para el desarrollo de la coordinación, el equilibrio la

Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo, adelante atrás.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSOS
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la seccion y	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. jugaremos a las carreraas con cruzes en movimiento se	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. Se debe parar un niño al principio de la línea que divide la	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO		Tiempo MIN	MATERIALES Y RECURSOS
1. Se destacara el aseo personal y la buena presentacion	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			iempo 90 MI	MATERIALES Y RECURSOS
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**•Recursos Humanos**
1.	Fuerza	Maxima			**•Silbato**
2.		Explosiva			**•Conos**
3.se realizará desplazamientos donde estarán ubicados los	Resistencia	Aerobica	**X**	20 MIN	**•Platillos**
4.		Anaerobica			**•Aros**
5.	Velocidad	Maxima			
6.Mejorar el tiempo en el deplazamiento		Desplazamiento	**X**	15 MIN	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.	Acoplamiento			**Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**• Silbato**
3.	Equilibrio			**• Conos**
4.	Orientación			**• Patines**
5.	Diferenciación			**• Protección Personal**
6.Un niño se coloca de cara a una pared y el resto detrás de él a cierta distancia. Dice: "Una, dos y tres, al escondite inglés, sin mover las manos ni los pies" y se da la vuelta rápidamente para ver quién está todavía moviéndose. Si alguien se ha movido vuelve atrás y vuelve a comenzar. El primero que llega a la pared sin que le hayan visto moverse, gana	Reacción	X	30 MIN	**• Platillos** **• Pelotas** **• Aros**
7.	Adaptación			
8.		X		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MI	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/27/2022	**Lugar: POLIDEPORTIVO**	**Municipio: SUSA**	**Hora:4:00- 6**	**N° de sesión: 60**	**N° de semana: 05**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE			**N° de deportistas: 12**		**Edades: 9 - 11 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas básicos, del movimiento corporal para el desarrollo de la coordinación, el equilibrio la
Objetivo Especifico:Realizar actividades lúdicas que favorezcan el desarrollo motor de niños y niñas.
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. por medio del juego se realizara el movimiento el	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. a casita que llueve. Juego que se realiza con aros en	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Patines**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se destacara el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**• Recursos Humanos**
1.	Fuerza	Maxima			**• Silbato**
2.		Explosiva			**• Conos**
3.	Resistencia	Aerobica			**• Platillos**
4.		Anaerobica			**• Aros**
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.Se forman dos equipos (A y B) con igual número de alu		Reacciòn	**X**	30 MIN	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1.	Acoplamiento			**•Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**•Silbato**
3.	Equilibrio			**•Conos**
4.	Orientación			**•Patines**
5.	Diferenciación			**•Protección Personal**
6.	Reacción			**•Platilloa**
7.	Adaptación			**•Aros**
8. Se trabajará la técnica de la entrega del testigo, en la	trones Basicos de Movimien	X	45 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 M**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

ANEXO 15 OBLIGACIÓN 6

PLANES DIARIOS PERFECCIONAMIENTO

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/1/2022	**Lugar: POLIDEPORTIVO**	**Municipio: SUSA**	**Hora:6:00- 8:00 Pm**	**N° de sesión: 49**	**N° de semana: 1**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE			**N° de deportistas: 3**		**Edades: 13 - 17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento desplazarse a traves de diferentes velocidades

Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo, adelante atrás.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): evaluar y perfeccionar los fundamentos de la tecnica

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la seccion y explicacion de los protocolos de las medidas de bioseguridad.	Introduccion a la clase	**x**	5MIN	**•Recursos Humanos** **•Silbato** **•Conos** **•Platillos** **•Aros**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los participantes de la escuela de formacion	llamado a lista	**x**	5 MIN	
4. se trabja a traves de un juego que se llama la lleva en cadena. Este juego trata de que el partcipantes coger a sus compañeros y inmediante se iran cogiendo de sus compañeros de forma que se va creciendo la cadena.	Calentamiento	**x**	10 MIN	
4. . estiramientos al tren superior e inferior	estiramiento	**x**	5 MIN	

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena presentacion para realizar trabajo de entrenamiento y obtener habitos de vida saludable	**Aseo corporal**	**X**	10 MIN	**•Recursos Humanos** **•Llave** **•Aceite**
2.				

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**•Recursos Humanos**
1.	Fuerza	Maxima			**•Silbato**
2.		Explosiva			**•Conos**
3.Aumentar la resistencia en el area abdominal	Resistencia	Aerobica	**x**	10 MIN	**•Platillos**
4.la actividad se realiza saltando un laso previamente b		Anaerobica		20MIN	**•Aros**
	Velocidad	Maxima			
6.Lograr que el niño, niña y joven mejorara la velocidad conduciendo el balon de un punto a otro		Desplazamiento	**x**	45 MIN	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO** • **Recursos**
1.	Acoplamiento			**Humanos**
2.	Ritmo			**• Silbato**
3.	Equilibrio			**• Conos**
4. Mejorar la orientacion a traves de ejercicios que	Orientación		10 MIN	**• Platillos**
5.	Diferenciación			**• Pelotas**
	Reaccion			**• Aros**
7.	Adaptación			
8.				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y pausadamente. Respira, esto ayudará a oxigenar mejor las fibras musculares. Es difícil estar relajado mientras aguantamos la respiración. mantén unos segundos y luego regresa a la posición del principio poco a poco.	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/6/2022	**Lugar: vereda mataredonda**	**Municipio: SUSA**	**Hora:11:O0- 1:00 Pm**	**N° de sesión: 50**	**N° de semana: 01**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGREZ INFANTE			**N° de deportistas: 3**		**Edades: 13 - 17 años**

INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Desarrollar habilidades psicomotrices y viso manuales en niños y niñas medio del juego lúdico, la práctica de diversas técnicas y tácticas para mejorar su desempeño en la práctica deportiva del Futbol de slon en su entorno.

Objetivo Especifico:Desarrollar habilidades del dominio del balon a través de la práctica de ejercicio viso manuales.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Mejorar y fortalecer las habilidades técnicas y tácticas del futbol de salon

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la seccion y explicacion de los protocolos de las medidas de bioseguridad.	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos** **•Silbato** **•Conos** **•Platillos** **•Aros**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los participantes de la escuela de formacion	llamado a lista	**x**	5 MIN	
3.En el juego de la bruja, existen tres roles diferentes. El/la cabecera, el bruje o la bruja, y los niños. El objetivo último es	Calentamiento	**X**	10 MIN	
4.				

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena presentacion para realizar trabajo de entrenamiento y obtener habitos de vida saludable	**Aseo corporal**	**X**	10 MIN	**•Recursos Humanos** **•Llave** **•Aceite**
2.				

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**•Recursos Humanos**
1.	Fuerza	Maxima			**•Silbato**
2.		Explosiva			**•Conos**
3.	Resistencia	Aerobica			**•Platillos**
4.		Anaerobica			**•Aros**
5.	Velocidad	Maxima			
6. Mejorar la velocidad sobrepasando obstaculos		Desplazamiento	**x**	40 MIN	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO** • **Recursos Humanos**
	Acoplamiento			
2.	Ritmo			**• Silbato**
3.	Equilibrio			**• Conos**
2.	Orientación			**• Platillos**
5.	Diferenciación			**• Pelotas**
6.Enseñare a los niños a desplazarse a traves de diferentes	Reacción	x	40 MIN	**• Aros**
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**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y pausadamente. Respira, esto ayudará a oxigenar mejor las fibras musculares. Es difícil estar relajado mientras aguantamos la respiración. mantén unos segundos y luego regresa a la posición del principio poco a poco.	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGUE INFANTE

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/6/2022	**Lugar: POLIDEPORTIVO**	**Municipio: SUSA**	**Hora:6:00 AM - 8:00 pm**	**N° de sesión: 51**	**N° de semana: 01**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFNTE			**N° de deportistas: 3**		**Edades: 13 - 17 años**

INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento desplazarse a traves de diferentes velocidades

Objetivo Especifico: Desarrollar habilidades del dominio del balon a través de la práctica de ejercicio viso manuales.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): evaluar y perfeccionar los fundamentos de la tecnica

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la seccion y explicacion de los protocolos de las medidas de bioseguridad.	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los participantes de la escuela de formacion	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. por medio del juego se realizara el movimiento articular para poder preparar las articulaciones para asi prepara el cuerpo para prevenir lesiones, durante de seccion	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. se trabaja a traves de un juego denominado espejo el cual se trata de que el docente nombrara las partes del	Calentamiento	**x**	10MIN	**•Platillos**
				•Aros

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena presentacion para realizar trabajo de entrenamiento y obtener habitos de vida saludable	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
				•Llave
2.				**•Aceite**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**• Recursos Humanos**
1.Fortalecer la fuerza de piernas mediante sentadillas	Fuerza	Maxima	**x**	40 MIN	**• Silbato**
2.		Explosiva			**• Conos**
3.	Resistencia	Aerobica			**• Platillos**
4.		Anaerobica			**• Aros**
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1.	Acoplamiento			**•Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**•Silbato**
3.	Equilibrio			**•Conos**
4.	Orientación			**•Platilloa**
5.	Diferenciación			**•Aros**
6. Mejorar la tecnica a la hora de entregar un pase	Reacción	X	30 MIN	
7.	Adaptación			
8. Mejore la conduccion del balon manteniendo la frente en alto para evitar cualquier timpo de choque con los compañeros ala hora de ralizar los ejercicios.	Patrones Basicos de Movimiento	X	25 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y pausadamente. Respira, esto ayudará a oxigenar mejor las fibras musculares. Es difícil estar relajado mientras aguantamos la respiración. mantén unos segundos y luego regresa a la posición del principio poco a poco.	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFNTE

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/8/2022	**Lugar: polide**	**Municipio: SUSA**	**Hora:06:00-**	**N° de sesión: 52**	**N° de semana: 02**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE		**N° de deportistas: 3**			**Edades: 13 - 17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento corporal atravez del juego para el desarrollo de la coordinación, el

Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo, adelante atrás.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Mejorar y fortalecer las habilidades técnicas y tácticas del futbol de salon

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. se realizara los movimientos	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. el juego el gato y el raton .	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**•Recursos Humanos**
					•Silbato
1.	Fuerza	Maxima			**•Conos**
2.		Explosiva			**•Platillos**
3.	Resistencia	Aerobica			**•Aros**
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		)esplazamiento			
7.actividades donde los participantes		Reacciòn	**X**	2O MIN	
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO** •
1.	Acoplamiento			**Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**• Silbato**
3Lograr que los niños, niñas y jovenes se d	Equilibrio		40	**• Conos**
4.	Orientación			**• Platillos**
5.	Diferenciación			**• Pelotas**
6.	Reaccion			**• Aros**
7.	Adaptación			
8.	trones Basicos de Movimien			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MI**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios				
4. Tareas en casa y recomendaciones gener				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**7/13/2022**	**Lugar: verda**	**Municipio: SUSA**		**Hora:11:00-**	**N° de sesión: 53**	**N° de semana: 02**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE					**N° de deportistas: 3**		**Edades: 13 - 17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**				**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento corporal atravez del juego para el desarrollo de la coordinación,

Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo,

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): evaluar y perfeccionar los fundamentos de la tecnica

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. los espejos en movimiento por medio	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. se trabajo los juegos de relevos por	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**•Recursos Humanos**
					•Silbato
1.	Fuerza	Maxima			**•Conos**
2.		Explosiva			**•Platillos**
3.	Resistencia	Aerobica			**•Aros**
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		)esplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO** •
1.	Acoplamiento			**Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**• Silbato**
3equilibrio estatico y dinamico con despla	Equilibrio	X	50 MIN	**• Conos**
4.	Orientación			**• Platillos**
5.	Diferenciación			**• Pelotas**
6.	Reacción			**• Aros**
7.	Adaptación			
8.Cielo, tierra, agua: se trazan dos líneas	trones Basicos de Movimien	X	15MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MI**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios				
4. Tareas en casa y recomendaciones gener				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/13/2022	**Lugar: POLIDEPORTIVO**	**Municipio: SUSA**	**Hora:6:00- 8**	**N° de sesión: 54**	**N° de semana: 02**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE			**N° de deportistas: 3**		**Edades: 13 - 17 años**

INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento desplazarse a traves de diferentes velocidades

Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo, adelante atrás.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Mejorar y fortalecer las habilidades técnicas y tácticas del futbol de salon

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. el correcaminos juego que nos permite realizar el	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. vamos a jugar al toque toque en la cancha de	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**• Recursos Humanos**
1.	Fuerza	Maxima			**• Silbato**
2.		Explosiva			**• Conos**
3.se realizará desplazamientos donde estarán	Resistencia	Aerobica	**X**	35 MIN	**• Platillos**
4.		Anaerobica			**• Aros**
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1.	Acoplamiento			**•Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**•Silbato**
3equilibrio estatico y dinamico con desplazamiento c	Equilibrio	X	30 MIN	**•Conos**
4.	Orientación			**•Patines**
5.	Diferenciación			**•Protección Personal**
6.	Reacción			**•Platilloa**
7.	Adaptación			**•Aros**
8.	trones Basicos de Movimien			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MI**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/15/2022	**Lugar: polide**	**Municipio: SUSA**	**Hora:6:00- 8**	**N° de sesión: 55**	**N° de semana: 03**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE		**N° de deportistas: 3**			**Edades: 13 - 17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento corporal atravez del juego para el desarrollo de la coordinación,
Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo,
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): evaluar y perfeccionar los fundamentos de la tecnica

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. los espejos en movimiento por medio	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. se trabajo los juegos de relevos por	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**•Recursos Humanos**
					•Silbato
1.	Fuerza	Maxima			**•Conos**
2.		Explosiva			**•Platillos**
3.	Resistencia	Aerobica			**•Aros**
4.		Anaerobica			
5.los participantes que inician el	Velocidad	Maxima	**X**	35 MIN	
6.		)esplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO** •
1.	Acoplamiento			**Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**• Silbato**
3.	Equilibrio			**• Conos**
4.	Orientación			**• Platillos**
5.	Diferenciación			**• Pelotas**
6.	Reaccion			**• Aros**
7.	Adaptación			
8. Desplazamiento elevando muslos	trones Basicos de Movimien	X	30 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MI**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios				
4. Tareas en casa y recomendaciones gener				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/20/2022	**Lugar:** vered	**Municipio:** SUSA	**Hora:**11:00-	**N° de sesión:** 56	**N° de semana:** 03
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE		**N° de deportistas:** 3			**Edades:** 13 - 17 años
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento corporal atravez del juego para el desarrollo de la coordinación,
Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo,
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Mejorar y fortalecer las habilidades técnicas y tácticas del futb

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. por medio del juego los saludos se	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. jugaremos carreras en caballos por el	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	equilibrio	**Manifestaciò n**			**•Recursos Humanos**
					•Silbato
1.	Fuerza	Maxima			**•Conos**
2.		Explosiva			**•Platillos**
3.	Resistencia	Aerobica			**•Aros**
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		)esplazamiento			
7. Se forman dos equipos (A y B) con		Reacciòn	**X**	35 MIN	
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO** •
1.	Acoplamiento			**Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**• Silbato**
3.	Equilibrio			**• Conos**
4.	Orientación			**• Patines**
5.	Diferenciación			**• Protección Personal**
6.	Reacción			**• Platillos**
7.	Adaptación			**• Pelotas**
8. Organizar los participantes en	trones Basicos de Movimien	X	20 MIN	**• Aros**

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MI**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios				
4. Tareas en casa y recomendaciones gener				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/20/2022	**Lugar: POLIDEPORTI**	**Municipio: SUSA**	**Hora:6:00 -8**	**N° de sesión: 57**	**N° de semana: 03**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE			**N° de deportistas: 3**		**Edades: 13 - 17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento corporal atravez del juego para el desarrollo de la coordinación, el

Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo, adelante

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): evaluar y perfeccionar los fundamentos de la tecnica

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la	Introduccion a la clase	**x**	5MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. los micos a sus palos es el juego que nos	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. la lleva en cadena. Este juego trata de que el	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**• Recursos Humanos**
1.	Fuerza	Maxima			**• Silbato**
2.		Explosiva			**• Conos**
3.se realizará desplazamientos donde estarán	Resistencia	Aerobica	**X**	30 MIN	**• Platillos**
4.		Anaerobica			**• Aros**
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1.	Acoplamiento			**•Recursos Humanos**
2.Por medio de una mini carrera haran	Ritmo	X	10 MIN	**•Silbato**
3.	Equilibrio			**•Conos**
4.	Orientación			**•Platilloa**
5.	Diferenciación			**•Aros**
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8. se coloca a los niños en una misma línea de	trones Basicos de Movimien	X	25 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 M**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/22/2022	**Lugar: polid**	**Municipio: SUSA**	**Hora:6:00 - 8**	**N° de sesión: 58**	**N° de semana: 04**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGREZ INFANTE		**N° de deportistas: 3**			**Edades: 13 - 17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Mejorar los sistemas básicos del movimiento corporal atravez del juego para el desarrollo de la coordinación,
Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo,
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Mejorar y fortalecer las habilidades técnicas y tácticas del futb

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. la carrito loco con cambio de direccion	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. juego los espejos con movimiento	Calentamiento	**x**	10MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se inculcar el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**•Recursos Humanos**
					•Silbato
1.	Fuerza	Maxima			**•Conos**
2.		Explosiva			**•Platillos**
3.	Resistencia	Aerobica			**•Aros**
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. Se divide al grupo en dos equipos; en		)esplazamient	**X**	35 MIN	
7.		Reacciòn			
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO** •
1.	Acoplamiento			**Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**• Silbato**
3.	Equilibrio			**• Conos**
4.	Orientación			**• Platillos**
5.	Diferenciación			**• Pelotas**
6.Se divide el grupo en dos equipos el A y	Reacción	X	30 MIN	**• Aros**
7.	Adaptación			
8.	trones Basicos de Movimien			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MI**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios				
4. Tareas en casa y recomendaciones gener				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/27/2022	**Lugar: vereda mata redonda**	**Municipio: SUSA**	**Hora:11:00-**	**N° de sesión: 59**	**N° de semana: 04**
Nombre del Formador:FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE			**N° de deportistas: 3**		**Edades: 13 - 17 años**

INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas básicos, del movimiento corporal para el desarrollo de la coordinación, el equilibrio la
Objetivo Especifico: Establecer y orintar por medio del juego el dominio de la lateralidad derecha izquierda, arriba abajo, adelante atrás.
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): evaluar y perfeccionar los fundamentos de la tecnica

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 20 MI**		**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la seccion y	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. jugaremos a las carreraas con cruzes en movimiento se	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. Se debe parar un niño al principio de la línea que divide la	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Platillos**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se destacara el aseo personal y la buena presentacion	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**•Recursos Humanos**
1.	Fuerza	Maxima			**•Silbato**
2.		Explosiva			**•Conos**
3.se realizará desplazamientos donde estarán ubicados los	Resistencia	Aerobica	**X**	20 MIN	**•Platillos**
4.		Anaerobica			**•Aros**
5.	Velocidad	Maxima			
6.Mejorar el tiempo en el deplazamiento		Desplazamiento	**X**	15 MIN	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			**Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**• Silbato**
3.	Equilibrio			**• Conos**
4.	Orientación			**• Patines**
5.	Diferenciación			**• Protección Personal**
6.Un niño se coloca de cara a una pared y el resto detrás de él a cierta distancia. Dice: "Una, dos y tres, al escondite inglés, sin mover las manos ni los pies" y se da la vuelta rápidamente para ver quién está todavía moviéndose. Si alguien se ha movido vuelve atrás y vuelve a comenzar. El primero que llega a la pared sin que le hayan visto moverse, gana	Reacción	X	30 MIN	**• Platillos** **• Pelotas** **• Aros**
7.	Adaptación			
8.		X		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MI**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/27/2022	**Lugar: POLIDEPORTIVO**	**Municipio: SUSA**	**Hora:6:00- 8**	**N° de sesión: 60**	**N° de semana: 05**
Nombre del Formador: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE			**N° de deportistas: 3**		**Edades: 13 - 17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas básicos, del movimiento corporal para el desarrollo de la coordinación, el equilibrio la
Objetivo Especifico:Realizar actividades lúdicas que favorezcan el desarrollo motor de niños y niñas.
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Mejorar y fortalecer las habilidades técnicas y tácticas del futbol de salon

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. saludo, observaciones para el desarrollo de la	Introduccion a la clase	**x**	5 MIN	**•Recursos Humanos**
2. se realiza el llamado a lista de cada uno de los	llamado a lista	**x**	5 MIN	**•Silbato**
3. por medio del juego se realizara el movimiento el	Movilidad Articular	**x**	5 MIN	**•Conos**
4. a casita que llueve. Juego que se realiza con aros en	Calentamiento	**x**	10 MIN	**•Patines**

ACTIVIDADES	**PSICOSOCIALVOLUTIVO - TEORICO**		**Tiempo MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. Se destacara el aseo personal y la buena	**Aseo corporal**	**X**	20 MIN	**•Recursos Humanos**
2.				**•Llave**

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSOS**
	Capacidad	**Manifestaciò n**			**• Recursos Humanos**
					• Silbato
1.	Fuerza	Maxima			**• Conos**
2.		Explosiva			**• Platillos**
3.	Resistencia	Aerobica			**• Aros**
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.Se forman dos equipos (A y B) con igual número de alu		Reacciòn	**X**	30 MIN	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1.	Acoplamiento			**•Recursos Humanos**
2.	Ritmo			**•Silbato**
3.	Equilibrio			**•Conos**
4.	Orientación			**•Patines**
5.	Diferenciación			**•Protección Personal**
6.	Reacción			**•Platilloa**
7.	Adaptación			**•Aros**
8. Se trabajará la técnica de la entrega del testigo, en la	trones Basicos de Movimien	X	45 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 M**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	10 MIN	Estira lenta y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGL

ANEXO 16 OBLIGACIÓN 8

PLAN MENSUAL MES DE JULIO



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**JULIO**		**MUNICIPIO:SUSA**		
LUGAR:				ORTIVO Y VEREDA MATA RR		**HORARIO DE PRACTICA:** 7 AM A 1 PM		
NIVEL				**INICIACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACIÒN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
CLASES				**JULIO**		**JULIO**		**JULIO**
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO					
			RESPONSABILIDAD					
			COMPAÑERISMO					
			JUSTICIA					
			COOPERACION					
			LEALTAD					
			TRABAJO EN EQUIPO	X		X		X
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD					
			OBEDIENCIA					
			AUTODISCIPLINA					
			PARTICIPACIÓN					
			PERSEVERANCIA					
			AUTODOMINIO	X		X		X
			RECOMPENSA					
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON					
			MOVILIDAD ARTICULAR					
			CALENTAMIENTO	X		X		X
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO					
			RITMO					
			EQUILIBRIO					
			ORIENTACION					
			DIFERENCIACION	X		X		X
			REACCIÓN	X		X		X
			ADAPTACIÓN					
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA	X		X		X
			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:

Francisco Rodriguez

CERTIFICADO DEL MUNICIPIO

MES DE JULIO

LA SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL DEL MUNICIPIO DE SUSA CUNDINAMARCA

HACE CONSTAR:

Que **FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE** identificado con la Cédula de Ciudadanía No. de 1076.653.521 presto sus servicios como **MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE FUTBOL DE SALON**, durante el período comprendido entre el 01 al 08 de Julio de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato.

La presente se expide a los 11 del mes de Julio de 2022

JENNY CAROLINA PINILLA ESPEJO
Secretaria de Desarrollo Social

tención documental					
Elaborado por:		**Revisado por:**		**Aprobado por:**	
Nombre	**Firma**	**Nombre**	**Firma**	**Nombre**	**Firma**
JENNY CAROLINA PINILLA					
Nombre del documento					**Versión**
Dependencia		**TRD**		**Consecutivo**	