INFORME ACTIVIDADES CONTRATISTA INDEPORTES CUNDINAMARCA CONTRATO 468 DE 2022

Objeto del **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.**	**INFORME FINAL**
JUAN FRANCISCO MENDEZ LASPRIELLA	SUPERVISOR

INFORMACIÓN FINAL

MUNICIPIO	Gachancipá
FECHA DEL INFORME	14 de julio de 2022
PERIODO DEL INFORME	Del 15 de Febrero al 14 de Julio de 2022
CONTRATISTA	Iván Darío Agudo Rodríguez

PRINCIPALES ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL PERIODO.

Dando alcance al objeto contractual del contrato de Prestación de servicios No. 468 de 2022 me permito informar las actividades de mayor relevancia en el siguiente informe final.

Ejecución del contrato por el tiempo de cinco meses.

En el transcurso del desarrollo del siguiente contrato estas son las actividades que se desarrollaron en el periodo del año 2022.

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.

FEBRERO: 15 de febrero realice un cartel el cual se pegó por el municipio por lugares centrales como colegios y carteleras
MARZO: 1 Y 3 de marzo se pegó un cartel publicitario por el municipio por lugares centrales
ABRIL: SE realizo un flayer de publicidad, Ya se cuenta con la cobertura solicitada por indeportes

MAYO: Se realizo un flayer de publicidad. Ya se cuenta con la cobertura solicitada por indeportes
JUNIO: Ya se cuenta con la cobertura solicitada por Indeportes

JULIO: Ya se cuenta con la cobertura solicitada por Indeportes

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.

FEBRERO: Se elaboró el Plan pedagógico maya curricular de futbol para sabana centro por todos los profesores del área
Realice horario

MARZO: 1. Se realizó el plan pedagógico, las tres mallas pedagógicas para los tres niveles de formación; iniciación, fundamentación y perfeccionamiento.
2. se elaboró el horario de clase el cual contiene los días lunes, martes y jueves, las horas18 horas de trabajo en la villa olímpica de Gachancipá.

ABRIL: 1. Se realizó el plan pedagógico, las tres mallas pedagógicas para los tres niveles de formación; iniciación, fundamentación y perfeccionamiento.
2. se elaboró el horario de clase el cual contiene los lunes, martes y jueves, las horas18 horas de trabajo en la villa olímpica de Gachancipá

MAYO: 1. Se realizó el plan pedagógico, las tres mallas pedagógicas para los tres niveles de formación; iniciación, fundamentación y perfeccionamiento.
2. se elaboró el horario de clase el cual contiene los lunes, martes y jueves, las horas18 horas de trabajo en la villa olímpica de Gachancipá.

JUNIO: 1. Se realizó el plan pedagógico, las tres mallas pedagógicas para los tres niveles de formación; iniciación, fundamentación y perfeccionamiento.
2. se elaboró el horario de clase el cual contiene los lunes, martes y jueves, las horas18 horas de trabajo en la villa olímpica de Gachancipá.

JULIO: 1. Se realizó el plan pedagógico, las tres mallas pedagógicas para los tres niveles de formación; iniciación, fundamentación y perfeccionamiento.
2. se elaboró el horario de clase el cual contiene los lunes, martes y jueves, las horas18 horas de trabajo en la villa olímpica de Gachancipá.

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.

FEBRERO: Durante el mes de febrero se desarrolló el plan pedagógico la maya curricular para el siguiente me desarrollar las actividades planteadas

MARZO: INICIACIÓN: Durante el mes de marzo las actividades realizadas para el nivel de iniciación Juegos lúdicos.
FUNDAMENTACIÓN: Durante el mes de marzo las actividades realizadas para el nivel de fundamentación pre deportivos y recreativos
PERFECCIONAMIENTO: Durante el mes de marzo las actividades realizadas para el nivel de perfeccionamiento juegos predeportivos.
Durante el mes de marzo se toma la asistencia de los diferentes niveles de formación.
INICIACION: 70% DE ASISTENCIA.
FUNDAMENTACION: 70% DE ASISTENCIA.
PERFECCIONAMIENTO: 75% DE ASISTENCIA

ABRIL: INICIACIÓN: Durante el mes de abril las actividades realizadas para el nivel de iniciación Juegos lúdicos.
FUNDAMENTACIÓN: Durante el mes de abril las actividades realizadas para el nivel de fundamentación predeportivos y recreativos

PERFECCIONAMIENTO: Durante el mes de abril las actividades realizadas para el nivel de perfeccionamiento juegos predeportivos.
Durante el mes de marzo se toma la asistencia de los diferentes niveles de formación.
INICIACION: 70% DE ASISTENCIA.
FUNDAMENTACION: 72% DE ASISTENCIA.
PERFECCIONAMIENTO: 75% DE ASISTENCIA

MAYO: INICIACIÓN: Durante el mes de abril las actividades realizadas para el nivel de iniciación Juegos lúdicos.
FUNDAMENTACIÓN: Durante el mes de abril las actividades realizadas para el nivel de fundamentación predeportivos y recreativos
PERFECCIONAMIENTO: Durante el mes de abril las actividades realizadas para el nivel de perfeccionamiento juegos predeportivos.
Durante el mes de marzo se toma la asistencia de los diferentes niveles de formación.
INICIACION: 80% DE ASISTENCIA.
FUNDAMENTACION: 82% DE ASISTENCIA.
PERFECCIONAMIENTO: 85% DE ASISTENCIA

JUNIO: INICIACIÓN: Durante el mes de Junio las actividades realizadas para el nivel de iniciación Juegos lúdicos.
FUNDAMENTACIÓN: Durante el mes de abril las actividades realizadas para el nivel de fundamentación predeportivos y recreativos
PERFECCIONAMIENTO: Durante el mes de abril las actividades realizadas para el nivel de perfeccionamiento juegos predeportivos.
Durante el mes de Junio se toma la asistencia de los diferentes niveles de formación.
INICIACION: 84% DE ASISTENCIA.
FUNDAMENTACION: 86% DE ASISTENCIA
PERFECCIONAMIENTO: 88% DE ASISTENCIA

JULIO: INICIACIÓN: Durante el mes de Julio las actividades realizadas para el nivel de iniciación Juegos lúdicos.
FUNDAMENTACIÓN: Durante el mes de abril las actividades realizadas para el nivel de fundamentación predeportivos y recreativos
PERFECCIONAMIENTO: Durante el mes de abril las actividades realizadas para el nivel de perfeccionamiento juegos predeportivos.
Durante el mes de Junio se toma la asistencia de los diferentes niveles de formación.
INICIACION: 84% DE ASISTENCIA.
FUNDAMENTACION: 86% DE ASISTENCIA
PERFECCIONAMIENTO: 88% DE ASISTENCIA

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.

FEBRERO: Durante el mes de febrero e trabajo en la convocatoria para poder conformar los grupo para el siguiente mes tendremos los grupos conformados

MARZO: Para el mes de marzo se contó con una cobertura global de 50 deportistas en los diferentes niveles:
1. iniciación: 20 deportista.
2. fundamentación: 20 deportistas
3. perfeccionamiento: 17 deportistas

ABRIL: Para el mes de abril se contó con una cobertura global de 58 deportistas en los diferentes niveles:
1. Iniciación: 20 deportista.
2. Fundamentación: 20 deportistas
3. Perfeccionamiento: 18 deportistas

MAYO: Para el mes de mayo se contó con una cobertura global de 60 deportistas en los diferentes niveles:
1. Iniciación: 20 deportista.
2. Fundamentación: 20 deportistas
3. Perfeccionamiento: 20 deportistas

JUNIO: Para el mes de junio se contó con una cobertura global de 60 deportistas en los diferentes niveles:
1. Iniciación: 20 deportista.
2. Fundamentación: 20 deportistas
3. Perfeccionamiento: 20 deportistas

JULIO: Para el mes de julio se contó con una cobertura global de 60 deportistas en los diferentes niveles:
1. Iniciación: 20 deportista.
2. Fundamentación: 20 deportistas
3. Perfeccionamiento: 20 deportistas

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.

   FEBRERO: Se utiliza de la mejor manera la imagen de indeportes Cundinamarca

   MARZO: Se utiliza de la mejor manera la imagen de Indeportes Cundinamarca

   ABRIL: Se utiliza de la mejor manera la imagen de Indeportes Cundinamarca

   MAYO: Se utiliza de la mejor manera la imagen de Indeportes Cundinamarca
   se publicó en Facebook un video y fotos de las escuelas de formación de futbol en el municipio de Gachancipá gracias a Indeportes Cundinamarca

   JUNIO: Se utiliza de la mejor manera la imagen de Indeportes Cundinamarca
   se publicó en Facebook un video y fotos de las escuelas de formación de futbol en el municipio de Gachancipá gracias a Indeportes Cundinamarca

   JULIO: Se utiliza de la mejor manera la imagen de Indeportes Cundinamarca
   se publicó en Facebook un video y fotos de las escuelas de formación de futbol en el municipio de Gachancipá gracias a Indeportes Cundinamarca
   :

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.

FEBRERO: Durante el mes de febrero se realizaron los lineamientos para poder iniciar en el siguiente mes con la sesione de clase.
Iniciación 12

Formación 12
Perfeccionamiento 12

MARZO: 1. El día 1 de marzo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento
2. El día 2 de marzo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos
3. El día 3 de marzo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento juegos lúdicos recreativos
4. El día 8 de marzo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento juegos con pase
5. El día 9 de marzo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento juegos con pase y recepción
6. El día 10 de marzo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento juegos con pase y recepción
7. El día 15 de marzo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento juegos con transporte del balón
8. El día 16 de marzo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento juegos de precisión al pasar
9. El día 17 de marzo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y juegos de precisión al patear el balón
1O. El día 22 de marzo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento juegos de espacio reducido
11. El día 23 de marzo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento juegos de espacio reducido
12. El día 24 de marzo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento juegos de espacio reducido y duelos

ABRIL: 1. El día 4 de abril se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
2. El día 5 de abril se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
3. El día 7 de abril se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
4. El día 11 de abril se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
5. El día 12 de abril se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
6. El día 13 de abril se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
7. El día 18 de abril se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos

8. El día 19 de abril se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
9. El día 21 de abril se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
1O. El día 25 de abril se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
11. El día 26 de abril se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
12. El día 28 de abril se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos

MAYO: 1. El día 2 de Mayo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
2. El día 3 de Mayo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
3. El día 5 de Mayo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
4. El día 9 de Mayo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
5. El día 10 de Mayo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
6. El día 12 de Mayo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
7. El día 16 de Mayo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
8. El día 17 de Mayo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
9. El día 19 de Mayo se realizó medidas antropométricas
1O. El día 23 de Mayo se inicio con los test físicos
11. El día 24 de Mayo se continuo y test
12. El día 26 de Mayo se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos

JUNIO: 1. El día 2 de Junio se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos

2. El día 6 de Junio se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
3. El día 7 de Junio se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
4. El día 9 de Junio se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
5. El día 13 de Junio se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
6. El día 14 de Junio se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
7. El día 16 de Junio se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
8. El día 21 de Junio se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
9. El día 23 de Junio se realizó se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
1O. El día 28 de junio se apoyó la realización del festival sub-13
11. El día 29 de Junio se apoyó la realización del festival sub-15

JULIO: 1. El día 5 de Julio se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
2. El día 7 de Julio se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
3. El día 11 de Julio se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
4. El día 13 de Julio se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos
5. El día 14 de Julio se realizó en los diferentes niveles iniciación fundamentación y perfeccionamiento Juegos predeportivos, lúdicos trabajos técnicos, trabajos físico-técnicos y tácticos

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.

   FEBRERO: Se va a crear un drive para cargar toda la información

   MARZO: Durante el mes de marzo se actualizo el drive

   ABRIL: Durante el mes de abril se actualizo el drive

MAYO: Durante el mes de Mayo se actualizo el drive
Pruebas físicas
https://drive.google.com/drive/folders/1UHUpFeMvpd_Jcz7arQpNXPsawF6Tkemk?usp=sharing
plan pedagógico
https://drive.google.com/drive/folders/1R8u7Vk091QD810kRu-h8HxyMrS7F1243?usp=sharing
plan mensual junio
https://drive.google.com/drive/folders/1L9s0ehpHDjGLFcwgUL_0DezUmNlZbb_x?usp=sharing
inscripciones
https://drive.google.com/drive/folders/1yPm1uvoFqwWUrHG6RtlU0_I7uQwFsL6s?usp=sharing
informe pago
https://drive.google.com/drive/folders/1NM0ALgFrDPv1V4m3rTH5-UCbqWxlloTo?usp=sharing
horario
https://drive.google.com/drive/folders/1_5TSJhSK1fD2sJMRu8EaFMpc5brqonA7?usp=sharing

JUNIO: Durante el mes de Junio se actualizo el drive
Pruebas físicas
https://drive.google.com/drive/folders/1UHUpFeMvpd_Jcz7arQpNXPsawF6Tkemk?usp=sharing
plan pedagógico
https://drive.google.com/drive/folders/1R8u7Vk091QD810kRu-h8HxyMrS7F1243?usp=sharing
plan mensual junio
https://drive.google.com/drive/folders/1L9s0ehpHDjGLFcwgUL_0DezUmNlZbb_x?usp=sharing
inscripciones
https://drive.google.com/drive/folders/1yPm1uvoFqwWUrHG6RtlU0_I7uQwFsL6s?usp=sharing
informe pago
https://drive.google.com/drive/folders/1NM0ALgFrDPv1V4m3rTH5-UCbqWxlloTo?usp=sharing
horario
https://drive.google.com/drive/folders/1_5TSJhSK1fD2sJMRu8EaFMpc5brqonA7?usp=sharing

JULIO: Durante el mes de Julio se actualizo el drive
Pruebas físicas
https://drive.google.com/drive/folders/1UHUpFeMvpd_Jcz7arQpNXPsawF6Tkemk?usp=sharing
plan pedagógico
https://drive.google.com/drive/folders/1R8u7Vk091QD810kRu-h8HxyMrS7F1243?usp=sharing
plan mensual junio
https://drive.google.com/drive/folders/1L9s0ehpHDjGLFcwgUL_0DezUmNlZbb_x?usp=sharing
inscripciones
https://drive.google.com/drive/folders/1yPm1uvoFqwWUrHG6RtlU0_I7uQwFsL6s?usp=sharing
informe pago
https://drive.google.com/drive/folders/1NM0ALgFrDPv1V4m3rTH5-UCbqWxlloTo?usp=sharing
horario
https://drive.google.com/drive/folders/1_5TSJhSK1fD2sJMRu8EaFMpc5brqonA7?usp=sharing

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.

FEBRERO: se realizó las planificaciones correspondientes para este mes
Iniciación 12
Formación 12
Perfeccionamiento 12

MARZO: El 31 de mayo se presenta el plan mensual y las 36 sesiones del mes de abril describiendo los objetivos, aspectos físicos, teóricos y evaluativos en cada uno de los niveles deformación

ABRIL: El 30 de abril se presenta el plan mensual y las 36 sesiones del mes de abril describiendo los objetivos, aspectos físicos, teóricos y evaluativos en cada uno de los niveles deformación

MAYO: El 31 de Mayo se presenta el plan mensual y las 36 sesiones del mes de abril describiendo los objetivos, aspectos físicos, teóricos y evaluativos en cada uno de los niveles de formación

JUNIO: El 30 de junio se presenta el plan mensual y las 36 sesiones del mes de Julio describiendo los objetivos, aspectos físicos, teóricos y evaluativos en cada uno de los niveles de formación

JULIO: El 31 de julio se presenta el plan mensual y las 36 sesiones del mes de Julio describiendo los objetivos, aspectos físicos, teóricos y evaluativos en cada uno de los niveles de formación

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.

FEBRERO: Se estableció el cronograma para el desarrollo y aplicación de la prueba física y antropométrica para la siguiente fecha
Mayo te entrada
Septiembre control y desarrollo
Diciembre tés Salida

MARZO: Se tiene planificado desarrollar según cronograma las evaluaciones técnicas y físicas y teóricas para los diferentes niveles de formación de la siguiente manera

1. Test de entrada: del 11 al 17 de abril
2. Control y seguimiento: del 8 al 14 de agosto
   Test de salida: del 7 al 13 de noviembre

ABRIL: Se tiene planificado desarrollar según nuevo cronograma las evaluaciones técnicas y físicas y teóricas para los diferentes niveles de formación de la siguiente manera

MAYO: Se realizaron las pruebas físicas durante este mes a los diferentes deportistas de la escuela de formación en sus diferentes niveles

JUNIO: Se realizaron las pruebas físicas durante este mes a los diferentes deportistas de la escuela de formación en sus diferentes niveles

JULIO: Se realizaron las pruebas físicas durante este mes a los diferentes deportistas de la escuela de formación en sus diferentes niveles

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.

FEBRERO: El director de deporte no hace entrega del certificado de desarrollo de actividades en el municipio

MARZO: El día 31 de marzo el director de deportes me entrego la certificación del municipio donde consta la realización de las actividades durante el mes.

ABRIL: El día 29 de abril el director de deportes me entrego la certificación del municipio donde consta la realización de las actividades durante el mes.

MAYO: El día 31 de mayo el director de deportes me entrego la certificación del municipio donde consta la realización de las actividades durante el mes.

JUNIO: El día 30 de Junio el director de deportes me entrego la certificación del municipio donde consta la realización de las actividades durante el mes.

JULIO: El día 14 de Julio el director de deportes me entrego la certificación del municipio donde consta la realización de las actividades durante el mes.

11. Apoyar a los demás componentes en las diferentes actividades que realicen en los municipios asignados por la Subgerencia Técnica.

    FEBRERO: Estamos a la espera que solicite el apoyo para el desarrollo de evento en lo que se requiera

    MARZO: Estamos a la espera que solicite el apoyo para el desarrollo de evento en lo que se requiera.

    ABRIL: Estamos a la espera que solicite el apoyo para el desarrollo de evento en lo que se requiera.

    MAYO: El domingo 8 de mayo apoye la valida de copa Cundinamarca de ciclo montañismo desarrollada en el municipio de Gachancipá

JUNIO: El domingo 5 de junio apoye la el desfile inaugural de los juegos comunales en el municipio de Gachancipá

Los días martes 28 y miércoles 29 se apoyó el festival de futbol categorías sub 13 y sub 15

JULIO: No se requirió ningún apoyo a eventos por el municipio durante este mes

12. Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.

FEBRERO: Se asiste a las reuniones programadas de la siguiente manera:
2 febrero reunión Virtual
4 febrero reunión general
8 febrero reunión virtual
15 febrero reunión futbol Gachancipá
18 febrero plan decenal
24 febrero reunión virtual
25 reunión virtual

MARZO: Se asiste a la reunión programada de la siguiente manera
3 de marzo reunión virtual recomendaciones generales

17 marzo reunión virtual explicativa de la política publica
29 de marzo reunión virtual socialización realización política publica

ABRIL: Se asiste a la reunión programada de la siguiente manera
18 de abril reunión virtual capacitación "planeación y seguimiento de la cobertura poblacional
22 de abril reunión virtual recomendaciones generales y solicitud entrega de avances de formaos
26 de abril reunión recomendaciones y apoyos por la ola invernal en el departamento

MAYO: Se asiste a la reunión programada de la siguiente manera
reunión 2 de mayo entrega de informe Zipaquirá biblioteca municipal
reunión 11 de mayo, virtual directriz para informe y alimentación de drive
reunión 15 de mayo presencial aplicación de test Zipaquirá coliseo arena de sal
reunión 23 de mayo virtual recomendaciones generales
reunión 31 de mayo virtual recomendaciones generales entrega de informe

JUNIO: Se asiste a la reunión programada de la siguiente manera
reunión 6 de junio capacitación encuesta política publica
reunión 8 de junio, reunión presencial entrega de informe Gachancipá
reunión 22 de junio reunión virtual por municipio

JULIO: Se asiste a la reunión programada de la siguiente manera
reunión 13 de julio diligenciamiento y entrega de documentos

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.

    FEBRERO: Estamos a la espera que nos envíen l formato correspondientes por el área correspondiente

    MARZO: Se está a la espera de la entrega por parte de la subgerencia administrativa y financiera el formato único de inventario documental (FUID) cuando se requiera enviar o trasladar documentos al archivo del instituto.

    ABRIL: Se está a la espera de la entrega por parte de la subgerencia administrativa y financiera el formato único de inventario documental (FUID) cuando se requiera enviar o trasladar documentos al archivo del instituto.

    MAYO: Se está a la espera de la entrega por parte de la subgerencia administrativa y financiera el formato único de inventario documental (FUID) cuando se requiera enviar o trasladar documentos al archivo del instituto.

    JUNIO: Se está a la espera de la entrega por parte de la subgerencia administrativa y financiera el formato único de inventario documental (FUID) cuando se requiera enviar o trasladar documentos al archivo del instituto.

    JULIO: Se está a la espera de la entrega por parte de la subgerencia administrativa y financiera el formato único de inventario documental (FUID) cuando se requiera enviar o trasladar documentos al archivo del instituto.

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.

FEBRERO: Para el me de febrero los documentos adjuntados fueron:
cuenta de cobro
informe de gestión contractual
parafiscales
evidencia
informe supervisión

MARZO: Se carga al Secop II los siguientes documentos:
cuenta de cobro
informe de gestión
evidencias fotográficas
planilla se seguridad social

ABRIL: Se carga al Secop II los siguientes documentos:

- Cuenta de cobro
- Informe de gestión
- Evidencias fotográficas
- Planilla se seguridad social

MAYO: Se carga al Secop II los siguientes documentos:

- Cuenta de cobro
- Informe de gestión
- Evidencias fotográficas
- Planilla se seguridad social

JUNIO: Se carga al Secop II los siguientes documentos:

- Cuenta de cobro
- Informe de gestión
- Evidencias fotográficas
- Planilla se seguridad social

JULIO: Se carga al Secop II los siguientes documentos:

- Cuenta de cobro
- Informe de gestión
- Evidencias fotográficas
- Planilla se seguridad social
- Informe final

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.

FEBRERO: Se entregan durante el me de febrero todo lo documento requerido

MARZO: 1. El día 25 de marzo realice la política pública en el municipio de Tocancipá en el salón comunal de verganzo.

2. El día 31 de marzo se envía el formato de Excel de operación de beneficiarios.
3.se entregan todos los documentos solicitados durante el mes de marzo en formatos digital

ABRIL: **1.** Se envió los archivos requeridos sobre las evidencias de la realización de la política publica
2.Se enviaros los formatos de cobertura y operación de beneficiarios

MAYO: Se enviaros los formatos de cobertura y operación de beneficiarios.

JUNIO: Se enviaros los formatos de cobertura y operación de beneficiarios
Se envió la planilla de encuestas de la política publica solicitada

JULIO: Se enviaros los formatos de cobertura y operación de beneficiarios

En calidad de contratista indico que las obligaciones con el sistema Seguridad social, salud y pensiones se han efectuado de la siguiente manera:
Cobertura total a la finalización del contrato

Periodo	IBC	Salud	Pensión	ARL	Planilla
ENERO	1.000.000	125.000	160.000	5.300	56158212
FEBRERO	1.000.000	125.000	160.000	5.300	56838840
FEBRERO	N/A	N/A	N/A	19.100	58040749
MARZO	1.000.000	125.000	160.000	5.300	57602932
MARZO	N/A	N/A	N/A	19.100	58040789
ABRIL	1.000.000	125.000	160.000	24.400	58294966
MAYO	1.000.000	125.000	160.000	24.400	59000630
JUNIO	1.000.000	125.000	160.000	24.400	59692976
JULIO	1.000.000	125.000	160.000	24.400	60377490
Totales	**7.000.000**	**875.000**	**1.120.000**	**127.300**	**N/A**

GRUPOS DE TRABAJO	TOTAL DE NIÑOS
INICIACION	20
FUNDAMENTACION	20
PERFECCIONAMIENTO	20
TOTAL	60

Modalidad de contratación	CPS	Valor contrato	Plazo	Registro No
Contratación directa	468 de 2022	**$8.570.000,00**	5 MESES	202200579
ACTA DE LIQUIDACION	VALOR EJECUTADO	$8.570.000,00	SALDO A FOVOR DE INDEPORTES	$ 0

Confirmo, como contratado que a la fecha INDEPORTES queda a paz y salvo por todo concepto con el profesional abajo firmante.

CONTRATISTA:	
Nombre:	**Iván Darío Agudo Rodríguez**
Firma:	

RELACIÓN DE ANEXOS

1. Procesos de convocatoria
2. Plan pedagógico y tres mallas pedagógicas (iniciación, fundamentación y perfeccionamiento.
3. Cuadro de cobertura de colores del último mes
4. Asistencias (iniciación, fundamentación y perfeccionamiento) del último mes.
5. Registro fotográfico de sesiones de clases 6 por nivel (iniciación, fundamentación y perfeccionamiento)
6. 3 planes mensuales y 108 planes diarios (iniciación, fundamentación y perfeccionamiento. De los meses marzo, abril y mayo.
7. Evaluaciones a deportistas (test de medidas antropométricas y test físicos) y registro fotográfico 6 fotos por nivel en el formato de fotos.
8. Registro fotográfico de asistencia a reuniones y capacitaciones de todos los meses (febrero, marzo, abril y mayo) en el formato de fotos.
9. Certificaciones del instituto de deportes de Gachancipá de los meses (febrero, marzo, abril y mayo)
10. Anexar política pública (convocatoria, formato de asistencia, tabulación y registro fotográfico.
11. Anexar cuadro de Excel de operación de beneficiarios.
12. Anexar fichas de inscripción (iniciación, fundamentación y perfeccionamiento
13. Anexar parafiscales de febrero, marzo, abril y mayo.


ESCUELA DE
Fútbol
INDEPORTES
INSCRIPCIONES ABIERTAS
Si quieres ser parte de esta Escuela comunicate con el formador:
IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
313 393 3922
INDEPORTES
Prensa Gachancipá
/GachancipaCund/
/GachancipaCund
gachancipaalcaldia
KAREN MILENA LEÓN AROCA
Alcaldesa Municipal de Gachancipá
Secretaria de Educación, Cultura, Recreación y Deporte


DECRETO

1. PLAN PEDAGÓGICO FÚTBOL

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y DEPORTE DE CUNDINAMARCA (INDEPORTES)

PROGRAMA: DEPORTE FORMATIVO Y ESCOLAR

FORMADORES DE FÚTBOL SABANA CENTRO

Lic. JHONY CUELLAR ROMERO

Lic. VICTOR JAIRO PINZON MURCIA

Lic: HUGO MUÑOZ

Lic: DOLIVAN GRAJALES BETANCOURT

Lic: STIVEN ROCHA

Lic: RAFAEL LEONARDO CANTOR GONZALEZ

Lic: CARLOS PARDO

Lic: IVAN AGUDO

Lic: HUGO LEANDRO

Lic: RODRIGO NOMELY

Lic: DIEGO GONZALEZ

LIC: JULIAN CARDENAS

SABANA CENTRO CUNDINAMARCA FÚTBOL - 2022

1. INTRODUCCIÓN

Es importante para las escuelas de formación orientar una metodología para los niños y niñas enfocada en prevalecer la enseñanza por encima de la competencia. Es por ello que la función del instructor debe dirigirse al aprovechamiento del tiempo libre (ocio) y al aprendizaje de los componentes (técnica, táctica, físico y axiológico) del fútbol.
La intención fundamental es que el proceso de aprendizaje de futbol los niños y niñas entiendan que este deporte implica un proceso de superación consigo mismo, evidenciando que cada día tienen una oportunidad de intentar hacer las cosas mejor que en la ocasión anterior, superando sus errores y recibiendo en este proceso el apoyo constante, la guía, la conducción y motivación por parte de sus compañeros, instructores, familia en general su entorno social. Por esta razón, se presenta a continuación, una propuesta metodológica de enseñanza del fútbol, fundamentada en los niveles de iniciación, fundamentación y especialización y el grado de desarrollo de destrezas, las habilidades motoras y de percepción de los niños y niñas; estableciendo unas pautas de actuación para el momento de elaborar las programaciones, mensuales o diarias, evidenciando una estructura a largo plazo, dividida en unidades y con características bien establecidas, cada una de ellas con objetivos y contenidos diferentes, acordes a las necesidades de los niños, niñas y adolescentes en cada etapa evolutiva, teniendo en cuenta los aspectos prácticos (procedimentales); teóricos (conceptuales), y actitudinales (actitud).
El Fútbol es un deporte de pelota y a la vez de conjunto, donde juegan once (11) jugadores contra (11) y que tiene unas características muy particulares ya que es uno de los deportes más practicados en nuestro país, debido a la facilidad de usar diferentes espacios donde jugarlo, permiten su práctica, en cualquier lugar.
El Fútbol es un deporte de tipo acíclico, de esfuerzos intermitentes, y de alta intensidad; donde extrañamente hay pausas extensas o tiempos para descansar. Por éstas mismas razones es que los jugadores de Fútbol necesitan tener ciertas condiciones especiales para su práctica como los son: velocidad de acción y reacción, fuerza rápida, resistencia, coordinación, equilibrio, potencia (aeróbica-aláctica), agilidad, flexibilidad, entre otras.
Por otro lado, el jugador de Fútbol debe estar dotado de cualidades técnicas muy ricas, sin embargo, debe articular sus acciones en beneficio del colectivo. Además, la competición se desarrolla en condiciones y circunstancias particulares. Los factores individuales desempeñan evidentemente un papel muy importante. Las capacidades físicas y las motivaciones de los jugadores condicionan la actuación del equipo. Por tanto, cuando se desea mejorar el rendimiento del equipo, las observaciones y los esfuerzos tienen que centrarse en el jugador.

Este plan pedagógico para la práctica del Fútbol, requiere varios aspectos como lo son los procesos metodológicos, los contenidos programáticos y las actividades formuladas para la estructuración de la escuela de formación de fútbol en el nivel de iniciación, fundamentación y especialización.

Describe en general el proceso de aprendizaje de los fundamentos básicos del deporte y la irradiación deportiva como políticas de guías, además del control y seguimiento sistemático durante el periodo de un año del desarrollo del plan pedagógico para esta disciplina del Fútbol

2. JUSTIFICACIÓN

Con la elaboración de esta guía metodológica y pedagógica, se busca desarrollar habilidades deportivas específicas del fútbol, basadas en la formación integral de los participantes del programa de deporte formativo y escolar.

Se presenta como una estrategia complementaria de uso del tiempo, que refuerza el desarrollo de las competencias básicas, ciudadanas, y socioemocionales a través de la formación con énfasis en valores y la identificación de fortalezas y potencialidades en las diferentes facetas del ser (académica, deportiva, recreativa, artística, musical). El proyecto se implementa de manera articulada con Indeportes Cundinamarca, en procesos educativos de actividad física y deporte, con la finalidad de beneficiar a los niños, niñas y adolescente del departamento de Cundinamarca en la zona de Sabana Centro, mediante las actividades físicas y deportivas a través del fútbol el cual es un espacio que tienen como propósito contribuir a la formación integral y a la generación de cambios comportamentales; buscando contribuir de esta manera a la formación y educación de jóvenes capaces de conducirse activa y conscientemente al servicio de la construcción de la sociedad.

Estos espacios de participación permiten estimular el desarrollo de la motricidad, las habilidades más complejas, la iniciación, la fundamentación y el perfeccionamiento en el deporte del Fútbol, son espacios donde se estimula también la creatividad, el disfrute sano y saludable entorno a la actividad física y el esparcimiento, que promueven el fortalecimiento de valores, trabajo en equipo, el compartir experiencias con sus pares y la apropiación de los espacios verdes.

3. MARCO LEGAL

La Constitución Política de Colombia en el Artículo 52, dice: <Artículo modificado por el artículo 1 del Acto Legislativo No. 2 de 2000. El nuevo texto es el siguiente: "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 a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre".
"El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas".

Igualmente la Ley 181 de 1995 del deporte, la recreación, y la educación física en su Artículo 1º, expresa: "Los objetivos generales de la presente Ley son el patrocinio, el fomento, la masificación, 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 extraescolar de la niñez y la juventud en todos los niveles y estamentos sociales del país, en desarrollo del derecho de todas personas a ejercitar el libre acceso a una formación física y espiritual adecuadas. 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".
El Artículo 3º de la misma Ley plantea que "para garantizar el acceso del individuo y de la comunidad al conocimiento y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, el Estado tendrá en cuenta los siguientes objetivos rectores", de los cuales se citan algunos en el orden en que aparecen:

1. Integrar la educación y las actividades físicas, deportivas y recreativas en el sistema educativo general en todos sus niveles.

2. Fomentar, proteger, apoyar y regular la asociación deportiva en todas sus manifestaciones como marco idóneo para las prácticas deportivas y de recreación.

5. Fomentar la creación de espacios que faciliten la actividad física, el deporte y la recreación como hábito de salud y mejoramiento de la calidad de vida y el bienestar social, especialmente en los sectores sociales más necesitados.
7. Ordenar y difundir el conocimiento y la enseñanza del deporte y la recreación, y fomentar las escuelas deportivas para la formación y perfeccionamiento de los practicantes y cuidar la práctica deportiva en la edad escolar, su continuidad y eficiencia.
12. Planificar y programar la construcción de instalaciones deportivas con los equipamientos necesarios, procurando su óptima utilización y uso de los equipos y materiales destinados a la práctica del deporte y la recreación.
17. Contribuir al desarrollo de la educación familiar, escolar y extraescolar de la niñez y de la juventud para que utilicen el tiempo libre, el deporte y la recreación como elementos fundamentales en su proceso de formación integral tanto en lo personal como en lo comunitario.

4. OBJETIVOS

Objetivo General:

Promover la práctica de la Actividad Física y el Deporte en el departamento de Cundinamarca en la provincia de sabana centro a través del programa de Indeportes, impactando las necesidades, gustos y expectativas de beneficio de los ciudadanos, desarrollando habilidades deportivas específicas del fútbol basadas en la formación integral de los participantes.

Planificar y desarrollar el plan pedagógico encaminado a optimizar las diferentes capacidades condicionales, coordinativas y físicas, además del aprovechamiento del tiempo libre de los niños y jóvenes de Sabana Centro en cada uno de sus municipios, en las categorías de: Iniciación, fundamentación y perfeccionamiento en la disciplina de fútbol.

Objetivos específicos:

- Mejorar las capacidades condicionales y coordinativas mediante la práctica del futbol en los niños, niñas y adolescentes del programa.

- Desarrollar actividades encaminadas al trabajo de los aspectos técnicos básicos del futbol en los niños, niñas y adolescentes del programa.

- Enseñar los conceptos y principios básicos de la táctica del futbol en los niños, niñas y adolescentes del programa.

- Promover actividades deportivas estableciendo la formación integral para una mejor convivencia dentro del contexto socio-económico de los niños, niñas y adolescentes del programa.

- Establecer las bases de carácter técnico y pedagógico para mejorar las capacidades y habilidades de los participantes a través de las actividades lúdicas, recreativas y deportivas propuestas dentro de las sesiones de clase.

- Contribuir transversalmente a minimizar los fenómenos de vulnerabilidad, delincuencia e inseguridad que predominan en algunos sectores de los municipios de saban centro.

- Sensibilizar a los usuarios directos e indirectos en el cuidado del medio ambiente, minimizar la huella del carbono, reusar, reciclar entre otros.

5. POBLACIÓN

La población que se tendrá en cuenta en el programa, en el deporte de Fútbol son participantes de edades entre 6-17 años, de sexo masculino y femenino, residentes de la zona Sabana Centro del Departamento de Cundinamarca en cada uno de sus municipios en sus diversas zonas, dando prioridad a aquellas personas que se encuentren en situación de vulnerabilidad.

COBERTURA

En la modalidad de fútbol dentro de la zona Sabana Centro del Departamento de Cundinamarca en cada uno de sus municipios, se proyecta beneficiar un mínimo de 45 personas, distribuidos en 3 grupos poblacionales, Cada grupo debe tener un rango de 15 inscritos como mínimo, los grupos se encuentran organizados en iniciación, fundamentación y perfeccionamiento.

RECURSOS

Talento Humano: El programa cuenta con un grupo de formadores deportivos capacitados e idóneos para la disciplina de fútbol en zona de Sabana Centro del Departamento de Cundinamarca en cada uno de sus municipios.
Escenarios: canchas de fútbol en pasto natural o sintético, localizadas en la zona Sabana Centro del Departamento de Cundinamarca, en cada uno de sus municipios o en su efecto coliseos donde se pueda desarrollar de la mejor forma el deporte.

6. CARACTERIZACIÓN DEL DEPORTE (FÚTBOL)

Según los propios adeptos, el fútbol es el deporte más bello, complejo y atrapante de todos. En primer lugar, su complejidad se debe al estricto reglamento, que obliga al jugador a poseer un alto grado de habilidad especial, puesto que los mismos segmentos corporales con los cuales se desplaza, son los encargados también de dominar el balón mientras se avanza a velocidades y direcciones cambiantes a través del campo de juego sorteando múltiples obstáculos móviles (rivales) lo que Popov (1999) denomina ROM (reacción a objetos móviles).

El Fútbol, posee belleza de movimientos y sutilezas, pero también acciones violentas y error humano; sus seguidores difícilmente puedan escapar al cúmulo de sentimientos encontrados que inevitablemente irradia: alegría, tristeza, sorpresa, decepciones, camaradería, agresividad, frustración, etc. todos ellos en un orden de aparición cambiante dentro de un mismo encuentro. En su reinado conviven los talentosos y los rústicos por igual, puede ser multitudinario o solitario, pero sin dudas, es eficazmente atractivo para todos sus protagonistas. En resumen, fútbol es "pasión", es un sentimiento difícil de definir tanto para los pobres en lectura como también para los colegiados.
El fútbol supone una confrontación directa entre dos equipos (cooperación y oposición), con un objetivo determinado, esto es, disputar el balón para convertir un gol o evitar que nos lo conviertan. Para ello se deberán realizar una serie de acciones e interacciones establecidas

(plan o contraplan), esto se denomina táctica si el balón está en movimiento y estrategia, si el balón se encuentra detenido, por ejemplo, en tiros libres.
Un espacio donde se desenvuelven los jugadores de ambos bandos en distintas acciones de juego. Podríamos diferenciar entre el espacio formal establecido por el reglamento y el espacio de uso (ocupado por un jugador o el que cumple un determinado objetivo táctico).
El tiempo no sólo nos indica la duración de un partido (establecido por el reglamento), además puede ser un factor importante para determinar una serie de variables de rendimiento de los jugadores: desde el tiempo de participación de los jugadores, la duración de las distintas acciones de juego (ofensivas o defensivas) y la posesión del balón.
Para poder realizar las diferentes acciones que se desarrollan en este deporte, hay una necesidad de habilidad motriz específica. Esta habilidad, basada en los mecanismos de percepción, decisión y ejecución, confiere una eficiencia o capacidad de los jugadores para adaptarse y resolver problemas específicos del fútbol.1
El mecanismo perceptivo, podrá atender a los estímulos presentes de manera selectiva, (compañeros, adversarios, balón...), las relaciones espaciales (ubicación en el campo, distancias de los jugadores y de los objetivos) y temporales (atender a la sucesión de acontecimientos que se van dando, la duración de los mismos, el ritmo...). En definitiva, el jugador deberá observar para saber qué pasa y de esta manera obtener información de la situación.
El mecanismo de decisión tendrá que plantearse qué es lo que va a hacer, analiza la situación, concibiendo y escogiendo una solución. Por ello es importante que los jugadores tengan desarrollada la inteligencia de juego mediante la capacidad de establecer estrategias motoras y su puesta en práctica a través de la técnica individual y la táctica colectiva. En este sentido, aparece el mecanismo o factor decisional como algo que es necesario y puede ser determinante para poder desenvolverse en este deporte.
El mecanismo de ejecución, da la respuesta motriz de cómo hacerlo, resolviendo la situación de juego. Para esto es necesario tener desarrolladas las capacidades físicas (fuerza, resistencia, velocidad...) y habilidades técnicas (golpeo, regate, entrada, interceptación...). En definitiva, el jugador debe de hallar las respuestas adaptadas a los problemas que le presenta la acción de juego que vienen derivadas de la oposición (contra los adversarios) y de la cooperación (con los compañeros). Considerando, además, que las acciones de juego (ofensivas o defensivas) no se dan aisladas sino concatenadas, debiendo reaccionar ante una situación, efectuando un tratamiento inmediato de la situación de juego siguiente.

7. ESTRUCTURA POR NIVELES

ETAPAS DEL PROCESO	INICIACIÓN	FUNDAMENTACIÓN	PERFECCIONAMIENTO
CATEGORÍAS Y EDADES	6 A 9 AÑOS	10 A 12 AÑOS	13 A 17 AÑOS
OBJETIVOS PSICOMOTORES	Desarrollo de patrones básicos de movimiento y capacidades perceptivo motoras Conocimiento del cuerpo y en relación a tiempo y espacio	Dominio del implemento balón con su cuerpo Adquisición del gesto técnico	Entrenamiento y perfeccionamiento del gesto deportivo
ETAPAS DE LA PREPARACIÓN FÍSICA	Formación Física Básica Formación Física Básica	Formación Física Básica Formación Especifica	Preparación física compleja
CUALIDADES FÍSICAS	Coordinación Gruesa, Equilibrio, Rapidez, Ritmo, Movilidad articular Coordinación Gruesa, Equilibrio, Rapidez, Ritmo, Movilidad articular	Coordinación Fina, Equilibrio, Rapidez, Flexibilidad, Fuerza rápida Rapidez, Velocidad, Fuerza, Flexibilidad, Resistencia.	Básicas y derivadas
TÉCNICA	Irradiación a la técnica Exploratoria Descubrimiento del balón jugar para aprender.	Etapa del aprendizaje de la técnica Aprender para jugar Rendimiento con el balón Se consigue una especialización	Se perfecciona el manejo del balón. Consolidación de la técnica
TÁCTICA	Irradiación a la táctica a través del juego El gran significado de la posesión del balón Se desarrolla el sentido de ataque y defensa	Enseñanza de los principios de juego Táctica individual y grupal Ejercicios posicionales	Táctica funcional y de equipo Táctica fija Sistemas de juego

CARACTERÍSTICAS DE LOS EJERCICIOS	Juegos pedagógicos y pre-deportivos ejercicios básicos simples Juegos pedagógicos y pre-deportivos ejercicios básicos simples Ejercicios básicos analíticos avanzados	Ejercicios básicos, avanzados, competitivos . Deporte complementario Básicos, avanzados competitivos	Avanzados, competitivos
COMPETENCIAS	3 vs 3 en 18 x 14 mts 5 vs 5 en 30 x 20 mts 3 vs 3 en 20 x 15 mts 5 vs 5 en 30 x 20 mts 7 vs 7 en 60 x 45 mts Festivales	9 vs 9 en 68 x 50 mts Torneos o festivales de futbol 9 11 vs 11 Futbol a nivel local	11 vs 11 Futbol a nivel local y nacional
FORMACIÓN EN VALORES	Autoestima, Respeto, Honestidad y juego limpio.	Pasión, Autoestima, amor. Superación, Solidaridad, trabajo en equipo	Compromiso, Pertenencia, Honestidad, lealtad

8. TEMAS Y CONTENIDOS - PERIODIZACIÓN DEL PROGRAMA

UNIDAD 1			MES: febrero		
OBJETIVO: Utilizar sus capacidades físicas básicas y destrezas motrices y su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para la actividad física y para adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación.					
TEMA	**SUB-TEMA**	**OBJETIVO**	**DURACIÓN**	**VALOR**	**MÉTODO**
Acondicionamiento Físico	➢ Coordinación Dinámica General ➢ Coordinación Viso-pedal y ➢ Viso manual Coordinación Dinámica General ➢ Coordinación Viso-pedal y Viso manual	Realizar un acondicionamiento físico, inicial del estado en que se encuentran los niños, niñas y jóvenes en sus Capacidades Coordinativas por medio de un ejercicios y juegos.	Semana 1	Compañerismo	Evaluativo

UNIDAD 2			MES: Marzo		
OBJETIVO: Resolver problemas que exijan el dominio de patrones motrices básicos adecuándose a los estímulos perceptivos y seleccionando los movimientos, previa valoración de sus posibilidades.					
TEMA	**SUB-TEMA**	**OBJETIVO**	**DURACIÓN**	**VALOR**	**MÉTODO**
Acondicionamie nto Físico Coordinación	➢ Coordina ción Dinámica General ➢ Coordina ción Visopedal y Viso manual	Realizar un acondicionamie nto físico, Inicial del estado en que se encuentran los niños, niñas y jóvenes en sus Capacidades Coordinativas por medio de un ejercicios y juegos.	Semana 2	Compañer ismo	Evaluati vo
Acondicionamie nto Físico AerobicoAnaerobico	➢ Trabajo Aeróbic o ➢ Trabajo anaeró bico	Realizar un acondicionamie nto físico, inicial del estado en que se encuentran los niños, niñas y jóvenes por medio de un ejercicios y juegos.	Semana 3	Persevera ncia	Evaluati vo

Acondicionamie nto Físico **Fuerza**	➢ Fuerza General ➢ Fuerza Resistencia ➢ Fuerza explosiva	Realizar un acondicionamiento físico, inicial del estado en que se encuentran los niños, niñas y jóvenes por medio de un ejercicios y juegos trabajando los diferentes tipos de fuerza.	Semana 4	Solidaridad	Evaluativo
Acondicionamie nto Físico **Velocidad**	➢ Velocidad ➢ Velocidad acción/reacción ➢ Capacidad de aceleración ➢ Cambios de ritmo	Realizar un acondicionamiento físico, inicial del estado en que se encuentran los niños, niñas y jóvenes por medio de un ejercicios y juegos trabajando los diferentes tipos de Velocidad.	Semana 5		Evaluativo

UNIDAD 3			MES: Abril		
OBJETIVO: Enseñar la habilidad (técnica) de la conducción con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los niños, niñas y adolescentes del programa.					
Conducción Capacidades Coordinativas	- Conducción con borde interno del pie - Coordinación VisoManual	Direccionar a través de actividades prácticas la conducción del balón con el borde interno del pie desarrollando a su vez la coordinación viso-manual.	Seman a 6	Igualda d	Demos trativo, repetic ión es, juego, constr uctivist a, peque ños grupos
Conducción Capacidades Coordinativas	- Conducció n con borde Externo del pie - Coordinaci ón Viso-pedal	Establecer la importancia de la conducción del balón con el borde externo del pie, experimentand o la complejidad del ejercicio a través de la práctica trabajando a su vez la coordinación viso-pedal.	Seman a 7	Autono mía	Demos trativo, repetic ión es, juego, constr uctivist a, peque ños grupos

Conducción Capacidades Coordinativas	- Conducción con la planta del pie - Coordinación Dinámica General	Ejercitar la práctica de la conducción del balón a través de la conducción con la planta del pie, induciendo al desarrollo de la coordinación dinámica general.	Semana 8	Autoestima	Demostrativo, repeticiones, juego, constructivista, pequeños grupos
Conducción Capacidades Coordinativas	- Conducción con el empeine - Capacidad Coordinativa de diferenciación	Aprender a través de la práctica la conducción del balón con el empeine alternando el trabajo de la capacidad coordinativa de diferenciación	Semana 9	Responsabilidad	Demostrativo, repeticiones, juego, constructivista, pequeños grupos

UNIDAD 4			**MES: Mayo**		
OBJETIVO: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los niños, niñas y adolescentes del programa.					
Pase Capacidades Coordinativas	- Pases con el borde interno y Externo - Capacidad Coordinativa de Equilibrio	Desarrollar el gesto técnico que permita pasar el balón con el borde interno y externo del pie de una manera sencilla. Desarrollando el equilibrio en futbol.	Seman a 10	Honest idad	Demos trativo, repetic iones, juego, constr uctivist a, peque ños grupos

Pase Capacidades Coordinativas	- Pases con la planta del pie y Empeine - Capacidad Coordinativa de Ritmo	Adquirir el gesto técnico que permita pasar el balón con el empeine y la planta del pie de una manera sencilla, desarrollando el ritmo en futbol.	Seman a 11	Toleran cia	Demos trativo, repetic iones, juego, constr uctivist a, peque ños grupos

FESTIVAL TIPO MATCH	Festival tipo match de habilidades recreo deportivas.	Integrar a los diferentes grupos promoviendo los valores tales como al respeto, solidaridad, compañerismo, la convivencia, la paz, trabajo en equipo, el juego limpio, el espíritu deportivo, el sentido de pertenencia por el programa.	Seman a 12	Trabaj o en equipo	Comp etitivo
FESTIVAL TIPO MATCH	Festival tipo match de habilidades recreo deportivas.	Integrar a los diferentes grupos promoviendo los valores tales como al respeto, solidaridad, compañerismo, la convivencia, la paz, trabajo en equipo, el juego limpio, el espíritu deportivo, el sentido de pertenencia por el programa.	Seman a 13	Amista d	Comp etitivo

UNIDAD 5			MES: Junio		
OBJETIVO: Enseñar la habilidad (técnica) del Control con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades físicas en los niños, niñas y adolescentes del programa.					
Control Capacidades Físicas	- Control con el borde interno y Externo del pie - Capacidad Condicionales resistencia	Enseñar la habilidad del control con la superficie del borde interno, trabajando la capacidad física de la resistencia.	Semana 14	Amistad	Demostrativo, repeticiones, juego, constructivista, pequeños grupos
Control Capacidades Físicas	- Control con la planta del pie y Dirigido con el pie Capacidad Condicionales - velocidad	Enseñar la habilidad del control con la planta del pie y control dirigido, trabajando la capacidad física de la Velocidad.	Semana 15	Disciplina	Demostrativo, repeticiones, juego, constructivista, pequeños grupos
Control Capacidades Físicas	- Control con el muslo, con el pecho y con la cabeza Capacidad Condicionales - Fuerza	Perfeccionar la habilidad del control con el muslo, pecho y cabeza, trabajando la capacidad física de la Fuerza.	Semana 16	Puntualidad	Demostrativo, repeticiones, juego, constructivista, pequeños grupos

Control Capacidades Físicas	- Controles combinados con las diferentes superficies de contacto Capacidad - Condicionales Flexibilidad	Perfeccionar la habilidad del control con las diferentes superficies de contacto, trabajando la capacidad física de la flexibilidad.	Semana 17	Lealtad	Demostrativo, repeticiones, juego, constructivista, pequeños grupos

UNIDAD 6			**MES: Julio**		
OBJETIVO: Enseñar la habilidad (técnica) del Dominio con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las Capacidades Físicas condicionales en los niños, niñas y adolescentes del programa.					
Dominio Capacidades Físicas	- Dominio con el pie - Capacidad Condicionales resistencia a la velocidad y a la fuerza	Dominar balón con las diferentes partes del pie, mediante ejercicios que impliquen el desarrollo de la resistencia a la velocidad, fuerza	Semana 18	Generosidad	Demostrativo, repeticiones, juego, constructivista, pequeños grupos

Dominio Capacidades Físicas	- Dominio con el muslo Capacidad - Condicionales Potencia	Mejorar dominio muslo, mediante ejercicios de potencia, haciendo énfasis en la protección, amortiguamiento y dominio del balón, desarrollando la potencia.	Semana 19	Paz	Demostrativo, repeticiones, juego, constructivista, pequeños grupos
Dominio Capacidades Físicas	- Dominio con la cabeza - Capacidad Condicional velocidad la resistencia y a fuerza	Dominar el balón con el cabeza, combinado con el desarrollo de la velocidad a la resistencia y la fuerza.	Semana 20	Trabajo en equipo	Demostrativo, repeticiones, juego, constructivista, pequeños grupos
Dominio Capacidades Físicas	- Dominio combinado con las diferentes superficies de contacto - Capacidad física de fuerza.	Controlar el balón las diferentes partes de contacto, mediante ejercicios.	Semana 21	Equidad	Demostrativo, repeticiones, juego, constructivista, pequeños grupos
UNIDAD 7			**MES: Agosto**		
OBJETIVO: Enseñar la habilidad (técnica) del Remate con las diferentes superficies de contacto y a su vez Orientar los principios tácticos Ofensivos y Defensivos en los niños, niñas y adolescentes del programa.					

Remate Principios tácticos Defensivos	➢ Remate con el empeine ➢ Ubicación Espacio-tiempo	Perfeccionar el remate con la superficie del empeine, mejorando la ubicación, espacio-tiempo.	Semana 22	Superación	Repetitivo
Remate Principios tácticos defensivos	➢ Remate con el borde interno y externo ➢ Principios tácticos Ataque y Defensa	Perfeccionar el remate con el borde interno del pie, conociendo los principios tácticos ataque y defensa.	Semana 23	Higiene	Repetitivo
Remate Principios tácticos defensivos	➢ Remate con la punta del pie ➢ Principios defensivos de temporización y marcaje	Optimizar la técnica de remate con la punta del pie, empleando los principios ofensivos de temporización y marcaje.	Semana 24	Espíritu Deportivo	Repetitivo
Remate Principios tácticos defensivos	➢ Remate con la cabeza ➢ Principios defensivos de anticipación y de relevos	Optimizar la técnica de remate con la cabeza empleando los principios defensivos de anticipación y relevos.	Semana 25	Confianza	Repetitivo

UNIDAD 8	**MES: Septiembre**
OBJETIVO: Enseñar la habilidad (técnica) del Driblin con las diferentes superficies de contacto y a su vez Orientar los principios tácticos Ofensivos y Defensivos en los niños, niñas y adolescentes del programa.	

Driblin Principios tácticos Ofensivos	➢ Driblin ➢ Regates ➢ Principios ofensivos de conservación del balón y de contra - ataque	Mejorar el Driblin y el regate empleando estructuras básicas de ataque 1 vs 1, 2 vs 1 y 2 vs 2, trabajando los principios de conservación del balón y de contra-ataque.	Semana 26	Reglas de juego	Demostrativo, repeticiones, juego, constructivista, pequeños grupos
Driblin Principios tácticos Ofensivos	➢ Driblin (fintas) - Principios Ofensivos de Apoyo y paredes.	Mejorar el Driblin, fintas y regates empleando estructuras avanzadas de ataque 3 vs 2, 3 vs 3, 4 vs 3 y 4 vs 4 trabajando los principios ofensivos de apoyo y paredes.	Semana 27	Reglas de juego	Demostrativo, repeticiones, juego, constructivista, pequeños grupos
Driblin Principios tácticos Ofensivos/ Defensivos	➢ Amortiguación ➢ Control dirigido ➢ Regate ➢ Finta	'Afianzar la técnica individual de driblin, amortiguación, control dirigido, regate y fintas Enseñar los esquemas tácticos del futbol: - 2 x 2 - 1 x 2 x 1 - 1 x 1 x 2	Semana 28	Competitividad	Demostrativo, repeticiones, juego, constructivista, pequeños grupos

Driblin Principios tácticos Ofensivos/ Defensivos	➢ Cambios de ritm ➢ Cambios de dirección ➢ Regate ➢ Finta	Reforzar la técnica individual de driblin, cambios de ritmo, cambios de dirección, regates y fintas. Trabajar los cuatro (4) primeros conceptos tácticos defensivos de futbol: - Línea de balón - Línea de pase - Zona débil - Zona fuerte	Semana 29	Creatividad	Demostrativo, repeticiones, juego, constructivista, pequeños grupos
FESTIVAL DEPORTIVO DE ESCUELAS	Festival con las demás escuelas de municipio actividad de cierre.	Reforzar los conceptos de sana competencia dentro del marco del festival deportivo con escuelas del municipio.	Semana 30	Trabajo individual y en equipo	Demostrativo, repeticiones, juego, constructivista, pequeños grupos

9. METODOLOGÍA

Cuando se habla de metodología se hace referencia al conjunto de procedimientos que utilizamos para alcanzar el objetivo Plan pedagógico. Dentro de la Guía metodológica y pedagógica del programa en la modalidad de fútbol se tendrá en cuenta los estilos de enseñanza de Muska Mosston y Sara Ashworth (1999) quienes tienen una estrecha relación con los modelos de pedagógicos y son utilizados de acuerdo a la forma en que el estudiante aprende a partir de sus canales de desarrollo (intelectual, social, físico y emocional) que es lo que se propone en el programa; se utilizara en primera instancia Mando directo o modelo conductista, enseñanza basada en la tarea, constitución de pequeños grupos, resolución de problemas, y descubrimiento guiado o modelo constructivista.

Además, en las sesiones de clase se utilizará un método integrado buscando desarrollar en las sesiones de clase los aspectos técnicos, tácticos, psicológicos y físicos.

Debemos utilizar una metodología activa, constructivista, flexible, participativa, integradora y natural, que permita a los participantes sentirse partícipe de su aprendizaje. Dado que nos vamos a encontrar con una gran diversidad de participantes, tenemos que adaptarnos a las características de los mismos, por lo tanto, debemos individualizar el aprendizaje tanto como podamos, teniendo en cuenta el elegir el estilo de enseñanza ideal para cada situación y dotando a los participantes de una fluida comunicación con éstos a la hora de llevar a cabo la intervención antes, durante y después de la sesión, utilizando las estrategias oportunas para comunicar a los alumnos por el canal o vía de información adecuada en cada momento (visual, auditivo y kinestésico-táctil)

Es fundamental para nosotros recordar que, en la metodología para los niños, niñas y adolescentes, debe prevalecer la ENSEÑANZA por encima de la COMPETENCIA. Por este motivo, nuestro papel al frente del proceso de entrenamiento, debe asemejarse más al rol que cumple un Maestro guía, que al modelo de Entrenador de equipos de rendimiento. Esta clarificación conceptual de nuestro papel al frente del proceso, nos permitirá identificar y seleccionar las estrategias de aprendizaje adecuadas al nivel de desarrollo físico y de maduración psicológica de los participantes a nuestro cargo.

Debemos entender que el Aprendizaje, consiste en un proceso de asimilación lento, gradual y complejo, en el cuál, el niño debe establecer una intensa actividad mental que le permita asimilar y comprender un contenido, por medio de las actividades metodológicas seleccionadas y propuestas por su formador.

10. CONTROL, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

Las estrategias e instrumentos de seguimiento, control y evaluación implementadas están en concordancia con el enfoque por competencias, se parte de que la competencia es visible a través de sus componentes, por tanto los desempeños y criterios de desempeño deben facilitar su observación; dichos criterios estarán encaminados a confrontar conceptos y procedimientos que permitan descubrir las relaciones entre los conocimientos y prácticas, y a través de ellos valorar las competencias desarrolladas de forma cuantitativa o cualitativa .

Las competencias se logran de forma constante y buscan integrar los aprendizajes, favoreciendo la asimilación de los saberes, utilizándolos de manera efectiva, es por ello por lo que la evaluación debe dar cuenta de ese progreso, de tal forma que se organiza su adquisición en niveles sucesivos para cada una de las competencias a desarrollar; según el ciclo formativo

de los escolares. En consecuencia, este diseño evaluativo exige ajustar la atención en los siguientes aspectos: la creación de contextos apropiados, la elaboración de desempeños y criterios de desempeño precisos al igual que categorizar los niveles de la competencia.

La evaluación en el programa se efectúa según el momento, distinguiendo el uso (iniciación, fundamentación, perfeccionamiento), cada momento sirve para la comprensión, mejora y perfeccionamiento del proceso de enseñanza-aprendizaje. La evaluación desde este enfoque, define que el principal protagonista del proceso de enseñanza aprendizaje es el participante, lo que conlleva a suscitar la participación de este a través de la autoevaluación y coevaluación; estas dos usadas desde contextos formativos y auténticos, lo que lo lleva a valorar el grado de desarrollo de la competencia, permitiéndole tomar decisiones en el proceso de enseñanza aprendizaje de manera autónoma, identificando sus fortalezas, debilidades y las oportunidades de mejora en el desarrollo de las mismas. Por tanto, los actores se diversifican en la evaluación por competencias, haciéndola más objetiva y rigurosa, es así que el Formador participa de dicha evaluación, complementando la visión del escolar, supervisando, interviniendo y contrastando; lo que lo convierte un facilitador del aprendizaje. El proceso de evaluación no finaliza hasta que se haya entregado la retroinformación de los desempeños a los escolares; la cual permite que el aprendiz pueda descubrir sus avances y dificultades, y el Formador diseñar y proyectar nuevos escenarios de aprendizaje.

En gran medida la técnica utilizada para la recolección de la información es a través de la observación y la de experimentación; esta debe ser internacionalizada, sistemática, validada y confiable; seleccionar el instrumento apropiado en función de la evidencia que se quiere obtener resulta clave en el proceso de evaluación por competencias. Se implementan en el programa el diario de campo, escala de apreciación o actitud, registro anecdótico; también las escalas de competencia o rúbricas de desempeño, la cuales permiten medir el nivel y la calidad de una tarea desarrollada, cada una de estas herramientas es utilizada según la pertenencia y los propósitos propios de cada uno de estos.

Del mismo modo se realizará una control y evaluación de forma cuantitativa a través de los test físicos propuestos por deportes, los cuales se desarrollarán en tres momentos, al iniciar el proceso, tres meses después se hace el segundo control y el ultimo al finalizar el proceso, el cual nos permitirá obtener datos específicos para observar y evaluar el desarrollo físico y técnico de los deportistas.

11. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES		
FECHA Y HORARIO TENTATIVO	**DESCRIPCIÓN**	**RESPONSABLE**

14 de agosto 2021 8:00 am a 12:00 m	El evento tiene como propuesta realizar un match con los grupos que pertenecen al programa dentro de la cancha de san Javier del municipio de Tocancipá inicialmente, allí se llevara a cabo un circuito y una seria de pruebas de habilidades y recreativas donde se brinda el espacio para que los deportistas además de pasar una rato muy agradable y diferente puedan demostrar sus habilidades adquiridas durante los procesos de formación dentro de las sesiones de clase. **ESTRATEGIA RECREO DEPORTIVA.** festival (**MATCH**) • **Técnica**: Súper match – Juegos sugeridos (laberintos hechos con lazos, carrera de encostalados, túneles de costal, telarañas, carreras de obstáculos, carreras de velocidad, pista de jabón, barra de equilibrio, trepar, carreras de cucharas, Cucunubá, tiro al blanco, rana.) • **Metodología**: Por estaciones los docentes escogerán los juegos que conformarán su match y pedirán con anticipación los materiales necesarios a los alumnos. Una vez organizados los juegos los directores de curso procurarán que todos sus alumnos participen.	SABANA CENTRO
4 de diciembre 2021 8:00 AM a 12:00 M	**Estrategia:** Se llevará a cabo el festival de futbol de cierre dentro del municipio donde se propone por parte del programa que la gran mayoría de escuelas y clubes de Tocancipá y alrededores. **Técnica y metodología:** se realizan encuentro deportivos en forma de festival por edades y categorías donde dependiendo del número de equipos participantes se realizará el fixture para que cada equipo juegue mínimo 4 partidos de tiempos cortos.	SABANA CENTRO

BIBLIOGRAFÍA Y WEBGRAFÍA

- Amaya, P (2008). Problemas Críticos Colombianos. Colombia: Dirección Nacional de Servicios Académicos Virtuales.
- Ashworth, S. & Muska, M. (1999). La Enseñanza de la Educación Física. La reforma de los estilos de enseñanza. España, Barcelona: Hispano Europea S.A.
- Guanume, J, Contreras, J (2013) Los Estilos de Enseñanza en función de las exigencias del estado y las dinámicas del contexto.
- Acevedo, A, Rojas G, Grajales, S, Guía Metodológica de Futbol.
- Álvaro, G. (2016). Plan Pedagógico y Metodológico de Semilleros de Fútbol Sala.
- José Venancio López Hierro. (2017). Manual de entrenamiento de Fútbol UEFA.
- Ricardo, Mora. (2009). Fisiología del deporte y el ejercicio: prácticas de campo. Madrid. Medica Panamericana.
- Rius, J. (2005) Metodología y técnicas de atletismo. Barcelona. Editorial Paidotribo.
- Ureña, F. (1997) (coord.) La educación Física en Secundaria. Elaboración de materiales curriculares. Fundamentación Teórica. Barcelona: INDE.
- Alippi (2002). El fútbol a través de sus etapas evolutivas. Disponible en http://www.efdeportes.com/ Revista Digital - Buenos Aires - Año 8 - N° 50 - Julio
- Herddergott, K.H. (1978). Fútbol del aprendizaje a la competición. Kapelusz. Buenos Aires.
- Rivas, M. (2008) Fútbol: Guía didáctica para la enseñanza de la técnica. Niños y adolescentes de 8 a 16 años. Universidad Nacional. Costa Rica.
- www.coldeportes.gov.co
- http://www.efdeportes.com/efd189/caracterizacion-del-atletismo-como-deporte.htm
- https://jesuscandelas.wordpress.com/2015/10/06/la-seleccion-dejovenes-jugadores-12/
- http://www.aamoratalaz.com/articulos/tve98.htm
- http://www.monografias.com/trabajos14/trmnpot/trmnpo
- https://senaregionalvalle.wordpress.com/cultura-fisica/marco-legal/
- https://www.efdeportes.com/efd127/caracterizacion-del-futbol.htm

- Etapas de desarrollo de: JEAN PIAGET.
- Fútbol a la medida del niño: HORS WEIN.
- El juego: JOSE MARIA CAJIGAL
- Hernández J. análisis de las estructuras del juego. Deportivo España INDE; 2005.
- Estilos de enseñanza de MONSTUN MUSK

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL INICIACIÒN

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
FÚTBOL	INICIACION	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	el deportisita identifica y reconoce la capacidad coordinativa del acoplamiento para un mejoramiento de las mismas.
						RITMO	el deportisita identifica y reconoce la capacidad coordinativa del ritmo para un mejoramiento de las mismas. Dentro de las sesiones de clase-
						EQUILIBRIO	el deportisita identifica y reconoce la capacidad coordinativa del equilibrio estico y dinamico para un mejoramiento de las mismas dentro de las sesiones de clase.
						ORIENTACION	el deportisita identifica y reconoce la capacidad coordinativa del orientación para un mejoramiento de las mismas.
						DIFERENCIACION	el deportisita identifica y reconoce la capacidad coordinativa del diferenciación para un mejoramiento de las mismas.
						REACCIÓN	el deportisita identifica y reconoce la capacidad coordinativa de la reacción para un mejoramiento de las mismas.
						ADAPTACIÓN	el deportisita identifica y reconoce la capacidad coordinativa de la adapatación para un mejoramiento de las mismas, dentro de las sesiones de clase.
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	el deportisita identifica y reconoce el patron de movimiento de caminar para un mejoramiento de las mismas.
						CORRER	el deportisita identifica y reconoce el patron de movimiento de correr para un mejoramiento de las mismas.
						SALTAR	el deportisita identifica y reconoce el patron de movimiento de saltar para un mejoramiento de las mismas.
						LANZAR	el deportisita identifica y reconoce el patron de movimiento de lanzar para un mejoramiento de las mismas.
						ATRAPAR	el deportisita identifica y reconoce el patron de movimiento de atrapar para un mejoramiento de las mismas.
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	fuerza resistencia	el deportista recnoce ly estimula la capacidad e la fuerza y su resistencia dentro de las sesiones de clase.
						fuerza explosiva	el deportista recnoce ly estimula la capacidad e la fuerza explosiva a traves de ejercicios especificos como test y circuitos.
				2	RESISTENCIA	aerobica	el deportista recnoce ly estimula laresistencia aerobica dentro de las sesiones de clase.
						anaerobica	el deportista recnoce ly estimula laresistencia anaerobica dentro de las sesiones de clase.
				3	VELOCIDAD	velocidad de reacción	el deportista experimenta la capacidad de la velocidad de reacción por medio de circuitos de habilidades.
						velocidad maxima	el deportista experimenta la capacidad de la velocidad por medio de circuitos de habilidades.
				4	FLEXIBILIDAD	flexibilidad	el deportista experimenta y estimula la flexibilidad en ejercicios estaticos y dinamicos..
		TECNICO	DESTREZAS	1	superficies de contacto	borde interno	el deportista recnoce la superficie de contacto del borde interno y la utliza dentro de las sesiones de clase.
						borde externo	el deportista recnoce la superficie de contacto del borde externo y la utliza dentro de las sesiones de clase.
						planta y punta del pie.	el deportista recnoce la superficie de contacto del planta y punta del pie y la utliza dentro de las sesiones de clase.
						empiene y talon.	el deportista recnoce la superficie de contacto del empiene y talon y la utliza dentro de las sesiones de clase.
				2	control y pase	control pase borde interno.	el deportista recnoce la tecnica del control y pase con borde interno y la utliza dentro de las sesiones de clase.
						control pase borde externo.	el deportista recnoce la tecnica del control y pase con borde externo y la utliza dentro de las sesiones de clase.
						control y pase empiene.	el deportista recnoce la tecnica del control y pase con el empeine y la utliza dentro de las sesiones de clase.
						control y pase talon y punta del pie.	el deportista recnoce la tecnica del control y pase con talon y punta del pie y la utliza dentro de las sesiones de clase.
				3	conduccion del balón	conduccion con borde interno.	el deportista recnoce la tecnicade la conduccion con borde interno y la utliza dentro de las sesiones de clase.
						conduccion con borde externo.	el deportista recnoce la tecnicade la conduccion con borde externo y la utliza dentro de las sesiones de clase.
						conduccion empiene.	el deportista recnoce la tecnicade la conduccion con empeine y la utliza dentro de las sesiones de clase.
						conduccion planta del pie.	el deportista recnoce la tecnicade la conduccion con la planta del pie y la utliza dentro de las sesiones de clase.
				4	Ubicación tiempo - espacial dentro del campo de juego.	posicionamientos basicos por lineas.	el deportista reconoce las diferentes posiciones por lineas que normalmente se manejan dentro de un partido de futbol.
						ubicación y movimientos tacticos basicos	el deportista reconone e identifica la ubicación correcta dentro de cada posicion y los movimientos que deben hacer cada uno de ellos.
				5			
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	origen del futbol	el deportista reconoce y apropia el origen del futbol la diferencia entree origen e historia del futbol.
						historia del futbol	el deportista reconoce y apropia la historia del futbol la diferencia entree origen e historia del futbol.
				2	REGLAMENTACION	campo de juego y dimensiones generales	el deportista identifica y reconoce las dimensiones del campo de juego y los componentes del mismo.
						reglas basicas del juego.	el deportista identifica y reconoce las reglas basicas del futbol y su funcionamiento a traves del reglamento de la FIFA..
						reglas basicas del juego limpio	el deportista identifica y reconoce las reglas basicas del juego limpio y sus repercusiones.
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	por el programa.	el deportista reconoce y apropia el sentido de pertenencia por el programa asistiendo de manera cumplida y responsable.
						por el deporte.	el deportista reconoce y apropia el sentido de pertenencia por el deporte asistiendo de manera cumplida y responsable.
						por el municipio y pais.	el deportista reconoce y apropia el sentido de pertenencia por el municipio y el pais asistiendo de manera cumplida y responsable, cuidando y atendiendo los escenarios deportivos, los porfesores y compañeros del programa.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	respeto y empatia.	el deportista reconoce y apropia los valores del respeto y la empatia y los pone en practica dentro de las sesiones de clase.
						responsabilidad y disciplina.	el deportista reconoce y apropia los valores de la responsabilidad y disciplina y los pone en practica dentro de las sesiones de clase.
						igualdad y amistad.	el deportista reconoce y apropia los valores de la igualdad y amsitad y los pone en practica dentro de las sesiones de clase.
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	el deportista reconoce y apropia el aseo corporal como habito saludable y lo pone en practica dentro de las sesiones de clase.
						ALIMENTACIÓN	el deportista reconoce y apropia la importancia de una buena alimentación para la salud y el bienestar.
						PRESENTACION PERSONAL	el deportista reconoce y apropia la buena presentacion personal como habito saludable y lo pone en practica dentro de las sesiones de clase.
						DESCANSO Y SUEÑO	el deportista evidencia que el buen descanso y el sueño son muy importantes y complementan el buen desarrollo de los deportistas.
						EJERCICIO FISICO	el deportista reconoce y apropia el ejercicio fisico como habito saludable y lo pone en practica dentro de las sesiones de clase.
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	el deportista evidencia que la actitud positiva frente a las cosas hace que todo fluya mejor y que el deporte hace parte de ello.
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	el deportista reconoce que el esfuerzo del dia dia y el dar lo mejor de si mejorara su rendimiento y por ende se superara cada dia mas.
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	el deportista reconoce la atención y concentración como pilar fundamental de l deporte y las bases para la vida.
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	el deportista reconoce que la convivencia deportiva es muy importante ya que es un deporte de conjunto donde todos van en pro de un mismo objetivo.
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	la lleva encadenada	el deportista evidencia el juego de la lleva encadenada con una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades sociales y de sana convivencia.
						# de grupos	el deportista evidencia el juego de # de grupos con una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades sociales y de sana convivencia.
						congelados bajo tierra	el deportista evidencia el juego de congelados bajo tierra con una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades sociales y de sana convivencia.
				2	JUEGOS TRADICIONALES	yermis	el deportista evidencia el juego del yermis con una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades sociales y de sana convivencia.
						rescata la bandera	el deportista evidencia el juego de rescata la bandera con una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades sociales y de sana convivencia.
						halar la soga	el deportista evidencia el juego de halar la soga bajo tierra con una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades sociales y de sana convivencia.
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	clases de zumba y folclor	el deportista evidencia el componente artisitco como una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades fisicas, sociales y de sana convivencia.
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	ciruito ludico	el deportista evidencia dentro de las sesiones de clase algunos circuitos ludicos que perminten experimentar una forma diferente de percibir el deporte.
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	match recreativo	el deportista participa dentro del match recreativo como un elemnto diferente al futbol y a la pelota que le permite experimentar otras vivencia dentro de su desarrollo como deportista.

FECHA DE ENTREGA	21-feb-22
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	FORMADORES FÚTBOL
MUNICIPIO	SABANA CENTRO

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL FUNDAMENTACIÓN

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	FUNDAMENTACIÓN	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	el deportista Reconoce y mejora la capacidad coordinativa del acoplamiento para un mejoramiento de las mismas.
						RITMO	el deportista mejora y reconoce la capacidad coordinativa del ritmo para un mejoramiento de las mismas. Dentro de las sesiones de clase.
						EQUILIBRIO	el deportista mejora y reconoce la capacidad coordinativa del equilibrio estico y dinamico para un mejoramiento de las mismas dentro de las sesiones de clase.
						ORIENTACION	el deportista reconoce y mejora la capacidad coordinativa del orientación para un mejoramiento de las mismas.
						DIFERENCIACION	el deportista reconoce y mejora la capacidad coordinativa del diferenciación para un mejoramiento de las mismas.
						REACCIÓN	el deportista reconoce y mejora la capacidad coordinativa de la reacción para un mejoramiento de las mismas.
						ADAPTACIÓN	el deportista reconoce y mejora la capacidad coordinativa de la adapatación para un mejoramiento de las mismas, dentro de las sesiones de clase.
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	el deportista reconoce y mejora el patron de movimiento de caminar para un mejoramiento de las mismas.
						CORRER	el deportista reconoce y mejora el patron de movimiento de correr para un mejoramiento de las mismas.
						SALTAR	el deportista reconoce y mejora el patron de movimiento de saltar para un mejoramiento de las mismas.
						LANZAR	el deportista reconoce y mejora el patron de movimiento de lanzar para un mejoramiento de las mismas.
						ATRAPAR	el deportista reconoce y mejora el patron de movimiento de atrapar para un mejoramiento de las mismas.
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	fuerza resistencia	el deportista estimula y mejora la capacidad e la fuerza y su resistencia dentro de las sesiones de clase.
						fuerza explosiva	el deportista estimula y mejora la capacidad e la fuerza explosiva a traves de ejercicios especificos como test y circuitos.
				2	RESISTENCIA	aerobica	el deportista estimula y mejora laresistencia aerobica dentro de las sesiones de clase.
						anaerobica	el deportista estimula y mejora laresistencia anaerobica dentro de las sesiones de clase.
				3	VELOCIDAD	velocidad de reacción	el deportista experimenta y mejora la capacidad de la velocidad de reacción por medio de circuitos de habilidades.
						velocidad maxima	el deportista experimenta y mejora la capacidad de la velocidad por medio de circuitos de habilidades.
				4	FLEXIBILIDAD	flexibilidad	el deportista experimenta, estimula y mejora la flexibilidad en ejercicios estaticos y dinamicos..
		TECNICO	DESTREZAS	1	superficies de contacto	borde interno	el deportista recnoce y mejora la superficie de contacto del borde interno y la utiliza dentro de las sesiones de clase.
						borde externo	el deportista recnoce y mejora la superficie de contacto del borde externo y la utiliza dentro de las sesiones de clase.
						planta y punta del pie.	el deportista recnoce y mejora la superficie de contacto del planta y punta del pie y la utiliza dentro de las sesiones de clase.
						empiene y talon.	el deportista recnoce la superficie de contacto del empiene y talon y la utiliza dentro de las sesiones de clase.
				2	control y pase	control pase borde interno.	el deportista recnoce y mejora la tecnica del control y pase con borde interno y la utiliza dentro de las sesiones de clase.
						control pase borde externo.	el deportista recnoce y mejora la tecnica del control y pase con borde externo y la utiliza dentro de las sesiones de clase.
						control y pase empiene.	el deportista recnoce y mejora la tecnica del control y pase con el empeine y la utiliza dentro de las sesiones de clase.
						control y pase talon y punta del pie.	el deportista recnoce y mejora la tecnica del control y pase con talon y punta del pie y la utiliza dentro de las sesiones de clase.
				3	conduccion del balón	conduccion con borde interno.	el deportista recnoce y mejora la tecnicade la conduccion con borde interno y la utiliza dentro de las sesiones de clase.
						conduccion con borde externo.	el deportista recnoce y mejora la tecnicade la conduccion con borde externo y la utiliza dentro de las sesiones de clase.
						conduccion empiene.	el deportista recnoce y mejora la tecnicade la conduccion con empeine y la utiliza dentro de las sesiones de clase.
						conduccion planta del pie.	el deportista recnoce y mejora la tecnicade la conduccion con la planta del pie y la utiliza dentro de las sesiones de clase.
				4	Ubicación tiempo - espacial dentro del campo de juego.	posicionamientos basicos por lineas.	el deportista reconoce y mejora las diferentes posiciones por lineas que normalmente se manejan dentro de un partido de futbol.
						ubicación y movimientos tacticos basicos	el deportista reconone e identifica y mejora la ubicación correcta dentro de cada posicion y los movimientos que deben hacer cada uno de ellos.
				5			
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	origen del futbol	el deportista reconoce y apropia el origen del futbol la diferencia entree origen e historia del futbol.
						historia del futbol	el deportista reconoce y apropia la historia del futbol la diferencia entree origen e historia del futbol.
				2	REGLAMENTACION	campo de juego y dimensiones generales	el deportista identifica y reconoce las dimensiones del campo de juego y los componentes del mismo.
						reglas basicas del juego.	el deportista identifica y reconoce las reglas basicas del futbol y su funcionamiento a traves del reglamento de la FIFA..
						reglas basicas del juego limpio	el deportista identifica y reconoce las reglas basicas del juego limpio y sus repercusiones.
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	por el programa.	el deportista reconoce y apropia el sentido de pertenencia por el programa asistiendo de manera cumplida y responsable.
						por el deporte.	el deportista reconoce y apropia el sentido de pertenencia por el deporte asistiendo de manera cumplida y responsable.
						por el municipio y pais.	el deportista reconoce y apropia el sentido de pertenencia por el municipio y el pais asistiendo de manera cumplida y responsable, cuidando y atendiendo los escenarios deportivos, los porfesores y compañeros del programa.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	respeto y empatia.	el deportista reconoce y apropia los valores del respeto y la empatia y los pone en practica dentro de las sesiones de clase.
						responsabilidad y disciplina.	el deportista reconoce y apropia los valores de la responsabilidad y disciplina y los pone en practica dentro de las sesiones de clase.
						igualdad y amistad.	el deportista reconoce y apropia los valores de la igualdad y amsitad y los pone en practica dentro de las sesiones de clase.
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	el deportista reconoce y apropia el aseo corporal como habito saludable y lo pone en practica dentro de las sesiones de clase.
						ALIMENTACIÓN	el deportista reconoce y apropia la importancia de una buena alimentación para la salud y el bienestar.
						PRESENTACION PERSONAL	el deportista reconoce y apropia la buena presentacion personal como habito saludable y lo pone en practica dentro de las sesiones de clase.
						DESCANSO Y SUEÑO	el deportista evidencia que el buen descanso y el sueño son muy importantes y complementan el buen desarrollo de los deportistas.
						EJERCICIO FISICO	el deportista reconoce y apropia el ejercicio fisico como habito saludable y lo pone en practica dentro de las sesiones de clase.
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	el deportista evidencia que la actitud positiva frente a las cosas hace que todo fluya mejor y que el deporte hace parte de ello.
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	el deportista reconoce que el esfuerzo del dia dia y el dar lo mejor de si mejorara su rendimiento y por ende se superara cada dia mas.
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	el deportista reconoce la atención y concentración como pilar fundamental de l deporte y las bases para la vida.
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	el deportista reconoce que la convivencia deportiva es muy importante ya que es un deporte de conjunto donde todos van en pro de un mismo objetivo.
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	la lleva encadenada	el deportista evidencia el juego de la lleva encadenada con una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades sociales y de sana convivencia.
						# de grupos	el deportista evidencia el juego de # de grupos con una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades sociales y de sana convivencia.
						congelados bajo tiera	el deportista evidencia el juego de congelados bajo tierra con una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades sociales y de sana convivencia.
				2	JUEGOS TRADICIONALES	yermis	el deportista evidencia el juego del yermis con una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades sociales y de sana convivencia.
						rescata la bandera	el deportista evidencia el juego de rescata la bandera con una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades sociales y de sana convivencia.
						halar la soga	el deportista evidencia el juego de halar la soga bajo tierra con una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades sociales y de sana convivencia.
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	clases de zumba y folclor	el deportista evidencia el componente artisitco como una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades fisicas, sociales y de sana convivencia.
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	ciruito ludico	el deportista evidencia dentro de las sesiones de clase algunos circuitos ludicos que perminten experimentar una forma diferente de percibir el deporte.
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	match recreativo	el deportista participa dentro del match recreativo como un elemnto diferente al futbol y a la pelota que le permite experimentar otras vivencia dentro de su desarrollo como deportista.

FECHA DE ENTREGA	21-feb-22
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	FORMADORES FÚTBOL
MUNICIPIO	SABANA CENTRO

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL PERFECCIONAMIENTO

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
FÚTBOL	PERFECCIONAMIENTO	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	el deportisita mejora la capacidad coordinativa del acoplamiento para un mejoramiento de las mismas.
						RITMO	el deportisita mejora la capacidad coordinativa del ritmo para un mejoramiento de las mismas. Dentro de las sesiones de clase.
						EQUILIBRIO	el deportisita mejora la capacidad coordinativa del equilibrio estico y dinamico para un mejoramiento de las mismas dentro de las sesiones de clase.
						ORIENTACION	el deportisita mejora y perfecciona la capacidad coordinativa del orientación para un mejoramiento de las mismas.
						DIFERENCIACION	el deportisita mejora y perfecciona la capacidad coordinativa del diferenciación para un mejoramiento de las mismas.
						REACCIÓN	el deportisita mejora y perfecciona la capacidad coordinativa de la reacción para un mejoramiento de las mismas.
						ADAPTACIÓN	el deportisita mejora y perfecciona la capacidad coordinativa de la adapatación para un mejoramiento de las mismas, dentro de las sesiones de clase.
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	el deportisita mejora el patron de movimiento de caminar para un mejoramiento de las mismas.
						CORRER	el deportisita mejora el patron de movimiento de correr para un mejoramiento de las mismas.
						SALTAR	el deportisita mejora el patron de movimiento de saltar para un mejoramiento de las mismas.
						LANZAR	el deportisita mejora el patron de movimiento de lanzar para un mejoramiento de las mismas.
						ATRAPAR	el deportisita mejora el patron de movimiento de atrapar para un mejoramiento de las mismas.
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	fuerza resistencia	el deportista mejora la capacidad e la fuerza y su resistencia dentro de las sesiones de clase.
						fuerza explosiva	el deportista mejora la capacidad e la fuerza explosiva a traves de ejercicios especificos como test y circuitos.
				2	RESISTENCIA	aerobica	el deportista mejora y perfeciona laresistencia aerobica dentro de las sesiones de clase.
						anaerobica	el deportista mejora laresistencia anaerobica dentro de las sesiones de clase.
				3	VELOCIDAD	velocidad de reacción	el deportista mejora la capacidad de la velocidad de reacción por medio de circuitos de habilidades.
						velocidad maxima	el deportista experimenta y mejora la capacidad de la velocidad por medio de circuitos de habilidades.
				4	FLEXIBILIDAD	flexibilidad	el deportista estimula y mejora la flexibilidad en ejercicios estaticos y dinamicos..
		TECNICO	DESTREZAS	1	superficies de contacto	borde interno	el deportista rperfeciona la superficie de contacto del borde interno y la utliza dentro de las sesiones de clase.
						borde externo	el deportista perfecciona la superficie de contacto del borde externo y la utliza dentro de las sesiones de clase.
						planta y punta del pie.	el deportista perfecciona la superficie de contacto del planta y punta del pie y la utliza dentro de las sesiones de clase.
						empiene y talon.	el deportista perfeciona superficie de contacto del empiene y talon y la utliza dentro de las sesiones de clase.
				2	control y pase	control pase borde interno.	el deportista perfeciona la tecnica del control y pase con borde interno y la utliza dentro de las sesiones de clase.
						control pase borde externo.	el deportista perfecciona la tecnica del control y pase con borde externo y la utliza dentro de las sesiones de clase.
						control y pase empiene.	el deportista perfeciona la tecnica del control y pase con el empeine y la utliza dentro de las sesiones de clase.
						control y pase talon y punta del pie.	el deportista perfeciona la tecnica del control y pase con talon y punta del pie y la utliza dentro de las sesiones de clase.
				3	conduccion del balón	conduccion con borde interno.	el deportista perfeciona la tecnicade la conduccion con borde interno y la utliza dentro de las sesiones de clase.
						conduccion con borde externo.	el deportista perfeciona la tecnicade la conduccion con borde externo y la utliza dentro de las sesiones de clase.
						conduccion empiene.	el deportista perfeciona la tecnicade la conduccion con empeine y la utliza dentro de las sesiones de clase.
						conduccion planta del pie.	el deportista perfeciona la tecnicade la conduccion con la planta del pie y la utliza dentro de las sesiones de clase.
				4	Ubicación tiempo - espacial dentro del campo de juego.	posicionamientos basicos por lineas.	el deportista perfeciona las diferentes posiciones por lineas que normalmente se manejan dentro de un partido de futbol.
						ubicación y movimientos tacticos basicos	el deportista perfeciona la ubicación correcta dentro de cada posicion y los movimientos que deben hacer cada uno de ellos.
				5			
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	origen del futbol	el deportista apropia y mejora su conocimiento el origen del futbol la diferencia entree origen e historia del futbol.
						historia del futbol	el deportista apropia la historia del futbol la diferencia entree origen e historia del futbol.
				2	REGLAMENTACION	campo de juego y dimensiones generales	el deportista repasa y apropia las dimensiones del campo de juego y los componentes del mismo.
						reglas basicas del juego.	el deportista mejora su conocimiento sobre las reglas basicas del futbol y su funcionamiento a traves del reglamento de la FIFA.
						reglas basicas del juego limpio	el deportista repasa y refuerza las reglas basicas del juego limpio y sus repercusiones.
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	por el programa.	el deportista apropia el sentido de pertenencia por el programa asistiendo de manera cumplida y responsable.
						por el deporte.	el deportista apropia el sentido de pertenencia por el deporte asistiendo de manera cumplida y responsable.
						por el municipio y pais.	el deportista reconoce y apropia el sentido de pertenencia por el municipio y el pais asistiendo de manera cumplida y responsable, cuidando y atendiendo los escenarios deportivos, los porfesores y compañeros del programa.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	respeto y empatia.	el deportista reconoce y apropia los valores del respeto y la empatia y los pone en practica dentro de las sesiones de clase.
						responsabilidad y disciplina.	el deportista reconoce y apropia los valores de la responsabilidad y disciplina y los pone en practica dentro de las sesiones de clase.
						igualdad y amistad.	el deportista reconoce y apropia los valores de la igualdad y amsitad y los pone en practica dentro de las sesiones de clase.
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	el deportista reconoce y apropia el aseo corporal como habito saludable y lo pone en practica dentro de las sesiones de clase.
						ALIMENTACIÓN	el deportista reconoce y apropia la importancia de una buena alimentación para la salud y el bienestar.
						PRESENTACION PERSONAL	el deportista reconoce y apropia la buena presentación personal como habito saludable y lo pone en practica dentro de las sesiones de clase.
						DESCANSO Y SUEÑO	el deportista evidencia que el buen descanso y el sueño son muy importantes y complementan el buen desarrollo de los deportistas.
						EJERCICIO FISICO	el deportista reconoce y apropia el ejercicio fisico como habito saludable y lo pone en practica dentro de las sesiones de clase.
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	el deportista evidencia que la actitud positiva frente a las cosas hace que todo fluya mejor y que el deporte hace parte de ello.
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	el deportista reconoce que el esfuerzo del dia dia y el dar lo mejor de si mejorara su rendimiento y por ende se superara cada dia mas.
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	el deportista reconoce la atención y concentración como pilar fundamental de l deporte y las bases para la vida.
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	el deportista reconoce que la convivencia deportiva es muy importante ya que es un deporte de conjunto donde todos van en pro de un mismo objetivo.
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	la lleva encadenada	el deportista evidencia el juego de la lleva encadenada con una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades sociales y de sana convivencia.
						# de grupos	el deportista evidencia el juego de # de grupos con una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades sociales y de sana convivencia.
						congelados bajo tierra	el deportista evidencia el juego de congelados bajo tierra con una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades sociales y de sana convivencia.
				2	JUEGOS TRADICIONALES	yermis	el deportista evidencia el juego del yermix con una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades sociales y de sana convivencia.
						rescata la bandera	el deportista evidencia el juego de rescata la bandera con una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades sociales y de sana convivencia.
						halar la soga	el deportista evidencia el juego de halar la soga bajo tierra con una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades sociales y de sana convivencia.
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	clases de zumba y folclor	el deportista evidencia el componente artisitco como una forma de relacionarse con los demas del grupo y desarrollar nuevas habilidades fisicas, sociales y de sana convivencia.
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	ciruito ludico	el deportista evidencia dentro de las sesiones de clase algunos circuitos ludicos que perminten experimentar una forma diferente de percibir el deporte.
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	match recreativo	el deportista participa dentro del match recreativo como un elemnto diferente al futbol y a la pelota que le permite experimentar otras vivencia dentro de su desarrollo como deportista.

FECHA DE ENTREGA	21-feb-22
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	FORMADORES FÚTBOL
MUNICIPIO	SABANA CENTRO

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

BENEFICIADOS	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	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
7 AÑOS	2	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
8 AÑOS	4	0	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4
9 AÑOS	6	0	2	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6
10 AÑOS	4	0	3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4
11 AÑOS	6	0	2	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6
12 AÑOS	10	0	6	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	10
13 AÑOS	9	0	3	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	9
14 AÑOS	10	3	8	2	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	13
15 AÑOS	0	2	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2
16 AÑOS	0	3	0	0	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	3
17 AÑOS	0	1	0	0	0	1	0	0	0		0	0	0	0	1
TOTALES	51	9	28	23	4	5	0	0	0	0	0	0	0	0	60

INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL: INICIACIÓN

MES: JULIO

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	Jeronimo Gil Chacon	3219461937					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
2	Emmanuel Villamil Florez	3208860282					1		1		0		1	1		1																	6	5	1	83%
3	Samuel Andres Gañan	3155118341					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
4	Jeronimo Gil Chacon	3219461937					1		1		0		1	1		1																	6	5	1	83%
5	Julian Geronimo Suarez Fonseca	3013126686					1		1		1		1	1		0																	6	5	1	83%
6	Dilan Matias Hortua Ramirez	3224267276					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
7	Johan Danilo Rodriguez	3013073699					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
8	Kevin Sneider Gonzalez	3224321647					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
9	Alan Andrey Valencia Rodriquez	3212300241					1		1		0		1	1		1																	6	5	1	83%
10	Maicol Stiven Otalora	3202568053					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
11	Julian David Castañeda	3203446049					1		0		0		1	1		0																	6	3	3	50%
12	Cristopher Daniel Vera	3227687536					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
13	Gabriel Eduardo Montaña	3134272348					1		1		0		1	1		1																	6	5	1	83%
14	Bryan Yesid Celis	3118758220					1		1		1		1	1		0																	6	5	1	83%
15	Samuel Santiago Sandoval	3172765407					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
16	Dilan Leonardo Ovalle	3108593930					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
17	Angel Ricardo Pineda	3142443578					1		1		0		1	1		1																	6	5	1	83%
18	Aaron Jose Mellizo Loayza	3197739402					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
19	Dylan Fernando Trujillo	3017507341					1		1		0		1	1		1																	6	5	1	83%
20	Maria Jose Cañon Lopez	3123447794					1		1		1		1	1		0																	6	5	1	83%

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL: FUNDAMENTACIÓN

MES: JULIO

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	Emmanuel Reyes Saldaña	3002931731					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
2	Kevin santiago rincon hoyos	3222953378					1		1		0		1	1		1																	6	5	1	83%
3	Serguo luis arias perez	3219316967					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
4	Samuel andres gil chacon	3145692204					1		1		0		1	1		1																	6	5	1	83%
5	Anderson josue dugarte garcia	3115958717					1		1		1		1	1		0																	6	5	1	83%
6	Brayan Alejandro Arevalo Vega	3115261294					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
7	Luis Santiago Gómez Gonzalez	3106931253					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
8	Luis Alejandro Rodríguez Lozano	3202286621					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
9	Kevin santiago García Barreto	3223265148					1		1		0		1	1		1																	6	5	1	83%
10	Daniel max suarez	3223579517					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
11	Juanfelipemonroyguasca	3202673936					1		0		0		1	1		0																	6	3	3	50%
12	Johan esteban garcia castro	3208087203					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
13	Miguel angel garcia castro	3208087203					1		1		0		1	1		1																	6	5	1	83%
14	Juan pablo mendoza dias	3146364395					1		1		1		1	1		0																	6	5	1	83%
15	Joshua pinzon castañeda	3208364043					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
16	Daniel santiago gonzalez bustos	3017302086					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
17	Kevin Santiago Barrero Torres	3125830338					1		1		0		1	1		1																	6	5	1	83%
18	Angel. Miguel cogollo vitola	3017787905					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
19	Keinder Alexander Hernández	3212251144					1		1		0		1	1		1																	6	5	1	83%
20	Juan Jose Jara Ramirez	3007048045					1		1		1		1	1		0																	6	5	1	83%

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

MES: JULIO

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	Reinsi jhireth guaricuco colina	3022946094					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
2	Juan David Rincon Rincin	3112083152					1		1		0		1	1		1																	6	5	1	83%
3	Duvan Alejandro Choachi Alarcon	3045537966					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
4	Heiner steven ruiz maestre	3013836611					1		1		0		1	1		1																	6	5	1	83%
5	Cristian ricardo pinzon Fonseca	3132665647					1		1		1		1	1		0																	6	5	1	83%
6	Johan Felipe Coy Sanchez	3132939906					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
7	Keiner David Paternina Lopez	3228384834					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
8	Edgar jair aguilar figueroa	3046409972					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
9	Felipe chauta mejia	3143134686					1		1		0		1	1		1																	6	5	1	83%
10	Breiner santiago Sacristan Florez	3118376508					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
11	Deivid Andrey Jiménez calderon	3204821522					1		0		0		1	1		0																	6	3	3	50%
12	Kevin santiago Ibáñez sepulveda	3144242964					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
13	Jhony alexander leon puerta	3103887381					1		1		0		1	1		1																	6	5	1	83%
14	Fabio Alejandro Sánchez Velandia	3115456244					1		1		1		1	1		0																	6	5	1	83%
15	Juan Camilo León Rico	3133764820					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
16	Jaider sneider zamora Benavides	3159291594					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
17	Jhon Alexander Poveda Porras	3215006392					1		1		0		1	1		1																	6	5	1	83%
18	Dilan Santiago Castillo López	3118865098					1		1		1		1	1		1																	6	6	0	100%
19	Juan Camilo Rodriguez Forigua	3223380421					1		1		0		1	1		1																	6	5	1	83%
20	Eduard Alexander Fernández Ibagué	3143062245					1		1		1		1	1		0																	6	5	1	83%

INDEPORTES

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRAFICA		
FORMADOR	[illegible]	
DEPORTE/ DISCIPLINA	FUTBOL	
MUNICIPIO	GACHANCIPA	
NIVEL	FORTALECIMIENTO	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	VILLA OLIMPICA	HORA : 9:00AM
EVIDENCIA FOTOGRAFICA		



[illegible] – VILLA OLIMPICA



[illegible] – VILLA OLIMPICA



[illegible] – VILLA OLIMPICA



[illegible] – VILLA OLIMPICA



[illegible] – VILLA OLIMPICA



[illegible] – VILLA OLIMPICA

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRAFICA		
FORMADOR	[illegible]	
DEPORTE/ DISCIPLINA	FUTBOL	
MUNICIPIO	GACHANCIPA	
NIVEL	INICIACION	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	VILLA OLIMPICA	Mes : MARZO
EVIDENCIA FOTOGRAFICA		



[illegible] VILLA OLIMPICA



[illegible] VILLA OLIMPICA



[illegible] VILLA OLIMPICA



[illegible] VILLA OLIMPICA



[illegible] VILLA OLIMPICA



[illegible] VILLA OLIMPICA

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRAFICA		
FORMADOR	[illegible]	
DEPORTE/ DISCIPLINA	FUTBOL	
MUNICIPIO	GACHANCIPA	
NIVEL	FORMENTACION	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	VILLA OLIMPICA	MES : MARZO
EVIDENCIA FOTOGRAFICA		



[illegible] – VILLA OLIMPICA



[illegible] – VILLA OLIMPICA



[illegible] – VILLA OLIMPICA



[illegible] – VILLA OLIMPICA



[illegible] – VILLA OLIMPICA



[illegible] – VILLA OLIMPICA

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		
Iván Darío Agudo Rodríguez	Iván Darío Agudo Rodríguez	
FUTBOL	FUTBOL	
GACHANCIPA	GACHANCIPA	
INICIACIÓN	INICIACIÓN	
VILLA OLIMPICA	VILLA OLIMPICA	VILLA OLIMPICA
EVIDENCIA FOTOGRAFICA		



GRUPO INICIACION



GRUPO INICIACION



ESTIRAMIENTO



ESTIRAMIENTO



TRABAJO DE TRANSPORTE



TRABAJO DE TRANSPORTE

INDEPORTES

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRAFICA		
FORMADOR	Iván Darío Agudo Rodríguez	
DEPORTE/ DISCIPLINA	FUTBOL	
MUNICIPIO	GACHANCIPÁ	
NIVEL	FUNDAMENTACION	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	VILLA OLIMPICA	VILLA OLIMPICA
EVIDENCIA FOTOGRAFICA		



GRUPO FUNDAMENTACION



CIRCUITO SALTO



JUEGO PRE DEPORTIVO DE CALENTAMIENTO



JUEGO PRE DEPORTIVO DE CALENTAMIENTO



CIRCUITO COORDINATIVO



CIRCUITO COORDINATIVO

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		
Iván Darío Agudo Rodríguez	Iván Darío Agudo Rodríguez	
FUTBOL	FUTBOL	
GACHANCIPA	GACHANCIPA	
INICIACION	PERFECCIONAMIENTO	
VILLA OLIMPICA	VILLA OLIMPICA	VILLA OLIMPICA
EVIDENCIA FOTOGRAFICA		



TRABAJO DEFINICION.



TRABAJO DEFINICION



TRABAJO TECNICO CONTROL Y PASE



TRABAJO TECNICO CONTROL Y PASE



TRABAJO VELOCIDAD DE REACCION



TRABAJO VELOCIDAD

INDEPORTES

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRAFICA		
FORMADOR	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ	
DEPORTE/ DISCIPLINA	FUTBOL	
MUNICIPIO	GACHANCIPA	
NIVEL	INICIACION	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	VILLA OLIMPICA	MES: MAYO
EVIDENCIA FOTOGRAFICA		













rio investigar

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRAFICA		
FORMADOR	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ	
DEPORTE/ DISCIPLINA	FUTBOL	
MUNICIPIO	GACHANCIPA	
NIVEL	FUNDAMENTACION	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	VILLA OLIMPICA	MES: MAYO
EVIDENCIA FOTOGRAFICA		













INDEPORTES

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRAFICA		
FORMADOR	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ	
DEPORTE/ DISCIPLINA	FUTBOL	
MUNICIPIO	GACHANCIPA	
NIVEL	PERFECCIONAMIENTO	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	VILLA OLIMPICA	VILLA OLIMPICA
EVIDENCIA FOTOGRAFICA		













FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		
FORMADOR	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL**	
MUNICIPIO	**GACHANCIPA**	
NIVEL	**INICIACION**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**VILLA OLIMPICA**	**MES: JUNIO**

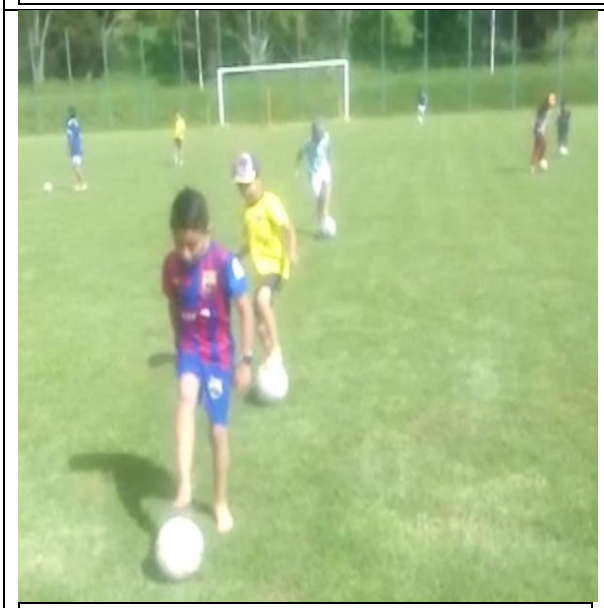
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



2-06-2022 JUEGOS PRE DEPORTIVOS - VILLA OLIMPICA



6 -06-2022 JUEGOS PREDEPORTIVOS- VILLA OLIMPICA



13 -06-2022 JUEGOS PREDEPORTIVOS- VILLA OLIMPICA



14-06-2022JUEGOSPREDEPORTIVOS-VILLA OLIMPICA



21 -06-2022 JUEGOS PREDEPORTIVOS- VILLA OLIMPICA



28-06-2022JUEGOSPREDEPORTIVOS-VILLA OLIMPICA

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		
FORMADOR	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL**	
MUNICIPIO	**GACHANCIPA**	
NIVEL	**FUNDAMENTACION**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**VILLA OLIMPICA**	**MES: JUNIO**
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		



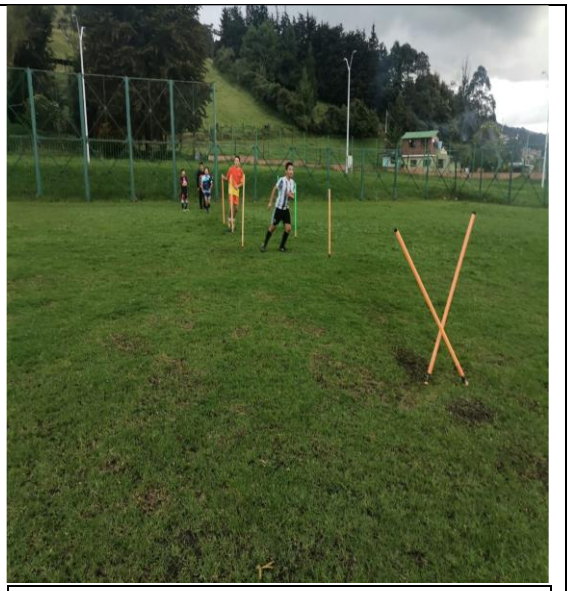
02-06-2022 TRABAJO TECNICO - VILLA OLIMPICA



06-06 2022 TRABAJO TECNICO - VILLA OLIMPICA



13-06-2022 TRABAJO TECNICO - VILLA OLIMPICA



16-06-2022 TRABAJO TECNICO - VILLA OLIMPICA



28-06-2022 TRABAJO TECNICO - VILLA OLIMPICA



30-06-2022 TRABAJO TECNICO - VILLA OLIMPICA

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		
FORMADOR	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL**	
MUNICIPIO	**GACHANCIPA**	
NIVEL	**PERFECCIONAMIENTO**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**VILLA OLIMPICA**	**MES: JUNIO**
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		



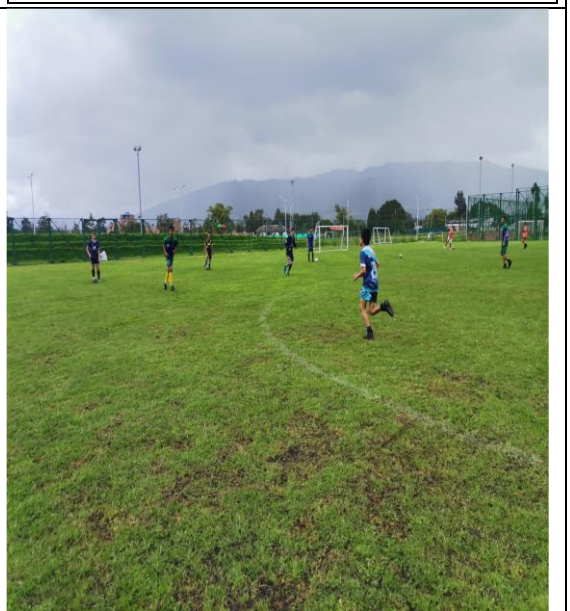
02-06-2022 TRABAJO FISICO TECNICO- VILLA OLIMPICA



07-06 2022 ESPACIO REDUCIDO- VILLA OLIMPICA



9-06-2022 DESPLAZAMIENTOS - VILLA OLIMPICA



14-06-2022 PASE Y MOVILIDAD - VILLA OLIMPICA

	
28-05-2022 DUELOS 3VS 3 ETC- VILLA OLIMPICA	30 -05-2022 ESPACIO REDUCUDO CON FINALIZACION - VILLA OLIMPICA

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		
FORMADOR	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL**	
MUNICIPIO	**GACHANCIPA**	
NIVEL	**INICIACION**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**VILLA OLIMPICA**	**MES: JULIO**
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		

	
5-07-2022 JUEGOS PRE DEPORTIVOS - VILLA OLIMPICA	7 -07-2022 JUEGOS PREDEPORTIVOS- VILLA OLIMPICA



11 -07-2022 JUEGOS PREDEPORTIVOS- VILLA OLIMPICA



14-06-2022JUEGOSPREDEPORTIVOS-VILLA OLIMPICA



14 -07-2022 JUEGOS PREDEPORTIVOS- VILLA OLIMPICA



14-07-2022JUEGOSPREDEPORTIVOS-VILLA OLIMPICA

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		
FORMADOR	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ	
DEPORTE/ DISCIPLINA	FUTBOL	
MUNICIPIO	GACHANCIPA	
NIVEL	FUNDAMENTACION	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	VILLA OLIMPICA	MES: JULIO
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		



05-07-2022 TRABAJO FISICO - VILLA OLIMPICA



05-07 2022 TRABAJO FISICO - VILLA OLIMPICA



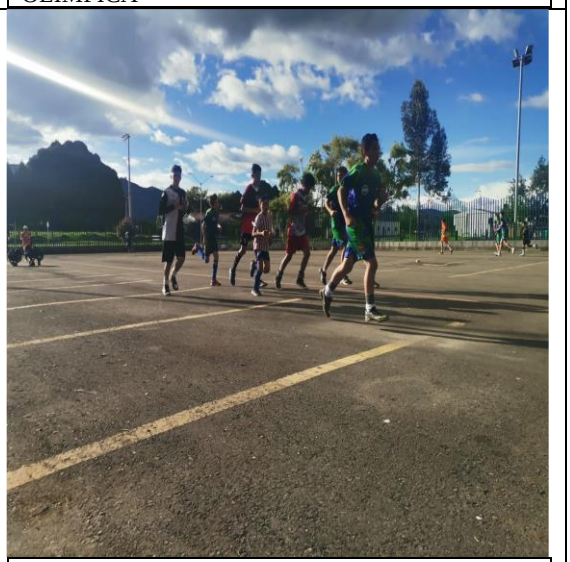
13-06-2022 TRABAJO TECNICO - VILLA OLIMPICA



16-06-2022 TRABAJO TECNICO - VILLA OLIMPICA



12-07-2022 TRABAJO FISICO - VILLA OLIMPICA



12-07-2022 TRABAJO TECNICO - VILLA OLIMPICA

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES
CUNDINAMARCAPLAN
DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/1/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 01**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas

Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas		Marcar con x	Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn			
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	x		
	Ritmo			platillos conos balones
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar		
elemento y con elemento		correr		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			

3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			
Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**			
Firma formador				

GOBERNACIÒN DE

CUNDINAMARCAINDEPORTES

CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/2/ 2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 02**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas					
Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseveranci a	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio				
	Reacción		x		
	Ritmo				**platillos conos balones**
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**		
elemento y con elemento			**correr**		
Y SUPERANDO OBSTACULOS					
Y DIFERENTES VELOCIDADES					
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	**30 MIN**	
4VS 4 Y 9 VS 9					**ESTACAS PETOS Y BALON**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE

CUNDINAMARCAINDEPORTES

CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/3/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 03**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas					
Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas		Marcar con x	Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio				
	Reacción		x		
	Ritmo				**platillos conos balones**
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**		
elemento y con elemento			**correr**		
Y SUPERANDO OBSTACULOS					
Y DIFERENTES VELOCIDADES					
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	**30 MIN**	
4VS 4 Y 9 VS 9					**ESTACAS PETOS Y BALON**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE

CUNDINAMARCAINDEPORTES

CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/8/ 2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 04**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÒN	**X**	**FUNDAMENTACIÒN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas					
Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon					
Objetivo Tecnico o Tactico					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseveranci a	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		**platillos conos balones**
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
ejercicios caminando corriendo sin		**Caminar**		
elemento y con elemento		**correr**		
Y SUPERANDO OBSTACULOS				
Y DIFERENTES VELOCIDADES				
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — **MATERIALES Y RECURSO**

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	**30 MIN**	
4VS 4 Y 9 VS 9					
					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL — **MATERIALES Y RECURSO**

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**
1.Estiramiento	x		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES

CUNDINAMARCAPLAN

DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/9/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 05**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas					
Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon					
Objetivo Tecnico o Tactico					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseveranci a	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas		Marcar con x	Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn			
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar		
elemento y con elemento		correr		
Y SUPERANDO OBSTACULOS				
Y DIFERENTES VELOCIDADES				
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
4VS 4 Y 9 VS 9					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES

CUNDINAMARCAPLAN

DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/10/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 06**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas					
Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon					
Objetivo Tecnico o Tactico					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		platillos conos balones
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar		
elemento y con elemento		correr		
Y SUPERANDO OBSTACULOS				
Y DIFERENTES VELOCIDADES				
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
4VS 4 Y 9 VS 9					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE

CUNDINAMARCAINDEPORTES

CUNDINAMARCA PLAN DIARIO

DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/15/ 2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 07**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÒN	**X**	**FUNDAMENTACIÒN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas					
Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon					
Objetivo Tecnico o Tactico					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		**platillos conos balones**
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
ejercicios caminando corriendo sin		**Caminar**		
elemento y con elemento		**correr**		
Y SUPERANDO OBSTACULOS				
Y DIFERENTES VELOCIDADES				
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — **MATERIALES Y RECURSO**

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	**30 MIN**	
4VS 4 Y 9 VS 9					**ESTACAS PETOS Y BALON**

PARTE FINAL — **MATERIALES Y RECURSO**

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**
1.Estiramiento	x		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES

CUNDINAMARCAPLAN

DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/16/ 2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 08**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas					
Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon					
Objetivo Tecnico o Tactico					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		platillos conos balones
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar		
elemento y con elemento		correr		
Y SUPERANDO OBSTACULOS				
Y DIFERENTES VELOCIDADES				
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN
4VS 4 Y 9 VS 9				

ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades
1.Estiramiento	x		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE

CUNDINAMARCAINDEPORTES

CUNDINAMARCA PLAN DIARIO

DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/17/ 2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 09**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas					
Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon					
Objetivo Tecnico o Tactico					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		**platillos conos balones**
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
ejercicios caminando corriendo sin		**Caminar**		
elemento y con elemento		**correr**		
Y SUPERANDO OBSTACULOS				
Y DIFERENTES VELOCIDADES				
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — **MATERIALES Y RECURSO**

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	**30 MIN**	
4VS 4 Y 9 VS 9					**ESTACAS PETOS Y BALON**

PARTE FINAL — **MATERIALES Y RECURSO**

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**
1.Estiramiento	x		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES

CUNDINAMARCAPLAN

DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/22/ 2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 10**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas					
Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon					
Objetivo Tecnico o Tactico					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		platillos conos balones
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar		
elemento y con elemento		correr		
Y SUPERANDO OBSTACULOS				
Y DIFERENTES VELOCIDADES				
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
4VS 4 Y 9 VS 9					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCAINDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/23/ 2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesiòn: 11**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÒN	**X**	**FUNDAMENTACIÒN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas

Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		**platillos conos balones**
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
ejercicios caminando corriendo sin		**Caminar**		
elemento y con elemento		**correr**		
Y SUPERANDO OBSTACULOS				
Y DIFERENTES VELOCIDADES				
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	**30 MIN**	
4VS 4 Y 9 VS 9					**ESTACAS PETOS Y BALON**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES

CUNDINAMARCAPLAN

DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/24/ 2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 12**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas					
Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon					
Objetivo Tecnico o Tactico					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		X		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		platillos conos balones
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		
ejercicios caminando corriendo sin			Caminar		
elemento y con elemento			correr		
Y SUPERANDO OBSTACULOS					
Y DIFERENTES VELOCIDADES					
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
4VS 4 Y 9 VS 9					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE
CUNDINAMARCAINDEPORTES
CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/1/ 2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 01**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 13**
INICIACION		**FUNDAMENTACION**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		platillos conos balones
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
	Orientación	X	
	Equilibrio		
	Reacción	X	
	Ritmo	X	
	Anticipacion		
	diferenciacion	X	
	acoplamiento	X	

	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
Trabajos con balon con		trote	
y sin obstaculos y revales		diferengtes	
		direcciones	
	Componente teorico	TEMAS	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
	Componente recreativo	TEMAS	

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — **MATERIALES Y RECURSO**

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN

PARTE FINAL — **MATERIALES Y RECURSO**

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades
1.Estiramiento	x		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCAINDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/2/ 2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 02**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 13**
INICIACIÒN		**FUNDAMENTACIÒN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		**platillos conos balones**
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento		X		
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
Trabajos con balon con			**trote**		
y sin obstaculos y revales			**diferengtes**		
			direcciones		
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCAINDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/3/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 03**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 19**
INICIACIÒN		**FUNDAMENTACIÒN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		**platillos conos balones**
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento		X		
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
Trabajos con balon con			**trote**		
y sin obstaculos y revales			**diferengtes**		
			direcciones		
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

GOBERNACIÒN DE

CUNDINAMARCAINDEPORTES

CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/8/ 2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 04**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 13**
INICIACION		**FUNDAMENTACION**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas				MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		X		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		platillos conos balones
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento		X		
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
Trabajos con balon con			**trote**		
y sin obstaculos y revales			**diferengtes**		
			direcciones		
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

GOBERNACIÒN DE

CUNDINAMARCAINDEPORTES

CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/9/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 05**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 13**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACION**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		**platillos conos balones**
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento		X		
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
Trabajos con balon con			**trote**		
y sin obstaculos y revales			**diferengtes**		
			direcciones		
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

GOBERNACIÒN DE
CUNDINAMARCAINDEPORTES
CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/10/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 06**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 13**
INICIACION		**FUNDAMENTACION**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		**platillos conos balones**
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento		X		
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
Trabajos con balon con			**trote**		
y sin obstaculos y revales			**diferengtes**		
			direcciones		
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCAINDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/15/ 2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 07**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 13**
INICIACIÒN		**FUNDAMENTACION**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	2	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		**platillos conos balones**
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Trabajos con balon con		**trote**		
y sin obstaculos y revales		**diferengtes**		
		direcciones		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

GOBERNACIÒN DE

CUNDINAMARCAINDEPORTES

CUNDINAMARCA PLAN DIARIO

DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/16/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 08**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 13**
INICIACION		**FUNDAMENTACION**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		**platillos conos balones**
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Trabajos con balon con		**trote**		
y sin obstaculos y revales		**diferengtes**		
		direcciones		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

GOBERNACIÒN DE

CUNDINAMARCAINDEPORTES

CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/17/ 2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 09**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 13**
INICIACION		**FUNDAMENTACION**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		**platillos conos balones**
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Trabajos con balon con		**trote**		
y sin obstaculos y revales		**diferengtes**		
		direcciones		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

GOBERNACIÒN DE

CUNDINAMARCAINDEPORTES

CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/22/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 10**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 13**
INICIACION		**FUNDAMENTACION**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		**platillos conos balones**
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento		X		
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
Trabajos con balon con			**trote**		
y sin obstaculos y revales			**diferengtes**		
			direcciones		
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

GOBERNACIÒN DE

CUNDINAMARCAINDEPORTES

CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/23/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 11**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 13**
INICIACION		**FUNDAMENTACION**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		**platillos conos balones**
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Trabajos con balon con		**trote**		
y sin obstaculos y revales		**diferengtes**		
		direcciones		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

GOBERNACIÒN DE

CUNDINAMARCAINDEPORTES

CUNDINAMARCA PLAN DIARIO

DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/24/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 12**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 13**
INICIACIÒN		**FUNDAMENTACION**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		**platillos conos balones**
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento		X		
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
Trabajos con balon con			**trote**		
y sin obstaculos y revales			**diferengtes**		
			direcciones		
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

GOBERNACIÒN DE
CUNDINAMARCAINDEPORTES
CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/1/ 2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 01**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACION		**FUNDAMENTACION**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el cvampo de juego					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		**platillos conos balones**
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Trabajos con balon con		**trote**		
y sin obstaculos y revales		**diferengtes**		
		direcciones		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCAINDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/2/ 2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesiòn: 02**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACION		**FUNDAMENTACION**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el cvampo de juego					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		**platillos conos balones**
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Trabajos con balon con		**trote**		
y sin obstaculos y revales		**diferengtes**		
		direcciones		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES

CUNDINAMARCAPLAN

DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/3/ 2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 03**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACION		**FUNDAMENTACION**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el cvampo de juego					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		**platillos conos balones**
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Trabajos con balon con		**trote**		
y sin obstaculos y revales		**diferengtes**		
		direcciones		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

GOBERNACIÒN DE

CUNDINAMARCAINDEPORTES

CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/8/ 2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 04**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACION**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el cvampo de juego					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		**platillos conos balones**
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Trabajos con balon con		**trote**		
y sin obstaculos y revales		**diferengtes**		
		direcciones		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCAINDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/9/ 2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 05**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACION		**FUNDAMENTACION**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el cvampo de juego					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas				MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		platillos conos balones
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

GOBERNACIÒN DE

CUNDINAMARCAINDEPORTES

CUNDINAMARCA PLAN DIARIO

DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/10/ 2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 06**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACION		**FUNDAMENTACION**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el cvampo de juego					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		**platillos conos balones**
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento		X		
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
Trabajos con balon con			**trote**		
y sin obstaculos y revales			**diferengtes**		
			direcciones		
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

GOBERNACIÒN DE
CUNDINAMARCAINDEPORTES
CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/15/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 07**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACION		**FUNDAMENTACION**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el campo de juego					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		**platillos conos balones**
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Trabajos con balon con		**trote**		
y sin obstaculos y revales		**diferengtes**		
		direcciones		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCAINDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/16/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 08**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACION		**FUNDAMENTACION**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el campo de juego					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	2	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		**platillos conos balones**
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Trabajos con balon con		**trote**		
y sin obstaculos y revales		**diferengtes**		
		direcciones		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

GOBERNACIÒN DE
CUNDINAMARCAINDEPORTES
CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/17/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 09**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACION**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el campo de juego					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		**platillos conos balones**
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Trabajos con balon con		**trote**		
y sin obstaculos y revales		**diferengtes**		
		direcciones		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCAINDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/22/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 10**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACION**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el campo de juego					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		**platillos conos balones**
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Trabajos con balon con		**trote**		
y sin obstaculos y revales		**diferengtes**		
		direcciones		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

GOBERNACIÒN DE
CUNDINAMARCAINDEPORTES
CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/23/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 11**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACION		**FUNDAMENTACION**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el campo de juego					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		**platillos conos balones**
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento		X		
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
Trabajos con balon con			**trote**		
y sin obstaculos y revales			**diferengtes**		
			direcciones		
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

GOBERNACIÒN DE
CUNDINAMARCAINDEPORTES
CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/24/ 2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 12**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACION**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el campo de juego					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2MIN**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		**platillos conos balones**
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento		X		
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
Trabajos con balon con			**tro te**		
y sin obstaculos y revales			**diferengtes**		
			direcciones		
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

G+A21OBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 04/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 13**		**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**			**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**INICIACION**		
Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas						
Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion	X	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	X	Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Resistencia	Aerobica			
CON IMPLEMENTO		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	x		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		**platillos conos balones**
ejercicios caminando corriendo sin		**Caminar**	X	
elemento y con elemento		**correr**	X	
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	**30 MIN**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 05/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 14**		**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**			**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**INICIACION**		
Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas						
Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	X	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion	X	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo		lealtad	X	Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	x		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar		
elemento y con elemento		correr		
Y SUPERANDO OBSTACULOS				
Y DIFERENTES VELOCIDADES				
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
4VS 4 Y 9 VS 9					
					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 07/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 15**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**INICIACION**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas

Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	X	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion	X	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo		lealtad	X	Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	x		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar		
elemento y con elemento		correr		
Y SUPERANDO OBSTACULOS				
Y DIFERENTES VELOCIDADES				
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
4VS 4 Y 9 VS 9					
					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 11/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 16**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**INICIACION**	
Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas					
Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon					
Objetivo Tecnico o Tactico					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
		TEMAS		platillos conos balones
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar		
elemento y con elemento		correr		
Y SUPERANDO OBSTACULOS				
Y DIFERENTES VELOCIDADES				
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
		TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
4VS 4 Y 9 VS 9					
					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades
1.Estiramiento	x		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

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

Fecha:	**12/04/2022**	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 17**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ				**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**INICIACION**		
Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas						
Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon						
Objetivo Tecnico o Tactico						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
	Orientación	X	
	Equilibrio		
	Reacción	X	
	Ritmo	X	
	Anticipacion		
	diferenciacion	X	
	acoplamiento		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	
elemento y con elemento		correr	
Y SUPERANDO OBSTACULOS			
Y DIFERENTES VELOCIDADES			
	Componente teorico	TEMAS	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
	Componente recreativo	TEMAS	

platillos conos balones

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
4VS 4 Y 9 VS 9					
					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	14/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 18**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ				**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**INICIACION**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas

Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
	Orientación	X	
	Equilibrio		
	Reacción	X	
	Ritmo	X	
	Anticipacion		
	diferenciacion	X	
	acoplamiento		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	
elemento y con elemento		correr	
Y SUPERANDO OBSTACULOS			
Y DIFERENTES VELOCIDADES			
	Componente teorico	TEMAS	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
	Componente recreativo	TEMAS	

platillos conos balones

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
4VS 4 Y 9 VS 9					
					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 18/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 19**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**INICIACION**	
Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas					
Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon					
Objetivo Tecnico o Tactico					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
		TEMAS		platillos conos balones
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar		
elemento y con elemento		correr		
Y SUPERANDO OBSTACULOS				
Y DIFERENTES VELOCIDADES				
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
4VS 4 Y 9 VS 9					
					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades
1.Estiramiento	x		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	19/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 20**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ				**N° de deportistas: 15**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**INICIACION**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas

Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar		
elemento y con elemento		correr		
Y SUPERANDO OBSTACULOS				
Y DIFERENTES VELOCIDADES				
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
4VS 4 Y 9 VS 9					
					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**21/04/2022**	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 21**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ				**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**INICIACION**	
Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas						
Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon						
Objetivo Tecnico o Tactico						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		**platillos conos balones**
ejercicios caminando corriendo sin		**Caminar**		
elemento y con elemento		**correr**		
Y SUPERANDO OBSTACULOS				
Y DIFERENTES VELOCIDADES				
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	**30 MIN**	
4VS 4 Y 9 VS 9					
					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	25/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 22**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ				**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**INICIACION**		

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas

Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar		
elemento y con elemento		correr		
Y SUPERANDO OBSTACULOS				
Y DIFERENTES VELOCIDADES				
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
4VS 4 Y 9 VS 9					
					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 26/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 1:00 PM	**N° de sesión:** 23	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas:** 15		**Edades:** SUB 9
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**INICIACION**	
Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas					
Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon					
Objetivo Tecnico o Tactico					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar		
elemento y con elemento		correr		
Y SUPERANDO OBSTACULOS				
Y DIFERENTES VELOCIDADES				
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
4VS 4 Y 9 VS 9					
					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	28/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 24**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ				**N° de deportistas: 15**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**INICIACION**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas

Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar		
elemento y con elemento		correr		
Y SUPERANDO OBSTACULOS				
Y DIFERENTES VELOCIDADES				
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
4VS 4 Y 9 VS 9					
					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 04/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**		**Hora: 3:00 PM**	**N° de sesión: 13**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ				**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 13**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**FUNDAMENTACION**	
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista						
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE				
ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1					
ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento		X		
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos conos balones**
Trabajos con balon con			**trote**		
y sin obstaculos y revales			**diferengtes**		
			direcciones		
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2				**MATERIALES Y RECURSO**
ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	**30 MIN**

PARTE FINAL				**MATERIALES Y RECURSO**
ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 05/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 3:00 PM**	**N° de sesión: 14**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 13**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACION**	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 07/04/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 3:00 PM	N° de sesión: 15	N° de semana:
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			N° de deportistas: 15		Edades: SUB 19
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	FUNDAMENTACION	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**11/04/2022**	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 3:00 PM**	**N° de sesión: 16**		**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ				**N° de deportistas: 15**			**Edades: SUB 13**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**FUNDAMENTACION**		
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista							
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		**platillos conos balones**
Trabajos con balon con		**trote**		
y sin obstaculos y revales		**diferengtes**		
		direcciones		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	**30 MIN**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 12/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**		**Hora: 3:00 PM**	**N° de sesión: 17**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ				**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 13**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**FUNDAMENTACION**	
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista						
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento		X		
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos conos balones**
Trabajos con balon con			**trote**		
y sin obstaculos y revales			**diferengtes**		
			direcciones		
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	**30 MIN**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14/04/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 3:00 PM	N° de sesión: 18	N° de semana:
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			N° de deportistas: 15		Edades: SUB 13

INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	FUNDAMENTACION	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 18/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 3:00 PM**	**N° de sesión: 19**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 13**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACION**	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		platillos conos balones
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
	Orientación	X	
	Equilibrio		
	Reacción	X	
	Ritmo	X	
	Anticipacion		
	diferenciacion	X	
	acoplamiento	X	
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
Trabajos con balon con		trote	
y sin obstaculos y revales		diferengtes	
		direcciones	
	Componente teorico	TEMAS	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
	Componente recreativo	TEMAS	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 19/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 3:00 PM**	**N° de sesión: 20**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 13**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACION**	
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN

PARTE FINAL — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades
1.Estiramiento	x		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 21/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 3:00 PM**	**N° de sesión: 21**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 13**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACION**	
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN

PARTE FINAL — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades
1.Estiramiento	x		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 25/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 3:00 PM**	**N° de sesión: 22**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 13**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACION**	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		X		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento		X		
	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con			trote		
y sin obstaculos y revales			diferengtes		
			direcciones		
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2					MATERIALES Y RECURSO
ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL				MATERIALES Y RECURSO
ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 26/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 3:00 PM**	**N° de sesión: 23**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 13**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACION**	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 28/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 3:00 PM**	**N° de sesión: 24**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 13**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACION**	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 04/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 13**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el cvampo de juego

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 05/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 14**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el cvampo de juego					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 07/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 15**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el cvampo de juego					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 11/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 16**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el cvampo de juego

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
	Orientación	X	
	Equilibrio		
	Reacción	X	
	Ritmo	X	
	Anticipacion		
	diferenciacion	X	
	acoplamiento	X	
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
Trabajos con balon con		trote	
y sin obstaculos y revales		diferengtes	
		direcciones	
	Componente teorico	TEMAS	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
	Componente recreativo	TEMAS	

platillos conos balones

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN

PARTE FINAL — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades
1.Estiramiento	x		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 12/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 17**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el cvampo de juego					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 18**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el cvampo de juego					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 18/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 19**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el campo de juego					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN

PARTE FINAL — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades
1.Estiramiento	x		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 19/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 20**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el campo de juego

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		X		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento		X		
	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con			trote		
y sin obstaculos y revales			diferengtes		
			direcciones		
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 21/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 21**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el campo de juego

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 25/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 22**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el campo de juego

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 26/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 23**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el campo de juego

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
	Orientación	X	
	Equilibrio		
	Reacción	X	
	Ritmo	X	
	Anticipacion		
	diferenciacion	X	
	acoplamiento	X	
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
Trabajos con balon con		trote	
y sin obstaculos y revales		diferengtes	
		direcciones	
	Componente teorico	TEMAS	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
	Componente recreativo	TEMAS	

platillos conos balones

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN

PARTE FINAL — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades
1.Estiramiento	x		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 28/03/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 24**		**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**			**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		**X**
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el campo de juego						
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		X		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento		X		
	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con			trote		
y sin obstaculos y revales			diferengtes		
			direcciones		
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

G+A21OBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 2/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**		**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 25**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**			**N° de deportistas:**	**18**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**INICIACION**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas

Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion	X	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	X	Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
		Explosiva			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Resistencia	Aerobica			
CON BALON Y SIN BALON		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
	Orientación	X	
	Equilibrio		
	Reacción	x	
	Ritmo		
	Anticipacion		
	diferenciacion		
	acoplamiento		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X
		correr	X
	Componente teorico	TEMAS	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
	Componente recreativo	TEMAS	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL 3 VS 3			X	30 MIN	estacas, balones, petos

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 26**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**18**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**INICIACION**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas

Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	X	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion	X	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo		lealtad	X	Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
juegos de orientacion y velocidad de reaccion	Orientación	X	
	Equilibrio		
	Reacción	x	
	Ritmo		
	Anticipacion		
	diferenciacion		
	acoplamiento		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	
elemento y con elemento		trotar	
Y SUPERANDO OBSTACULOS		correr	
Y DIFERENTES VELOCIDADES			
	Componente teorico	TEMAS	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
	Componente recreativo	TEMAS	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	ESTACAS, PETOS Y BALON
SUPERIORIDAD E INFERIORIDAD 6VS5, 5VS4, 4VS3,					
3VS2, 2VS 1					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	5/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 27**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:		**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**18**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**INICIACION**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas

Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	X	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion	X	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo		lealtad	X	Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
juegos pre deportivos	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción	x		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar		
elemento y con elemento		trotar		
Y SUPERANDO OBSTACULOS		correr		
Y DIFERENTES RITMOS				
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
5VS 5 Y 8VS 8					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 9/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 28**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**18**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**INICIACION**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas

Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos, petos y balones
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
	Orientación	X	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Equilibrio		
	Reacción	X	
	Ritmo	X	
	Anticipacion		
	diferenciacion	X	
	acoplamiento		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	
elemento y con elemento		trotar	
Y SUPERANDO OBSTACULOS		correr	
Y DIFERENTES VELOCIDADES			
	Componente teorico	TEMAS	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
	Componente recreativo	TEMAS	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	ESTACAS PETOS Y BALON
4VS 4 Y 9 VS 9					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 10/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 1:00 PM	**N° de sesión:** 29	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		**N° de deportistas:**	18	**Edades:** SUB 9
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**INICIACION**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas

Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
	Orientación	X	
	Equilibrio		
	Reacción	X	
	Ritmo	X	
	Anticipacion		
	diferenciacion	X	
	acoplamiento		

	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	
elemento y con elemento		correr	
Y SUPERANDO OBSTACULOS			
Y DIFERENTES VELOCIDADES			
	Componente teorico	TEMAS	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
	Componente recreativo	TEMAS	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	ESTACAS PETOS Y BALON
4VS 4 Y 9 VS 9					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

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

Fecha: 12/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 1:00 PM	**N° de sesión:** 30	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		**N° de deportistas:**	15	**Edades:** SUB 9
INICIACIÓN	X	**FUNDAMENTACIÓN**		**INICIACION**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas

Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	X	Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin			Caminar		
elemento y con elemento			correr		
Y SUPERANDO OBSTACULOS					
Y DIFERENTES VELOCIDADES					
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
4VS 4 Y 9 VS 9					
					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 16/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 31**		**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas:**	**18**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**INICIACION**		

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas

Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		X		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin			Caminar		
elemento y con elemento			correr		
Y SUPERANDO OBSTACULOS					
Y DIFERENTES VELOCIDADES					
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
4VS 4 Y 9 VS 9					
					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 17/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 1:00 PM	**N° de sesión:** 32	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		**N° de deportistas:**	18	**Edades:** SUB 9
INICIACIÓN	X	**FUNDAMENTACIÓN**		**INICIACION**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas

Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
	Orientación	X	
	Equilibrio		
	Reacción	X	
	Ritmo	X	
	Anticipacion		
	diferenciacion	X	
	acoplamiento		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	
elemento y con elemento		correr	
Y SUPERANDO OBSTACULOS			
Y DIFERENTES VELOCIDADES			
	Componente teorico	TEMAS	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
	Componente recreativo	TEMAS	

platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
4VS 4 Y 9 VS 9					
					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 19/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 33**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 18**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**INICIACION**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas

Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		X		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
			TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento		Caminar		
elemento y con elemento			correr		
Y SUPERANDO OBSTACULOS					
Y DIFERENTES VELOCIDADES					
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
4VS 4 Y 9 VS 9					
					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

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

Fecha:	23/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 34**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 18**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**INICIACION**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas

Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar		
elemento y con elemento		correr		
Y SUPERANDO OBSTACULOS				
Y DIFERENTES VELOCIDADES				
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
4VS 4 Y 9 VS 9					
					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 24/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 35**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**18**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**INICIACION**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas

Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		X		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
			TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento		Caminar		
elemento y con elemento			correr		
Y SUPERANDO OBSTACULOS					
Y DIFERENTES VELOCIDADES					
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	ESTACAS PETOS Y BALON
4VS 4 Y 9 VS 9					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 26/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 36**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 18**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**INICIACION**	

Objetivo General: Comprender y mejorar los sistemas basicos del movimiento corporal para el desarrollo de habilidades basicas

Objetivo Especifico: coordinar sin dificultad el movimiento de brazoz y piernas mediante el desplazamiento libres y dirigidos con balon y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar		
elemento y con elemento		correr		
Y SUPERANDO OBSTACULOS				
Y DIFERENTES VELOCIDADES				
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	
4VS 4 Y 9 VS 9					
					ESTACAS PETOS Y BALON

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 2/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 3:00 PM**	**N° de sesión:** 25	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	20	**Edades: SUB 13**

INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACION**	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		**platillos conos balones**
Trabajos con balon con		**trote**		
y sin obstaculos y revales		**diferengtes**		
		direcciones		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	**30 MIN**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 3:00 PM**	**N° de sesión:** 26	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 13**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACION**	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 5/05/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 3:00 PM	N° de sesión: 27	N° de semana:
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 19
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	FUNDAMENTACION	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	9/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 3:00 PM**	**N° de sesión:**	28	**N° de semana:**
Nombre del Formador:		**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**		20	**Edades: SUB 13**
INICIACIÓN			**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACION**		

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 10/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 3:00 PM**	**N° de sesión:** 29	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 13**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACION**	
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		**platillos conos balones**
Trabajos con balon con		**trote**		
y sin obstaculos y revales		**diferengtes**		
		direcciones		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	**30 MIN**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 12/05/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 3:00 PM	N° de sesión: 30	N° de semana:
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 13
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	FUNDAMENTACION	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2					MATERIALES Y RECURSO
ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL				MATERIALES Y RECURSO
ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 16/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 3:00 PM**	**N° de sesión: 31**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 13**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACION**	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 17/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 3:00 PM**	**N° de sesión: 32**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 13**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACION**	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 19/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 3:00 PM**	**N° de sesión:** 33	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 13**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACION**	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**23/05/2022**	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 3:00 PM**	**N° de sesión:**	**34**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:		**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**		**20**	**Edades: SUB 13**
INICIACIÓN			**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACION**		

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y peros**
	llamado a lista	**X**	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**X**	5	
trabajo con balon	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima	**X**		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	**X**		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		**platillos conos balones**
Trabajos con balon con		**trote**		
y sin obstaculos y revales		**diferengtes**		
		direcciones		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	**30 MIN**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 24/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 3:00 PM**	**N° de sesión: 35**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 13**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACION**	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 26/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 3:00 PM**	**N° de sesión: 36**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 13**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACION**	

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo del futbol

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 2/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 25**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el cvampo de juego

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		X		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento		X		
			TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con	Patrones Basicos de Movimiento		trote		
y sin obstaculos y revales			diferengtes		
			direcciones		
			TEMAS		
	Componente teorico				
			TEMAS		
	Componente Social volutivo				
			TEMAS		
	Componente recreativo				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 26**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el cvampo de juego

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	5/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión:** 27	**N° de semana:**
Nombre del Formador:		**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:** 20		**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el cvampo de juego

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN

PARTE FINAL — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades
1.Estiramiento	x		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 9/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 5:00 PM	**N° de sesión:** 28	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		**N° de deportistas:**	20	**Edades:** SUB 15
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el cvampo de juego

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN

PARTE FINAL — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades
1.Estiramiento	x		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 10/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 29**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas: 15**		**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el cvampo de juego					
Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 12/05/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 5:00 PM	N° de sesión: 30	N° de semana:
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 15
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el cvampo de juego

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2					MATERIALES Y RECURSO
ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL				MATERIALES Y RECURSO
ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 16/04/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 31**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el campo de juego

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		X		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento		X		
	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con			trote		
y sin obstaculos y revales			diferengtes		
			direcciones		
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — **MATERIALES Y RECURSO**

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN

PARTE FINAL — **MATERIALES Y RECURSO**

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades
1.Estiramiento	x		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 17/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 32**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas: 20**		**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el campo de juego

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		X		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento		X		
			TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con	Patrones Basicos de Movimiento		trote		
y sin obstaculos y revales			diferengtes		
			direcciones		
			TEMAS		
	Componente teorico				
			TEMAS		
	Componente Social volutivo				
			TEMAS		
	Componente recreativo				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 19/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión:** 33	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	20	**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el campo de juego

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		X		
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion		X		
	acoplamiento		X		
	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con			trote		
y sin obstaculos y revales			diferengtes		
			direcciones		
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 23/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 34**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas: 20**		**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el campo de juego

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 24/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 35**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el campo de juego

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — **MATERIALES Y RECURSO**

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN

PARTE FINAL — **MATERIALES Y RECURSO**

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades
1.Estiramiento	x		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 26/05/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 36**	**N° de semana:**
Nombre del Formador: IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ			**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 15**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Desarrollar las capasidades tecnicas basicas del deportista y conocimiento de su posicion en el campo de juego

Objetivo Especifico: conoser las diferengtes superficies de contacto para el desarrollo de cada una de sus posiciones en el campo de juego

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	x
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad	x	Obediencia	x	Perseverancia	x
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y peros
	llamado a lista	X	3	
juegos pre deportivos	Movilidad Articular	X	5	
trabajo con balon	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima	X		
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Transporte pase y resepcion del balon		Anaerobica			
con y sin obstaculos a diferentes	Velocidad	Maxima			
velocidades		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion	X		
	acoplamiento	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos conos balones
Trabajos con balon con		trote		
y sin obstaculos y revales		diferengtes		
		direcciones		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL			X	30 MIN	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 2/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 37**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los niños, niñas y adolescentes del programa.

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
		TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — **MATERIALES Y RECURSO**

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
4 VS 4 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL — **MATERIALES Y RECURSO**

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades
1.Estiramiento	x	4	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2	

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 6/06/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 1:00 PM	N° de sesión: 38	N° de semana:
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 9
INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
		TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
5 VS 5 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 39**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los niños, niñas y adolescentes del programa.

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación		X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio		X		
	Reacción		X		
	Ritmo				
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
			TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 9/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 40**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	X	
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X	
	Reacción	X	
	Ritmo		
	Anticipacion		
	diferenciacion		
	acoplamiento		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X
		correr	X
	Componente teorico	TEMAS	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
	Componente recreativo	TEMAS	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 13/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 41**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los
Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
		TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 1:00 PM	**N° de sesión:** 42	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		**N° de deportistas:**	20	**Edades:** SUB 9
INICIACIÓN	X	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 16/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 1:00 PM	**N° de sesión:** 43	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		**N° de deportistas:**	20	**Edades:** SUB 9
INICIACIÓN	X	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación		X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio		X		
	Reacción		X		
	Ritmo				
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
			TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
			TEMAS		
	Componente teorico				
			TEMAS		
	Componente Social volutivo				
			TEMAS		
	Componente recreativo				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 21/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 1:00 PM	**N° de sesión:** 44	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		**N° de deportistas:**	20	**Edades:** SUB 9
INICIACIÓN	X	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 23/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 45**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los
Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	**X**		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
		TEMAS		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin	**Patrones Basicos de Movimiento**	**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo		**trotar**	X	
		correr	X	
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
		TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**28/06/2022**	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 46**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:		**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 30/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 1:00 PM	**N° de sesión:** 47	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		**N° de deportistas:**	20	**Edades:** SUB 9
INICIACIÓN	X	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
		TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 9/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 1:00 PM	**N° de sesión:** 48	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		**N° de deportistas:**	20	**Edades:** SUB 9
INICIACIÓN	X	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

G+A952:J1012OBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 2/06/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 1:00 PM	N° de sesión: 37	N° de semana:
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 9

INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
		TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
7 VS 7 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 6/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 38**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 39**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**9/06/2022**	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 40**		**N° de semana:**
Nombre del Formador:		**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**			

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
		TEMAS		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin	**Patrones Basicos de Movimiento**	**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo		**trotar**	X	
		correr	X	
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 13/06/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 1:00 PM	N° de sesión: 41	N° de semana:
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 9
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
		TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14/06/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 1:00 PM	N° de sesión: 42		N° de semana:
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20		Edades: SUB 9
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO		

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
9 VS 9 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 16/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 43**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
10 VS 10 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	21/06/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 1:00 PM	N° de sesión: 44	N° de semana:
Nombre del Formador:		IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 9
INICIACIÓN			FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2					MATERIALES Y RECURSO
ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL				MATERIALES Y RECURSO
ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 23/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 45**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
		TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
7 VS 7 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**28/06/2022**	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 46**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:		**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación				
	Equilibrio		X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción		X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**30/06/2022**	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 47**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:		**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación				
	Equilibrio		X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción		X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
			TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
			TEMAS		
	Componente teorico				
			TEMAS		
	Componente Social volutivo				
			TEMAS		
	Componente recreativo				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
9 VS 9 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 9/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 1:00 PM	**N° de sesión:** 48	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		**N° de deportistas:**	20	**Edades:** SUB 9
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
		TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
10 VS 10 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades
1.Estiramiento	x	4	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2	

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 2/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 37**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Marcar con x	Tiempo	
	Orientación		X		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin			Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
7 VS 7 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 6/06/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 1:00 PM	N° de sesión: 38	N° de semana:
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 9
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio	X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción	X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo	X		
INTENCIDADES	Anticipacion	X		
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 39**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio	X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción	X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo	X		
INTENCIDADES	Anticipacion	X		
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 9/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 40**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 13/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 41**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación	**X**		
	Equilibrio	X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción	X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo	X		
INTENCIDADES	Anticipacion	X		
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin		**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo		**trotar**	X	
		correr	X	
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 42**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
9 VS 9 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 16/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 43**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio	X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción	X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo	X		
INTENCIDADES	Anticipacion	X		
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
10 VS 10 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 21/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 44**		**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
6 VS 6 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**23/06/2022**	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 45**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:		**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
7 VS 7 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**28/06/2022**	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 46**		**N° de semana:**
Nombre del Formador:		**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2					**MATERIALES Y RECURSO**
ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL				**MATERIALES Y RECURSO**
ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 30/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 47**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Orientación	**X**		**estacas, balones, petos**
	Equilibrio	X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción	X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo	X		
INTENCIDADES	Anticipacion	X		
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 5/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 49**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los niños, niñas y adolescentes del programa.

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación		X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio		X		
	Reacción		X		
	Ritmo				
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
			TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
			TEMAS		
	Componente teorico				
			TEMAS		
	Componente Social volutivo				
			TEMAS		
	Componente recreativo				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
4 VS 4 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/07/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 1:00 PM	N° de sesión: 50	N° de semana:
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 9
INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
		TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
5 VS 5 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 11/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 1:00 PM	**N° de sesión:** 51	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		**N° de deportistas:**	20	**Edades:** SUB 9
INICIACIÓN	X	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los niños, niñas y adolescentes del programa.

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación		X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio		X		
	Reacción		X		
	Ritmo				
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
			TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 12/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 52**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación		**X**		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio		X		
	Reacción		X		
	Ritmo				
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 53**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los
Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
		TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 18/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 1:00 PM	**N° de sesión:** 54	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		**N° de deportistas:**	20	**Edades:** SUB 9
INICIACIÓN	X	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 19/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 1:00 PM	**N° de sesión:** 55	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		**N° de deportistas:**	20	**Edades:** SUB 9
INICIACIÓN	X	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación		X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio		X		
	Reacción		X		
	Ritmo				
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
			TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
			TEMAS		
	Componente teorico				
			TEMAS		
	Componente Social volutivo				
			TEMAS		
	Componente recreativo				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 21/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 56**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — **MATERIALES Y RECURSO**

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL — **MATERIALES Y RECURSO**

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades
1.Estiramiento	x	4	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2	

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 25/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 57**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los
Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	**X**		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin		**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo		**trotar**	X	
		correr	X	
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 26/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 58**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación		X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio		X		
	Reacción		X		
	Ritmo				
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin			Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 28/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 1:00 PM	**N° de sesión:** 59	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		**N° de deportistas:**	20	**Edades:** SUB 9
INICIACIÓN	X	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación		X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio		X		
	Reacción		X		
	Ritmo				
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		
ejercicios caminando corriendo sin			Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 31/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 1:00 PM	**N° de sesión:** 60	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		**N° de deportistas:**	20	**Edades:** SUB 9
INICIACIÓN	X	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

G+A952:J1012OBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 5/07/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 1:00 PM	N° de sesión: 49	N° de semana:
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 9
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
		TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
7 VS 7 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 50**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 11/07/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 1:00 PM	N° de sesión: 51	N° de semana:
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 9
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 12/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 52**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
		TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 53**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin		**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo		**trotar**	X	
		correr	X	
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 18/07/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 1:00 PM	N° de sesión: 54	N° de semana:
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 9
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Marcar con x	Tiempo	
	Orientación				
	Equilibrio		X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción		X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin			Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
9 VS 9 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 19/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 55**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
10 VS 10 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	21/07/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 1:00 PM	N° de sesión: 56	N° de semana:
Nombre del Formador:		IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 9
INICIACIÓN			FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
	Orientación		
	Equilibrio	X	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X	
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X	
	Anticipacion		
	diferenciacion		
	acoplamiento		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X
		correr	X
	Componente teorico	TEMAS	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
	Componente recreativo	TEMAS	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 25/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 57**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
		TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
7 VS 7 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**26/07/2022**	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 58**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:		**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación				
	Equilibrio		X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción		X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 280/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 59**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación				
	Equilibrio		X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción		X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
			TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
			TEMAS		
	Componente teorico				
			TEMAS		
	Componente Social volutivo				
			TEMAS		
	Componente recreativo				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
9 VS 9 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 31/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 60**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
10 VS 10 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 5/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 49**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		X		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin			Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
7 VS 7 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/07/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 1:00 PM	N° de sesión: 50	N° de semana:
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 9
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio	X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción	X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo	X		
INTENCIDADES	Anticipacion	X		
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 11/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 51**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio	X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción	X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo	X		
INTENCIDADES	Anticipacion	X		
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 12/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 52**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 53**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
	Orientación	X	
	Equilibrio	X	
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción	X	
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo	X	
INTENCIDADES	Anticipacion	X	
	diferenciacion	X	
	acoplamiento		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X
		correr	X
	Componente teorico	TEMAS	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
	Componente recreativo	TEMAS	

platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 18/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 54**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio	X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción	X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo	X		
INTENCIDADES	Anticipacion	X		
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
9 VS 9 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 19/07/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 1:00 PM	N° de sesión: 55	N° de semana:
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 9
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio	X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción	X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo	X		
INTENCIDADES	Anticipacion	X		
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
10 VS 10 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 21/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 56**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		X		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin			Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**25/07/2022**	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 57**		**N° de semana:**
Nombre del Formador:		**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2					**MATERIALES Y RECURSO**
ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
7 VS 7 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL				**MATERIALES Y RECURSO**
ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**26/07/2022**	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 58**		**N° de semana:**
Nombre del Formador:		**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 28/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 59**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Orientación	**X**		**estacas, balones, petos**
	Equilibrio	X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción	X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo	X		
INTENCIDADES	Anticipacion	X		
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 31/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 60**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
10 VS 10 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 5/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 49**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los niños, niñas y adolescentes del programa.

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación		X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio		X		
	Reacción		X		
	Ritmo				
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
			TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
			TEMAS		
	Componente teorico				
			TEMAS		
	Componente Social volutivo				
			TEMAS		
	Componente recreativo				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
4 VS 4 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/07/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 1:00 PM	N° de sesión: 50	N° de semana:
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 9
INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
		TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
5 VS 5 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 11/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 1:00 PM	**N° de sesión:** 51	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		**N° de deportistas:**	20	**Edades:** SUB 9
INICIACIÓN	X	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los niños, niñas y adolescentes del programa.

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación		X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio		X		
	Reacción		X		
	Ritmo				
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
			TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 12/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 52**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación		**X**		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio		X		
	Reacción		X		
	Ritmo				
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 53**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los
Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
		TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 18/06/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 1:00 PM	**N° de sesión:** 54	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		**N° de deportistas:**	20	**Edades:** SUB 9
INICIACIÓN	X	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 19/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 1:00 PM	**N° de sesión:** 55	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		**N° de deportistas:**	20	**Edades:** SUB 9
INICIACIÓN	X	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación		X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio		X		
	Reacción		X		
	Ritmo				
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
			TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
			TEMAS		
	Componente teorico				
			TEMAS		
	Componente Social volutivo				
			TEMAS		
	Componente recreativo				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 21/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 56**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — **MATERIALES Y RECURSO**

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL — **MATERIALES Y RECURSO**

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades
1.Estiramiento	x	4	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2	

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 25/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 57**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los
Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	**X**		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin		**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo		**trotar**	X	
		correr	X	
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 26/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 58**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación		X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio		X		
	Reacción		X		
	Ritmo				
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin			Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 28/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 1:00 PM	**N° de sesión:** 59	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		**N° de deportistas:**	20	**Edades:** SUB 9
INICIACIÓN	X	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación		X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio		X		
	Reacción		X		
	Ritmo				
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		
ejercicios caminando corriendo sin			Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 31/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio:** GACHANCIPA	**Hora:** 1:00 PM	**N° de sesión:** 60	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		**N° de deportistas:**	20	**Edades:** SUB 9
INICIACIÓN	X	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Orientación	X		
CON BALON Y SIN BALON	Equilibrio	X		
	Reacción	X		
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

G+A952:J1012OBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 5/07/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 1:00 PM	N° de sesión: 49	N° de semana:
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 9
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
		TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
7 VS 7 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 50**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 11/07/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 1:00 PM	N° de sesión: 51	N° de semana:
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 9
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 12/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 52**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
		TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 53**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin		**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo		**trotar**	X	
		correr	X	
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo	**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 18/07/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 1:00 PM	N° de sesión: 54	N° de semana:
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 9
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Marcar con x	Tiempo	
	Orientación				
	Equilibrio		X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción		X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin			Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
9 VS 9 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 19/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 55**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
10 VS 10 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	21/07/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 1:00 PM	N° de sesión: 56	N° de semana:
Nombre del Formador:		IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 9
INICIACIÓN			FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
	Orientación		
	Equilibrio	X	
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X	
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X	
	Anticipacion		
	diferenciacion		
	acoplamiento		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X
		correr	X
	Componente teorico	TEMAS	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
	Componente recreativo	TEMAS	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 25/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 57**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
		TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
7 VS 7 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**26/07/2022**	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 58**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:		**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación				
	Equilibrio		X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción		X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 280/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 59**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación				
	Equilibrio		X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción		X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo		X		
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento				
			TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin	Patrones Basicos de Movimiento		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
			TEMAS		
	Componente teorico				
			TEMAS		
	Componente Social volutivo				
			TEMAS		
	Componente recreativo				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
9 VS 9 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 31/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 60**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio	X		
JUEGOS PRE DEPORTIVOS	Reacción	X		
CON BALON Y SIN BALON	Ritmo	X		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
10 VS 10 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 5/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 5:00 PM**	**N° de sesión: 49**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		X		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin			Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
7 VS 7 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7/07/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 1:00 PM	N° de sesión: 50	N° de semana:
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 9
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X

Objetivo General: Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico: Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio	X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción	X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo	X		
INTENCIDADES	Anticipacion	X		
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 11/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 51**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio	X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción	X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo	X		
INTENCIDADES	Anticipacion	X		
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 12/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 52**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 53**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
	Orientación	X	
	Equilibrio	X	
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción	X	
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo	X	
INTENCIDADES	Anticipacion	X	
	diferenciacion	X	
	acoplamiento		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X
		correr	X
	Componente teorico	TEMAS	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
	Componente recreativo	TEMAS	

platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 18/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 54**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio	X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción	X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo	X		
INTENCIDADES	Anticipacion	X		
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
9 VS 9 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 19/07/2022	Lugar: VILLA OLIMPICA	Municipio: GACHANCIPA	Hora: 1:00 PM	N° de sesión: 55	N° de semana:
Nombre del Formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ		N° de deportistas:	20	Edades: SUB 9
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X	Tolerancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	X		
	Equilibrio	X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción	X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo	X		
INTENCIDADES	Anticipacion	X		
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin		Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo		trotar	X	
		correr	X	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo	TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
10 VS 10 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 21/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 56**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Introduccion a la clase	X	2	platillos y petos balones aros
	llamado a lista	X	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	X	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	X		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		X		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.
ejercicios caminando corriendo sin			Caminar	X	
balon y con balon y vambios ritmo			trotar	X	
			correr	X	
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo		TEMAS		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	30 MIN	estacas, balones, petos
6 VS 6 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**25/07/2022**	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 57**		**N° de semana:**
Nombre del Formador:		**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2					**MATERIALES Y RECURSO**
ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
7 VS 7 EN TRES TIEMPOS DE 10 MINUTOS					

PARTE FINAL				**MATERIALES Y RECURSO**
ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**26/07/2022**	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 58**		**N° de semana:**
Nombre del Formador:		**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**		**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
8 VS 8 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 28/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 59**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Orientación	**X**		**estacas, balones, petos**
	Equilibrio	X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción	X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo	X		
INTENCIDADES	Anticipacion	X		
	diferenciacion	X		
	acoplamiento			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 31/07/2022	**Lugar:** VILLA OLIMPICA	**Municipio: GACHANCIPA**	**Hora: 1:00 PM**	**N° de sesión: 60**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**		**N° de deportistas:**	**20**	**Edades: SUB 9**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General:Enseñar la habilidad (técnica) del pase con las diferentes superficies de contacto y a su vez desarrollar las capacidades coordinativas en los

Objetivo Especifico:Estimula la velocidad de reacción, la coordinación motora y la visión periférica con y sin balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Que el deportista por medio de la repeticion estatica y en movimiento mejore el pase y la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autoestima	X	Recompensa		Honestidad	X		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**platillos y petos balones aros**
	llamado a lista	**X**	3	
juego pre deportivo	Movilidad Articular	**X**	5	
juego pre deportivos	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
JUEGOS PRE DEPORTIVOS		Desplazamiento	**X**		
CON BALON Y SIN BALON		Reacciòn	**X**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**X**		
	Equilibrio		X		
EJERCICIOS DE PASE ESTATICO EN MOVIMIENTO Y EN	Reacción		X		
SITUACIONES REALIES DE JUEGO A DIFERENTES	Ritmo		X		
INTENCIDADES	Anticipacion		X		
	diferenciacion		X		
	acoplamiento				
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		**platillos, conos, balones, estacas, escaleras, aros.**
ejercicios caminando corriendo sin			**Caminar**	X	
balon y con balon y vambios ritmo			**trotar**	X	
			correr	X	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEMAS**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
JUEGO O PRACTICA DE FUTBOL POR EQUIPOS			X	**30 MIN**	**estacas, balones, petos**
10 VS 10 EN DOS TIEMPOS DE 15 MINUTOS					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	4		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2		

Nombre del formador:	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**
Firma formador	

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL:

	NUMERO DE IDENTIFICACIÓN (SOLO NÚMERO, SIN UTILIZAR COMA(,) NI PUNTO (.)	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	PESO CORPORAL				ESTATURA DE PIE				ESTATURA SENTADO				PERIMETRO DE CINTURA			
				KG				CMS.				CMS.				CMS.			
				MAYO	OCTUBRE		PROMEDIO	MAYO	OCTUBRE		PROMEDIO	MAYO	OCTUBRE		PROMEDIO	MAYO	OCTUBRE		PROMEDIO
				#	#	:	#	#	#	:	#	#	#	:	#	#	#	:	#
1	32783142	REINSI JHIRETH GUARICUCO COLINA	14	52		:	26	155		:	77,5	50		:	25	42		:	21
2	1076244140	JUAN DAVID RINCON RINCIN	14	54		:		161		:		49		:		46		:	
3	1072657359	DUVAN ALEJANDRO CHOACHI ALARCON	14	54		:		168		:		52		:		45		:	
4	1016953044	HEINER STEVEN RUIZ MAESTRE	14	55		:		167		:		51		:		47		:	
5	1010964588	CRISTIAN RICARDO PINZON FONSECA	14	52		:		174		:		53		:		39		:	
6	1075658953	BREINER SANTIAGO SACRISTAN FLOEZ	14	48		:		164		:		49		:		42		:	
7	1076339081	KEINER DAVID PATERNINA LOPEZ	15	46		:		170		:		58		:		48		:	
8	1072646282	JHON FELIPE COY SANCHEZ	16	52		:		164		:		47		:		49		:	
9	1071329486	FELIPE CHAUTA MEJIA	14	36		:		137		:		40		:		37		:	
10	11302680421	EDGAR JAIR AGUILAR FIGUEROA	15	42		:		140		:		42		:		40		:	
11	1072653665	DEIVID ANDREY JIMÉNEZ CALDERON	14	42		:		143		:		45		:		41		:	
12	1072655854	KEVIN SANTIAGO IBÁÑEZ SEPULVEDA	14	55		:		162		:		52		:		43		:	
13	1053801204	JHONY ALEXANDER LEON PUERTA	15	55		:		167		:		52		:		43		:	
14	1076244294	FABIO ALEJANDRO SÁNCHEZ VELANDIA	14	48		:		169		:		57		:		42		:	
15	1029145030	EDDY JULIAN CUERVO GOMEZ	14	45		:		158		:		51		:		40		:	
16	1069258298	LUIS SANTIAGO PERAZA SASTOQUE	14	51		:		163		:		51		:		44		:	
17	1019030484	JHON ALEXANDER POVEDA PORRAS	15	49		:		162		:		54		:		42		:	
18	1028486636	CRISTIAN MURILLO FORERO	14	54		:		165		:		54		:		52		:	
19	1023379313	JUAN CAMILO RODRÍGUEZ FORIGUA	14	48		:		152		:		50		:		50		:	
20	1029520753	JULIAN TENZA CAMPOS	15	54		:		160		:		54		:		39		:	
21	1071329514	KEVIN SANTIAGO RINCON HOYOS	13	33		:		152		:		36		:		32		:	
22	1140920748	SAMUEL ROSERO	13	46		:		164		:		53		:		37		:	
23	1103506663	SERGIO LUIS ARIAS PEREZ	12	34		:		145		:		45		:		36		:	
24	NO SABE	SAMUEL ANDRES GIL CHACON	12	47		:		156		:		43		:		40		:	
25	311150	ANDERSON JOSUE DUGARTE GARCIA	13	31		:		145		:		41		:		32		:	
26	1014237444	MATIAS FELIPE BASALLO GARCIA	11	35		:		136		:		40		:		40		:	
27	1071330241	LUIS SANTIAGO GÓMEZ GONZALEZ	11	30		:		134		:		39		:		38		:	
28	1073533371	LUIS ALEJANDRO RODRÍGUEZ LOZANO	12	30		:		137		:		41		:		42		:	
29	1076245650	BRAYAB ALEJANDRO AREVALO VEGA	12	48		:		156		:		49		:		46		:	
30	1072667525	JUAN FELIPE MONRROY GUASCA	11	40		:		140		:		42		:		39		:	
31	1076658740	SERGIO IVAN LARA BARRIGA	11	49		:		148		:		47		:		44		:	
32	1012922120	JOHAN ESTEBAN GARCIA CASTRO	11	46		:		153		:		48		:		41		:	
33	1013038776	MIGUEL ANGEL GARCIA CASTRO	12	36		:		154		:		49		:		40		:	
34	NO SABE	KEIDER ALEXANDER HERNANDEZ RODRIGUEZ	13	38		:		143		:		38		:		36		:	
35	1072667400	JOSHUA PINZON CASTAÑEDA	11	40		:		145		:		41		:		37		:	
36	1070391702	DANIEL SANTIAGO GONZALEZ BUSTOS	12	55		:		152		:		46		:		41		:	
37	1142114379	JUAN SEBASTIAN FALLA CORTES	13	48		:		159		:		51		:		44		:	
38	4244588	ANGEL DAVID COGOLLO VITOLA	11	38		:		149		:		50		:		40		:	
39	1071329396	JULIAN ANDRES MURILLO NAVARRO	13	54		:		160		:		53		:		53		:	
40	1018445213	JUAN JOSE JARA RAMÍREZ	13	40		:		150		:		48		:		39		:	
41	1073534882	MARIA JOSE CAÑON LOPEZ	7	21		:		118		:		32		:		29		:	
42	1073535332	DILAN MATIAS HORTUA RAMIREZ	8	24		:		122		:		36		:		29		:	
43	1073534734	ARON JOSE MELLIZO LOAYZA	7	21		:		118		:		38		:		30		:	
44	1073534432	ARON JOSE MELLIZO LOAYZA	7	22		:		124		:		37		:		33		:	
45	1072660950	JUAN DIEGO ORTIZ PEÑA	9	28		:		133		:		38		:		32		:	
46	1072660950	JUAN SEBASTIAN BARRIOS	9	32		:		139		:		40		:		35		:	
47	1147488956	JERONIMO GIL CHACON	9	28		:		126		:		37		:		34		:	
48	1056133126	EMMANUEL VILLAMIL FLOREZ	10	22		:		118		:		30		:		33		:	
49	1089103009	SAMUEL ANDRES GAÑAN	9	27		:		129		:		34		:		31		:	
50	1235246080	JULIO CESAR MALDONADO GUDIÑO	10	27		:		130		:		37		:		34		:	
51	1072707954	JULIAN GERONIMO SUAREZ FONSECA	9	22		:		121		:		37		:		33		:	
52	1073535332	DILAN MATIAS HORTUA RAMIREZ	10	25		:		128		:		35		:		31		:	

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIV0

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) 9 a 10 AÑOS

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	20 METROS LANZADOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO)		PROMEDIO	RESULTADO	COURSE NAVETTE VO2 MAX (recorrido)	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO (CENTIMETROS)		PROMEDIO	RESULTADO	AGARRE BASTON (CENTIMETROS)		PROMEDIO	RESULTADO	SHUTTLE RUN SEGUNDOS Y MILESIMAS	RESULTADO
			1 INTENTO	2 INTENTO					1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO				
1	DYLAN FERNANDO TRUJILLO	9	5,27	5,37	5,32	FALSO	14,00	FALSO	103	99			32	60	46	FALSO	15,27	
2	JUAN DIEGO ORTIZ PEÑA	9	5,97	6,13	6,05	FALSO	10		109	109			43	50	46,5	FALSO	15,97	
3	JUAN SEBASTIAN BARRIOS	9	4,34	5,27	4,81	FALSO	12		113	109			33	40	36,5	FALSO	14,34	
4	JERONIMO GIL CHACON	10	4,56	4,55	4,56	FALSO	12		121	111			38	37	37,5	FALSO	14,56	
5	EMMANUEL VILLAMIL FLOREZ	9	3,99	3,97	3,98	FALSO	14		114	105			41	40	40,5	FALSO	13,99	
6	SAMUEL ANDRES GAÑAN	10	4,87	4,88	4,88	FALSO	13		107	108			28	23	25,5	FALSO	14,87	
7	JULIO CESAR MALDONADO GUDIÑO	9	5,26	5,34	5,30	FALSO	10		117	110			27	39	33	FALSO	15,26	
8	JULIAN GERONIMO SUAREZ FONSECA	10	6,02	6,02	6,02	FALSO	11		103	99			32	43	37,5	FALSO	16,02	
9	DILAN MATIAS HORTUA RAMIREZ	9	5,76	5,73	5,75	FALSO	12		117	113			31	45	38	FALSO	15,12	

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) 11 a 13 AÑOS

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	20 METROS LANZADOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO)		PROMEDIO	RESULTADO	COURSE NAVETTE VO2 MAX (recorrido)	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO (CENTIMETROS)		PROMEDIO	RESULTADO	AGARRE BASTON (CENTIMETROS)		PROMEDIO	RESULTADO	SHUTTLE RUN SEGUNDOS Y MILESIMAS	RESULTADO
			1 INTENTO	2 INTENTO					1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO				
1	KEVIN SANTIAGO RINCON HOYOS	13	4,01	5,1	4,56	FALSO	54	80	175	156	165,5		21	45	33	FALSO	13,88	FALSO
3	SAMUEL ROSERO	13	4,82	4,8	4,81	FALSO	44	70	150	154			32	54	43	FALSO	16,65	FALSO
4	SERGIO LUIS ARIAS PEREZ	12	4,52	4,43	4,48	FALSO	34	50	169	156			23	43	33	FALSO	14,12	FALSO
5	SAMUEL ANDRES GIL CHACON	12	4,45	5,45	4,95	FALSO	37	50	153	143			20	44	32	FALSO	14,35	FALSO
6	ANDERSON JOSUE DUGARTE GARCIA	13	4,12	5,12	4,62	FALSO	52	80	146	123			0	0	0	100	14,68	FALSO
7	MATIAS FELIPE BASALLO GARCIA	11	4,64	4,67	4,66	FALSO	34	50	155	123			36	33	34,5	FALSO	14,35	FALSO
8	LUIS SANTIAGO GÓMEZ GONZALEZ	11	4,23	4,87	4,55	FALSO	28	40	137	132			19	21	20	FALSO	12,07	50
9	LUIS ALEJANDRO RODRÍGUEZ LOZANO	12	4,56	5,67	5,12	FALSO	32	50	145	124			32	34	33	FALSO	13,87	FALSO
10	BRAYAB ALEJANDRO AREVALO VEGA	12	4,59	5,78	5,19	FALSO	37	50	144	123			23	22	22,5	FALSO	12,74	50
11	JUAN FELIPE MONRROY GUASCA	11	4,67	4,98	4,83	FALSO	40	50	156	143			32	32	32	FALSO	13,73	FALSO
12	SERGIO IVAN LARA BARRIGA	11	4,97	5,89	5,43	FALSO	34	50	134	136			23	22	22,5	FALSO	14,85	FALSO
13	JOHAN ESTEBAN GARCIA CASTRO	11	4,12	5,12	4,62	FALSO	20	FALSO	160	162			23	34	28,5	FALSO	15,05	FALSO
14	MIGUEL ANGEL GARCIA CASTRO	12	4,01	5,03	4,52	FALSO	46	70	178	178			14	10	12	80	13,99	FALSO
15	KEIDER ALEXANDER HERNANDEZ RODRIGUEZ	13	4,74	6,11	5,43	FALSO	45	70	154	154			22	24	23	FALSO	12,95	40
16	JOSHUA PINZON CASTAÑEDA	11	4,57	5,32	4,95	FALSO	36	50	143	145			37	46	41,5	FALSO	13,78	FALSO
17	DANIEL SANTIAGO GONZALEZ BUSTOS	12	5,02	5,08	5,05	FALSO	28	40	160	155			15	21	18	40	14,77	FALSO
18	JUAN SEBASTIAN FALLA CORTES	13	4,18	5,81	5,00	FALSO	46	70	176	167			39	44	41,5	FALSO	13,72	FALSO
19	ANGEL DAVID COGOLLO VITOLA	11	4,24	4,98	4,61	FALSO	38	50	165	145			21	21	21	FALSO	12,89	40
20	JULIAN ANDRES MURILLO NAVARRO	13	4,76	5,12	4,94	FALSO	34	50	154	132			18	19	18,5	40	13,74	FALSO
21	JUAN JOSE JARA RAMÍREZ	13	4,88	4,92	4,90	FALSO	43	60	178	179			17	21	19	40	13,69	FALSO

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) 14 a 17 AÑOS

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	20 METROS LANZADOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO)		PROMEDIO	RESULTADO	COURSE NAVETTE VO2 MAX (recorrido)	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO (CENTIMETROS)		PROMEDIO	RESULTADO (MEJOR INTENTO)	AGARRE BASTON (CENTIMETROS)		PROMEDIO	RESULTADO	SHUTTLE RUN SEGUNDOS Y MILESIMAS	RESULTADO
			1 INTENTO	2 INTENTO					1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO				
1	REINSI JHIRETH GUARICUCO COLINA	14	4,64	4,77	4,71	FALSO	46	60	136	139	137,5	180	9	19	14	70	12,59	40
2	JUAN DAVID RINCON RINCIN	14	3,69	4,56	4,13	FALSO	47	60	169	156			14	23	18,5	FALSO	13,49	FALSO
3	DUVAN ALEJANDRO CHOACHI ALARCON	14	3,49	4,76	4,13	FALSO	68	100	150	144			28	47	37,5	FALSO	14,52	FALSO
4	HEINER STEVEN RUIZ MAESTRE	14	3,88	4,13	4,01	FALSO	46	60	201	190			35	55	45	FALSO	13,92	FALSO
5	CRISTIAN RICARDO PINZON FONSECA	14	3,95	4,13	4,04	FALSO	44	60	173	165			22	31	26,5	FALSO	15,96	FALSO
6	BREINER SANTIAGO SACRISTAN FLOEZ	14	3,78	4,13	3,96	FALSO	45	60	189	178			19	21	20	FALSO	14,23	FALSO
7	KEINER DAVID PATERNINA LOPEZ	15	3,87	4,23	4,05	FALSO	68	100	179	167			27	31	29	FALSO	12,7	40
8	JHON FELIPE COY SANCHEZ	16	3,69	3,64	3,67	FALSO	70	100	227	209			10	13	11,5	80	12,36	40
9	FELIPE CHAUTA MEJIA	14	4,47	4,48	4,48	FALSO	35	40	138	139			25	29	27	FALSO	14,85	FALSO
10	EDGAR JAIR AGUILAR FIGUEROA	15	3,89	3,78	3,84	FALSO	39	40	156	157			18	23	20,5	FALSO	13,43	FALSO
11	DEIVID ANDREY JIMÉNEZ CALDERON	14	3,98	3,98	3,98	FALSO	42	50	167	167			19	27	23	FALSO	12,98	FALSO
12	KEVIN SANTIAGO IBÁÑEZ SEPULVEDA	14	3,83	3,98	3,91	FALSO	48	70	145	145			44	49	46,5	FALSO	13,99	FALSO
13	JHONY ALEXANDER LEON PUERTA	15	2,94	3,1	3,02	FALSO	54	70	188	167			14	17	15,5	60	15,1	FALSO
14	FABIO ALEJANDRO SÁNCHEZ VELANDIA	14	3,32	3,45	3,39	FALSO	67	100	203	189			20	22	21	FALSO	13,04	FALSO
15	EDDY JULIAN CUERVO GOMEZ	14	3,68	3,45	3,57	FALSO	52	70	200	191			29	31	30	FALSO	12,99	FALSO
16	LUIS SANTIAGO PERAZA SASTOQUE	14	3,89	4,11	4,00	FALSO	44	60	208	204			27	26	26,5	FALSO	14,01	FALSO
17	JHON ALEXANDER POVEDA PORRAS	15	3,67	4,12	3,90	FALSO	47	60	187	174			14	14	14	70	13,17	FALSO
18	CRISTIAN MURILLO FORERO	14	3,88	3,98	3,93	FALSO	42	50	134	133			16	18	17	50	13,21	FALSO
19	JUAN CAMILO RODRÍGUEZ FORIGUA	14	3,98	4,12	4,05	FALSO	51	70	135	135			31	30	30,5	FALSO	13,67	FALSO
20	JULIAN TENZA CAMPOS	15	3,82	4,34	4,08	FALSO	40	40	197	188			27	28	27,5	FALSO	12,86	FALSO

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

FORMADOR	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL**	
MUNICIPIO	**GACHANCIPA**	
NIVEL	**TEST FISICOS**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**VILLA OLIMPICA**	**MES: MAYO**

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



1.Composición corporal - Estatura cm



1.Composición corporal - Estatura cm

	
1.Composición corporal - Estatura cm	1.Composición corporal- Peso corporal kg
	
1.Composición corporal- Peso corporal kg	1.Composición corporal- Peso corporal kg

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		
FORMADOR	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL**	
MUNICIPIO	**GACHANCIPA**	
NIVEL	**TEST FISICOS**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**VILLA OLIMPICA**	**MES: MAYO**
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		



1.Composición corporal-Perímetro de Cintura



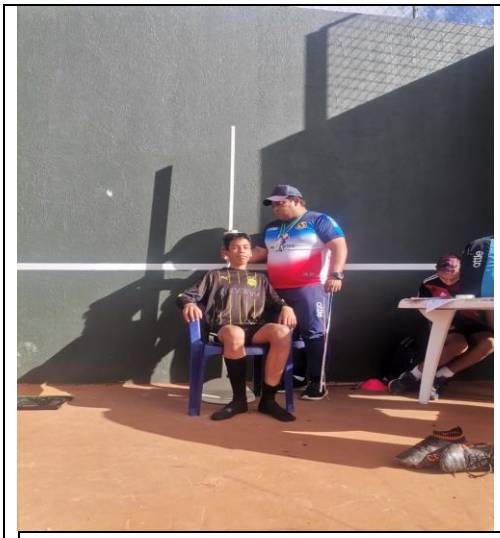
1.Composición corporal-Perímetro de Cintura



1.Composición corporal-Perímetro de Cintura



1.Composición corporal- Estatura sentado cm

	
1.Composición corporal- Estatura sentado cm	1.Composición corporal- Estatura sentad cm

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		
FORMADOR	**IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL**	
MUNICIPIO	**GACHANCIPA**	
NIVEL	**TEST FISICOS**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**VILLA OLIMPICA**	**MES: MAYO**
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		

	
Test bastón	Test bastón



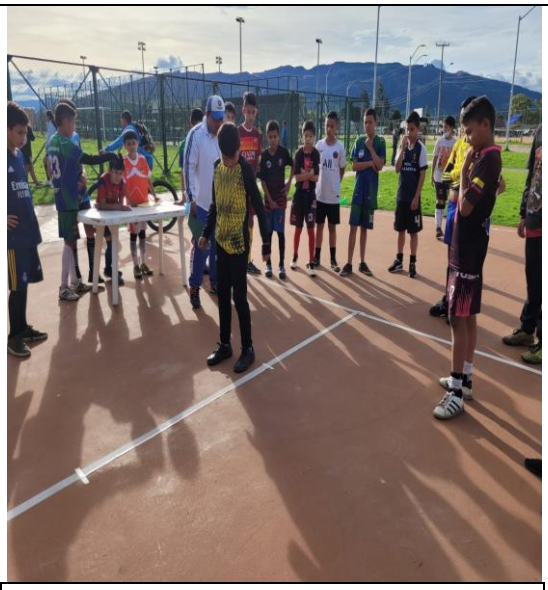
Test bastón



Test de salto largo sin impulso

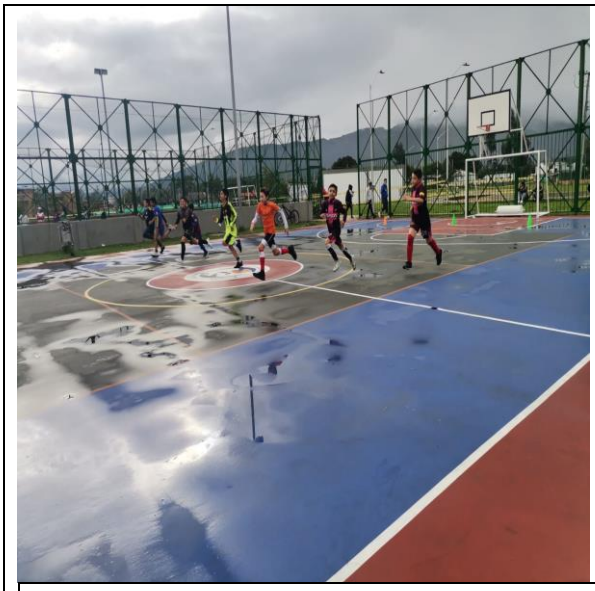


Test de salto largo sin impulso



Test de salto largo sin impulso

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		
FORMADOR	IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ	
DEPORTE/ DISCIPLINA	FUTBOL	
MUNICIPIO	GACHANCIPA	
NIVEL	TEST FISICOS	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	VILLA OLIMPICA	MES: MAYO
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		



Test course navette de 20 metros



Test course navette de 20 metros



Test course navette de 20 metros



Test course navette de 20 metros

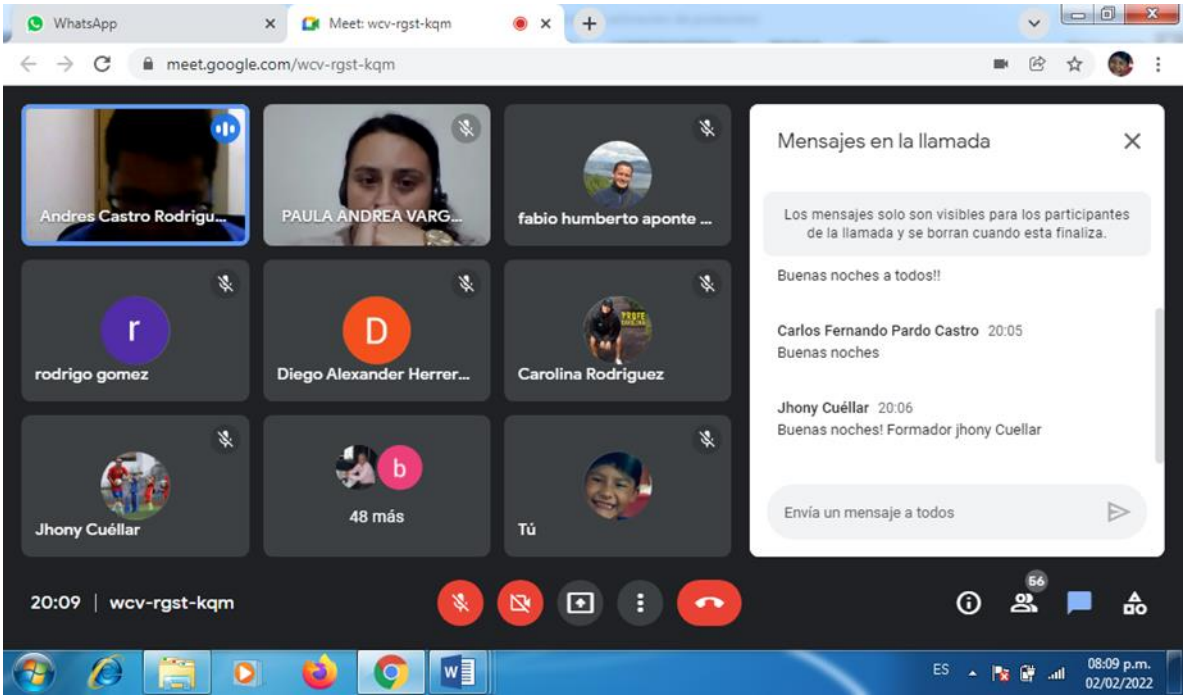


Test course navette de 20 metros

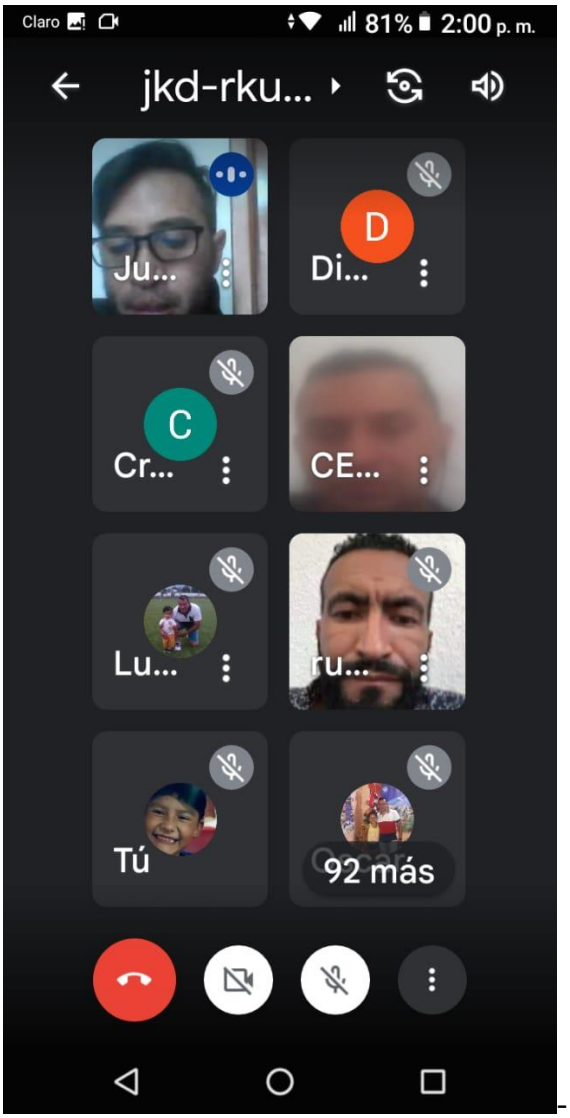


Test course navette de 20 metros

FEBRERO



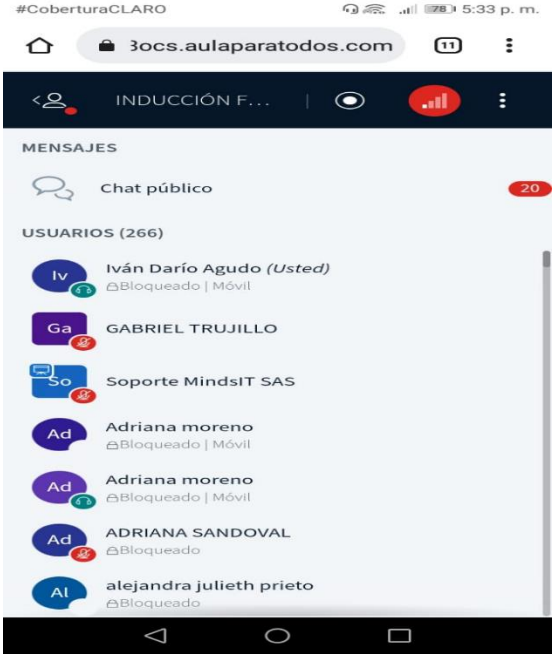


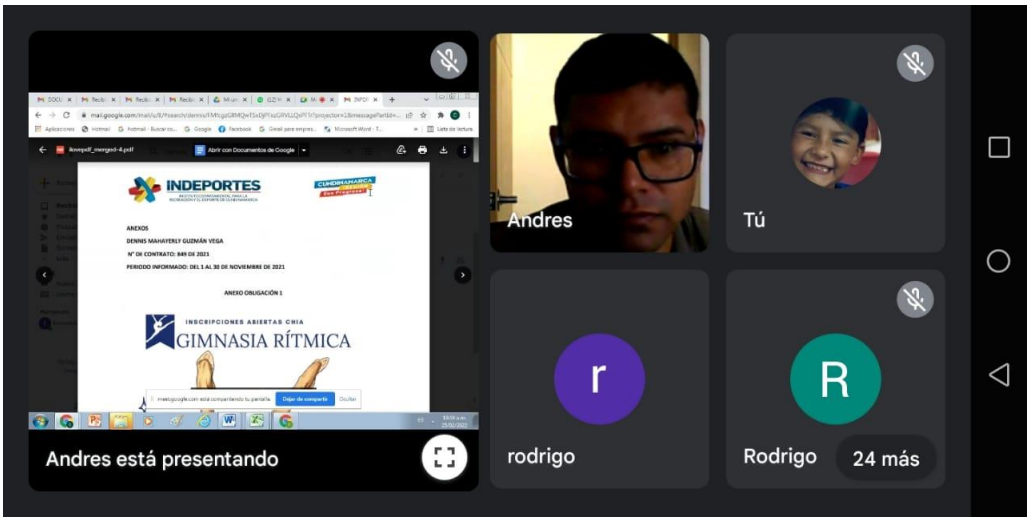

Claro
81% 2:00 p. m.
jkd-rku...
Ju...
D
Di...
C
Cr...
CE...
Lu...
ru...
Tú
92 más



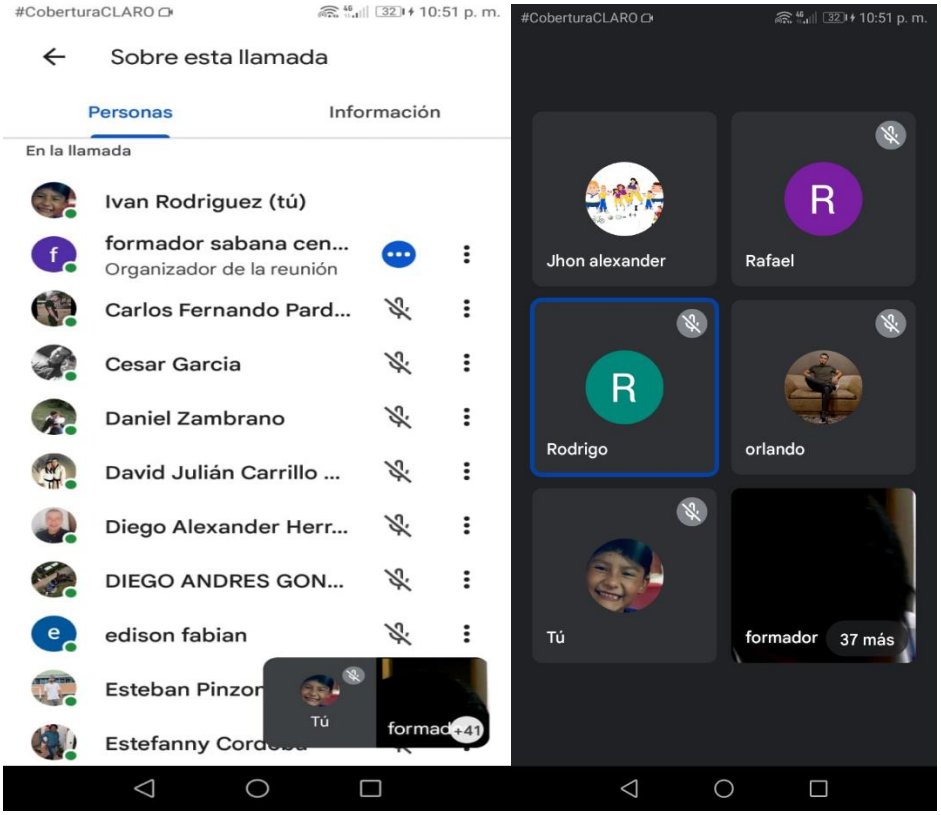

Mensajes de la llamada
Permitir a todo el mundo enviar mensajes
Los mensajes solo se muestran a los participantes de una llamada y se eliminan cuando esta finaliza.
DIEGO ANDRES GONZALEZ QUINTERO 20:12
Diego Andres Gonzalez Nemocon
Rodrigo Nomely 20:12
RODRIGO ANDREY NOMELY BOGOTA FUTBOL MUNICIPIO DE TENJO
Rafael Cantor 20:12
Rafael Leonardo cantor González Cajica
carlos pardo 20:13
Claros Pardo Municipio de nemocon
julian cardenas 20:13
Julián Cárdenas Fútbol Cota
Ivan Rodriguez 20:13
Iván Darío Agudo Rodriguez Fútbol municipio de gachancipa
Envía un mensaje a todos
DIEGO ANDRES GONZALEZ QUINTERO
Rafael Cantor
carlos pardo
Rodrigo Nomely
julian cardenas
VICTOR JAIRO PINZON MURCIA
TÚ
uyb-gzkm-tzm

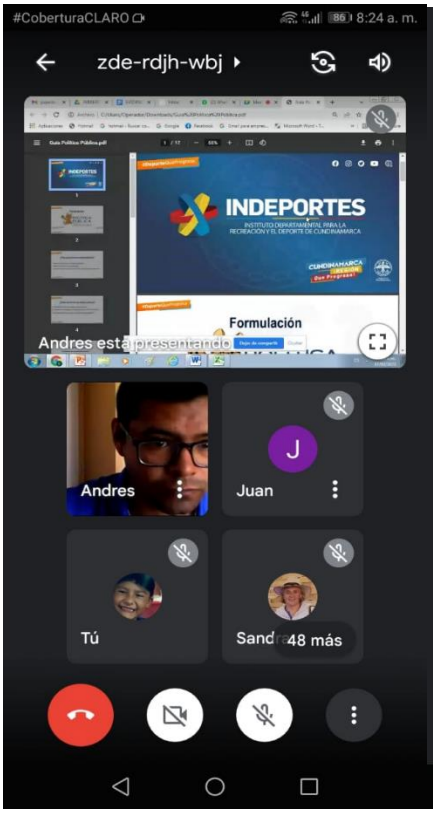

Recreación
MEJOR CALIDAD DE VIDA
INDEPORTES

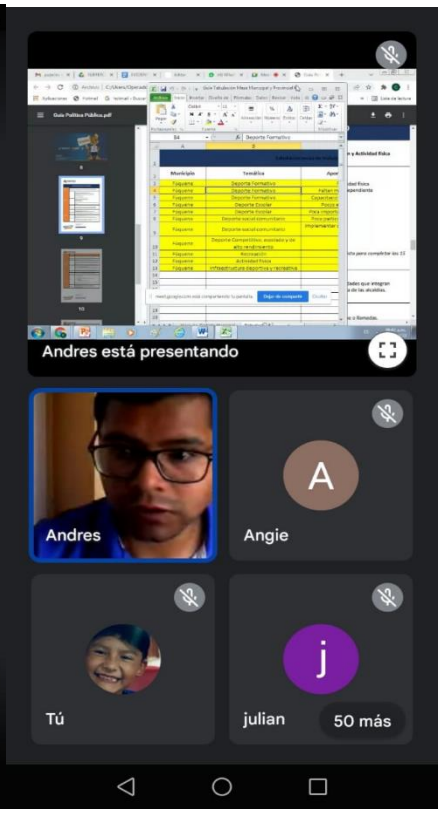

#CoberturaCLARO
5:33 p. m.
3ocs.aulaparatodos.com
INDUCCIÓN F...
MENSAJES
Chat público
20
USUARIOS (266)
Iv
Iván Darío Agudo (Usted)
Bloqueado | Móvil
Ga
GABRIEL TRUJILLO
So
Soporte MindsIT SAS
Ad
Adriana moreno
Bloqueado | Móvil
Ad
Adriana moreno
Bloqueado | Móvil
Ad
ADRIANA SANDOVAL
Bloqueado
Al
alejandra julieth prieto
Bloqueado

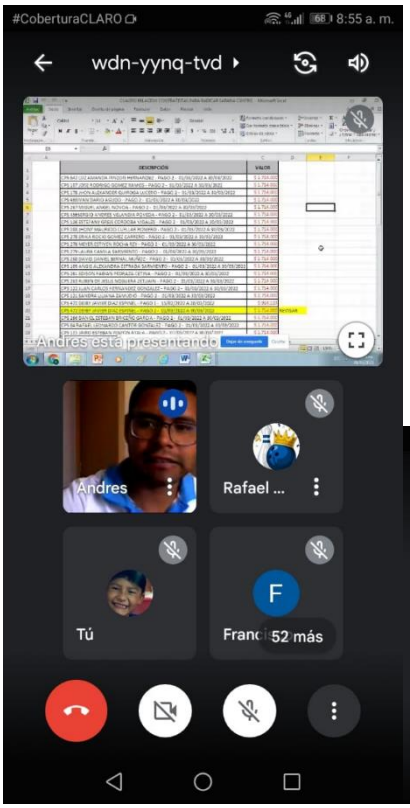

INDEPORTES
ANEXOS
DENNIS MAHAYERLY GUZMÁN VEGA
ANEXO OBLIGACIÓN 1
INSCRIPCIONES ABIERTAS CHIA
GIMNASIA RÍTMICA
Andres está presentando
Andres
Tú
r
rodrigo
R
Rodrigo
24 más

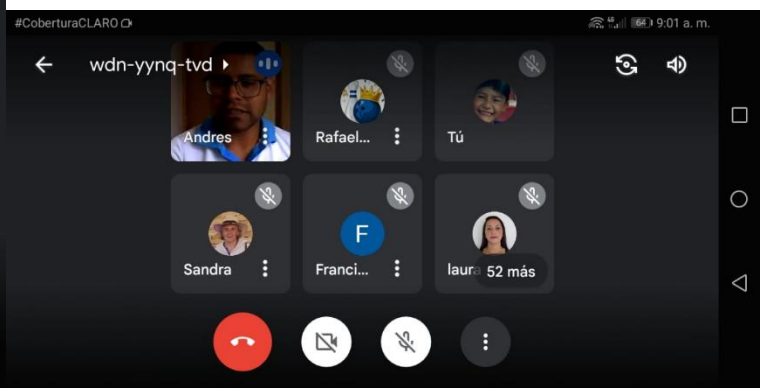
MARZO


#CoberturaCLARO
10:51 p. m.
Sobre esta llamada
Personas
Información
En la llamada
Ivan Rodriguez (tú)
formador sabana cen...
Organizador de la reunión
Carlos Fernando Pard...
Cesar Garcia
Daniel Zambrano
David Julián Carrillo ...
Diego Alexander Herr...
DIEGO ANDRES GON...
edison fabian
Esteban Pinzon
Estefanny Cordoba
Tú
+41
#CoberturaCLARO
10:51 p. m.
Jhon alexander
R
Rafael
R
Rodrigo
orlando
Tú
formador
37 más

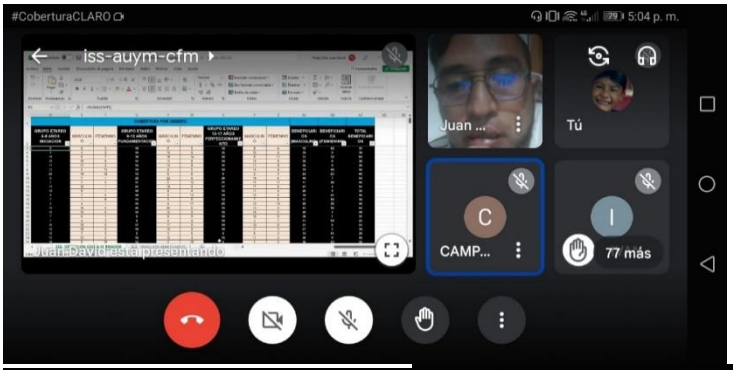

#CoberturaCLARO
8:24 a. m.
zde-rdjh-wbj
INDEPORTES
Formulación
Andres está presentando
Andres
Juan
Tú
Sandra
48 más


Andres está presentando
Andres
Angie
Tú
julian
50 más


#CoberturaCLARO
8:55 a. m.
wdn-yynq-tvd
Andres está presentando
Andres
Rafael ...
Tú
Franc
52 más

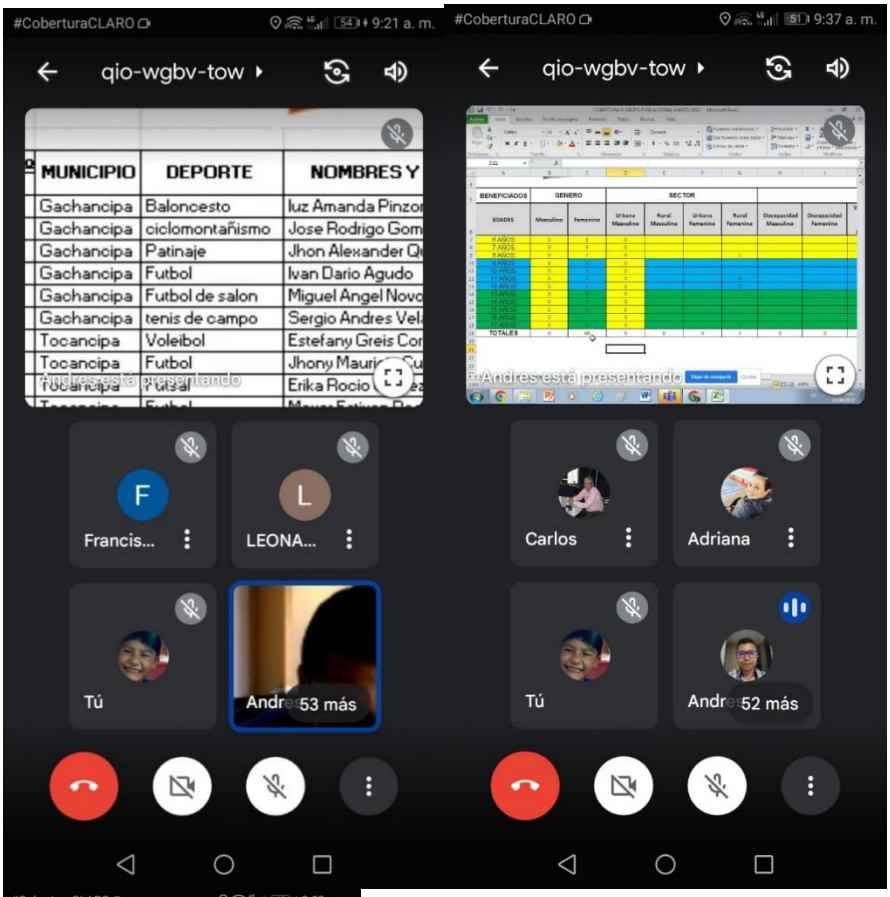

#CoberturaCLARO
9:01 a. m.
wdn-yynq-tvd
Andres
Rafael...
Tú
Sandra
Franci...
laura
52 más

ABRIL

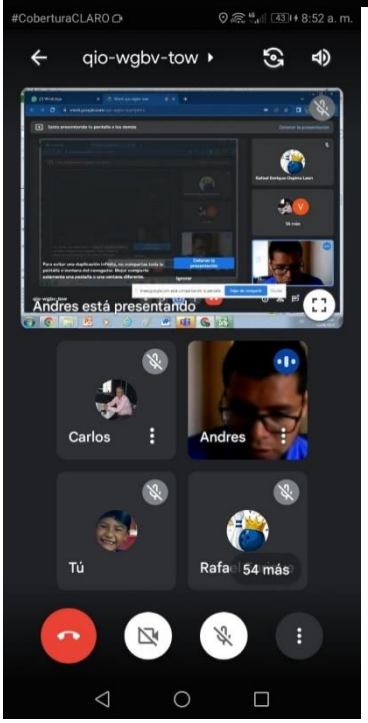

#CoberturaCLARO
5:04 p. m.
iss-auym-cfm
Juan ...
Tú
C
CAMP...
I
77 más


#CoberturaCLARO
4:37 p. m.
iss-auym-cfm
orlando
Caroli...
Andres
Juan David
Andres Castro Rodriguez abandonó la llamada


#CoberturaCLARO
4:46 p. m.
iss-auym-cfm
Juan David está presentando
Tú
77 más

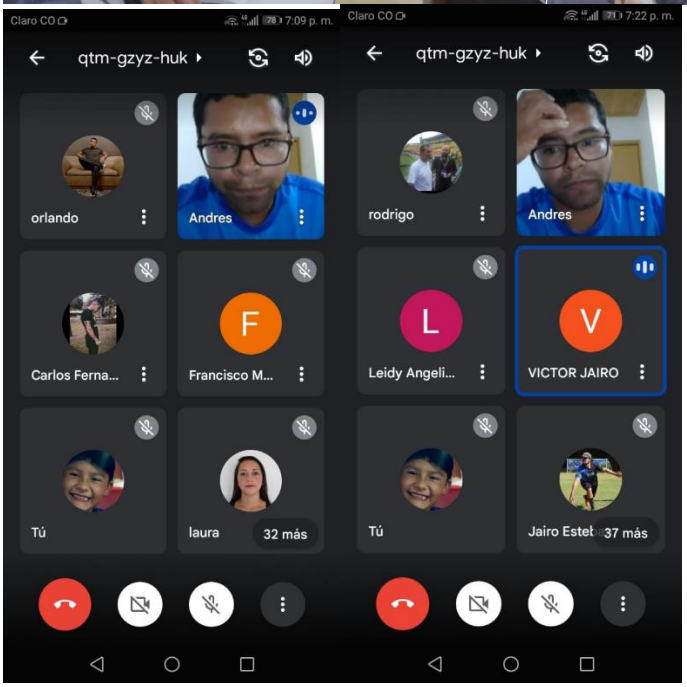

#CoberturaCLARO
9:21 a. m.
qio-wgbv-tow
MUNICIPIO
DEPORTE
NOMBRES Y
Gachancipa
Baloncesto
Gachancipa
ciclomontañismo
Gachancipa
Patinaje
Gachancipa
Futbol
Gachancipa
Futbol de salon
Gachancipa
tenis de campo
Tocancipa
Voleibol
Tocancipa
Futbol
Andres está presentando
Francis...
LEONA...
Tú
Andre 53 más

#CoberturaCLARO
9:37 a. m.
qio-wgbv-tow
Andres está presentando
Carlos
Adriana
Tú
Andre 52 más


#CoberturaCLARO
8:52 a. m.
qio-wgbv-tow
Andres está presentando
Carlos
Andres
Tú
Rafa 54 más



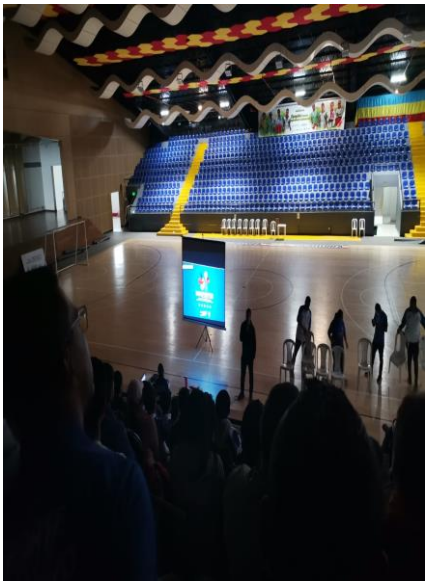




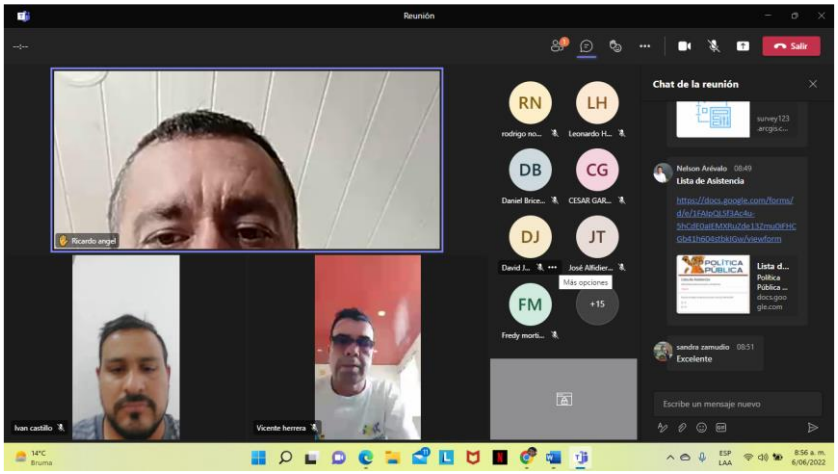
REUNION 2 DE MAYO





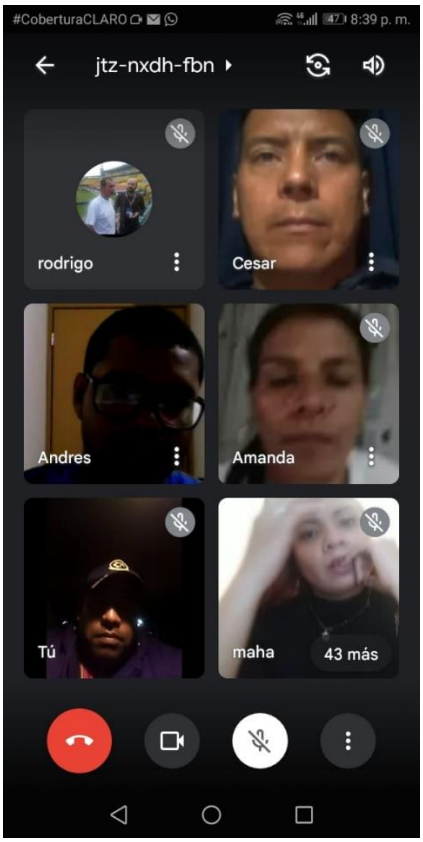


JUNIO


Reunión
Salir
Chat de la reunión
RN
LH
DB
CG
DJ
JT
FM
+15
Más opciones
Ricardo angel
Ivan castillo
Vicente herrera
Nelson Arévalo 08:49
Lista de Asistencia
sandra zamudio 08:51
Excelente
Escribe un mensaje nuevo


Lista de Asistencia
https://docs.google.com/forms/u/0/d/e/1FAIpQLSf3Ac4u-5hCdE0aIEMXRuZde13Zmu0iFHCGb41h604stbkIGw/formResponse
POLÍTICA PÚBLICA
Lista de Asistencia
Se registró tu respuesta.
Enviar otra respuesta
Google no creó ni aprobó este contenido. Denunciar abuso - Condiciones del Servicio - Política de Privacidad
Google Formularios

JULIO


#CoberturaCLARO
8:39 p. m.
jtz-nxdh-fbn
rodrigo
Cesar
Andres
Amanda
Tú
maha
43 más

EL DIRECTOR DE LA SECRETARÍA DE CULTURA, RECREACIÓN Y DEPORTE

HACE CONSTAR:

Que **IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ** , identificado con la Cédula de Ciudadanía No. 3070405 de TOCANCIPA presto sus servicios como **FORMADOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE FUTBOL** de manera presencial, en el periodo comprendido entre el 15 de FEBRERO de 2022 al 28 de FEBRERO de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato.

La presente se expide a los 28 días del mes de FEBRERO de 2022

Rafael Patarroyo
Director

Paula Andrea Vargas Coordinadora provincial	
Andrés David Castro Gestor provincial	

EL DIRECTOR DE LA SECRETARÍA DE CULTURA, RECREACIÓN Y DEPORTE

HACE CONSTAR:

Que **IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**, identificado con la Cédula de Ciudadanía No. **3070405** de Tocancipá presto sus servicios como **FORMADOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE FUTBOL** de manera presencial, en el período comprendido entre el 01 de Marzo de 2022 al 31 de Marzo de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato.

La presente se expide a los 31 días del mes de Marzo de 2022

Rafael Patarroyo
Director

Paula Andrea Vargas Coordinadora provincial	
Andrés David Castro Gestor provincial	

EL DIRECTOR DE LA SECRETARÍA DE CULTURA, RECREACIÓN Y DEPORTE

HACE CONSTAR:

Que **IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**, identificado con la Cédula de Ciudadanía No. **3070405** de Tocancipá presto sus servicios como **FORMADOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE FUTBOL** de manera presencial, en el período comprendido entre el 01 de Abril de 2022 al 30 de Abril de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato.

La presente se expide a los 29 días del mes de Abril de 2022

Rafael Patarroyo
Director

EL DIRECTOR DE LA SECRETARÍA DE CULTURA, RECREACIÓN Y DEPORTE

HACE CONSTAR:

Que **IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**, identificado con la Cédula de Ciudadanía No. **3070405** de Tocancipá presto sus servicios como **FORMADOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE FUTBOL** de manera presencial, en el período comprendido entre el 01 de Mayo de 2022 al 31 de Mayo de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato.

La presente se expide a los 31 días del mes de Mayo de 2022

Rafael Patarroyo
Director

Paula Andrea Vargas Coordinadora provincial	
Andrés David Castro Gestor provincial	

EL DIRECTOR DE LA SECRETARÍA DE CULTURA, RECREACIÓN Y DEPORTE

HACE CONSTAR:

Que **IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**, identificado con la Cédula de Ciudadanía No. **3070405** de Tocancipá presto sus servicios como **FORMADOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE FUTBOL** de manera presencial, en el período comprendido entre el 01 de Junio de 2022 al 30 de Junio de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato.

La presente se expide a los 30 días del mes de Junio de 2022

BRENDA LISETH JARA MONTAÑO
Secretaria de Educación, Cultura, Recreación y Deporte
Administración Municipal de Gachancipá

Paula Andrea Vargas Coordinadora provincial	
Andrés David Castro Gestor provincial	

EL DIRECTOR DE LA SECRETARÍA DE CULTURA, RECREACIÓN Y DEPORTE

HACE CONSTAR:

Que **IVAN DARIO AGUDO RODRIGUEZ**, identificado con la Cédula de Ciudadanía No. **3070405** de Tocancipá presto sus servicios como **FORMADOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE FUTBOL** de manera presencial, en el período comprendido entre el 01 de Julio de 2022 al 14 de Julio de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato.

La presente se expide a los 14 días del mes de Julio de 2022

Rafael Patarroyo
Director

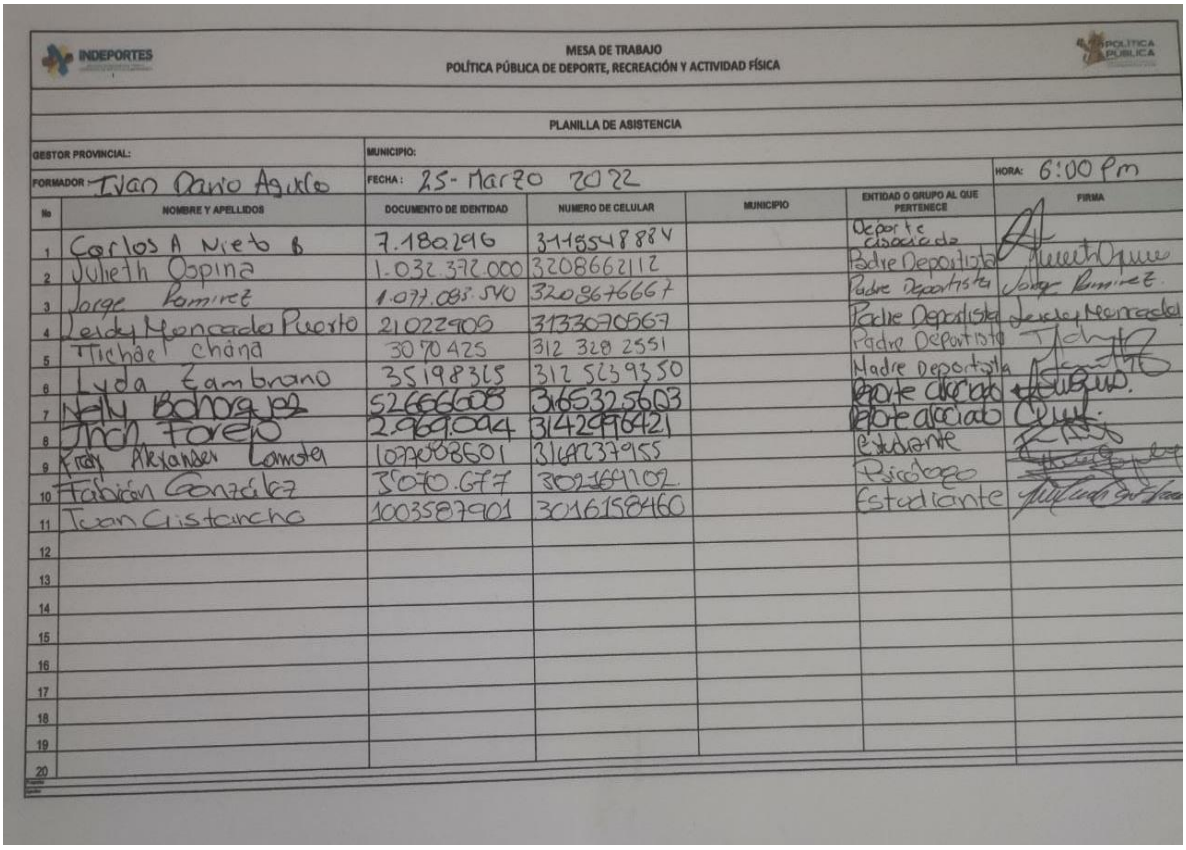
Paula Andrea Vargas Coordinadora provincial	
Andrés David Castro Gestor provincial	

1. CONVOCATORIA O INVITACION A LA MESA DE POLITICA PUBLICA
   Se realizó la invitación vía whatsapp





2. Lista de asistentes



INDEPORTES

MESA DE TRABAJO
POLÍTICA PÚBLICA DE DEPORTE, RECREACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA

POLITICA PUBLICA

PLANILLA DE ASISTENCIA

GESTOR PROVINCIAL:

MUNICIPIO:

FORMADOR: Ivan Dario Agudelo

FECHA: 25- Marzo 2022

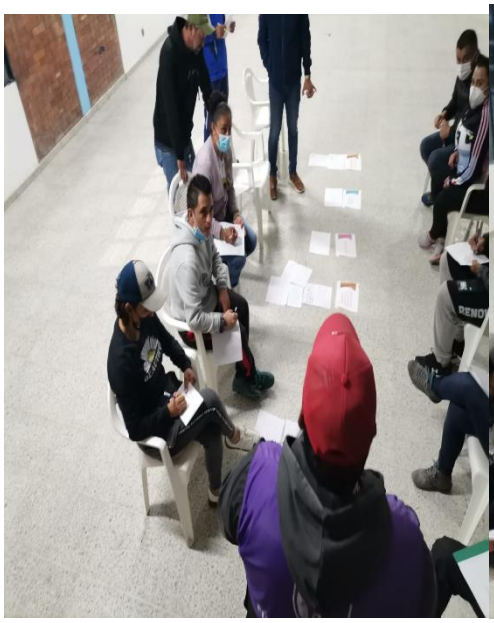
HORA: 6:00 Pm

No	NOMBRE Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	NUMERO DE CELULAR	MUNICIPIO	ENTIDAD O GRUPO AL QUE PERTENECE	FIRMA
1	Carlos A Nieto B	7.180296	3115548884		Deporte discapacidad	
2	Julieth Ospina	1.032.372.000	3208662112		Padre Deportista	
3	Jorge Ramirez	1.077.083.540	3208676667		Padre Deportista	Jorge Ramirez
4	Leidy Mercado Puerto	21022906	3133070567		Padre Deportista	Leidy Mercado
5	Tichàe chàna	3070425	312 328 2551		Padre Deportista	
6	Lyda Zambrano	35198365	312 563 9350		Madre Deportista	
7	Nelly Bohorquez	52666603	3165325603		Deporte discap	
8	Jhon Forero	2.969.094	3142998421		Deporte discap	
9	Yeray Alexander Lamster	1079008601	3168237955		Estudiante	
10	Fabián González	3070.677	3021691102		Psicologo	
11	Juan Cristancho	1003587901	3016158460		Estadiante	
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						

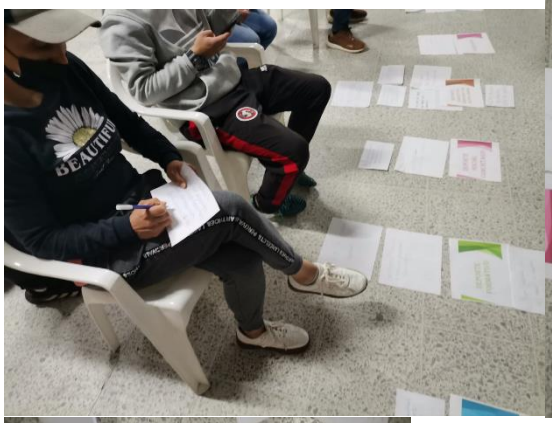
3. Soporte fotográfico

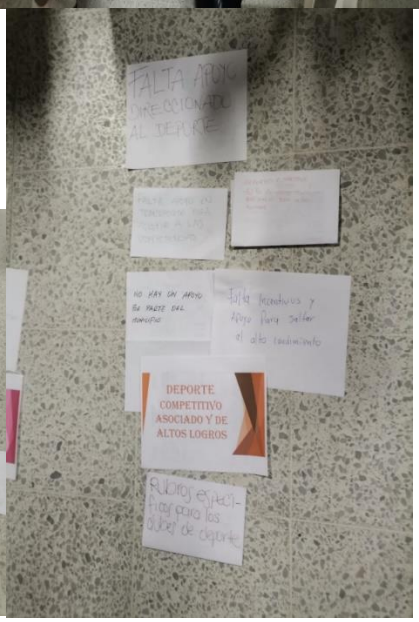


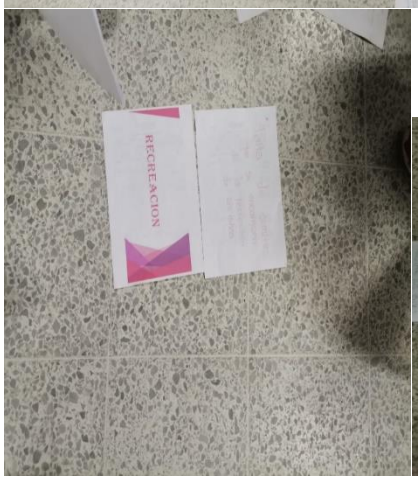


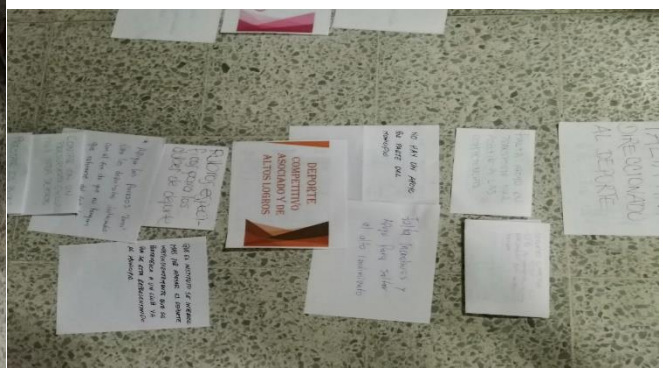







DEPORTE
COMPETITIVO
ASOCIADO Y DE
ALTOS LOGROS


RECREACION


DEPORTE
COMPETITIVO
ASOCIADO Y DE
ALTOS LOGROS

Tabulación mesa de trabajo			
Municipio	**Temática**	**Aportes mesas de trabajo**	**Situación**
Tocancipa	Deporte Formativo	Falta profeores para desarrollar los inicios deportivos	Problema
Tocancipa	Deporte Formativo	Faltan más disciplinas deportivas	Problema
Tocancipa	Deporte Formativo	la contratacion de profecionales idoneos en cada area deportiva	Solución
Tocancipa	Deporte Formativo	nuevas y mas diciplinas deportivas aparte de las convencionales	Solución
Tocancipa	Deporte Escolar	falta de profesores de deportes en la primaria en los colegios	Problema
Tocancipa	Deporte escolar	falta de eventos deportivos para los niños de la primaria	problema
Tocancipa	Deporte escolar	realizar eventos para los niños de la primaria igual que los inter colegiados	Solución
Tocancipa	Deporte social comunitario	falta de eventos de integracion	problema
Tocancipa	Deporte social comunitario	crear mas eventos deportivos con las juntas de accion comunal recreativos y no solo competitivos qye sirvan para la integracion	Solución
Tocancipa	Deporte social comunitario	las veredas o juntas de accion comunal no cuentan con escenarios deportivos y si los hay estan muy deteriorados y no se pueden utilizar facil mente	problema
Tocancipa	Deporte social comunitario	construccion y mantenimientos de ecenarios deportivos y creacion de horarios para que la comunidad pueda utilizarlos	Solución
Tocancipa	Deporte Competitivo, asociado y de alto rendimiento	falta de apoyo direccionado al deporte	Problema
Tocancipa	Deporte Competitivo, asociado y de alto rendimiento	rubros especificos para los clubes deportivos en el municipio	Solución
Tocancipa	Deporte Competitivo, asociado y de alto rendimiento	falta de apoyo economico para asistir bien alos torneos	Problema
Tocancipa	Deporte Competitivo, asociado y de alto rendimiento	destinar un rubro mayor para los deportes de alto rendimiento y asi poderlo apoyar y asistir mejor a los respectivos torneosa	Solución
Tocancipa	Deporte Competitivo, asociado y de alto rendimiento	falta de escenarios y el prestamo de los mismos para los clubes deportivos en especial futbol no hay canchas en el municipio	Problema
Tocancipa	Deporte Competitivo, asociado y de alto rendimiento	la compra de terrenos y la construccion de canchas de futbol y que el prestamo se de prioridad aloa clubes deportivos en especial los que esten legalmente bien constituidos	Solución
Tocancipa	Deporte Competitivo, asociado y de alto rendimiento	no hay apoyo de ninguna manera por nparte el ente deportivo municipal	problema
Tocancipa	Deporte Competitivo, asociado y de alto rendimiento	que el ente municipal realice apoyo en las participaciones alos clubes deportivos y mas cuando de dan resultados	Solución
Tocancipa	Recreacion	falta de comites que se encarguen de la recreacion de los niños	problema
Tocancipa	Recreacion	formar comites que se interesen y trabajen con la reacreacion de los niños y jovenes ocupando su tiempo libre en actividades que generen bienestar	Solución
Tocancipa	Actividad Fisica	falta de prosionales especialistas	problema
Tocancipa	Actividad Fisica	contratar profesores especialistas y profesionales nesesarios	Solución
Tocancipa	Actividad Fisica	falta de espacios aptos para desarrollo de actividad fisica	Problema
Tocancipa	Actividad Fisica	construir escenarios para poder realizar actividad fisica bioparques y salones para rumbas aerobicas	Solución
Tocancipa	Infraestructura Deportiva y Recreacion	falta de escenarios de futbol en el municipio	Problema
Tocancipa	Infraestructura Deportiva y Recreacion	construccion de campos de futbol reglamentarios y dotados de baños y camerinos en cada una de las veredas en material sintetico y natural	Solución
Tocancipa	Infraestructura Deportiva y Recreacion	escenarios muy deteriorados	Problema
Tocancipa	Infraestructura Deportiva y Recreacion	realizar mantenimientos periodicamente en todos los escenarios del municipio	Solución
Tocancipa	Infraestructura Deportiva y Recreacion	falta de espacios para desarrollo de deportes no convencionales	Problema
Tocancipa	Infraestructura Deportiva y Recreacion	realizar la construccion de espacios deportivos para nuevos deportres	Solución
Tocancipa	Infraestructura Deportiva y Recreacion	no hay espacios deportivos para personas discapacitadas	Problema
Tocancipa	Infraestructura Deportiva y Recreacion	crear espacios deportivpos para personas discapacitadas	Solución

PROVINCIA	MUNICIPIO	FORMADOR(A) NOMBRES A MAYUSCULAS	DISCIPLINA DEPORTIVA	BENEFICIARIO(A) NOMBRES A MAYUSCULAS	BENEFICIARIO(A) N° IDENTIFICACION	BENEFICIARIO(A) NACIONALIDAD	RANGO DE EDAD RANGOS: MENOR A 2 AÑOS (DESDE EL MES DE 1 A 23 MESES) MENOR A 5 AÑOS (DESDE 2 A 4 AÑOS) JUVENTUD (DESDE 14 A 28 AÑOS)	BENEFICIARIO(A) DIRECCION DE RESIDENCIA	RH	EPS	SEXO FEMENINO MASCULINO INTERSEXUAL	ORIENTACIÓN SEXUAL HOMOSEXUAL BISEXUAL HETEROSEXUAL TRANSEXUAL	IDENTIFICACIÓN DE GÉNERO CISGÉNERO TRANSGÉNERO	VULNERABILIDAD SI ATENCIÓN DESDE EL ACUERDO CONFLICTO ARMADO SI CONDICIÓN DE DESPLAZADO PUEBLA DESARRAIGADA / DESALOJ CATASTRÓFICO MADRE CABEZA DE HOGAR EMBARAZADA MADRE GESTANTE MENOR DE EDAD MADRE LACTANTE	DISCAPACIDAD FÍSICA VISUAL AUDITIVA INTELECTUAL PSICOSOCIAL SORDOCEGUERA MÚLTIPLE MENTAL	GRUPO ETNICO NINGUNO AFROCOLOMBIANO/NEGRO/PALENQUERO RAIZAL ROM/GITANO OTRO	LENGUAS CASTELLANO WAYUNAIKI ZENÚ/ EMBERA OTRAS LENGUA DE SEÑAS	SECTOR DE RESIDENCIA URBANO RURAL	ACUDIENTE NOMBRES A APELLIDOS	ACUDIENTE TELEFONO MOVIL	ACUDIENTE CORREO
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	ROMAN JANETH GUANOLUTO TOLIMA	1070304-0	VENEZOLANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	VEREDA LA AURORA SECTOR	A+	SALUD TOTAL	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	SI	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	RURAL	ROMAN DE LOS ANGELES CTOLIMA	3133787169	juancamilo.ospina@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	JUAN DAVID RINCON RINCON	1073534140	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	URBANIZACION MONARCA MANZANA 5 CASA 20	A+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	CLUB AMS RINCON RINCON	3133726012	juandavid2004rincon@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	OLIVIA ALEJANDRA CHACHA ALARCON	1073531783	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	VEREDA ROBLE CENTRO SECTOR	O+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	RURAL	Yenny Carolina Alarcon Tiga	3145327169	Alarcontiga1708@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	ADHER STEVEN RUIZ ALMENTERE	1010855344	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	URBANIZACION LA ISABELA	A+	SANITAS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	RURAL	Yesenia acosta mendoza	3133888512	Evelyacosta@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	CRISTIAN RICARDO VALERA FONSECA	NO SABE	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	GUACHAQUIRA CENTRO	A+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Sandra Milena Vargas	3133855457	
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	JOHAN FELIPE TOY SANCHEZ	1073546230	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	VEREDA SAMBATOLUNE	O+	SANITAS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	RURAL	Carolina Sanchez Torres	3133888669	toy1402@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	KENNER DAVID HOYOS RIVERA (COPIE)	1074183955	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	LAS DELICIAS	O+	SANITAS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Sandra Milena Vargas	3133855457	Sandravargas1@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	EDGAR JAIR AGUILAR FIGUEROA	NO SABE	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	GRAN CAMINO ICAYARA	O+	NO	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Natalia carolina figueroa alarcon/cop	3144408721	Alfigueroa1@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	FELIPE CHACON VILLA	1073535482	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	VEREDA SAN MARTIN	O+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	RURAL	Sandra milena rivera cuenca	3142524858	felipechacon@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	MAYERLY MARIA CELY CASTRO (NO FIRMO)	1073535851	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	VEREDA SANTA BARBARA	A+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	RURAL	Yuly yaneth Rivera Vanegas	3133787169	Mayerlymaria@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	JEISON ANDRES IBAÑEZ CALDERON	1073535565	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	VEREDA SAN MARCOS	A+	SANITAS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Carolina vanessa ayala	3134852327	Vanessa.ibanez1977@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	KEVIN SANTIAGO IBAÑEZ FEFFER (COPIE)	1073535564	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	CENTRO PARQUE	O+	COMPENSAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Maria nubia cascavita mile	3144329760	Feiper2003@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	JHONY ALEXANDER LEON RIVERA	1053001139	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	LAS MERCEDES	O+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Gladis patricia leon vez	3133887351	Jhonyleon2704@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	FABIAN ALEJANDRO SANCHEZ DELAHOZ	1073534259	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	SANTA CATALINA	O+	SURA	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Diana Consuelo Velandia Restrepo	3134854144	diana.velandia2018@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	JUAN CAMILO LOZA RIVAS	1053041630	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	SANTA CATALINA	O+	COMPENSAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Camilo Eduardo Loza Guerra	3133764923	camiloeduardo@gmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	JAIDER SNEIDER TAMARA BERMUDEZ	1.069.750.739	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	SAN MARTIN SECTOR EL BEL	A+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	RURAL	Yuliza bermudez	3133825784	jaiderysneider1@gmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	AURA ALEJANDRA RAMIREZ RODRIGUEZ	1010855540	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	VEREDA CUATRO CASA NUEVA	A+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Leonel Ricardo Gonzalez	3133855052	leonelricardo2018@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	EMANUEL REYES SALDAÑA	1073535814	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	SANTA BARBARA	A+	SANITAS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	RURAL	Andrea Catalina Cuervo	3133827172	Angiecuervo@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	KEVIN SANTIAGO RINCON HOYOS	1070147259	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	VEREDA GRAN CENEGRO	A+	SANITAS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Carolina milena rincon hoyos/cop	3133825329	Carolinarincon1974@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	SERGIO LUIS AVILA PEREZ	1103536882	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	CENTRO PARQUE	A+	SANITAS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Yuleth perez parra	3133826951	sergioperez@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	SAMUEL ANDRES GIL CHACON	NO SABE	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	SANTA BARBARA	A+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	RURAL	Lady yadira chacon ovalle	3148827524	Samuel2017Chacon@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	ANDERSON STEVE SEGARRA GARCIA	20.1230	VENEZOLANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	VEREDA GRAN CENEGRO SECTOR	O+	NO TIENE	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	SI	SITUACIÓN DE DESPLAZAMIENTO	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Mariyen Yesenia Garcia	3133826111	mariyengarcia2018@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	BRAYAN ALEJANDRO AREVALO VEGA	1073534263	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	VEREDA GRAN MANZANO	A+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Luz Marina Vega Velasco	3133826294	Brayan.2018@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	LUIS SANTIAGO GOMEZ GONZALEZ	1071133534	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	COMUNIDAD INDIGENA DE LA SABANA	O+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Nidia Juliana Coronado Castañeda	3156881723	Nidiacoronado2018@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	LUIS ALEJANDRO RODRIGUEZ LOZANO	1073533371	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	VEREDA GRAN RESERVADOR	A+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Luis Francisco Rivas Rivera	3133826621	Luisfranciscorivas@yahoo.com.mx
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	KEVIN SANTIAGO GARCIA BARRETO	NO SABE	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	BARRIO BELEN	A+	POLIZA SALUD	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Yomis Guerra	3133855148	Kevin1998.kg@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	DANIEL MAS SUAREZ	1073535451	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	VEREDA GRAN MANZANO	A+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Liliana suarez	3133825927	Lilianasuarez1972@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	JUANFELIPE MORENO GARCIA	1073537215	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	VEREDA GRAN CAMINO	O+	SALUD TOTAL	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Nelly teresa acosta	3155573939	Nelly.teresa.acosta.2018@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	JOHAN ESTEBAN GARCIA CASTRO	1010855333	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	CENTRO EDIFICIO GUACAMAYA	A+	COMPENSAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Yeneth castro gomez	3156881703	Yeneth.1978@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	MIGUEL ANGEL GARCIA CASTRO	1010855779	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	CENTRO EDIFICIO GUACAMAYA	A+	COMPENSAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Yeni castro gomez	3156881703	Yeneth.1978@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	JUAN PABLO RIVEROS DIAZ	NO SABE	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	CENTRO EDIFICIO GUACAMAYA	A+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Educativo en monitos bilingues	3148828436	Juanpablo.riveros2018@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	JOHAN PINZON CASTAÑEDA	1073534140	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	VEREDA GRAN MANZANO	A+	SANITAS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Jenn Indira pinzon vargas	3133854147	pinzon1703@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	DANIEL SANTIAGO CHACON CALDERON	1073535172	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	ASOBAC	A+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Edwin alexander quintero gonzalez	3117383981	gonzalezedwin2018@gmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	KEVIN SANTIAGO BARRERA TORRES	1070852529	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	VEREDA LA AURORA	O+	SANITAS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Ramos Constanza Torres Nuñez	3133855518	constanza2018@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	ANGEL DAVID OSORIO LOPEZ	1054.658	VENEZOLANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	BARRI BELEN	A+	NO TIENE	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Paola estefania ramos ardila	3117787855	ramos.paola.ramos@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	KENNER ALEXANDER HERNANDEZ	1053000700	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	VEREDA SANTA BARBARA	A+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	SI	SITUACIÓN DE DESPLAZAMIENTO	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Diana Carolina Rodriguez Gil	3133825144	Kalexander2018@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	JUAN JOSE LARA RAMIREZ	1010842213	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	VEREDA GRAN MARTIN	O+	FONIL	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	Angelica Maria Ramirez Zamora	3157546454	angelicamariaramirezzamora@gmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	JERONIMO GIL CHACON	1073499999	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	VEREDA SANTA BARBARA	AB	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	RURAL	JEIFI PAOLA CHACON LAFFE	3133842357	Jeifichacon1998@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	JULIO CESAR MAGONGO CUBILLOS	1053040000	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	VEREDA SAN MARTIN CAMINO PARTE	O+	COMPENSAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	RURAL	ISAMAEL CHACON LORA GUERRO	3133842852	no.tiene@hotmail.es
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	JERONIMO GIL CHACON	1073499999	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	SANTA BARBARA	A+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	PAOLA CHACON	3133842357	NO TIENE
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	EMANUEL VILLAMIL SUAREZ	1053.270.319	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	GUACHAQUIRA CENTRO	AB	POLIZA NACIONAL	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	MARIA FLOREZ	3156882533	NO TIENE
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	SAMUEL ANDRES LARA	1053.03.000	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	GUACHAQUIRA CENTRO	O+	SALUD TOTAL	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	ROSALBA HURTADO	3133852804	NO TIENE
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	JERONIMO GIL CHACON	1073499999	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	VEREDA SANTA BARBARA	A+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	LADY CHACON	3133842357	NO TIENE
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	JULIAN GERONIMO SUAREZ PEREZ	1073777763	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	GUACHAQUIRA CENTRO	AB	POLIZA NACIONAL	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	VIVIANA GONZALEZ	3133825668	NO TIENE
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	JULIAN RAFAEL HORTUA RAMIREZ	1073533332	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	VEREDA CENTRO	AB	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	RURAL	YURANI RAMIREZ	3133427275	NO TIENE
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	JOHAN DANIEL RODRIGUEZ	1073534419	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	VEREDA CENTRO	AB	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	RURAL	PAOLA SAAVEDRA	3133727269	NO TIENE
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	KEVIN SNEIDER GONZALEZ	1073535575	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	GUACHAQUIRA CENTRO	A+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	ANDY GONZALEZ	3133825347	NO TIENE
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	ALBA ANDREY VALENCIA RODRIGUEZ	1073735975	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	GUACHAQUIRA URBANO	O+	COMPENSAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	PAOLA RODRIGUEZ	3133855042	NO TIENE
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	MIKOL STIVEN CATALAN	1073535429	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	GUACHAQUIRA CENTRO	A+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	DIANA CATALAN	3133826653	NO TIENE
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	JULIAN DAVID CASTAÑEDA	1104535351	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	GUACHAQUIRA CENTRO	A+	NO TIENE	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NIDIA HEREDIA	3133845648	NO TIENE
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	CRISTOFER DANIEL VERA	1073736963	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	GUACHAQUIRA CENTRO	AB	SANITAS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NATALIA SEGURA	3133827819	NO TIENE
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	GABRIEL EDUARDO MONTAÑA	1074170205	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	VEREDA SAN MARTIN LINE	A+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	YESICA PAOLEZ	3134872148	NO TIENE
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	BRYAN YESID DIAZ GIL	1053702139	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	GUACHAQUIRA CENTRO	AB	SALUD TOTAL	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	RURAL	ANA DELYSIS	3133782733	NO TIENE
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	SAMUEL SANTIAGO SANDOVAL	1073537423	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	GUACHAQUIRA CENTRO	O+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	CAROLINA RODRIGUEZ	3133785497	NO TIENE
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	JULIAN LEONARDO CHALE	1073734253	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	VEREDA SUR	AB	SALUD TOTAL	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	RURAL	LEONARDO CHALE	3138855693	NO TIENE
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	ANGEL RICARDO PARDO	1073535425	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	GUACHAQUIRA CENTRO	A+	COMPENSAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	YOHANA PRADO	3148426373	NO TIENE
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	AARON JOSE MEJILLO LOAIZA	1073536734	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	SAN MARTIN LINE	A+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	LUCIA LOAIZA	3157736462	NO TIENE
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	DYLAN FERNANDEZ CHALELO	1073534422	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	SAN MARTIN LINE	O+	COMPENSAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	ANA ROMERO	3157736741	NO TIENE
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	MARIA JOSE CAMEN LOPEZ	1073534462	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE 2 A 5 AÑOS)	CALLE 6-28	O+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	JULIO CESAR ROMERO	3133847764	julio.romero_1981@hotmail.com
SIERRA CENTRO	SACHAGPA	MAYUGARO AGUDO RODRIGUEZ	FUTBOL	ESNEDA CAMARGO PACHECO	1073535256	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE 15 A 17 AÑOS)	VEREDA	A+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NO	SIN DISCAPACIDAD	NINGUNO	OTROS	CASTELLANO	URBANO	LUIS ROMA	3133855435	Anacamargo.ac@gmail.com