EVIDENCIAS INFORME 01 MES DE AGOSTO - CTO 1164 -2022			
Nombre del contratista	CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA		
Número de identificación	1003579407 De La Calera	**Tipo de documento**	Cedula Ciudadanía
Período informado	8/08/2022 al 30/08/2022	**N° de Registro Presupuestal**	RES - 2022002549

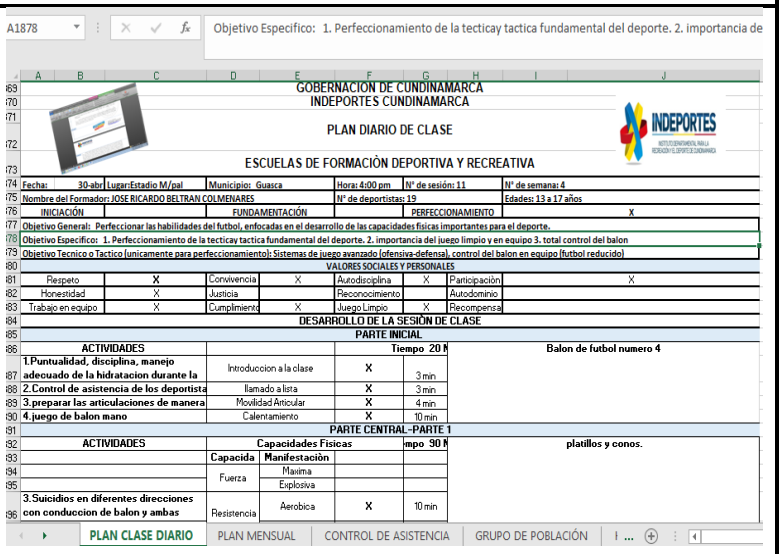
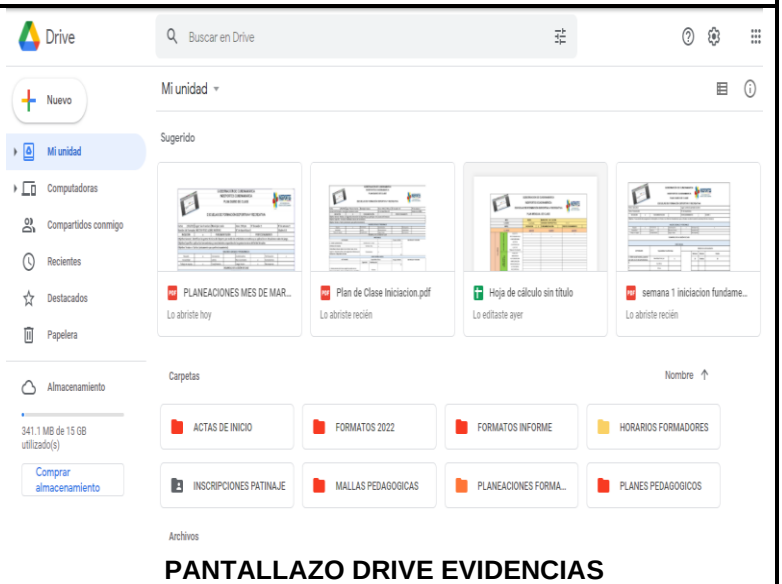
Objeto del Contrato: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO “CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA”, PARA EL CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES – CUNDINAMARCA.

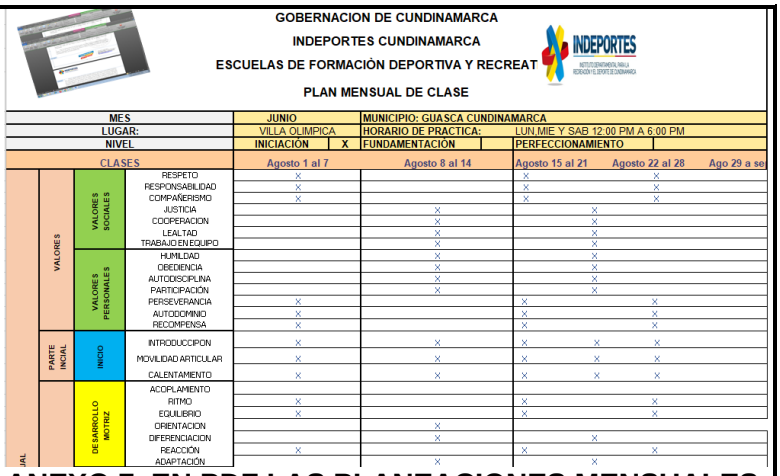
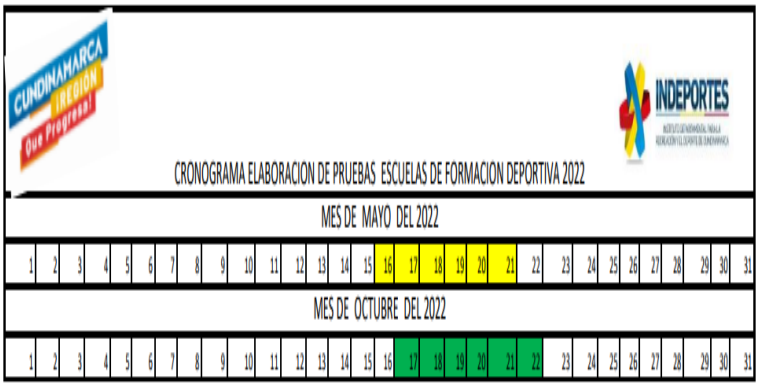
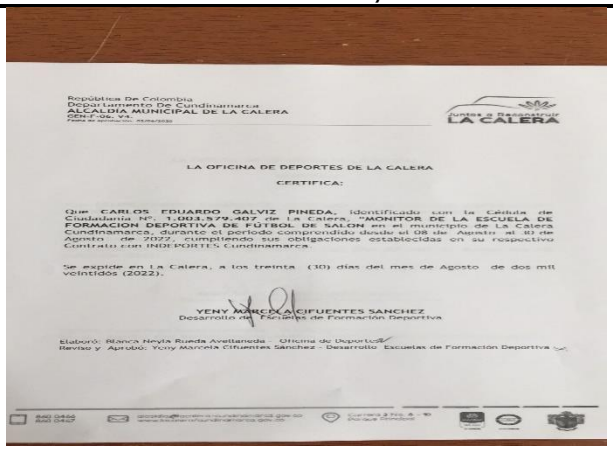
Obligaciones específicas:	Actividades realizadas:
1.Efectuar la organización, planeación, dirección y realización de las actividades que se requieran para la consecución de mínimo 3 niveles de formación en el deporte, en los niveles de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento, en el municipio asignado por el supervisor. El contratista será la persona responsable de adelantar y gestar los procesos de convocatoria e inscripción en los mencionados niveles, a través de los medios necesarios, involucrando a las Juntas de Acción Comunal, Instituciones Educativas, Resguardos Indígenas, personas en condición de discapacidad, población diversa y demás comunidades que se puedan beneficiar con el programa.	Publicidad invitación a hacer parte de la escuela de formación: 
2. Presentar ante el supervisor del contrato, dentro de los 20 días calendario siguientes a la suscripción del acta de inicio, el Plan Pedagógico y Malla Pedagógica de todos los niveles de formación, en el formato indicado por parte de la Subgerencia Técnica, especificando horarios, sitios de práctica, y la demás información aplicable.	INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO DEPORTE / MODALIDAD: futbol de salon MUNICIPIO: la calera NOMBRE DEL FORMADOR: **ANEXO 1.PDF ACTA DE INICIO, PLAN PEDAGOGICO, MALLAS PEDAGOGICAS Y HORARIO.**

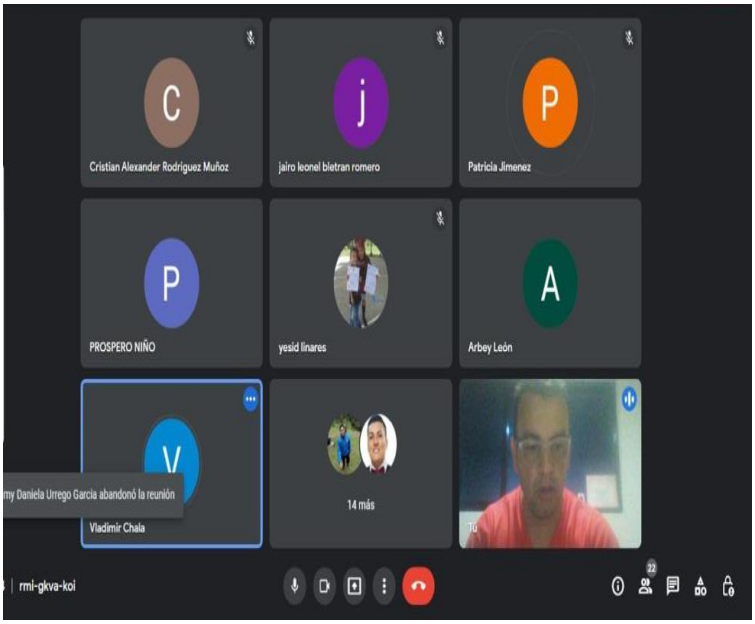
HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	OBSERVACIONES
7:00 AM A 9: 00 AM	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								
9:30 AM A 11:30 AM	GRUPO								
	SEDE DE TRABAO								
1:00 AM A2: 00 AM	GRUPO								
	SEDE DE TRABAO								
2:00P.M. A 4 P.M.	GRUPO		iniciacion	iniciacion		iniciacion			
	SEDE DE TRABAJO		coliseo	coliseo		coliseo			
4 P.M. A 6 P.M.	GRUPO		profundizacion	profunfizacion		profundizacion			
	SEDE DE TRABAJO		coliseo	cic		cic			
6 P.M. A 8 P.M.	GRUPO		perfecionamiento	perfecionamiento		perfecionamiento			
	SEDE DE TRABAJO		coliseo	coliseo		cic			
9P.M. A 10 P.M.	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								

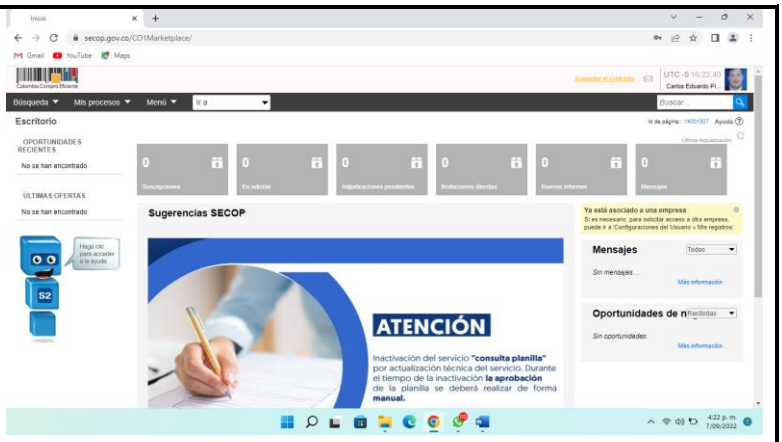
3. Desarrollar todas las actividades planteadas en el plan pedagógico y en la malla pedagógica, dejando las evidencias respectivas que den cuenta de los beneficiarios impactados con ellas.	GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL: INICIACION GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL: FUNDAMENTACION GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL: PERFECCIONAMIENTO **ANEXO 2. EN PDF LOS LISTADOS DE LOS DEPORTISTAS REGISTRADOS, EN LAS EVIDENCIAS.** **ANEXO 3. EVIDENCIAS SESIONES DE ENTRENAMIENTOS POR CATEGORIA**
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.	Registro población mes de Agosto INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO **ANEXO 4. EN PDF COBERTURA DE LA POBACION Y SEGUIMIENTO EN LAS EVIDENCIAS.**

BENEFICIADOS	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Víctimas del Conflicto Armado Masculino	Víctimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
6 AÑOS	7			7											7
7 AÑOS	3			3											3
8 AÑOS	6			6											6
9 AÑOS	2			2											2
10 AÑOS	3			3											3
11 AÑOS	3			3											3
12 AÑOS	2	1		2	1										3
13 AÑOS	1			1											1
14 AÑOS	1			1											1
15 AÑOS	1	1		1	1										2
16 AÑOS		7			7										7
17 AÑOS	8			8											8
TOTALES	46														46

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.	 **EVIDENCIAS DEL BUEN MANEJO DE LA IMAGEN DE INDEPORTES**
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.	 GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA PLAN DIARIO DE CLASE ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA **ANEXO 6. PLANEACIONES DIARIAS MES DE SEPTIEMBRE**
7. Consolidar y mantener actualizada la información pertinente a través de la plataforma o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad.	 **PANTALLAZO DRIVE EVIDENCIAS**

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.	 GOBERNACION DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREAT PLAN MENSUAL DE CLASE MES: JUNIO — MUNICIPIO: GUASCA CUNDINAMARCA LUGAR: VILLA OLIMPICA — HORARIO DE PRACTICA: LUN,MIE Y SAB 12:00 PM A 6:00 PM NIVEL: INICIACIÓN X — FUNDAMENTACIÓN — PERFECCIONAMIENTO CLASES: Agosto 1 al 7 / Agosto 8 al 14 / Agosto 15 al 21 / Agosto 22 al 28 / Ago 29 a se VALORES — VALORES SOCIALES: RESPETO, RESPONSABILIDAD, COMPAÑERISMO, JUSTICIA, COOPERACION, LEALTAD, TRABAJO EN EQUIPO VALORES PERSONALES: HUMILDAD, OBEDIENCIA, AUTODISCIPLINA, PARTICIPACIÓN, PERSEVERANCIA, AUTODOMINIO, RECOMPENSA PARTE INICIAL — INICIO: INTRODUCCIPON, MOVILIDAD ARTICULAR, CALENTAMIENTO DESARROLLO MOTRIZ: ACOPLAMIENTO, RITMO, EQUILIBRIO, ORIENTACION, DIFERENCIACION, REACCIÓN, ADAPTACIÓN **ANEXO 7. EN PDF LAS PLANEACIONES MENSUALES DEL MES DE SEPTIEMBRE.**
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.	 CRONOGRAMA ELABORACION DE PRUEBAS ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2022 MES DE MAYO DEL 2022 MES DE OCTUBRE DEL 2022 **ANEXO 8. EN PDF EL CRONOGRAMA DE EVALUACIONES DE ENTRADA, MEDIAS Y FINALES.**
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.	 República De Colombia Departamento De Cundinamarca ALCALDIA MUNICIPAL DE LA CALERA LA CALERA LA OFICINA DE DEPORTES DE LA CALERA CERTIFICA: Que CARLOS EDUARDO GALVIZ PINEDA, identificado con la Cédula de Ciudadanía N°. 1.003.579.407 de la Calera "MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE FUTBOL DE SALON en el municipio de La Calera Cundinamarca, durante el periodo comprendido desde el 08 de Agosto al 30 de Agosto de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato con INDEPORTES Cundinamarca. Se expide en La Calera, a los treinta (30) días del mes de Agosto de dos mil veintidós (2022). YENY MARCELA CIFUENTES SANCHEZ Desarrollo de Escuelas de Formación Deportiva Elaboró: Blanca Neyla Rueda Avellaneda - Oficina de Deportes Revisó y Aprobó: Yeny Marcela Cifuentes Sanchez - Desarrollo Escuelas de Formación Deportiva **ANEXO 9. EN PDF ENTREGO LA CERTIFICACION EMITIDA POR LA COORDINACION DE DEPORTES, EN LAS EVIDENCIAS.**
11. Apoyar a los demás componentes en las diferentes actividades que realicen en los municipios asignados por la Subgerencia Técnica.	

	 **ANEXO 10. PDF EVIDENCIA FOTOGRAFICA EVENTO CARRERA ECOTURISTICA.**
12. Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.	REUNION DIA 23 DE AGOSTO POR MEET FORMADORES PARA ENTREGA Y REVISION DE INFORMES.  **ANEXO 11. PANTALLAZO REUNIONES POR MEET DURANTE EL MES EN LAS EVIDENCIAS.**
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.	Proyecte entregar debidamente diligenciado cuando sean requeridos los documentos que son solicitados de la subgerencia administración y financiera el FUID.
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.	 **PANTALLAZO SECOP II**
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.	Proyecte la entrega de mi informe final con toda la información que recopile en el plazo de ejecución de mi contrato y entrega del mismo para cuando sea requerido.

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

ACTA DE INICIO	
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS No. 1164 DE 2022	
N° de contrato:	1164 – 2022
Contratante:	INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA
Contratista:	CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA
Objeto:	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO “CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA”, PARA EL CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES - CUNDINAMARCA.
Valor:	SIETE MILLONES SETECIENTOS TRECE MIL PESOS ($7.713.000) M/CTE.
Plazo:	CUATRO (4) MESES QUINCE (15) DIAS, previo cumplimiento de los requisitos de perfeccionamiento, ejecución y suscripción del acta de inicio.
Municipio:	LA CALERA
Deporte o disciplina:	FUTSAL

El 08 de agosto de 2022, en la ciudad de Bogotá D.C. se reunieron CARLOS EDUARDO GALVIS, identificado civilmente con cédula de ciudadanía N° 1.003.579.407 y FLOR ANGELA GARZON SANCHEZ en calidad de Técnico operativo, del Instituto Departamental para la Recreación y el Deporte de Cundinamarca, quien fue designada como supervisora del contrato No. 1164 de 2022, con el fin de suscribir acta de inicio del contrato señalado a partir de la fecha de la suscripción de la presente acta.

Para el efecto se han verificado por parte de la supervisora designada los siguientes requisitos de ejecución contractualmente establecidos para dar inicio al contrato.

Registro Presupuestal	RES-2022002549	Fecha de expedición: 05/08/2022
Afiliación a ARL	Positiva Compañía de Seguros S. A.	Fecha de cobertura: 08/08/2022
Póliza de garantías	N.A	N.A

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

Para la constancia se firma la presente por quienes en ella intervinieron, el día 08 de agosto de 2022.

FLOR ANGELA GARZON SANCHEZ Supervisora	 **CARLOS EDUARDO GALVIS** Contratista

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

CUNDINAMARCA
EL DORADO
¡LA LEYENDA VIVE!

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa - Torre Beneficencia Piso 5.
Código Postal: 111321 – Teléfono: 749 1205 Exy 1
/CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

PLAN PEDAGOGICO PARA EL DESARROLLO DEL DEPORTE EN EL MUNICIPIO DE LA CALERA EN LA DISCIPLINA DE FUTSAL - CATEGORIAS DE INICIACION, FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO

PRESENTADO POR:

LIC. CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA

LA CALERA CUNDINAMARCA

ESCUELA DE FORMACION DE FUTSAL

2022

INTRODUCCIÒN

A continuación, se desarrolla una propuesta para la escuela de formación de futsal en el municipio de la calera Cundinamarca, teniendo en cuenta que se van a realizar tres grupos los cuales van a estar divididos: iniciación de 6 a 8 años, fundamentación de 9 a 12 años y perfeccionamiento de 13 a 17 años, estos tres grupos estarán ubicados en la calera centro, por lo que los procesos de formación estarán a la medida de las capacidades de cada deportista.

Garantizándoles el óptimo desarrollo de sus habilidades, realizando actividades recreativas, que de igual manera les garantice un ambiente de aprendizaje y exploración con el deporte que más se sientan identificados, es por ello que se antepone una medida de conceptos, condición física, componentes teóricos, tácticos y técnicos que facilitaran al niño y al profesor, un ambiente de reciprocidad, agradable y motivante para los dos, tomando también como relevancia componentes psicológicos, axiológicos, sin dejar atrás la parte humana para que el practicante sea una persona integral, fortaleciendo los valores, la auto estima, el trabajo con los compañeros y el respeto por sí mismo.

Es por esto que se realiza un plan de trabajo diario y mensual para el desarrollo de las clases teniendo en cuenta las características y las necesidades de los tres grupos.

JUSTIFICACION

La búsqueda de alternativas del buen uso del tiempo libre, fomentando costumbres, para una convivencia sana y la práctica del deporte, teniendo en cuenta que a través de la escuela de formación de futsal se puede desarrollar la parte humana de los deportistas del municipio de la calera , brindándoles espacios de participación y liderazgo.

Cabe destacar que las actividades están dirigidas de acuerdo con sus habilidades motrices, con ayuda del juego siendo esta una parte fundamental en las categorías de iniciación y fundamentación teniendo en cuenta que en la categoría de perfeccionamiento se evidencia la técnica en el deporte siendo el juego un poco más superficial.

Por lo que se realiza una malla curricular donde se evidencia, el trabajo por categorías las actividades que se van a desarrollar durante las sesiones de entrenamiento, la duración de cada entrenamiento y los objetivos de cada clase.

Con la escuela de formación se quiere que el deportista sea integro dentro y fuera del juego, que se desenvuelva de manera individual y grupal teniendo una personalidad propia para que pueda afrontar y resolver problemas que se puedan presentar durante el juego, teniendo en cuenta que esto no sea solo en el espacio deportivo sino también en el diario vivir.

MARCO LEGAL

Las Escuelas Deportivas como programa institucional a nivel Nacional, tiene el respaldo legal que debe garantizar su ejecución en cada uno de los municipios del Departamento, como alternativa para mejorar la calidad de vida en la población y desarrollar la base deportiva de Cundinamarca para los próximos años.

- Este marco legal es el siguiente:

  · Constitución Política de 1991
  · Ley 115 o Ley General de Educación
  · Decreto 2845 de 1984
  · Decreto 2225 de 1985
  · Acuerdo 058 de 1991
  · Resolución 001909 de 1991
  · Ley 181 o Ley del Deporte

DEFINICIÓN.

Las Escuelas Deportivas son un programa educativo extracurricular que contribuye a la formación integral del niño y el joven Cundinamarqués, utilizando como medio el gusto y la inclinación por la práctica deportiva, con el propósito de orientar y promover futuros ciudadanos con alta calidad de vida y condiciones que nos permitan alcanzar óptimos niveles de competencia.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Desarrollar en los niños, niñas y adolescentes, habilidades básicas para la práctica deportiva en el Futsal, estimulando y fortaleciendo valores que ayuden a la construcción de su personalidad y a la formación integral a través del deporte.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Diseñar un plan de acción que posibilite el desarrollo de la capacidad motriz para facilitar la adquisición de habilidades y destrezas referidas específicamente al Futsal

- Desarrollar las capacidades físico-técnicas como parte de la formación integral del individuo.

- Fomentar valores como solidaridad, respeto, voluntad y sentido de pertenencia que ayuden a una formación educativa integral.

- Constituir la práctica organizada y sistemática del deporte como alternativa educativa en la utilización creativa del tiempo libre y como un espacio para el mejoramiento de la salud.

- Desarrollar sentido de pertenencia mediante ejercicios específicos de un deporte para garantizar el óptimo aprendizaje de este.

- Brindarle al niño espacios donde se evidencie el liderazgo los valores para una sana convivencia dentro de los entrenamientos y fuera de ellos

POBLACIÓN OBJETO Y COBERTURA

Las Escuelas Deportivas están dirigidas a niños, niñas y jóvenes entre los 6 y 17 años que manifiesten su interés por la práctica deportiva del Futsal, en el municipio de la calera Cundinamarca.

CATEGORIAS, NIVELES.

Para garantizar un proceso lógico de desarrollo en las Escuelas Deportivas, se han definido 3 niveles, de acuerdo a la edad cronológica de los participantes, teniendo en cuenta el desarrollo motriz, la condición física el eje conceptual y la dirección temática pedagógica, que a su vez representa un punto de inicio con unos niveles y etapas previamente establecidas y determinadas que permiten facilitar el aprendizaje y el desarrollo del deporte que se enseña y el cual se ejecutara.

NIVEL DE INICIACION:

Dirigido a niños y niñas entre 6 y 8 años.

Básicamente se incidirá en el desarrollo motor de los participantes, mejorando su esquema corporal, utilizando y reforzando sus patrones básicos de movimiento, desarrollando sus cualidades y habilidades motoras a través de juegos deportivos, estructuras de juego, procesos de sensibilización con el medio y elementos, interacción con el grupo y desarrollo de sus potencialidades, efectuando así un aprovechamiento de tiempo libre dinámico, lúdico y pedagógico, con la pertinencia y enseñanza de un ambiente de enseñanza, aprendizaje, todo esto por medio del juego.

NIVEL DE FUNDAMENTACION.

Dirigido a niños y niñas entre 9 y 12 años.

Se busca una fijación y mecanización de los gestos deportivos, tales como gestos técnicos, conciencia de movimientos, utilización de conceptos tácticos y esquemas de juego, y un factor importante como lo es la parte integral y axiológica en el niño, que permitan a su vez desarrollar en el niño una mecanización y automatización de su movimiento, como también suministrar una riqueza teórica y práctica que le permita desenvolverse de la mejor manera en ambientes competitivos y recreativos, siendo estos los que le permiten al niño tener una incidencia en la parte técnica, física y táctica, de tal manera que todos estos componentes permitan al niño su apropiación y fluidez dentro del terreno de juego, donde nos fijamos como metas el inicio a principios elementales de preparación física, condición física, manejo de reglamentación, temas axiológicos, trabajo en equipo e integración por parte del mismo.

NIVEL DE AFIANZAMIENTO Y PERFECCIONAMIENTO:

Dirigido a jóvenes entre 13 y 17 años.

El dominio técnico y táctico toma especial relevancia, ya que son factores directos de manejo en esta etapa, donde en niveles competitivos el individuo debe actuar, ante cualquier tipo de situación de juego en la que se encuentre sumergido, como también el componente físico en toda su magnitud, teniendo en cuenta las reacciones del organismo, los cambios de ánimo y la adolescencia, como factores influyentes en una etapa de cambio y evolución para el individuo. Se destaca el trabajo táctico fundamentado en acciones individuales y de grupo, condición física de la persona, preparación de los espacios de juego, situaciones reales de juego, participación de eventos competitivos, conceptualización de esquemas de juego tanto ofensivos y defensivos, valoración de eficiencia y eficacia, estructuras de juego. Etc.

CARACTERIZACIÓN DEL DEPORTE

Breve historia del futsal

El futbol de salón nació en Uruguay en el año 1930, gracias al profesor Juan Carlos Ceriani. El nombre “futsal” es un acrónimo de “fútbol de salón”; es decir, fútbol de interior. Su aparición se produjo como adaptación por parte de Juan Carlos Ceriani de las necesidades de jugar al fútbol de aquellos niños que no tenían la posibilidad de disponer de campos al aire libre y que, por consiguiente, debían utilizar campos de baloncesto para sus partidos. El profesor simplemente detectó un problema y le dio solución buscando canchas más pequeñas.

El profesor Ceriani utilizó y adaptó reglas de otros deportes de pista cubierta, como el baloncesto, el waterpolo o el balonmano, y estableció el espacio de juego, el número de jugadores, los tiempos de juego, las medidas del campo, las reglas de los porteros, etc. Este nuevo deporte causó sensación en Uruguay, un país que vivía por aquel entonces en un estado de fanatismo tras la conquista por parte de la selección uruguaya de la Copa Mundial de Fútbol y de los Juegos Olímpicos. Posteriormente, se fue extendiendo rápidamente por toda Sudamérica.

El futbol de salon se ha ido desarrollando poco a poco por todo el mundo como un deporte con similitudes con el fútbol, pero recoge a su vez argumentos de otros deportes colectivos que le confieren un carácter especial.
El propio origen del futbol de salón (nacido de la necesidad participativa de los niños) nos demuestra que nuestro deporte disfruta de un elevado índice de participación activa y de compromiso motor por parte de los jugadores, por lo que está dotado de un importante componente formativo. El niño que practica el futbol de salon está siempre participando del juego, directa o indirectamente, y aumentando su tiempo útil de práctica (práctica intensa). Por ello, el futbol de salón también está considerado un estupendo vehículo formativo para el fútbol.

El futbol de salón como deporte

El futsal es un juego de colaboración-oposición, que se caracteriza por la necesidad de adaptación del jugador a un entorno cambiante y dinámico, con déficit de tiempo y espacio para percibir, tomar decisiones y ejecutar las acciones que aporten soluciones al juego. Es un deporte de elevado compromiso motor y de práctica intensa, donde los componentes tácticos (perceptivos, decisionales) desempeñan una función fundamental en la eficacia de cada acción de juego.

La clasificación de los diferentes deportes puede hacerse desde diversas perspectivas, pero es evidente que la definición que mejor se ajusta a nuestro deporte, a la hora de estrechar el enfoque, es la de deporte colectivo de colaboración-oposición (o cooperación-oposición), dado que existe una constante interrelación entre los distintos adversarios y una cooperación entre los compañeros en cualquiera de las acciones del juego. Este tipo de relación colaboración-oposición se produce con o sin el balón (es decir, en cualquiera de las fases del juego de ataque/defensa) y de forma simultánea.

El futsal es, por tanto, un deporte colectivo de colaboración-oposición (deporte sociomotriz) eminentemente táctico. Todo el proceso de la habilidad motriz tiene como objetivo lograr eficiencia en las acciones del juego (capacidad para resolver los problemas específicos). Jugar es una actividad táctica: hay que percibir y analizar la situación del juego, tomar decisiones para resolver los problemas que se plantean y refrendar tales decisiones con los patrones motores adecuados y ejecutados convenientemente para alcanzar la eficacia.

Los factores de análisis más determinantes para conocer nuestro deporte son los siguientes:

Espacio de juego: espacio común y estandarizado, en una cancha de 40x20, donde el sentido del juego viene determinado por cada una de las dos porterías.

Participación en el juego: el espacio de juego está condicionado por la participación simultánea en situación de colaboración (compañeros) y oposición (rivales). Se trata de un juego de 5x5 con opciones de intercambios constantes con otros jugadores que saltan a la cancha desde el banquillo, lo que dinamiza la participación y la intensidad. Los jugadores pueden entrar y salir cuantas veces se considere oportuno. En este sentido, hay que destacar que la participación y la incidencia en el juego de los 5 jugadores que participan por equipo es constante y significativa.

Elemento principal: la referencia fundamental del juego es el móvil, el balón, y todo el juego gira en torno a él, de ahí que todo esté condicionado en función de si se dispone o no de su posesión.

Tiempo de juego: se trata de un juego con un control temporal activo, contabilizando sólo como tiempo de juego aquel en el que el balón está en juego. Cuando el juego se detiene por cualquier situación reglamentaria, el tiempo se para. Un partido de futsal se disputa en dos tiempos de 20 minutos, aunque esto es optativo en algunas competiciones. En los encuentros eliminatorios, en caso de empate al término de los primeros 40 minutos, se añaden dos tiempos suplementarios (prórroga) de 5 minutos cada uno.

Reglamento:

Objetivos del juego: los objetivos del juego están claramente diferenciados en función de que se disponga o no de la posesión del balón (ataque-defensa). Ataque: conservación del balón-progresión en el juego-finalización / conseguir gol. Defensa: recuperación del balón-evitar progresión en el juego-evitar el gol.

Capacidades condicionales y comunicación motriz: base física de la acción.

Técnica: ejecución de las diferentes acciones del juego.

> Táctica: conjunto de acciones que, mediante la utilización de los recursos disponibles y el análisis de las situaciones, tratan de lograr el objetivo concreto del juego.

Analizando la influencia de todos estos factores en el juego, podemos observar que el futsal es un deporte de colaboración-oposición, dinámico e intenso, con déficit de espacio y tiempo en sus acciones, por lo que el componente perceptivo-decisional (táctica) prima sobre el resto de factores. Es un deporte de espacio común (40x20), donde todo el espacio tiene influencia activa en el juego, ya que se juega en toda la cancha y cualquier espacio libre es susceptible de ser ocupado.

Como decimos, se trata de un juego eminentemente táctico con un importante componente cognitivo, que se apoya a su vez en los aspectos físicos y técnicos para la ejecución de las acciones del juego. En el apartado técnico, los gestos técnicos más determinantes en el juego son el control y el pase, como fundamentos técnicos que influyen directamente en la socialización del juego, y el disparo, debido al elevado índice de opciones de finalización que se producen a lo largo de un partido.

Nuestro deporte tiene en la velocidad-precisión una de sus características principales, ya que el déficit de espacio y tiempo provoca que la velocidad en todas las fases de la acción de juego (percepción, toma de decisiones, ejecución) deba ser acorde a la rapidez del juego, y requiere además la precisión necesaria para darle eficacia a las acciones.

En el apartado físico, es un deporte marcado por esfuerzos intermitentes e intensos de corta o media duración, donde la reglamentación nos permite disponer de periodos de descanso para nuestros jugadores; donde el déficit de espacio y tiempo en el juego provoca acciones de máxima intensidad; donde el trabajo de la fuerza y de la resistencia a la velocidad son vitales para mantener un elevado ritmo de juego; y donde la adecuada preparación física es fundamental para conseguir una apropiada recuperación de los constantes esfuerzos.

El juego transcurre en situaciones de ataque (cuando se dispone de la posesión del balón) y defensa (cuando no se dispone del balón). Muy posiblemente, el paso de una situación a otra es lo más relevante del juego y donde se pueden producir más situaciones de peligro y de gol, debido a la desorganización momentánea de los posicionamientos defensivos y al hecho de que no exista en ocasiones una ocupación racional de los espacios debido al cambio repentino de objetivo en el juego. Estas situaciones se llaman transiciones (ofensivas y defensivas).

También debemos resaltar que el espacio de la cancha ocasiona que cualquier situación de saque en cancha contraria (córner, banda o falta) nos concede una posible situación de finalización, por lo que podemos decir que cada vez más aumenta la relevancia de las jugadas a balón parado.

En defensa, el objetivo principal es la recuperación del balón y dónde se produzca ésta. Por ello, los equipos defenderán en un espacio de juego u otro, con la clara intención de provocar mayores dificultades al rival en el momento de la

recuperación (presión en cancha contraria, defensa abierta en ¾ de cancha, defensa a media cancha, defensa cerrada). Es evidente que una recuperación en cancha contraria puede proporcionarnos una situación rápida de finalización, y que en una recuperación en una defensa cerrada podremos disponer de espacios para organizar un contraataque.

En ataque, el objetivo principal consiste en hacer gol, y la manera más factible en un primer momento es utilizar las opciones de transición ofensiva (lo que dota al juego de dinamismo). Cuando es necesario atacar contra una defensa organizada y posicionada, se recurre a la construcción del ataque, que puede ser más elaborado o más directo.

Se puede dividir a los jugadores en función de sus posiciones: portero, cierre, alas, pívot. Existirán jugadores con capacidad para adaptarse a las diversas posiciones dentro del campo (jugadores universales) y jugadores especialistas: pívot con recursos y capacidades específicas; jugador con habilidad para el 1x1; jugadores con capacidades físicas específicas o destacadas en algún factor, etc. Lo que sí debemos resaltar es que el tipo o las características concretas de nuestros jugadores condicionará nuestra forma de juego (por ejemplo, si disponemos de un pívot, podremos utilizar un sistema 3-1; si disponemos de jugadores con capacidad para el 1x1, buscaremos situaciones de sistema 2-2, etc.). Si bien el nuestro es un deporte colectivo, a la hora de analizar el juego de nuestro partido, de cualquier partido o bien el juego del rival, siempre debemos tener en cuenta la actuación individual de los jugadores y su incidencia positiva o negativa en el propio juego.

ESTRUCTURA POR NIVELES

Los jugadores de futsal coincidiendo con su crecimiento y con el desarrollo de las diferentes etapas evolutivas, también pasa por unos periodos diferenciados por lo que respecta al aprendizaje y a la mejora de todos los factores que intervienen en el juego. Estas diferentes fases de aprendizaje deben corresponderse con las capacidades del niño y joven en todo momento. Progresar en los fundamentos tácticos a través de los juegos reducidos con balón, variando las condiciones del juego y del entorno, adaptando los ejercicios a las características de los niños y creando progresiones didácticas mediante la variación de condiciones simplificadas.
De igual manera en las diferentes etapas de los niveles de formación se inculcan y recalcan aspectos teóricos, recreativos, valores, de motivación e inteligencia emocional del deporte junto con elementos que complementan la formación integral de los deportistas.

Iniciación: 6 - 8 años de edad

La etapa de iniciación estará comprendida entre las edades de los 6 a los 8 años. En esta etapa las actividades recreativas, lúdicas y los juegos predeportivos serán las principales herramientas para el desarrollo de las primeras habilidades y destrezas, algo de parte técnica, es decir sus primeros pasos deportivos. el objetivo será desarrollar la actividad motora (habilidades motoras básicas, coordinación, equilibrio, velocidad), el conocimiento del esquema corporal, la diferenciación segmentaria, afianzar la multilateralidad como base de la orientación espacial. Existen innumerables juegos y actividades que benefician este tipo de desarrollo.

En esta etapa se desarrollarán actividades como:

Capacidades condicionales:

- Fuerza. No cargas. Enseñar que es la fuerza y como emplearla en el futbol de salón.
- Resistencia. Aeróbica únicamente y por medio de juegos y actividades recreativas.
- Flexibilidad. Dinámica y estática. Explicación e importancia de la elongación muscular y sus beneficios para evitar lesiones deportivas.
- Velocidad. Brindar a los niños juegos ejercicios para mejorar la velocidad de reacción y acción.
-

Aspectos Técnicos.

- Guiar al niño para que pueda efectuar un pase con borde interno, talón, muslo, cabeza, externo y punta.
- Enseñar al niño como controlar con borde interno, externo, empeine, planta, punta talón, cabeza, pecho y muslo.
- Realizar ejercicios de conducción de balón con borde interno, externo, planta y punta. Para que el deportista comprenda su ejecución.
- Guiar al niño como se debe patear relacionando el equilibrio, ubicación, perfiles y ángulo.
- Sensibilizar al niño como se debe regatear y en que espacios, así mismo como superar y eludir obstáculos.

Aspectos teóricos.

- Historia del deporte a nivel local, nacional y mundial.
- Reglamento.
- Mirada general de las posiciones y elementos iniciales tácticos.

Aspectos psico-sociales.

- Orientación hacia los valores y la sana convivencia
- Contenidos básicos de la atención, concentración y actividades de memoria.
- Motivación hacia la práctica deportiva y aprovechamiento del tiempo libre.

Actividades lúdico - recreativas.

- Formas del deporte juagadas
- Juegos tradicionales
- Juego de roles
- Recreación por medio de otras actividades no propias del deporte.

Fundamentación: 9 - 12 años de edad

La etapa de fundamentación se ubicará entre los 9 a los 12 años. Aquí la parte técnica está más desarrollada, aparecen las primeras pinceladas de táctica y estrategia de juego. De igual manera centrará su mirada también será lúdica y recreativa en aras de una sana convivencia. la habilidad general motora adquirida les permitirá manejar su cuerpo en el tiempo y en el espacio. En este momento ya se puede comenzar a desarrollar la habilidad motora específica, estimulando la flexibilidad, la fuerza (sin el empleo de cargas máximas) y la resistencia (más la aeróbica que la anaeróbica). Además, se trabajará para que el niño logre desarrollar el dominio y uso de su cuerpo en movimientos analíticos, así como la incorporación de técnicas y gestos propios del futbol de salón. A continuación, algunos aspectos a trabajar:

Capacidades condicionales

- Fuerza. No cargas. Enseñar que es la fuerza y como emplearla en el futbol de salón. Fuerza potencia y fuerza resistencia como base inicial. Actividades generalizadas. Trabajos con propio peso.
- Resistencia. Aeróbica únicamente y por medio de juegos y actividades recreativas. Primeros pasos para buscar trabar la resistencia anaeróbica. Actividades de intensidad media y corta duración
- Flexibilidad. Dinámica y estática. Explicación e importancia de la elongación muscular y sus beneficios para evitar lesiones deportivas.
- Velocidad. Brindar a los niños juegos ejercicios para mejorar la velocidad de reacción y acción.

Aspectos Técnicos y tácticos.

- Conducción. Afianzar al deportista para que utilice cualquier superficie de contacto en la conducción
- Pase. Mantener la concentración mental y el equilibrio corporal, logrando mejorar el deportista en la precisión
- Dribling. Instruir la finta como factor indispensable en la técnica individual.
- Remate. Mejorar la frecuencia y velocidad de ejecución de cada remate al arco. Mejor y mayor ubicación y potencia.
- Posicionamiento y ubicación en el terreno de juego.
- Fases del juego. Ataque-defensa y viceversa.

Aspectos teóricos.

- Historia del deporte a nivel local, nacional y mundial.
- Reglamento. Elementos iniciales sobre el Arbitraje.
- Mirada general a los sistemas tácticos de juego, posiciones.

Aspectos psico-sociales.

- Orientación hacia los valores y la sana convivencia
- Contenidos básicos de la atención, concentración y actividades de memoria.

- Motivación hacia la práctica deportiva y aprovechamiento del tiempo libre.

Actividades lúdico-recreativas.

- Juegos predeportivos.
- Juegos tradicionales.
- Actividades lúdicas no propias del deporte.

Perfeccionamiento: 13 - 17 años de edad

Por último, tenemos la etapa de perfeccionamiento. Aquí las edades se sitúan entre los 13 a los 17 años. Las habilidades y destrezas estarán en un nivel superior. Aquí se hará énfasis en táctica y estrategia de juego, y un desarrollo de la forma física más profunda y especializada. De igual manera habrá momentos de juegos y actividades lúdicas para integrar a la población y crear ambientes de sana convivencia. Es la de maduración puberal. es la etapa adolescente en la que ya se puede comenzar el deporte con sus reglas y sesiones de entrenamiento, respetando los momentos evolutivos propios de cada niño en particular, debido a la gran variabilidad que los cambios puberales presentan individualmente. Es importante controlar en los niños tanto el cansancio físico como la tensión psíquica y emotiva que provoca la participación en los deportes. De allí que la actividad física debe estar controlada y dirigida, dosificando el entrenamiento de acuerdo con la edad biológica y las posibilidades de cada uno.

Capacidades condicionales

- Fuerza. Cargas peso extra. Trabajo de grupos musculares en búsqueda de fortalecimiento e incremento de masa muscular. Fuerza máxima, fuerza potencia y fuerza resistencia. Siempre orientado hacia el futbol de salón.
- Resistencia. Anaeróbica a láctica y láctica. Actividades de alta intensidad y corta duración, aeróbica. Actividades de larga duración e intensidad media y baja. Siempre respetando los limites fisiológicos.
- Flexibilidad. Dinámica y estática. Explicación e importancia de la elongación muscular y sus beneficios para evitar lesiones deportivas.
- Velocidad. De reacción y de acción. Elementos para las salidas rápidas y explosivas por medio de la combinación de la fuerza.

Aspectos Técnicos y tácticos.

- Conducción. Rápida y especial en búsqueda de elementos que permitan llegar a una economía de esfuerzo.
- Pase. Precisión y potencia suficiente. Variantes y pensamiento rápido en acciones complejas

- Dribling. Con mayor velocidad y superando obstáculos con alto grado de dificultad.
- Remate. Mejorar la frecuencia y velocidad de ejecución de cada remate al arco. Mejor y mayor ubicación y potencia. Distancias largas y cortas con elementos de dificultad.
- Posicionamiento y ubicación en el terreno de juego.
- Fases del juego. Ataque-defensa y viceversa, contraataque, inferioridad de jugadores en el equipo
- Sistemas de juego. 2-2, 2-1-1, 3-1, 1-3. Salidas de dos y de tres etc.

Aspectos teóricos.

- Historia del deporte a nivel local, nacional y mundial.
- Reglamento. Profundización para sacar el mayor beneficio de este. Arbitraje elementos de juzgamiento.
- Videos y actividades sobre los sistemas tácticos de juego, posiciones y desplazamientos en campo. Variante de juego.

Aspectos psico-sociales.

- Orientación hacia los valores y la sana convivencia
- Contenidos básicos de la atención, concentración y actividades de memoria.
- Motivación hacia la práctica deportiva y aprovechamiento del tiempo libre.
- Estado emocional. Dialogo constate con los deportistas
- Situaciones personales o dificultades familiares que puedan interferir en el grupo.
-

Actividades lúdico-recreativas.

- Juegos predeportivos.
- Juegos tradicionales.
- Actividades lúdicas no propias del deporte.

TEMAS Y CONTENIDOS

INICIACION		
CONTENIDO	**TEMA**	**LOGROS**
CAPACIDADES COORDINATIVAS	Acoplamiento	Reconoce las diferentes partes del cuerpo y sus posibilidades de movimiento para integrarlas en diferentes ejercicios de manera individual y conjunta
	Ritmo	Genera diferentes secuencias de movimientos a través del cuerpo integrados por medio de estímulos visuales y auditivos, que le permiten tener control del cuerpo y sus movimientos.
	Equilibrio	Mantiene una posición estable del cuerpo con la utilización de distintos materiales, en diferentes posiciones con y sin desplazamiento del cuerpo
	Orientación	Percibe lo que sucede alrededor en condición del tiempo y el espacio aplicándolo en las diferentes actividades propuestas
	Diferenciación	Analiza y diferencia las características de diferentes ejercicios y movimientos para poder ejecutarlos y ponerlos en práctica de acuerdo a las posibilidades de cada deportista
	Reacción	Ejecuta rápidamente acciones motoras de manera simplificada por medio de estímulos e indicaciones.
	Adaptación	Desarrolla ejercicios de acuerdo a la condición de movimientos en diferentes situaciones y condiciones aplicándolas con acciones aprendidas
PATRONES	Caminar	Realiza movimientos caminando conduciendo el balón en diferentes direcciones de acuerdo a las indicaciones.
	Correr	Hace uso de diferentes espacios movilizando el cuerpo en carrera y utilizando diferentes objetos

BASICOS DE MOVIMIENTO	Imitación	Ejecuta diferentes movimientos a través de la observación para luego reproducirlos de acuerdo a sus posibilidades de movimiento.
	Atrapar	Utiliza diferentes medios y partes del cuerpo para atrapar objetos
	Rodar	Reconoce y ejecuta acciones en las que utiliza el cuerpo para rodar como posibilidad de movimiento.

FUERZA	Fuerza Básica (Peso Corporal)	Ejecuta movimientos en los que se involucra la fuerza con distintos segmentos corporales utilizando el peso del propio cuerpo
	Saltos (fuerza de tren inferior)	Ejecuta saltos con uno y dos pies sobre diferentes superficies y en distintas direcciones
	Lanzamientos (fuerza de tren superior)	Reconoce y ejecuta distintas formas de lanzamiento con las partes del cuerpo
	Desplazamientos	Ejecuta movimientos desplazando objetos en diferentes direcciones y con distintas partes del cuerpo.
RESISTENCIA	Aeróbica	Realiza diferentes actividades durante el juego que le permiten permanecer activo durante las sesiones de clase
VELOCIDAD	Carrera Continua	Ejecuta acciones con y sin balón llevando a cabo indicaciones propuesta por el entrenador
	Juegos de carrera	Realiza actividades de velocidad con y sin elementos externos
	Velocidad de reacción	Permanece atento a diferentes estímulos que le permitan iniciar o finalizar alguna actividad
FLEXIBILIDAD	Movilidad articular	Reconoce las articulaciones del cuerpo y ejecuta movimientos que contribuyen al buen funcionamiento de los músculos
	Estiramientos dinámicos y estáticos	Ejecuta diferentes ejercicios asociados con la salud hacia la prevención y corrección de malas posturas.
CONTROL DE BALÓN	Dominio	ejecuta y corrige las acciones mal ejecutadas indicadas por el entrenador
	Recepciones	Ejecuta correctamente los distintos tipos de control haciendo uso de las partes del cuerpo
	Superficies de contacto	Diferencia correctamente cada superficie de contacto y su uso

	clasico - orientado	Diferencia y hace uso de los tipos de control con el balon
PASES	Corto y Largo	Ejecuta pases desde diferentes distancias
	Utilizando todas las zonas del campo	UtIliza el pase como medio de relacion con los demas
	Sucesión de pases	Realiza diferentes pases utlizando las superficies adecuadas
	Entre dos o más jugadores	Elige el mejor pase según las situaciones de juego o actividades
	Pases en direcciones	Diferencia y hace uso de los diferentes tipos de pase y direcciones
CONDUCCION	Utilizando las lineas del terreno de juego. el jugador se debe desplazar junto con el balón siguiendo la direccion de línea y del terreno sin salirse de ella, llevandolo a cabo según la indicación del entrenador en la forma de conduccion.	Realiza la conducción del balón con ambos pies
	Mediante una figura formada con platillos los jugadores deben seguir la secuencia de este, haciendo uso de ambos pies según la secuencia de la figura.	Ejecuta conducciones en diferentes direcciones
	A cada jugador se le dara una indicacion de la accion que debe realizar. ejemplo: hacer un circulo conduciendo el balon con el borde externo del pie, hacer el numero 8 conduciendo el balon con la planta del pie, etc.	Mantiene una distancia adecuada durante la conduccion del balon
	Se forman grupos de jugadores formando un cuadro y en medio de los grupos se coloca un cono. el primer jugador de cada fila sale conduciendo el balón con la zona de contacto indicada por el entrenador hasta el cono del centro, luego se devuelve conduciendo de forma libre hasta la fila para entregar el balón al siguiente compañero hasta que pasen todos os jugadores de cada fila. gana el equipo que finalice primero.	Conduce el balón sin perder el control del mismo

	Cada jugador con balón deberá conducir en zigzag la línea marcada con los platillos por cierta distancia. desde el inicio hasta el final se irá reduciendo la distancia entre platillos generando una dificultad en la conducción.	Conduce el Balón con la superficie adecuada
REMATE	Los jugadores se sitúan por parejas de frente a una distancia de 10 metros; el entrenador indica el tipo de tiro a realizar, después de explicarlo, los jugadores se pasan el balón de acuerdo a lo explicado	Reconoce la diferencia entre el remate y el pase
	Por parejas se ubicarán de frente a una distancia de 10 metros; un jugador estará de espalda, cuando el otro compañero le de la indicación se voltea para tirar el balón hacia su compañero justo en el lugar donde se ubica	Corrige las acciones mal ejecutadas indicadas por el entrenador
	En grupos de 6 jugadores, irán conduciendo el balón alrededor de un circulo formado por conos, en el centro se ubicará una pequeña portería. cuando el entrenador de la indicación #1 cambian de pierna conduciendo el balón en dirección contraria, indicación #2 rematar al arco del centro con la pierna que conducen el balón en ese momento.	Utiliza las zonas de contacto para rematar a diferentes objetivos
	Ubicados en fila y cada jugador con un balón, dará un pase al entrenador, quien lo controla y lo envía a cierta zona delimitada para que el jugador salga en velocidad y remate al arco.	Utiliza las dos piernas para rematar al arco
	Los jugadores se ubican por parejas, uno con balón y el otro protegiendo la línea de 4 conos formada por ellos. el jugador que tiene el balón intenta tumbar al piso los conos mientras el otro jugador detiene el balón solo con los pies, y luego en forma de pase devuelve el balón al compañero. después de 10 tiros a los conos cambian de posiciones.	Consigue seguridad para poder impactar el balon según la zona de contacto.

	el entrenador indicara la zona de contacto para golpear el balón	
CABECEO	Individualmente cada jugador con un balón, intenta no dejar caer el balón, haciendo toques con la cabeza. cambiar la zona de contacto.	Diferencia las zonas de contacto para el remate de cabeza
	En parejas, un jugador se ubica al lado de una valla, el compañero que esta al frente le enviará con la mano el balón que después de un salto sobre la valla deberá devolver a las manos de su compañero. Después de 5 saltos con cabeceo cambian de posición. Los saltos deberán realizarse hacia la derecha e izquierda.	Golpea el balon con la superfice adecauda de la cabeza.
	Por tríos, dos jugadores tendrán un balón en sus manos, y el tercer jugador tratara de rematar a un arco . el primer jugador enviara el balón como un saque de banda hacia el compañero que viene en carrera y este debe devolverlo a las manos, y luego seguir en carrera. el segundo jugador enviara el balón de forma frontal hacia el jugador en carrera para que remate de cabeza de frente al arco. luego deben cambiar de posiciones para dar continuidad al ejercicio.	Demuestra seguridad para entrar en contacto con el balon al momento de cabecear.
	Por parejas separados a una distancia de 3 metros formaran un arco cada uno. el jugador (a) enviara el balón con las manos al jugador (b) para que remate de cabeza. el jugador (a) intentara evitar el gol rechazándolo de igual forma con la cabeza. luego el jugador (b) hace el lanzamiento hacia jugador (a).	Coordina el gesto tecnico del salto para poder cabecear efectivamente.
	en grupos de 5 jugadores. se ubican 4 jugadores en círculo y otro en el medio. el jugador que está en el centro le pasa el balón a sus compañeros que deberán devolverlo de cabeza a él. el jugador que deje caer el balón al	Reconoce la ubicación de su cuerpo y la distancia del balón para entrar en contacto con la cabeza.

	piso o no logre devolver de forma correcta el balón, debe pasar el centro.	
HISTORIA DEL DEPORTE	Que es el futbol de salón	Diferencia el futbol de salón de manera práctica y teorica en comparacion con las demás ramas de futbol (futbol, microfutbol, futbol 8 etc)
	Exposición del deporte (futbol de salón)	Explica de manera práctica y teórica conceptos básicos adquiridos del deporte
REGLAMENTACION	Por medio de las diferentes actividades que implica el juego y cada sesión de entrenamiento, el jugador deberá acatar cada una de las normas establecidas para dicha actividad, y de acuerdo al reglamento del deporte	Comprende las normas básicas del juego
	Previamente que los jugadores entienden cuáles son las normas con las cuales debe de cumplir, se plantearan actividades donde se lleve a cabo una acción contraria a la ya conocida, fortaleciendo normas propuestas por ellos mismos o condiciones que establezca el entrenador.	Diferencia las normas del juego en relación a las indicaciones
	Detalles tecnicos	Conoce los aspectos técnicos del deporte para poder ponerlos en práctica.
APLICACIÓN DE LAS MATERIAS DEL COLEGIO	Se llevará a cabo actividades grupales e individuales en las que el los jugadores puedan poner en practica conocimientos básicos de las materias como la matemática, geografía, ciencias naturales, ingles etc.	Analiza y ejecuta acciones mediante el conocimiento adquirido en el colegio
	Los jugadores tendrán la posibilidad de plantear y ejecutar actividades en las cuales pongan en práctica lo aprendido en la clase de futbol y algún conocimiento de alguna materia en específico la cual pueda explicar el y transmitirlo a los demás compañeros.	Pone en práctica los conocimientos adquiridos en el colegio y los expresa con los compañeros de equipo, generando algún tipo de actividad.
	Frecuencia cardiaca	Entiende el significado de la freceuncia cardiaca y lo pone en práctica durante las activades de juego.

VALORES	Respeto	Demuestra respeto por las actividades propuestas durante la sesion de clase
	Compromiso	Demuestra compromiso como miembro de la escuela de formacion deportiva, asistiendo a las sesiones de clase y demás actividades planteadas durante el proceso.
	Tolerancia	Despierta emociones respecto a la aceptacion hacia los demás integrantes de y las escuelas de formacion, generando buenas relaciones.
	Compañerismo	Permite el bienestar grupal tratando de conseguir la unión con los demás compañeros generando un buen ambiente.
	Responsabilidad	Asume el cumplimiento de deberes inculcados en la escuela de formación poniéndolos en practica durante las sesiones de clase
HABITOS DE VIDA SALUDABLE	Aseo Corporal	Adquirir pautas de higiene concretas y correctas para cada area del cuerpo.
	Alimentacion	Comprende a traves de charlas de que la alimentación permite el crecimiento y desarrollo físico para el cuerpo.
	Ingesta de Agua	Comprende y pone en práctica la ingesta de agua durante las sesiones de clase como fuente principal de hidratación para los órganos del cuerpo.
	Descanso y Sueño	Entiende de que el descanso y el sueño son importantes para mantener la salud fisica y mental y así poder estar activos en las practicas del deporte
	Ejercicio Fisico	Mantiene activo durante las sesiones de clase como parte y desarrollo de la salud fisica y emocional.
MOTIVACIÓN	Actitud Positiva	Mantiene una actitud positiva y mantiene la calma ante los compañeros, profesores y actividades aun en momentos no favorables
	Esfuerzo y Superacion	Demuestra compromiso y genera esfuerzo intentando hacer los posible por conseguir los objetivos a nivel individual y grupal.
	Competitividad	Trabaja de manera conjunta con los compañeros de clase para conseguir los objetivos de actividades propuestas afianciando la competitividad a nivel individual y grupal.

	Emociones	Maneja el control de las emociones manifestándolas con un buen comportamiento frente a los compañeros y entrenadores.
	Comunicación	Pone en práctica la comunicación y expresión de sentimientos con los compañeros de equipo.
INTELIGENCIA EMOCIONAL	Atencion y Concentracion	Atiende a los diferentes estímulos e indicaciones dadas por el entrenador para el desarrollo de las actividades.
	Convivencia Deportiva	Mantiene una buena relación con los compañeros de equipo entrenadores y demás elementos de la escuela de formación.
	Sentido de pertenencia	Valora el espacio deportivo de práctica, materiales, como parte de su formacion y haciendo buen uso de ellos.
	Trabajo en equipo	Promociona un auto concepto positivo con sus compañeros en el desarrollo y aprendizaje de habilidades sociales.
	Resultados de juego (derrota, victoria, empate)	Asimila frente a sus emociones los resultados posibles que se dan frente a activades y competiciones.
JUEGOS DE INTEGRACION	Intercambio de deporte	Demuestra interes por participar y aprender de otros deportes los cuales puedan aportar a su formación deportiva y personal.
	Por equipo	Participa activamente de las actividades de integracion grupales planteadas por los entrenadores y compañeros de equipo con el fin de mantener la buena comunicación y relación a nivel grupal.
	Dia de la familia	Participa mediante actividades de integracion junto con sus padres demostrando habilidades e integrando a los demás compañeros y padres del grupo de trabajo.
JUEGOS TRADICIONALES	Se llevaran a cabo actividades de lanzamientos con elementos (tejo, boli rana, dardos	Ejecuta acciones técnicas y físicas con elementos como parte del juego dentro de las sesiones de clase
	Carrera de costales	Participa de manera activa en el juego de costales como parte del desaroolo físico y puesta en práctica del juego tradicional
	Ponchados y cogidas	Realiza correctamente ejercicios motrices como correr, caminar saltar y atrapar que a su vez ayudan a mejorar la atencion en el juego.
	Elementos de papel	Crea elementos con material de papel, para llevar a cabo juegos que permitan la comunicación e intragracion a nivel grupal.

ACTIVIDADES ARTISTICAS	Pruebas físicas y antropométricas 1 -2 -3 (de control)	Desarrolla habilidades a traves de las pruebas físicas de control que le permiten tener conocimiento de su estado físico y motriz antes, durante y después de finalizado el proceso de entrenamiento en el año.
	Expresion corporal	Demuestra mediante alguna actividad grupal o individual el desarrollo de la imaginación, el placer por el juego, creatividad, los cuales puedan reflejarse y poder ser aplicados para los demás compañeros.
	Dibujo	Representa mediante actividades como el dibujo la pasión por el deporte lo cual puede ser compartido con los compañeros y entrenadores para poder llevar a cabo alguna actividad como exposiciones o juegos.
	Creacion de elementos con reciclaje	Recolecta elementos de reciclaje con el fin de crear instrumentos o materiales que puedan ser utilizados en la escuela de formación.
CIRCUITOS RECREATIVOS	Con y sin elementos	Ejucuta diferentes acciones motricez a traves del juego por estaciones que le permiten desarrollar su imaginacion, el trabajo en equipo, y la integración, permitiendo a su vez conocer sus habilidades y debilidades para poder mejorarlas.
FESTIVALES RECREATIVOS	Eventos mensuales recreativos (torneos, caminatas, salidas pedagógicas, charlas, etc)	Participa de las actividades propuestas por los entrenadores, compañeros de clase, oficina de deportes, con el fin de incentivar el trabajo en equipo y la sana competencia
	Eventos mensuales deportivos	Demuestra las habilidades adquirididas durante el proceso de entrenamiento reflejandolo en los encuentros deportivos a nivel grupal en individual.
	Torneo de Habilidades	Demuestra sus hablidades físicas y técnicas adquiridas durante los procesos de entrenamiento

TACTICO	**JUEGO REDUCIDO** **JUEGO EN AMPLITUD**	Ejecutar acciones de juego en espacios reducidos que obliguen al jugador a movilizarse de manera rápida con y sin el balón. Permitir al jugador movilizarse de forma libre dentro del terreno de juego que a su vez le permitan llevar acciones técnicas adecuadas sin presión.

FUNDAMENTACION		
CONTENIDO	**TEMAS**	**LOGROS**
CAPACIDADES COORDINATIVAS	Lateralidad	Ejecuta acciones que le permiten orientar su cuerpo en el espacio y desarrollar un predominio de sus extremidades orientadas al deporte y a la realizacion de actividades
	Ritmo	Realiza acciones de manera controlada y ordenada con el fin de mejorar el dominio del cuerpo y posiblidades de movimiento
	Equilibrio	Lleva a cabo ejercicios que le permiten tener control y ubicacion del cuerpo en distintas situaciones con y sin elementos.
	Orientacion	MAneja diferentes acciones y controla los movimientos sin perder la ubicación del cuerpo.
	Diferenciacion	Logra llevar a cabo acciones coordinadas en distintas fases del movimiento.
	Coordinacion viso-manual y viso - pedica	Logra llevar a cabo movimientos en relacion con gestos tecnicos del deporte mediante la utilizacion visual conjunta con manos y pies
	Adaptacion	Mantiene un equilibrio constante de las funciones corporales como respuesta a los estimulos de esfuerzo fisico.
	Giros	Desarrolla conciencia corporal mediante ejercicios con elementos como el balon
	Carrera	Realiza diferentes ejercicios para el mejoramiento del ciclo de carrera en sus diferentes fases y que le permitan obtener

PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO		beneficios hacia otra capacidades fisicas.
	Saltar	Ejecuta acciones de salto en diferentes direcciones y velocidades y alturas llevandolas a cabo con y sin objetos
	Golpear	Adquiere habilidades para poder golpear elementos tales como el balón y con distintas partes del ceurpo y zonas de contacto de las mismas
	Lanzar	Ejecuta acciojes de lanzamiento con distinta partes del cuerpo lo cual le permitan adquirir mayor gesto motriz especifico del deporte.
FUERZA	Pliometria baja: generando pequeños saltos superando obstáculos en carrera y posiciones estáticas	Supera obstaculos a alturas bajas por medio de saltos
	Ejercicios en series con y sin sobrecarga	Ejecuta acciones y movimientos con y sin elementos que le permiten desarrollar los diferentes tipos de fuerza tales como resistencia a la fuerza, fuerza explosiva
RESISTENCIA	Aerobica	Realiza ejercicios en tiempos prolongados y diferentes ritmo de trabajo
	Anaerobica	Realiza ejercicios basicos de resistencia en periodos cortos de tiempo
VELOCIDAD	De reacción: dirigirse de manera rápida a distintos lugares o movimientos a los cuales el entrenador a indicado. se puede llevar a cabo de forma individual o grupal; con balón y sin balón	Responde por medio de movimientos en el menor tiempo posible
	En carrera: continua, alternancia de carreras y marcha, con diferentes tipos de desplazamiento y diferentes velocidades	Utiliza los sentidos como medio para responder a estimulos y poder ejecutar acciones rapidas.
	Gestual	Ejecuta de manera correcta gestos tecnicos y responder a ellos en periodos cortos de tiempo.
FLEXIBILIDAD	Dinamica: En las actividades principalmente de activación o parte inicial de la sesión de clase, se les enseñara las principales articulaciones del cuerpo y su posibilidad de movimiento. se les pedirá crear un movimiento que implique la movilidad de una o más articulaciones.	Logra llevar a cabo una movilidad articular amplia para poder ejecutar movimientos con mayor facilidad.

	Estatica: En el cierre de las sesiones de clase se harán ejercicios con control de movimiento en diferentes posiciones que permitan crear una imagen corporal saludable mecanizando ciertos estiramientos y posturas.	Genera un control de postura adecuado con el fin de fortalecer la musculatura y articualciones.
CONTROL ORIENTADO	Los alumnos trotaran de forma libre y a la orden o a la señal el deportista y en pareja debe conducir el balon y a la señal del compañero, debe frenar y para el balon pisandolo con la planta del pie. Despues se debe continuar las acciones de acuerdo a la superficie de contacto indicada para el control	Participa activa y adecuadamente de acuerdo a la actividad explicada
	Control y dominio del balon entre grupo de deportistas, que el balon no caiga	Demuestra concentracion de amnera precisa para que el balon no caiga en ningun momento de la actividad.
	Dominio del balon con y sin desplazamiento en parejas e individual.	Controla con habilidad el balon gerando dominio del mismo con y sin desplazamientos.
	Circulo con los deportistas en el cual se pueda dar el mayor número de toques al balón sin que este caiga	Domina en control del balon trtando de que no caiga la piso.
PASE	Pases individuales: contra una superficie dura "pared" golpear el balón con diferentes superficies; pie, cabeza, pierna, pecho, tratando de que el balón regrese al jugador nuevamente de manera correcta.	Realiza pases de manera correcta con distintas superficies.
	Pases colectivos: en grupos se pide llegar a un punto determinado utilizando todo el terreno de juego, indicando utilizar una zona de contacto en específico; cierta cantidad de pases; control y pase, pase dirigido sin control etc.	Utiliza gestos tecnicos y distintas superficies de contacto para realizar pases de manera correcta.
	Pases en parejas: se realizan pases sin dejar caer el balón utilizando cualquier parte del cuerpo aumentando la distancia los dos jugadores un máximo de 10 metros	Ejecuta pases con el control y dominio del balon.

	Triangulaciones: los jugadores se ubican formando un triángulo; realizan una sucesión de controles y pases juagando a 1 o 2 toques y con ambas piernas; los jugadores deben desplazarse al sitio al que envían el balón. después de cierto tiempo el ejercicio debe realizarse en ambos sentidos del triángulo.	Realiza pases consecutivos utilizando ambas piernas.
	Rondos: formar círculos amplios y reducidos con jugadores, manteniendo la posesión del balón procurando que no sea interceptado por el jugador que está en la mitad del círculo. utilizar distintos tipos de pase, limitar toques, 2 jugadores defienden, el circulo debe permanecer dinámico o estático sin perder la figura.	Aplica pases en diferentes direcciones de manera adecuada.
REGATE	El entrenador dará explicación del regate, su utilización, y gestos técnicos de forma general por medio de diferentes ejercicios	Comprende el signicado del regate y lo aplica como medio tecnico.
	De manera individual el jugador tendrá que observar un regate demostrado por algún compañero o entrenador practicándolo continuamente observando errores para corregirlos tratando de dominarlo.	Pone en practica el regate haciendo debidas correciones para llevar a cabo una buena ejecucion.
	Trasladar el balón de una zona a otra, evitando obstáculos, que indiquen que regate debe hacerse, para pasar o avanzar a otra zona.	Practica el regate utilizando gestos tecnicos corporales adecuados.
	1 vs 1: eludir al compañero que actúa como defensa, evitando perder el balón por medio de diferentes regates	Utiliza el regate como medio para no perder el balon.
	Regate con remates: utilizar diferentes materiales (conos, platillos o estacas) para que el jugador eluda aplicando un regate finalizando con un remate al arco.	Emplea el reagte para eludir un elemento y poder rematar al arco.
	Dinamicas de conduccion con pase.	Realiza conducciones con diferentes ritmos de trabajo sin perder el control del balon

CONDUCCIONES	Relevos con conducción	Emplea un contacto continuo con el balon para dirigirse a un determinado lugar.
	Conducciones protegiendo el balon	Conduce el balon evitando que el compañero le quite el balón.
	Conducciones diagonales	Ejecuta conducciones en acciones combinadas.
	Conduccion y marca	Conduce el balón teniendo como referencia a un adversario o elemento.
REMATE	Lanzamientos con remate	Ejecuta remates empleando distintas zonas de contacto.
	Control y remate	Realiza remates haciendo un control previo del balon.
HISTORIA DEL DEPORTE	Caracterizacion de futbol de salon	Indaga sobre las caracteristicas del deporte para apropiarse de conceptos teoricos y practicos.
	Mejores jugadores	Demuestra interes por conocer los mejores deportistas de la disciplina deportiva y poder identificarse con ellos según la posicion de juego.
	Futbol de salon en el municipio	Conoce los procesos llevados a cabo en el deporte dentro del municipio.
REGLAMENTACION	Reglas Basicas	Entiende las reglas basicas del futbol de salon y las aplica dentro de las sesiones de clase y actividades.
	Juego limpio	Promueve el juego limpio en si mismo y con los demas comapeñros de equipo
	Evaluaciones	Argumenta por medio de evaluaciones los conocimientos adquiridos en diferentes momentos del poroceso de entrenamiento.
SENTIDO DE PERTENENCIA	Material deportivo	Hace uso adecuado del material deportivo disponible para la practicas de clase
	Cuidado del entorno	Cuida y respeta el escenario deportivo del cual hace uso para la practica deportiva
	Aseo de escenario	Promueve el aseo del escenario deportivo como parte de su formacion y sentido de pertenencia.
	Identificacion	Reconoce ser aceptado dentro del grupo de trabajo y demuestra aceptacion hacia sus compañeros logrando una integracion a nivel grupal.

VALORES	Honestidad	Actua bajo la verdad y justicia en diferentes momentos de la practica deportiva permitiendo la sana convivencia de los integrantes del equipo
	Respeto	Reconoce la importancia y aplica principios del respeto para el correcto desarrollo de las clases.
	Tolerancia	Genera emociones respecto a la aceptacion hacia los demas integrantes de equipo y demas escuelas de formacion, generando buenas relaciones.
	Vocabulario adecaudo	Utiliza y genera un buen habito del vocabulario como medio de realcion y comunicación hacia los demas.
	Relaciones Interpersonales	Se relaciona y da a conocer de manera constante y adecuada con todos los integrantes de la escuela de formacion (jugadores, entrenadores, padres de familia, celadores de escenarios deportivos, publico en general.
HABITOS DE VIDA SALUDABLE	Aseo Corporal	Adquirir pautas de higiene concretas y correctas para cada area del cuerpo.
	Alimentacion	Comprende a traves de charlas de que la alimentacion permite el crecimiento y desarrollo fisico para el cuerpo.
	Presentacion Personal	Promueve el uso correcto de los elementos de vestuario utilizados dentro y fuera de la escuela de formacion.
	Descanso y Sueño	Entiende de que el descanso y el sueño son importantes para mantener la salud fisica y mental y asi poder estar activos en las practicas del deporte
	Ejercicio Fisico	Comprende la importancia del ejercicio fisico dentro de la practica de la escuela de formacion como elemento para el cuidado, bienestar y desarrollo de su cuerpo
MOTIVACIÓN	Actitud Positiva	Mantiene una actitud positiva ante momentos adversos en la practica del deporte, permitiendose seguir adelante dentro de su formacion
	Esfuerzo y Superación	Demuestra esfuerzo por llevar a cabo actividades que le puedan parecer dificiles y con ello porder superarlas para generar confianza.
	Competitividad	Trabaja de manera conjunta con los compañeros de clase para conseguir los objetivos de actividades propuestas afianciando la competitivadad a nivel individual y grupal.

	Comunicación	Pone en practica la comunicación y expresion de sentimientos con los compañeros de equipo.
	Toma de Decisiones	Consigue tomar desiciones que le permitan adquirir seguridad en si mismo y que puedan ser reflejadas a nivel grupal.
INTELIGENCIA EMOCIONAL	Atencion y concentración	Permanece atento a las indicaciones dadas en las activadades y logra concentrarse en la ejecucion de las mismas.
	Convivencia Deportiva	Genera confianza a nivel grupal, reflejandose en la sana convivencia.
	Creatividad	Permite plasmar sus ideas dentro de las sesiones de clase con el fin de promover nuevas ideas o ejercicios para el mejoramiento de sus capacidades.
	Critica - Correccion	Analiza diferentes situaciones de comportamiento que le permitan mejorar las actitudes fisicas y personales
JUEGOS DE INTEGRACION	Juegos conformando grupos	Crea grupos de trabajo planteando actividades que pueden ser compartidas y expuestas a la practica con los demas compañeros
	Juegos Cooperativos	Promueve actitudes de comunicación, ayuda y solidaridad mediante el juego
	Escuelas deportivas	Genera espacios de participacion en actividades y juegos con las demas escuelas de formacion permitiendo la integracion y conocimiento de mas compañeros
JUEGOS TRADICIONALES	Mini tejo	Reconoce el juego del minitejo como juego tradicional del municipio participando de el como actividad deportiva y de enseñanza
	Yermis	Participa activamente de juegos tradicionales que contribuyen a la formacion del deportista desde el aspecto recreativo recalcando valores, sin dejar atrás aspectos fisicos, motrices y psicologicos como parte fundamental de su desarrollo.
	Triqui	
	salto de lazo	
	Mimica	Representa por medio del juego y la mimica diferentes expresiones tales como los sentimientos, la comunicaion, y la expresion.
	Baile (zumba)	Participa en actividades complementarias como el baile como parte de su formacion

ACTIVIDADES ARTISTICAS		fisica y motriz
	Expresion corporal	Representa atraves de elementos tecnicos del deporte un esquema o secuencia de habilidades y lo expone a los demas compañeros.
	Arte	Crea con diferentes elementos ejercicios que puedan ser llevados a la practica deportiva especialmente del futbol de salon
CIRCUITOS RECREATIVOS	Pruebas fisicas y antropometricas 1 -2 -3 (de control)	Desarrolla habilidades a traves de las pruebas fisicas de control que le permiten tener conocimiento de su estado fisico y motriz antes, durante y despues de finalizado el proceso de entrenamiento en el año.
	Con y sin elementos	Ejecuta diferentes acciones motricez a traves del juego por estaciones que le permiten desarrollar su imaginacion, el trabajo en equipo, y la integracion, permitiendo a su vez conocer sus hablidades y debildiades para poder mejorarlas.
FESTIVALES RECREATIVOS	Eventos mensuales recreativos (torneos, caminatas, salidas pedagogicas, charlas, etc)	Participa de las actividades propuestas por los entrenadores, compañeros de clase, oficina de deportes, con el fin de incentivar el trabajo en equipo y la sana competencia
	Eventos mensuales deportivos	Demuestra las habilidades adquirididas durante el proceso de entrenamiento reflejandolo en los encuentros deportivos a nivel grupal en individual.
	Torneo de Habilidades	Demuestra sus hablidades fisicas y tecnicas adquiridas durante los procesos de entrenamiento
	Actividades oficina de deportes	Participa de las activades deportivas y pedagogicas planteadas por la oficina de deportes del municipio como tambien por parte de Indeportes Cundinamarca.

TACTICA	DEFENSA Y ATAQUE	Identificar correctamente el momento de atacar y cuando se debe defender mediante acciones de juego simplificados.
	MARCAJE	Aprender el concepto de marcaje y como debe de realizarse.
	MOVILIDAD	Visualizar todo el espacio del terreno de juego tratando de ocupar espacios vacíos.
	CAMBIOS DE JUEGO	Reconocer y evitar la acumulación de jugadores enviando el balón a otras zonas del campo.
	JUEGO AMPLIO Y REDUCIDO	Permitir diferentes posibilidades de juego en busca de las habilidades de cada jugador.

PERFECCIONAMIENTO		
CONTENIDO	**TEMAS**	**LOGROS**
CAPACIDADES COORDINATIVAS	Acoplamiento	Permite reunir varios movimientos parciales para lograr aaciones de mayor complejidad.
	Ritmo	Comprende los cambios dinámicos y caracteristicos en las secuencias de movimientos, para llevarlos acabo durante la ejecucion de ejercicios o actividades.
	Equilibrio	Posee la capacidad para mantener la poscion optima del cuerpo bajo las exigencias de ciertos movimientos o posturas.
	Orientacion	Ejecuta movimientos del cuerpo que le permiten cambiar de situacion en el espacio y el

		tiempo de acuerdo a las exigencias de las actividades.
	Diferenciacion	Lleva a cabo movimientos que le permitan diferenciar una hablidad de la otra sincronizando sus movimientos.
	Coordinacion viso-manual y viso - pedica	Realiza movimientos complejos en relacion con gestos tecnicos del deporte mediante la utilizacion visual conjunta con manos y pies.
	Adaptacion	Aplica adecuadamente a acciones motricez, respondiendo ante ellas de manera precisa.
PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	Giros	Ejecuta de manera correcta acciones de giro con y sin desplazamiento mediante ejercicios con elementos como el balon
	Carrera	Emplea el gesto tecnico de carrera en sus diferentes fases que le permiten realizar ejercicios con mayor facilidad.
	Saltar	Ejecuta acciones de salto en diferentes direcciones y velocidades y alturas llevandolas a cabo con y sin objetos
	Golpear	Adquiere habilidades para poder golpear elementos tales como el balón y con distintas partes del cuerpo y zonas de contacto de las mismas
	Lanzar	Ejecuta acciones de lanzamiento con distintas partes del cuerpo perfeccionando el gesto motriz especificos hacia el deporte del futbol de salon.
FUERZA	Maxima (dinamica, estatica)	Aplica la mayor fuerza en acciones voluntariasa
	Explosiva (dinamica, estatica)	Ejecuta movimientos de manera rapida y con el maximo de su fuerza en periodos cortos de tiempo.
	Pliometria de tren inferior y superior: saltos a diferentes alturas y diferentes	Ejecuta saltos, flexiones y lanzamientos permitiendo

	direcciones, flexiones, extenciones, lanzamientos.	contracciones adecuadas en los musculos de tren inferior y superior.
RESISTENCIA	Aerobica	Realiza con voluntad y autoregulacion actividades en carrera para sobreponerse aellas en periodos largos de tiempo
	Anaerobica	Realiza con voluntad y autoregulacion actividades en carrera para sobreponerse aellas en periodos cortos de tiempo.
VELOCIDAD	De reacción: dirigirse de manera rápida a distintos lugares o movimientos a los cuales el entrenador a indicado. se puede llevar a cabo de forma individual o grupal; con balón y sin balón	Ejecuta movimientos de forma rapida respondiendo a estimulos en el menos tiempo posible.
	En carrera: continua, alternancia de carreras y marcha, con diferentes tipos de desplazamiento y diferentes velocidades, utilizando como medio el balon	Realiza actividades con distintos cambios de velocidad con y sin balon
	Gestual estatica, dinamica (con y sin balon).	Ejecuta de manera correcta gestos tecnicos y responder a ellos en periodos cortos de tiempo.
FLEXIBILIDAD	Dinamica: con movilidad de una o mas articulaciones y diferentes metodos	Realiza estiramientos de manera activa con distintos metodos que le permitan cuidar los musculos en us diferentes planos.
	Estatica: ejercicios con control de movimiento en diferentes posiciones que permitan mecanizar ciertos estiramientos y posturas. De igual manera se utilizan distintos metodos para la realizacion de dichos estiramientos	Realiza la activacion y relajacion muscular por medio de estiramientos de manera estatica mediante distintos metodos.
	Paredes consecutivas entre varios jugadores. una vez que llega a un previamente marcado realiza una conducción hasta otro punto para dar un pase largo y que se otro compañero el que controle y comience el ejercicio.	Ejecuta pases consecutivos de manera consecutica con la ayuda de sus compañeros.
	Tocar con el balón los conos situados en el campo contrario; dos equipos de 3 jugadores deben rematar a campo contrario para intentar tocar y botar al piso los conos del equipo contrario. se puede defender por medio de control de balón.	Remata a sitios especificos del terreno de juego.

PASES,CONDUCCION, CONTROL Y FINALIZACION	Cada jugador completa el circuito de manera continua; inicia conducción en zig-zag y remata al arco, posteriormente se dirige hacia el 2 balón, gira alrededor del cono y remata al arco; seguidamente busca el balón situado en la banda, conduce el balón al punto marcado y remata al arco, se dirige hacia el arco para rematar de cabeza un pase aéreo del arquero; finalmente recoge el ultimo balón y tras conducir hace el pase a otro compañero para que inicie el circuito.	Remata al arco tras acciones tecnicas previas estableciendo correciones.
	Varios jugadores en círculo, ubicándose un jugador en el centro del círculo. sin que el balón caiga al piso deben pasarlo entre ellos, el balón deberá pasar siempre por el jugador de la mitad antes de pasarlo a otro compañero	Ejecuta de manera corrrecta y con habilidad el control y entrega de balon.
	Se distribuye a los jugadores a cada lado de las dos porterías y por ambas bandas de juego. los jugadores que están en las bandas realizan una conducción con acciones técnicas de regate y pared antes de enviar un centro al área; 2 jugadores salen del mismo lado que el jugador que realiza el centro, realizan un cruce y se incorporan al remate del jugador que centra. el jugador que centro el balón cuando regrese a la fila deberá antes servir de apoyo para realizar la pared por banda	Realiza recorridos con y sin balon integrando mas acciones tecnicas antes de finalziar con remates al arco.
POR POSICION DE JUEGO	Defensas: los jugadores defensores realizaran acciones técnicas propias de su posición como saltos cabeceos pases largos cortos, técnica de entrada, barrida, marcaje, etc. enfatizar en gestos técnicos de movimientos corporales.	Ejecuta acciones propias de su posicion de juego enfatizando en correciones para el perfeccionamiento de acciones tecnicas
	Atacantes: los jugadores atacantes realizan acciones técnicas de control, dominio, remates pases largos y cortos, saltos y cabeceo, movilidad, etc. enfatizar en gestos técnicos de movimientos corporales	Ejecuta acciones propias de su posición de juego enfatizando en correcciones para el perfeccionamiento de acciones técnicas
REGATES	Con y sin balon	Conoce y ejecuta distintos regates con y sin balon como medio para eludir a los rivales.
	Pasar el balón entre dos jugadores y tras un regate tirar a portería, comenzar con un envió largo por parte del arquero	Realiza acciones técnicas con regate

	Circuitos de regates: integración de diferentes jugadas en movimiento o en un solo jugador en las que se debe ejecutar durante cierto tiempo para pasar al siguiente ejercicio	Lleva acabo acciones de regate con efectividad.
OFENSIVA	Se trabajarán acciones tácticas con principios y sub-principios de juego tales como: de progresión: desmarques/ cambios de ritmo/ cambios de dirección/ espacios libres/ paredes/ desdoblamientos/ progresión en el juego/ cambios de orientación/ velocidad de juego.	Comprende y realiza acciones integradas para la progresión del juego
	De posesión: conservación del balón/ temporizaciones ofensivas/ apoyos/ superioridad numérica ofensiva/ ayudas permanentes.	Realiza acciones de posesión del balon
	De control: control del partido/ control del juego/ ritmo de juego	Ejecuta acciones de control del balon y del juego
	De Equilibrio: vigilancias ofensivas	Comprende y realiza acciones de vigilancias en acciones de juego real.
DEFENSIVA	Se trabajarán acciones tácticas con principios y sub- principios de juego tales como: recuperación de balón: entrada/ interceptación/anticipación/presión/marcaje	Comprende y realiza acciones de recuperación de balon.
	Para reducir espacios (reducción de espacios): reducción de espacios/ basculaciones/ repliegue/ presencia intensiva/ vigilancias.	Ejecuta acciones de juego con el fin de reducir espacios
	Para frenar la progresión del rival (de contención): temporizaciones	Ejecuta acciones para evitar la progresión del juego en el rival
	Para ofrecer ayudas (ayudas): coberturas/ permutas/ superioridad numérica.	Comprende y realiza acciones de ayuda en acciones de juego grupal.
MOVILIDAD	Mediante espacios delimitados y amplios se tendrán en cuenta las principales donde se desarrolla el juego .	Reconoce los espacios del terreno de juego
	Enfrentamientos de 2,3 o 4 equipos en su solo momento utilizando todo el terreno de juego en los jugadores se vean obligados a ocupar espacios donde haya menos jugadores adversarios	Ocupa espacios libres dentro del terreno de juego
	Juegos de finalización, marcación individual y grupal en las que el jugador siempre va a tener que desplazarse a diferentes lugares.	Mantiene concentración en acciones de juego real

	Se jugarán partidos en diferentes grupos con varias porterías para que los jugadores tengan opciones de enviar pases a distintos lados.	Aplica diferentes pases en distintas zonas del terreno para mantener activo el juego
	Acciones combinadas entre varios jugadores en donde tendrán que ocupar espacios libres del campo de juego para finalizar o rematar al arco	Tiene sentido de ubicación lo cual le permita identificar acciones ofensivas y defensivas.
HISTORIA DEL DEPORTE	Reglamento de juego: lecturas del reglamento del juego oficial "fifa" pedir a los jugadores poner en practica mediante alguna actividad alguna regla previamente leída y comprendida	Comprende las generalidades del reglamento FIFA
	Caracterización de futbol de salón	Indaga sobre las características del deporte para apropiarse de conceptos teóricos y prácticos.
	Diferenciación	Diferencia de manera clara conceptos teóricos de reglamento en relación a las demás ramas del futbol.
REGLAMENTACION	Reglas especificas	Entiende las reglas específicas del futbol de salón y las aplica dentro de las sesiones de clase y actividades.
	Juego limpio	Promueve el juego limpio en si mismo y con los demás compañeros de equipo.
	Evaluaciones	Argumenta por medio de evaluaciones de tipo practica y teórica los conocimientos adquiridos en diferentes momentos del proceso de entrenamiento.
SENTIDO DE PERTENENCIA	Material deportivo	Hace uso adecuado del material deportivo disponible para la practicas de clase
	Cuidado del entorno	Cuida y respeta el escenario deportivo del cual hace uso para la práctica deportiva
	Aseo de escenario	Promueve el aseo del escenario deportivo como parte de su formación y sentido de pertenencia.
	Identificación	Reconoce ser aceptado dentro del grupo de trabajo y demuestra aceptacion hacia sus compañeros logrando una integración a nivel grupal.

VALORES	Honestidad	Actúa bajo la verdad y justicia en diferentes momentos de la práctica deportiva permitiendo la sana convivencia de los integrantes del equipo
	Respeto	Reconoce la importancia y aplica principios del respeto para el correcto desarrollo de las clases.
	Tolerancia	Genera emociones respecto a la aceptacion hacia los demas integrantes de equipo y demas escuelas de formación, generando buenas relaciones.
	Vocabulario adecuado	Utiliza y genera un buen habito del vocabulario como medio de relación y comunicación hacia los demas.
	Relaciones Interpersonales	Se relaciona y da a conocer de manera constante y adecuada con todos los integrantes de la escuela de formación (jugadores, entrenadores, padres de familia, celadores de escenarios deportivos, público en general.
HABITOS DE VIDA SALUDABLE	Aseo Corporal	Adquirir pautas de higiene concretas y correctas para cada área del cuerpo.
	Alimentación	Comprende a traves de charlas de que la alimentacion permite el crecimiento y desarrollo fisico para el cuerpo.
	Presentación Personal	Promueve el uso correcto de los elementos de vestuario utilizados dentro y fuera de la escuela de formacion.
	Descanso y Sueño	Entiende de que el descanso y el sueño son importantes para mantener la salud fisica y mental y asi poder estar activos en las practicas del deporte
	Ejercicio Fisico	Comprende la importancia del ejercicio fisico dentro de la practica de la escuela de formacion como elemento para el cuidado, bienestar y desarrollo de su cuerpo
	Actitud Positiva	Mantiene una actitud positiva ante momentos adversos en la

MOTIVACIÓN		practica del deporte, permitiendose seguir adelante dentro de su formacion
	Esfuerzo y Superación	Demuestra esfuerzo por llevar a cabo actividades que le puedan parecer dificiles y con ello porder superarlas para generar confianza.
	Toma de Decisiones	Consigue tomar desiciones que le permitan adquirir seguridad en si mismo y que puedan ser reflejadas a nivel grupal.
	Competitividad	Trabaja de manera conjunta con los compañeros de clase para conseguir los objetivos de actividades propuestas afianciando la competitivadad a nivel individual y grupal.
	Comunicación	Pone en practica la comunicación y expresion de sentimientos con los compañeros de equipo.
INTELIGENCIA EMOCIONAL	Atencion y concentración	Permanece atento a las indicaciones dadas en las activadades y logra concentrarse en la ejecucion de las mismas.
	Convivencia Deportiva	Genera confianza a nivel grupal, reflejandose en la sana convivencia.
	Creatividad	Permite plasmar sus ideas dentro de las sesiones de clase con el fin de promover nuevas ideas o ejercicios para el mejoramiento de sus capacidades.
	Critica – Correccion	Analiza diferentes situaciones de comportamiento que le permitan mejorar las actitudes fisicas y personales
JUEGOS DE INTEGRACION	Juegos conformando grupos	Crea grupos de trabajo planteando actividades que pueden ser compartidas y expuestas a la practica con los demas compañeros
	Juegos Cooperativos	Promueve actitudes de comunicación, ayuda y solidaridad mediante el juego y las distintas actividades planteadas

	Escuelas deportivas	Genera espacios de participacion en actividades y juegos con las demas escuelas de formacion permitiendo la integracion y conocimiento de mas compañeros
JUEGOS TRADICIONALES	Mini tejo	Reconoce el juego del minitejo como juego tradicional del municipio participando de el como actividad deportiva y de enseñanza
	Fuchi	Participa activamente de juegos tradicionales que contribuyen a la formacion del deportista desde el aspecto recreativo recalcando valores, sin dejar atrás aspectos fisicos, motrices y psicologicos como parte fundamental de su desarrollo.
	Rana	
	Salto de lazo	
ACTIVIDADES ARTISTICAS	Baile (zumba)	Participa en actividades complementarias como el baile como parte de su formacion fisica y motriz
	Expresion corporal	Representa atraves de elementos tecnicos del deporte un esquema o secuencia de habilidades y lo expone a los demas compañeros.
CIRCUITOS RECREATIVOS	Pruebas fisicas y antropometricas 1 -2 -3 (de control)	Desarrolla habilidades a traves de las pruebas fisicas de control que le permiten tener conocimiento de su estado fisico y motriz antes, durante y despues de finalizado el proceso de entrenamiento en el año.
	Con y sin elementos	Ejecuta diferentes acciones motricez a traves del juego por estaciones que le permiten desarrollar su imaginacion, el trabajo en equipo, y la integracion, permitiendo a su vez conocer sus hablidades y debildiades para poder mejorarlas.
	Eventos mensuales recreativos (torneos, caminatas, salidas pedagogicas, charlas, etc)	Participa de las actividades propuestas por los entrenadores, compañeros de clase, oficina de deportes, con el fin de incentivar el trabajo en

FESTIVALES RECREATIVOS		equipo y la sana competencia
	Eventos mensuales deportivos	Demuestra las habilidades adquiriddas durante el proceso de entrenamiento reflejandolo en los encuentros deportivos a nivel grupal en individual.
	Torneo de Habilidades	Demuestra sus hablidades fisicas y tecnicas adquiridas durante los procesos de entrenamiento
	Actividades oficina de deportes	Participa de las activades deportivas y pedagogicas planteadas por la oficina de deportes del municipio como tambien por parte de Indeportes Cundinamarca.

METODOLOGÍA DE TRABAJO

METODOLOGIA.

Se le hará un manejo metodológico, teniendo en cuenta los siguientes estilos de enseñanza planteados por Muska Mousston, Para ellos se implementarán diferentes juegos y formas jugadas los cuales cumplirán y se adaptarán a los contenidos que se deben impartir, de acuerdo a nivel y a la edad estandarizada para esta disciplina deportiva, este tipo de metodología que se implementara se basa en tres pilares fundamentales, los cuales representan un proceso asertivo a la hora de crear un ambiente de enseñanza y aprendizaje

MANDO DIRECTO.

Este estilo tiene como finalidad establecer reglas, órdenes y dirección por parte del docente encargado, donde es el docente en general el que determina la clase desde el inicio hasta el fin, y se encarga de formar y suministrar todos y cada uno de los contenidos necesarios para que el niño actué y se desenvuelva de la manera más óptima posible, ya que en el deporte el contenido es por lo general el mismo y simplemente se adapta según la teoría del docente, para el deporte en formación y con cada una de las categorías en necesario conocer que la repetición es el factor fundamental, tanto es aspectos físicos, técnicos y sobre todo en los tácticos, ya que son estos los que nos mostraran las diferentes estrategias que se pueden utilizar para llegar a conseguir los logros requeridos, también la repetición nos permite mejorar la técnica y así efectuar un desempeño optimo, eficiente y eficaz y sobre todo nos permita así mismo generar un menor gasto de energía para aprovechar todo el potencial del individuo, en competición y en entrenamiento.

ASIGNACION DE TAREAS.

Nos basamos en la toma de decisiones y en la opinión del individuo, este estilo proporciona una libertad para la progresión del niño, creamos un ambiente de interacción entre el niño y el docente, se fortalecen de acuerdo a sus puntos de vista, además que son capaces de formar juntos y para el grupo un contexto atractivo, se valora la toma de decisiones y el niño es consecuente con la decisión que tome, se somete a sus propias acciones, de tal manera que en el deporte formativo es necesario, y que este sea capaz de desenvolverse en contextos competitivos, cuando tenga la oportunidad de demostrar lo aprendido, para así lograr sus objetivos tanto individuales como grupales, además de esto la evaluación se toma de manera objetiva en la medida que se debe hacer como se asigna y se califica de manera correcta e incorrecta.

AMBIENTE RECIPROCO

Para este estilo se requiere de la participación de varios individuos, es un estilo que fortalece la comunicación, los lazos sociales, la integración, la sana convivencia, donde se respeta la opinión de todos y sobre todo se valora el esfuerzo de cada uno de los integrantes, se aprende mediante el feed back o

retroalimentación, el cual se compone de experiencias y momentos, por ejecución y observación, en la práctica deportiva siempre es importante reconocer y rescatar tanto las cosas buenas como las malas, fortalecer en el grupo el lado axiológico, ser determinantes y radicales en la toma de decisiones para así mismo inferir no solo en lo deportivo sino también en lo social del individuo por medio del deporte como coautor de sana convivencia.

METAS

Para esta parte y como resultado final, considero que es importante tener la importancia del objetivo claro y preciso al que se quiere llegar, que en este nuevo proceso que se inicia, cada uno de los integrantes tanto profesores y niños tengan la misma visión, que a su vez contemplen el significado del proceso del desafío y de la meta, que estas sean dependientes del esfuerzo de cada uno y de la continuidad de un proceso profesional, condicional, adaptable y sostenible para el cumplimiento del objetivo planteado, siendo esta la que a su vez suministre no solo logros deportivos, si no también logros sociales, y que además nutran al niño para el momento de su presente y para el momento de su futuro en una sociedad totalmente cambiante.

METAS A CORTO Y LARGO PLAZO

- Crear una base sólida que contemple a todos y cada uno de los niños que se necesitan para iniciar en un proceso de formación deportiva enfocado en la disciplina del futsal.
- Suministrar todo el conocimiento requerido para que las clases sean las más cómodas y así mismo estén al servicio del niño.
- Preparar al niño para el medio competitivo y que a su vez lo contemple como una herramienta de aprendizaje y de situación real dentro de la formación.
- Realizar un trabajo mancomunado con los padres de familia, donde estos tengan un acercamiento a sus hijos desde el deporte, como alternativa al factor motivacional y apoyo que sin duda fortalece las relaciones personales del niño.
- Crear en el niño un espíritu competitivo condicionado por valores, aptitudes, responsabilidades y sacrificios, que a su vez garanticen un deportista socialmente aceptado por sus logros y de igual manera con su núcleo social, familiar, deportivo y comunitario.
- Participar en campeonatos en los diferentes niveles y tener un reconocimiento municipal, departamental y por su puesto nacional.

- Tener un protagonismo sobre saliente en las distintas competiciones, además de ser destacados por su estilo, compromiso y buen juego.

- Proyectar si quiera un mínimo de jugadores que se destaquen y se desempeñen de la mejor manera, reconociendo el protagonismo de ellos en cada una de las participaciones agendadas.

CONTROL SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

1. Test de entrada habilidades motrices de base
2. Observación directa e individual
3. Competencias

CONTROL Y EVALUACION DE LAS UNIDADES TEMATICAS A DESARROLLAR

Realización de pruebas específicas para cada fase de los entrenamientos según las observaciones realizadas en cada sesión de entrenamiento y al finalizar cada ciclo

FUNDAMENTACION DEPORTIVA:

OBJETIVO GENERAL

- Fomentar en la niñez del Municipio de Junin el desarrollo de habilidades motoras básicas de movimiento, esquema corporal y aprovechamiento del tiempo libre por medio del futsal y actividades relacionadas a esta práctica deportiva

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Contribuir a la construcción y formación integral de la niñez del departamento por medio del deporte
- Organizar un plan de acción para la consolidación de los fundamentos propios del deporte especifico el cual de forma lúdica y recreativa en la niñez del área rural del municipio de Junin

UNIDADES TEMATICAS

1. Reforzamiento motor
2. Fundamentación técnica
3. Preparación física
4. Preparación teórica
5. Preparación psicológica
6. Competencias

METODOLOGIA

Consolidación de los fundamentos básicos del deporte específico (futsal) por medio de la creación de nociones propias del juego involucradas en las diferentes sesiones de entrenamiento, además de la estimulación y preparación física necesaria para afrontar los nuevos desafíos en los encuentros deportivos a realizarse en diferentes momentos en el desarrollo deportivo de cada jugador.

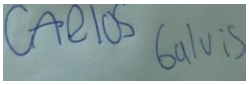
- Conducción o dribling
- Regate
- Fintas
- Saques
- Remates
- Tiro al arco

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS DE FÚTBOL

FECHA	HORA	ESCENARIO	ACTIVIDAD	CATEGORÍAS		
				INI	FUN	PER
29 agosto del 2022	2:30 pm	Parque principal	Caminata de integración	X	X	X
14, 15 y 16 de septiembre del 2022	2:00 pm	Biblioteca Municipal	De visita a la biblioteca estudiando el reglamento	X	x	x
Del 18 al 22 de septiembre del 2022	2:00pm	Coliseo la portada	Prueba o Test de entrada	X	x	x
23 de septiembre del 2022	8:00 am	Coliseo de futsal de paseo real	Fogueo de la escuela de futsal la calera	X	x	X
Del 2 al 6 de octubre del 2022	2:00 pm	Biblioteca Municipal	Videos y película en relación al Futsal	X	x	x
10, 11 y 12 de octubre del 2022	2:00 pm	Coliseo la portada	El Rey del penal	x	x	x
Del 23 al 27 de octubre del 2022	2:00 pm	Biblioteca Municipal	Torneo de futbol Xbox 360		x	x
Del 6 al 10 de noviembre del 2022	2:00 pm	Coliseo la portada	Control de los Test	x	x	x
15 de noviembre del 2022	2:00 pm	Campo la portada	Mini Desafío pruebas ludo-recreativas	x	x	x
16,17,18 de noviembre del 2022	2:00 pm	Coliseo la portada	Actividades Ludo recreativas	x	x	x
19 de noviembre del 2022	8:00 am	Coliseo paseo real	Fogueo de la escuela de futsal la calera	x	x	x
22,23,24 de noviembre del 2022	2:00 pm	Camino del indio	Salida camino del indio para un compartir	x	x	x
Del 29,30 de noviembre del 2022	2:00 pm	Coliseo la portada	Prueba o Test final.	x	x	x

FIRMA Y DATOS DE CONTACTO



CORDIALMENTE, CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA

ENTRENADOR DE FÚTSALA
Teléfono: 3118437310



"INDEPORTES CUNDINAMARCA"
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA
MALLA PEDAGOGICA
NIVEL INICIACIÓN

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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
FUTSAL	INICIACION	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	El niño realizara los movimientos de forma natural de todas sus extremidades en función del patrón básico del movimiento que se este trabajando.
						RITMO	Realiza acciones motrices en función de sus estados corporales, tónicos internos y alternancia de los ritmos
						EQUILIBRIO	Realiza desplazamientos dinámicos de forma lineal, diagonal, curvilínea, zig-zag, alternando brazos y piernas, de forma bipodal y unipodal y puede mantener una posición estática adecuada de acuerdo a un ejercicio propuesto.
						ORIENTACION	Reconoce su ubicación espacial y corporal, relacionando su ubicación en el espacio con diferentes elementos y objetos
						DIFERENCIACION	Ejecuta movimientos precisos para la concreción de un movimiento global.
						REACCIÓN	Responde a estímulos de forma rápida y activa mental en la ejecución de sus acciones.
						ADAPTACIÓN	El niño puede posicionarse de varias maneras y todo el cuerpo en función del movimiento que tenga que realizar
				2	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CORRER	Realiza coordinadamente los patrones básicos de locomoción y de manipulación
						SALTAR	Realiza saltos controlados en función de la intención de una determinada acción motriz. Reconociendo así como cuerpo humano
						ATRAPAR	Coordina actividades de lanzar y atrapar con una mano o con ambas, de forma estática y dinámica, involucrando en movimiento previo pensgenerar mas diversión en el niño. Ejemplo lanza el balón y da una palmada antes de atraparlo con sus manos.
						ROLAR	Realiza juegos de desenvolvimiento donde puede interactuar con el medio así mismo y recrear el desplazamiento de una pasa con sus compañeros
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	RESISTENCIA	Mejorar su capacidad muscular por medio de circuitos de baja intensidad, realizar ejerci cortos.
						EXPLOSIVA	El niño realiza saltos desde diversas alturas, evitando dar golpes. Implementar ejercicios de fuerza explosiva con saltos
						ISOMETRICA	el niño desarrolla juegos o actividades donde pueda mantener su cuerpo de manera estática durante unos segundos, como juegos de estatuas en distintas posiciones
						ISOTONICA	Realiza juegos cooperativos, de competencia, juegos colaborativos, entre otros, donde pueda ejercer una fuerza de manera dinámica, es decir generar una contracion muscular y posterior una relajacion muscular
				2	RESISTENCIA	AERÓBICA	El niño participa en juegos y actividades recreo-deportivas donde tenga que hacer uso de su capacidad pulmonar.
						ANAERÓBICA	El niño participa en juegos y actividades donde tiene que realizar sprint cortos y actividades de pocos segundos.
				3	VELOCIDAD	DESPLAZAMIENTO	el niño recorre distancias en el menor tiempo posible, por medio de juegos de competencia
						REACCIÓN	El niño responde a un estímulo determinado lo antes posible, ejemplo: Par e impar. Por ejemplo, tripalda con espalda. Una persona es par y la otra impar. Si se dice par, esta persona tiene que sugar a la impar antes de sobrepasar 10 metros. Si se dice impar igual para al contrario.
						GESTUAL	El niño realiza lanzamientos con una mano o golpeo el balón en el menor tiempo posible, el niño desarrolla movimientos globales como rolitos en el menor tiempo posible.
				4	FLEXIBILIDAD	GENERAL	El niño realiza estiramientos donde logra alcanzar grandes amplitudes articulares solicitando simultáneamente a muchas o a casi todas las articulaciones del cuerpo.
						ANALITICA	El niño realiza estiramientos donde logra alcanzar una gran amplitud articular en una sola articulación.
		TECNICO	DESTREZAS	1	PASE	INICIACIÓN A LA TÉCNICA	inicia en el conocimiento del juego y es el aprendizaje en función del pase.
						PASE CORTO	el niño participa en juegos, actividades y ejercicios donde deber realizar pases a un compañero o a varios compañeros a una distancia corta
						PASE LARGO	El niño por medio de juegos, actividades y ejercicios realiza pases largos a un compañero o a un elemento en un lugar determinado.
						PASE DE PRECISIÓN	Realiza pases por medio de dos elementos situados en un espacio ya definido, el niño por medio de juegos realiza pases en pequeños aros situados en todo el espacio.
						PASE A MEDIA ALTURA	el niño realiza pases de media altura con ayuda de sus manos, de sus compañeros o del entrenador.
				2	CONTROL	INICIACIÓN A LA TÉCNICA	inicia en el conocimiento del juego y es el aprendizaje en función del control.
						CONTROL ORIENTADO	el niño luego de recibir el balón se orienta hacia la siguiente acción que debe realizar, pase, conducción, regate, etc.
						AMORTIGUACIÓN	el niño realiza ejercicios donde pueda interactuar con el balón desde la punta del pie hasta la cabeza, pasando así por todas las superficies de contacto.
						PARADA	Realiza juegos, ejercicios y actividades donde pueda controlar el balón con la planta del pie, en que este se vaya de su control.
						SEMIPARADA	Realiza juegos, ejercicios y actividades donde pueda controlar el balon y dirjerlo en movimiento para una posterior acción
				3	CONDUCCIÓN	INICIACIÓN A LA TÉCNICA	inicia en el conocimiento del juego y es el aprendizaje en función de la conducción.
						CONDUCCIÓN SEGÚN LA TRAYECTORIA DEL BALÓN	El niño realiza ejercicios, juegos y actividades donde tenga que conducir el balón en línea recta, zig-zag, curvilínea, diagonal y con giros
						CONDUCCIÓN SEGÚN LA SUPERFICIE DE CONTACTO	Realiza conducción con algunas de las superficies de contacto del pie, borde interno, borde externo, planta del pie y combinados
						CONDUCCIÓN LIBRE	el niño realiza ejercicios y juegos de conducción donde puede conducir el balón en cualquier dirección respetando distancias y con cualquier superficie de contacto
						CONDUCCIÓN SEGÚN EL ADVERSARIO	El niño realiza juegos, ejercicios y actividades donde pueda regatear a mayusar a compañeros de forma libre, segun las habilidades de cada uno.
				4	REMATE	INICIACIÓN A LA TÉCNICA	inicia en el conocimiento del juego y es el aprendizaje en función del remate.
						REMATE CON EL EMPEINE	El niño realiza ejercicios, juegos y actividades donde debe finalizar golpeando el balón con el empeine
						REMATE A MEDIA ALTURA	ejecuta remates por medio de juegos y actividades a nivel de suelo
						REMATE CRUZADO	El niño realiza remates con cualquier superficie de contacto al arco y el entrenador le indica hacia que parte debe interceptar golpear el balón
						REMATE DE MEDIO VOLEA	El niño con ayuda de un compañero o del entrenador lanza la pelota o se la lanzan para que este pueda interceptar golpear el balón
				5	REGATE O PASTA	INICIACIÓN A LA TÉCNICA	inicia en el conocimiento del juego y es el aprendizaje en función del regate o Pasta.
						REGATE CUERCOS	El niño por medio de juegos y ejercicios intenta evadir a un rival a un elemento con el fin de interno, externo, nivel de complejidad baja
						REGATE CONTACTOPIE	el niño por medio de un regate se orienta para continua con una acción de juego, conducción, pase o remate
						LA BICICLETA	realiza ejercicios donde pueda pasar los pies por encima del balón, circuitos físico técnicos, técnica coordinativas
						EL FRENO	el niño usa la planta del pie para controlar el balon, frenar o regatear a un rival a un obstáculo
		TEORICO	DESARROLLO COGNITIVO	1	HISTORIA DEL DEPORTE	PAIS DE ORIGEN	El niño aprende el país donde se originó el deporte (uruguay)
						AÑO DE ORIGEN	El niño aprende el año en que se originó el deporte (1930)
						¿POR QUE SE ORIGINO?	El niño reconoce los motivos sociales que dieron origen al desarrollo del deporte
						NUEVAS CAMPEON DE CLUBES	El niño reconoce a Brasil como el máximo campeon del mundo
						REFERENTES HISTORICOS DE NUESTRO PAIS	El niño identifica los maximos referentes del país
				2	REGLAMENTACION	SAQUE FACIAL	Realiza el saque inicial hacia adelante, segun el reglamento
						SAQUE LATERAL	El niño realiza el saque lateral segun los reglamentos de la disciplina.
						CAMBIOS	El niño se le indica en que momento y por donde puede hacer un cambio
						INDIRECTOS	el niño reconoce las faltas técnicas que pueden generar un lanzamiento indirecto
						INFRACCIONES	El niño reconoce cuantas faltas son para entra en tiro de castigo, faltas que pueden causar una amarilla, doble amarilla azul, entre otros.
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	REFERENTES DE NUESTRO PAIS	Identifica los referentes historicos y actuales del país
						COSTRO SIGNIFICADO CARGADO POR EL PAIS	Reconoce los colores representativos de la bandera identificando a si alrededor un alto logro
						IMPORTANCIA DEL DEPORTE A NIVEL SOCIAL	el niño reconoce el impacto y alcances de la práctica deportiva a nivel social.
						ESCENARIO HISTORICO DEL PAIS	El niño identifica el gentilicio Historico del país
						EVOLUCIÓN DEL DEPORTE EN SU REGIÓN	el niño identifica la evolución y el auge que el deporte ha tenido en el municipio y en la región como medio de ejemplo para ellos.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	COMPAÑERISMO	desarrolla el valor de compañerismo buscando por un lado, el sentido del compromiso del jugador con el resto del equipo, así como la cooperación entre todos sus miembros.
						RESPETO	Reconoce a sus compañeros y a los que lo rodean, entiende que todos tienen los mismos derechos y deberes, aceptando y respetando las diferencias del fútbol y de la vida, así como las decisiones del árbitro y de los rivales, así como el respeto por las instalaciones y por la naturaleza.
						HABITOS	Interioriza que por medio de la practica deportiva puede fortalecer los habitos saludables, integra valores y construye vida nuevos.
						TOLERANCIA	Afianza situaciones de frustración y éxito y acepta la diferencia de pensamiento y exito de vida de los demás.
						DISCIPLINA	aprende a tomar decisiones, a ponerlas en marcha y aprender del resultado. Y si es necesario, en aprender de los errores y buscar una solución.
				2	PUNTOS DE VISTA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	Reconoce el higiene corporal como un elemento importante para combatir bacterias, hongos y otros inadecuados.
						ALIMENTACIÓN	el niño aprende que una buena dieta alimentaria contribuye al desarrollo físico y nos ayuda a lograr mejores en nuestro rendimiento.
						PRESENTACION PERSONAL	Reconoce la presentación personal como un elemento de suma importancia para su vida social y deportiva, ya que por medio de el nos damos a mostrar a la sociedad.
						DESCANSO Y SUEÑO	El niño aprende que unas buenas horas de sueño y de descanso nos ayudan a fortalecer el sistema inmunetario, mitiga totalmente el aparato locomotor y asegurar el cuerpo mediante la respiración.
						EJERCICIO FISICO	El niño reconoce el ejercicio físico como un medio para fortalecer nuestro cuerpo, para evitar enfermedades cardiovasculares y es en medio efectivo para nuestro desarrollo biopsicosocial.
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	el niño demuestra evoluciones en los entrenamientos a pesar de aprender, actua positivamente en las entrenamientos.
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	el niño reconoce que la practica deportiva requiere un grado de esfuerzo y que cada día es un dia de aprendizaje y superación
						DIVERSIÓN	Reconoce que la practica deportiva es un medio de diversión en el cual se siente libre y feliz.
						TRABAJO EN EQUIPO	Aprende que si se trabaja en equipo seco mas facil lugrar objetivos y que todos trabajan por una meta en comun
						FORMA FÍSICA	con la practica deportiva somo un medio efectivo para mejorar su forma física.
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	Mejorar la atención y concentración por medio de juegos y actividades que posibilitenn la participacion de todos son un estimulo-respuesta con la finalidad de mejorar su rendimiento.
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	Desarrolla, mediante juegos de equipo, actitudes de cooperación y compañerismo, haciendo de esta actividad, un espacio y un clima de convivencia.
						RESILIENCIA	el niño a capaz de afrontar, resistir y superar la adversidad con mis recursos y mejores resultados.
						MANEJO DE EMOCIONES	Tiene control emocional y el dominio de determinadas situaciones.
						EMPATÍA	el niño escucha activamente, comprende y apoya emocionalmente a sus compañeros.
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTERACCIÓN	JUEGOS COOPERATIVOS	El niño por medio de este tipo de juegos trabaja en equipo y cumplen un objetivo en comun y lo mas importante se divierte.
						JUEGOS DE PRESENTACIÓN	A través de este tipo de juegos el niño puede el mundo frente a sus compañeros y el entrenador y fotalecer sus relaciones interpersonales
						JUEGOS DE REPRESENTACIÓN	El niño por medio de estos actua con espontaneidad y demuestra su lado creativo.
						ACTIVIDADES LÚDICO RECREATIVAS	El niño por medio de estas actividades mejora su dimensión ludica, se divierte y crea experiencias positivas.
				2	JUEGOS TRADICIONALES	RONDAS	El niño por medio de las rondas conoce su riqueza corporal, se divierte y fortalece en un juego.
						EQUINO	Realiza actividades que se han ido perdiendo a través del tiempo, de la misma forma en que se enfuerza aspectos motrices y cognitivos, como el salto y la numerico
						VARIOS	Conoce, practica y explora habilidades y juegos con elementos pequeños y de proporción en el espacio
						SIGUING CUELA	desarrolla la coordinación audi-viso-motora, mejora el equilibrio, trabaja la estabilidad y fortalece sus relaciones interpersonales
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	JUEGO DE ROLES	desarrolla la perspectiva social y la empatía mediante la representación de diferentes papeles.
						JUEGOS DRAMATICOS	desarrolla su imaginación, creatividad, espontaneidad desarrollo afectivo, social e intelectual del niño/a.
						DANZA	Desarrollo su esquema corporal, su ritmo y contribuye al desarrollo de su personalidad
						MANUALIDADES O OFICIO	desarrolla su imaginación, creatividad, espontaneidad desarrollo afectivo, social e intelectual del niño/a.
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	JUEGOS DE COMPETENCIA	El niño por medio de este tipo de juegos compite con otros compañeros en actividades ludicas que generen goce y alegria por parte de ellos, siempre reconociendo la sana convivencia y la sana competencia
						ACTIVIDADES LÚDICO RECREATIVAS	El niño por medio de estas actividades mejora su dimensión ludica, se divierte y crea experiencias positivas.
						CIRCUITOS DE TRABAJOS EN EQUIPO	Fortalecen sus relaciones interpersonales y su dimension ludica.
						CIRCUITO DE JUEGOS	participa en juegos que generen goce y diversión
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	FESTIVAL DE HABILIDADES	demuestra las habilidades que ha venido adquiriendo a través de los entrenamientos y de las experiencias propias del deporte
						FÚTBOL RECREATIVO	participa en variantes de partidos que no generan tensión como los partidos de futsal oficial
						JUEGOS LÚDICOS	participa en juegos ludicos que permiten desarrollar su dimensiones ludica
						JUEGOS DE PISTAS	El niño por medio de este juego indaga, investigay se diverte.

FECHA DE ENTREGA	AGOSTO
NOMBRE Y APELLIDO DEL MONITOR	CARLOS OLAYA
MUNICIPIO	LA CALERA CUNDINAMARCA

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

INDEPORTES

INSTITUTO CUNDINAMARQUÉS PARA LA RECREACIÓN Y EL HISTORIAL DE CUNDINAMARCA

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
FUTSAL	FUNDAMENTACIÓN	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	El niño reconoce y realiza los movimientos de forma natural de todas sus extremidades en función del patrón básico del movimiento que se este trabajando.
						RITMO	Ajusta sus tiempos motores en función de sus ambitos inmediatos, dentro interior o objetivos de los juegos
						EQUILIBRIO	Realiza desplazamientos dinámicos de forma lineal, diagonal, curvilínea, zig-zag, alternando brazos y piernas, de forma lograda y uniposdal, con la mirada hacia al frente
						ORIENTACIÓN	Reflexiona sus diferentes relaciones espaciales inmediatas, reconociendo su cuerpo como eje del espacio y el entorno, las distancias y direcciones
						DIFERENCIACIÓN	Realiza movimientos armonicos, usando la fuerza adecuada para el desarrollo del movimiento global
						REACCIÓN	Responde coordinadamente ante estímulos visuo-motrices en la realización de ejercicios
						ADAPTACIÓN	El niño ajusta sus movimientos a cada uno de los estímulos en función del movimiento que se tiene que realizar
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	Alterna pies y brazos de forma dinamica y natural en función de este patrón básico del movimiento y realiza una adecuada pisada, usando la técnica correcta talón-planta-punta.
						CORRER	Diferencia las capacidades relacionadas con algunos patrones básicos de locomoción como trotar, correr, saltar, entre otros.
						SALTAR	Realiza saltos unipodales y bipodales cayendo con la planta del pie.
						LANZAR	Ejecuta adecuadamente los movimientos y ritmos en el objeto aumentar mediante lanzamientos manuales de forma precisa
						RODAR	realiza adecuadamente los movimientos para llegar a rolito hacia adelante, hacia atrás y de forma lateral
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	RESISTENCIA	realiza sprint largos y cortos por medio de juegos y circuitos
						EXPLOSIVA	realiza circuitos físico-técnicos y juegos donde tenga que intervenir saltos, golpeo de balón, entre otros.
						ISOMÉTRICA	realiza ejercicios propioceptivos
						ISOTÓNICA	realiza ejercicios con autocargas ejemplo, flexión de brazos, cortadillas, abdominales
				2	RESISTENCIA	AERÓBICA	Fortalecer su capacidad pulmonar por medio de ejercicios aeróbicos y globales, circuitos físicos y juegos ludico-recreativos
						ANAERÓBICA	Fortalecer su potencia muscular, su musculatura por medio de ejercicios globales y analíticos y con ejercicios de autocargas.
				3	VELOCIDAD	DESPLAZAMIENTO	Mejorar la técnica de carrera para obtener mejores resultados en el momento de sprintar.
						REACCIÓN	Mejorar la coordinación viso-pédica y viso-manual para que de esa manera se tienen decisiones más rapidas en el campo de juego.
						DESTREZA	Mejora de la velocidad de gestos específicos, o frecuencia
				4	FLEXIBILIDAD	GENERAL	El niño es capaz de alcanzar grandes amplitudes articulares solicitando simultáneamente a muchas o a casi todas las articulaciones del cuerpo por medio del estiramiento.
						ANALITICA	El niño es capaz de alcanzar una gran amplitud articular en una sola articulación.
		TECNICO	DESTREZAS	1	PASE	PASE CORTO	Realiza el pase a una distancia corta con el borde interno y con la fuerza adecuada
						PASE LARGO	realiza pase largo con borde interno y le ingresme la fuerza necesaria para que este llegue hasta donde esta el otro compañero
						PASE DE RACALATRAS	realiza el pase con la superficie de contacto pertinente al compañero a el elemento que le indique el profesor.
						PASE A MEDIA ALTURA	usa la superficie de contacto adecuada para elevar el balón y poder así realizar un pase de media altura
						PASE DE PARED	se asocian con el compañero de forma adecuada realizando el pase con borde interno.
				2	CONTROL	CONTROL CON RESPECTO AL SUELO	usa la planta del pie para controlar el balon cuando este venga por el suelo
						CONTROL CREATIVIDAD	Mejorar su vicios perifericos y el control orientado con todas las superficies de contacto con la intención de progresar en el juego
						AMORTIGUACIÓN	utiliza la superficie de contacto mas convenientе (pecho, muslo, empeine, planta, cabeza) cuando el balón viene alto a a media altura
						PARADA	mantiene el control del balon sin movimiento en sus pies, usando primordialmente la planta del pie
						IDENTIFICACIÓN	Dirija la superficie de contacto pertinente para dejar el balón en movimiento para bajo su control para posteriormente jugarlo
				3	CONDUCCIÓN	CONDUCCIÓN SEGÚN LA TRAJECTORIA DEL BALÓN	Conduce el balón en las distintas direcciones: lineal, curvilíneo, zig-zag, con obstáculos, libre, entre otras y realiza cambios de dirección
						CONDUCCIÓN SEGÚN LA SUPERFICIE DE CONTACTO	realiza conduccion de balon con planta del pie, borde externo, borde interno, combinados, realizando cambiosal de dirección
						CONDUCCIÓN LIBRE	conduce por el espacio de forma libre sin obstaculos, manteniendo el balón en sus pies y sin usar las manos cuando este se vaya de nuestra posicion
						CONDUCCIÓN SEGÚN EL ADVERSARIO	el jugador conduce el balón frente a un adversario, de forma lateral o con la intencion de regatear o o hacer un pase
						CONDUCCIÓN CON TODAS LAS SUPERFICIES DE CONTACTO	el jugador puede conducir el balon en situaciones de juego real con cualquier superficie de contacto del pie
				4	REMATE	REMATE CON BORDE INTERNO	Mejorar el gesto tecnico del rematar con borde interno
						REMATE CON EL EMPEINE	Mejorar el gesto tecnico de rematar con empeine
						REMATE A MAS DEL SUELO	el jugador remata a la de un lanb con la fuerzde potencia y con ubicación
						REMATE CRUZADO	el jugador remata a la ubicación que le indiced profesor con empeine para que este vaya con una mejor potencia y ubicación
						REMATE DE MEDIA VOLEA	mejorar el gesto tecnico de la volea por medio de ejercicios, juegos y actividades
				5	REGATE O FINTA	TIJERA	regatea al contrario a o un obstaculo pasando el balon por el medio de las piernas o por el medio de dos elementos, una con planta del pie, borde externo o interno
						REGATE CLASICO	el jugador efectua regates con borde externo o interno para una posterior accion de juego
						SOMBRERO O VUELTA	sobrepasa al rival con un golpeo de habilitacion con empeine que pase por encima del contrincante para seguir con una accion de juego
						LA RACIZETA	realiza ejercicios donde pueda pasar los pies por encima del balón, circuitos físico técnicos, tecnicos coordinativos.
						EL PIQUE	el niño usa la planta del pie para controlar el balon, frenar y reganarla a un rival o a un obstaculo
		TEORICO	DESARROLLO COGNITIVO	1	HISTORIA DEL DEPORTE	PAIS DE ORIGEN	El niño aprender el pais donde se origino el deporte (uruguay)
						AÑO DE ORIGEN	El niño aprender el año en que se origino el deporte (1930)
						¿POR QUE SE ORIGINO?	el niño reconoce los motivos sociales que dieron origen al desarrollo del deporte
						MUNDIALES CAMPEON DE CUBRES	El niño reconoce a Brasil como el mayores campeon del mundo
						REFERENTES DE NUESTRO PAIS	El niño identifica los maximos referentes del pais
				2	REGLAMENTACION	SAQUE INICIAL	Realiza el saque inicial hacia adelante, segun el reglamento
						SAQUE LATERAL	El niño realiza el saque lateral segun los reglamentos de la disciplina
						CAMBIOS	El niño se la indica en que momento y por donde puede hacer un cambio.
						INDIRECTOS	el niño reconoce las faltas técnicas que pueden generar un lanzamiento indirecto
						INFRACCIONES	el niño reconoce cuantas faltas son para el tiro de castigo, faltas que pueden causar una amarilla, doble amarilla azul, entre otros.
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	REFERENTES DE NUESTRO PAIS	Identifica los referentes historicos y actuales del pais
						COPAS MUNDIALES GANADAS POR EL PAÍS	reconoce las copas mundiales en que la selección ha tenido participación o a obtenido un alto logro
						IMPORTANCIA DEL DEPORTE A NIVEL SOCIAL	conoce los beneficios de la práctica deportiva a nivel social
						ESCUDO DE HISTORICOS DEL PAIS	El niño identifica el gimnador Historicos del pais
						EVOLUCIÓN DEL DEPORTE EN LA REGIÓN	el niño identifica la evolución y el auge que el deporte ha tenido en el municipio y en la región como medio de ejemplo para ellos
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	COMPRENSIVO	desarrolla en valor de compañerismo buscando por un lado, el sentido del compromiso del jugador con el resto de equipo; así como la cooperación entre todos sus miembros.
						RESPETO	cumple que existen normas y en que ley que respetar, portarse bien con los adversarios y los compañeros de equipo, mostrar y asegiar las decisiones del arbitrio y del entrenador, no dañar o hacer mal uso del material y de las instalaciones
						AMISTAD	reconoce que por medio de la practica deportiva puede fortalecer las relaciones interpersonales y asentivar unas nuevas
						TOLERANCIA	afronta situaciones de frustración y derbu y acepta la diferencia de pensamiento y estilo de vida de los demás.
						DISCIPLINA	aprende a tomar decisiones, a parentas en marcha y aprender del resultado. Y si es necesario, en aprender de las errores y buscar una solución.
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	Reconoce el higiene corporal como un elemento importante para combatir bacterias, hongos y ulcers inadecuados.
						ALIMENTACIÓN	el niño aprende que una buena dieta alimentaria contribuye al desarrollo físico y nos ayuda a lograr mejores en nuestro rendimiento.
						PRESENTACION PERSONAL	Reconoce la presentación personal como un elemento de suma importancia para su vida social y deportiva, ya que por medio de el nos damos a mostrar a la sociedad
						DESCANSO Y SUEÑO	El niño aprende que unas buenas horas de sueño y de descanso nos ayudan a fortalecer el sistema inmunitario, revigar totalmente el aparato locomotor y oxigenar el cuerpo mediante la respiración.
						EJERCICIO FISICO	el niño reconoce el ejercicio físico como un medio para fortalecer nuestras cuerpo, prevenir enfermedades cardiovasculares y un en medio efectivo para nuestro desarrollo biopsicosocial.
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	El niño demuestra entusiasmo en los entrenamientos y ganas de aprender, actua positivamente en los entrenamientos
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	el niño reconoce que la practica deportiva requiere un grado de esfuerzo y que cada dia es un dia de aprendizaje y superación
						DIVERSIÓN	Reconoce que la practica deportiva es un medio de diversión en el cual se siente libre y feliz.
						TRABAJO EN EQUIPO	Aprende que si se trabaja en equipo sera mas facil lograr objetivos y que todos trabajen por una meta en comun
						FORMA FISICA	se la practica deportiva como un medio efectivo para mejorar la forma física.
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	Mejorar la atención y concentración por medio de juegos y actividades que posibiliten la participacion de todos con un estimulo respuesta con la finalidad de mejorar su rendimiento.
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	Desarrolla, mediante juegos de equipo, actitudes de cooperación y compañerismo, haciendo de esta actividad, un espacio y un clima de convivencia.
						RESILIENCIA	el niño es capaz de afrontar, resistir y superar la adversidad aun más crucianas y mayores resultados.
						MANEJO DE EMOCIONES	Tiene control emocional y el dominio de determinadas situaciones.
						EMPATIA	el niño muestra activamente, comprende y apoya emocionalmente a sus compañeros.
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTERACCION	JUEGOS COOPERATIVOS	el niño por medio de este tipo de juegos trabajaran en equipo y cumplen un objetivo en comun y lo mas importante se divierte.
						JUEGOS DE PRESENTACIÓN	A través de este tipo de juegos el niño perde el miedo frente a sus compañeros y el entrenador y fortalece sus relaciones interpersonales
						JUEGOS DE REPRESENTACIÓN	El niño por medio de estos actua con espontaneidad y demuestra su lado creativo.
						ACTIVIDADES LÚDICO RECREATIVAS	el niño por medio de estas actividades mejora su dimensión ludica, se divierte y vive experiencias positivas.
				2	JUEGOS TRADICIONALES	RONDA	el niño por medio de las rondas conoce su esquema corporal, se divierte y lo transforma en un juego.
						SOGUTA	Retoma actividades que se han ido perdiendo a través del tiempo, de la misma forma en que se refuerza aspectos motrices y cognitivos, como el salto y los numeros
						TEJOLO	Conoce, practica y mejora habilidades y juegos con elementos pequeños y de proyección en el espacio
						GALLINA CIEGA	Desarrolla la coordinación auditivo-motora, mejora el equilibrio, trabaja la estabilidad y fortalece sus relaciones interpersonales
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	JUEGO DE ROLES	Desarrolla la perspectiva social y la empatia mediante la representación de diferentes papeles.
						JUEGOS DRAMATICOS	desarrolla su imaginación, creatividad, espontaneidad y desarrollo afectivo, social e intelectual del niño/a.
						DANZA	Desarrolla su esquema corporal, su ritmo y contribuye al desarrollo de su personalidad
						MANUALIDADES Y DIBUJO	desarrolla su imaginación, creatividad, espontaneidad y desarrollo afectivo, social e intelectual del niño/a.
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	JUEGOS DE COMPETENCIA	el niño por medio de este tipo de juegos cumplir con retos competitivos en actividades ludicas que generen gozo y alegria por parte de ellos, siempre recomendado la sana convivencia y la sana competencia
						ACTIVIDADES LÚDICO RECREATIVAS	el niño por medio de estas actividades mejora su dimensión ludica, se divierte y vive experiencias positivas.
						CIRCUITOS DE TRABAJO EN EQUIPO	Fortalecer sus relaciones interpersonales y su dimension ludica.
						CIRCUITO DE JUEGOS	participa en juegos que generan gozo y diversión
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	FESTIVAL DE HABILIDADES	demuestra las habilidades que ha venido adquiriendo a través de los entrenamientos y de las experiencias propias del deporte
						FUTBOL RECREATIVO	participa en variantes de partidos que no generan tension como los partidos de futsal oficial
						JUEGOS LUDICOS	participa en juegos ludicos que permiten desarrollar su dimension ludica
						JUEGOS DE PISTAS	el niño por medio de este juego indaga, investiga y se divierte.

FECHA DE ENTREGA	AGOSTO
NOMBRES Y APELLIDOS DEL MONITOR	CARLOS OSCAR
MUNICIPIO	LA CALERA



"INDEPORTES CUNDINAMARCA"
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA
MALLA PEDAGOGICA

INDEPORTES

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
FUTSAL	PERFECCIONAMIENTO	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	El jugador reconoce y realiza los movimientos de forma natural de todas sus extremidades en función del patrón básico del movimiento que se este trabajando.
						RITMO	Ajusta sus acciones motrices en función de sus estados corporales, ritmos internos y objetivos de los juegos.
						EQUILIBRIO	Realiza desplazamientos dinámicos de forma lineal, diagonal, curvilínea, zig-zag, alternando brazos y piernas, de forma bipodal y unipodal, con la mirada hacia al frente
						ORIENTACION	Participa en diferentes prácticas corporales, reconociendo su ubicación en el tiempo y el espacio de manera estática y dinámica
						DIFERENCIACION	Realiza movimientos amplios, sin embargo la fluencia adecuada para el desarrollo del movimiento global
						REACCIÓN	Demuestra coordinación viso- motriz y viso manual en la realización de ejercicios.
						ADAPTACIÓN	El niño ajusta previamente la parte del cuerpo a todo el cuerpo en función del movimiento que tiene que realizar
				2	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	Alterna pierna y brazo de forma dinamica y natural en función de este patrón básico del movimiento y realiza una adecuada pisada, usando la técnica correcta talón planta punta
						CORRER	Diferencia los conceptos relacionados con algunos patrones básicos de locomoción como trotar, correr, saltar, entre otros.
						SALTAR	Realiza saltos unipodales y bipodales cayendo con la planta del pie.
						ATRAPAR	Ejecuta adecuadamente lanzamientos y ataque en objeto enemigo, realiza trabajos técnicos propios de la disciplina
						RODAR	Realiza adecuadamente los movimientos para llegar a rotlo hacia adelante, hacia atrás y de forma lateral
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	RESISTENCIA	Es capaz de realizar ejercicios de fuerza.
						EXPLOSIVA	Es capaz de realizar ejercicios de fuerza explosiva
						ISOMETRICA	Realiza ejercicios propios de tren inferior
						ISOTONICA	Comprende y ejecuta los ejercicios de fuerza rapida
				2	RESISTENCIA	AERÓBICA	Fortalecer su capacidad pulmonar por medio de ejercicios aeróbicos y globales, circuitos físicos y juegos ludico recreativos
						ANAERÓBICA	Fortalecer su potencia muscular, cu musculatura por medio de ejercicios globales y analíticos y con ejercicios de autocargas.
				3	VELOCIDAD	DESPLAZAMIENTO	Es capaz de realizar ejercicios de tipo explosivo
						REACCIÓN	Ejecuta ejercicios de velocidad de reacción al estímulo dado
						GESTUAL	Maneja dominios del ejercicio y realiza el gesto técnico
				4	FLEXIBILIDAD	GENERAL	Es capaz de realizar ejercicios para promoción de lesiones
						ANALITICA	Es capaz de mejorar la amplitud en sus movimientos
		TECNICO	DESTREZAS	1	PASE	PASE CORTO	Desarrolla de manera adecuada el pase con precisión
						PASE LARGO	Ejecuta el ejercicio pertinente con el menor numero de errores.
						PASE DE MEDIA ALTURA	Entiende y logra realizar el ejercicio de manera acertada
						PASE A MEDIA ALTURA	Entiende la dinamica del juego y adopta el rol correspondiente
						PASE DE PUNTA	Desarrolla un trabajo tecnico apropiado del pase
				2	CONTROL	CONTROL CON RESPECTO AL SUELO	Desarrolla el ejercicio de manera atenta, corrigiendo la tecnica de control
						CONTROL CORPORIZADO	Logra entender y ejecutar el ejercicio en la mejor lateralidad, corrigiendo posturas corporales.
						AMORTIGUACIÓN	Maneja dominio del ejercicio y realiza el gesto tecnico
						PUNTAS	Entiende el uso de las superficies de contacto para hacer control del balón
						ADAPTACIÓN	Logra hacer el trabajo con facilidad y destreza
				3	CONDUCCIÓN	CONDUCCIÓN SIGUIENDO TRAYECTORIA DEL BALÓN	Ejecuta la conduccion de acuerdo a la superficie de contacto indicada
						CONDUCCIÓN ENTRE LA SUPERFICIE DE CONTACTO	Logra realizar un buena conducción empleando el material
						CONDUCCIÓN LIBRE	Desarrolla la habilidad de conducir frente a un adversario
						CONDUCCIÓN SOBRE EL ADVERSARIO	Desarrolla un conducion con habilidad en proteger el esferico
						CONDUCCIÓN CON TODAS LAS ELIMINACION DE CONTACTO	Desarrolla un apropiado trabajo integrlo, mejorando su habilidad de conduccion
				4	JUEGO DE CABEZA	TECNICA	Realiza juegos de cabeza apropiando la tecnica de su ejercicio especifico.
						DESPEJE	Realiza el ejercicio de despeje mejorando la tecnica de cabeceo
						DEFENSA	Ejecuta de manera acertada el juego de cabeza en posicion defensiva
						ATAQUE	Ejecuta de manera correcta el juego de cabeza en posicion ofensiva
						PASES	Es capaz de mantener una secuencia de pases en juego de cabeza
				5	REGATE O PISTA	TUNEL	Logra ejecutar la finta de manera correcta involucrando la precision
						REGATES CLASICOS	Realiza la finta a un enemigo con el mayor dominio del del balón.
						SOMBRERO O VARELINA	Logra hacer regate eludiendo jugadores rivales.
						LA BICICLETA	Entiende y realiza la finta en el movimiento que se de locarden
						EL PINCHO	Logra hacer la finta sin balón para luego buscar un espacio apropiado.
		TACTICO	DESTREZAS	1	TÁCTICA INDIVIDUAL	RECEPCIÓN	Entiende y realiza movimientos propios de la ofensiva
						TOMAS DE DECISIONES	Realiza movimientos sin balon para recuperar balón, ubicar un espacio vacio o crear una linea de pase
						DOBLAJE	Realiza acciones propias del doblaje en marca
						ATAQUE	Ejecuta movimientos propios de jugada en ataque
						COBERTURA	Entiende y realiza la cobertura
				2	TÁCTICA OFENSIVA	INVOCACIÓN AUX TÁCTICA	Participa de manera correcta en cada una de las ordenes dadas por el entrenador
						MARCO POSICIONAL	Es capaz de entender y dar manejo al rol adoptado
						CORNER	Ejecuta de manera acertada las jugadas
						MARCAJE DE ZONA	Es capaz de marcar la zona que corresponde
						MARCAJE INDIVIDUAL	Entiende y ejecuta correctamente los movimientos de marca.
				3	TÁCTICA OFENSIVA	INVOCACIÓN AUX TÁCTICA	Ejecuta jugadas en elaboración grupal
						POSESIÓN Y FINALIZACIÓN	Logra mantener la posesion del balon y realizar jugadas de de finalización
						DESMARQUES DE RUPTURA	Entiende y ejecuta movimientos propios de ataque
						LINEAS DE PASE	Entiende y realiza jugadas de tipo ofensiva
						PUNTOS Y SECUENCIAS DEFENSIVAS	Ejecuta combinaciones de de posición tipo ofensivas.
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	PAIS DE ORIGEN	El jugador aprende el pais donde se origino el deporte (uruguay)
						AÑO DE ORIGEN	El jugador aprende el año en que se origino el deporte (1930)
						¿POR QUE SE ORIGINO?	El jugador reconoce los motivos socrales que dieron origen al desarrollo del deporte
						NUEVO CAMPEÓN DE CUBRE	El jugador reconoce a Brasil como el maximo campeon del mundo.
						REPRESENTE DE NUESTRO PAIS	El jugador identifica los maximos referentes del pais
				2	REGLAMENTACION	SAQUE FRONTAL	Realiza el saque inicial hacia adelante, según el reglamento
						SAQUE LATERAL	El jugador realiza el saque lateral según los reglamentos de la disciplina
						CORNER	El jugador se ve indica en que momento y por donde puede hacer un cornino
						OBJETIVOS	El jugador reconoce las faltas técnicas que pueden generar un lanzamiento indirecto
						INFRACTORES	El jugador reconoce cuantas faltas son para el tiro de castigo, faltas que pueden causar una amarrilla, doble amarilla azul, entre otros.
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	REPRESENTE DE NUESTRO PAIS	Identifica los referentes historicos y actuales del pais
						COPAS MUNDIALES GANADAS POR EL PAIS	Reconoce las copas mundiales en que la selección ha tenido participación o a obtenido un alto logro
						IMPORTANCIA DEL DEPORTE A NIVEL SOCIAL	Conoce los beneficios de la práctica deportiva a nivel social
						OCASIONES HISTORICOS DEL PAIS	El jugador identifica el gentedor Historico del pais
						EVOLUCIÓN DEL DEPORTE EN LA REGIÓN	El jugador identifica la evolución y el auge que el deporte ha tenido en el municipio y en la región como medio de ejemplo para ellos
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	COMPAÑERISMO	Desarrolla el valor de compañerismo buscando por un todo, el sentido del compromiso del jugador con el resto del equipo, así como la cooperación entre todos sus miembros.
						RESPETO	Acepta que existen normas y en que hay que seguirlas, portarse bien con los adversarios y los compañeros de equipo, escuchar y aceptar las decisiones del árbitro y del entrenador, no dañar o hacer mal uso del material y de las instalaciones.
						AMISTAD	Reconoce que por medio de la practica deportiva puede fortalecer las relaciones interpersonales y construir unas nuevas.
						TOLERANCIA	Afronta situaciones de frustración y duda y acepta la diferencia de pensamiento y visito del vida de las demás.
						DISCIPLINA	Aprende y busca destrezas, a planetia en medio y aprende del resultado, Yo es necesario, es aprender de las errores y buscar una solución.
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	Reconoce el higiene corporal como un elemento importante para cuidado bacterias, hongos y otros inadecuados.
						ALIMENTACIÓN	El jugador aprende que una buena dieta alimentaria contribuye al desarrollo físico y nos ayuda a lograr mejoras en nuestro rendimiento.
						PRESENTACION PERSONAL	Reconoce la presentación personal como un elemento de suma importancia para su vida social y deportiva, porque por medio de el nos damos a mostrar a la sociedad.
						DESCANSO Y SUEÑO	El jugador aprende que unas buenas horas de sueño y de descanso nos ayudan a fortalecer el sistema inmunitario, relajar totalmente el aparato locomotor y oxigenar el cuerpo mediante la respiración.
						EJERCICIO FISICO	El jugador reconoce el ejercicio físico como un medio para fortalecer nuestro cuerpo, para evitar enfermedades cardiovasculares y es en medio efectivo para nuestro desarrollo biopsicosocial.
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	El jugador demuestra entusiasmos en los entrenamientos y ganas de aprender, actua positivamente en los entrenamientos
						REFUERZO Y SUPERACIÓN	El jugador reconoce que la práctica deportiva requiere un grado de esfuerzo y que cada día es un dia de aprendizaje y superación
						DIVERSIÓN	Reconoce que la practica deportivas es medio de diversión en el cual se siente libre y feliz.
						TRABAJO EN EQUIPO	Aprende que si un trabaja en equipo seria mas facil lograr objetivos y que todos trabajan por una meta en comun
						FORMA FÍSICA	en la practica deportiva como un medio efectivo para mejorar su forma física.
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	Mejorar la atención y concentración por medio de juegos y actividades que posibilitara la participacion de todos con un estimulo respuesta con la finalidad de mejorar su rendimiento.
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	Desarrolla, mediante juegos de equipo, actitudes de cooperación y compañerismo, haciendo de esta actividad, un espacio y un clima de convivencia.
						RESILIENCIA	El jugador es capaz de afrontar, resistir y superar la adversidad con más recursos y mejores resultados.
						MANEJO DE EMOCIONES	Tiene control emocional y el dominio de determinadas situaciones.
						EMPATIA	El jugador muestra actuamiento, comprender y apoya emocionalmente a sus compañeros.
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTERACCION	JUEGOS COOPERATIVOS	El jugador por medio de este tipo de juegos trabaja en equipo y cumplen un objetivo en comun y lo mas importante se divierte.
						JUEGOS DE PRESENTACIÓN	A través de este tipo de juegos el niño puede ir creando fronte a sus compañeros y el entrenador y fortalece sus relaciones interpersonales
						JUEGOS DE REPRESENTACIÓN	El jugador por medio de estos actua con espontaneidad y demuestra su lado creativo.
						ACTIVIDADES LUDICO RECREATIVAS	El jugador por medio de estas actividades mejora su dimensión ludica, se divierte y una experiencias positivas
				2	JUEGOS TRADICIONALES	RONDAS CON BAILA	El jugador por medio de las rondas conoce su esquema corporal, se divierte y lo transforma en un juego.
						SOGAS	Actuma actividades que se han ido perdiendo a través del tiempo, de la misma forma en que se refuerza aspectos motrices y cognitivos, como el salto y la memoria
						TEMAS	Conoce, acepta y mejora habilidades y juegos con elementos propuestos y de aceptación en el espacio
						GALERIA CRIOLLA	Desarrolla la coordinación dinámica general, mejora el equilibrio, trabaja la estabilidad y fortalece sus relaciones interpersonales
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	JUEGO DE ROLES	Desarrolla la perspectiva social y la empatía mediante la representación de diferentes papeles.
						JUEGOS DRAMATICOS	Desarrolla su imaginación, creatividad, espontaneidad y desarrollo afectivo, social e intelectual del niño/a
						DANZA	Desarrolla su esquema corporal, su ritmo y contribuye al desarrollo de su personalidad
						MANUALIDADES O DIBUJO	Desarrolla su imaginación, creatividad, espontaneidad y desarrollo afectivo, social e intelectual del niño/a
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	JUEGOS DE COMPETENCIA	El jugador por medio de este tipo de juegos comparte con otros compañeros en actividades ludicas que generen retos y alentar por parte de ellos, siempre manteniendo la sana convivencia y la sana competencia
						ACTIVIDADES LUDICO RECREATIVAS	El jugador por medio de estas actividades mejora su dimensión ludica, se divierte y una experiencias positivas
						CIRCUITOS DE TRABAJO EN EQUIPO	Fortalecer sus relaciones interpersonales y su dimension ludica.
						CIRCUITO DE JUEGOS	Actividas en juegos que generen retos y alentar
				5	FIESTAS RECREATIVAS	FESTIVAL DE HABILIDADES	Demuestra las habilidades que ha venido adquiriendo a través de los entrenamientos y de las experiencias propias del deporte
						FERIAS RECREATIVO	Actividas en ambientes de aprendizaje que se generan recreación como los ejemplos de futsal infantil
						JUEGOS LUDICOS	Actividas en juegos ludicos que aseintan desarrollar su dimensiones ludica
						JUEGO DE PISTAS	El jugador por medio de este juego trabaja, inventiva y se diverte

FECHA DE ENTREGA	2019/01
NOMBRE Y APELLIDO DEL MONITOR	CARLOS EDUARDO SUAZO PINEDA
MUNICIPIO	LA CALERA CUNDINAMARCA



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

DEPORTE / MODALIDAD: futbol de salon

MUNICIPIO: la calera

NOMBRE DEL FORMADOR:

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	OBSERVACIONES
7:00 AM A 9; 00 AM	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								
9:30 AM A 11:3O AM	GRUPO								
	SEDE DE TRABAO								
1:00 AM A2: 00 AM	GRUPO								
	SEDE DE TRABAO								
2:00P.M. A 4 P.M.	GRUPO		iniciacion	iniciacion		iniciacion			
	SEDE DE TRABAJO		cic	cic		cic			
4 P.M. A 6 P.M.	GRUPO		profundizacion	profunfizacion		profundizacion			
	SEDE DE TRABAJO		cic	cic		cic			
6 P.M. A 8 P.M.	GRUPO		perfeccionamiento	perfecionamiento		perfeccionamienton			
	SEDE DE TRABAJO		cic	cic		cic			
9P.M. A 10 P.M.	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								
	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								
	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								
	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								

NOMBRE MONITOR carlos galvis

ANEXO 2 . EN PDF LOS LISTADOS DE LOS DEPORTISTAS REGISTRADOS POR CATEGORIA , EN LAS EVIDENCIAS



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL_____

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	salome cardenas	3113457890		1																											1	1	3	3	0	100%
2	daniel bermudez	3122344455		1																											1	1	3	3	0	100%
3	nicolas esteban	3132345670		1																											1	1	3	3	0	100%
4	jeronimo sanchez	3112584560		1																											1	1	3	3	0	100%
5	gabriel sandino	3152553620		1																											1	1	3	3	0	100%
6	cristofer carreño	3142584563		1																											1	1	3	3	0	100%
7	damien garzon	3022589002		1																											1	1	3	3	0	100%
8	thomas parrado	3212450932		1																											1	1	3	3	0	100%
9	juan triviño	3222450744		1																											1	1	3	3	0	100%
10	carlos peña	3118545696		1																											1	1	3	3	0	100%
11	pedro peñaranda	3312562589		1																											1	1	3	3	0	100%
12	tomas romero	3222565892		1																											1	1	3	3	0	100%
13	orjuela jeferson	3145223692		1																											1	1	3	3	0	100%
14	joseph rozo	3225695497		1																											1	1	3	3	0	100%
15	leandro sanoja	3222345697		1																											1	1	3	3	0	100%
16	ivan salcedo	3142322409		1																											1	1	3	3	0	100%
17	mathias cubillos	3224092432		1																											1	1	3	3	0	100%
18	erick urrego	3145264419		1																											1	1	3	3	0	100%
19	cleiver torres	3222589864		1																											1	1	3	3	0	100%



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL_____

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	david satoque	3133457890		1																											1	1	3	3	0	100%
2	jacobo osorio	3152344455		1																											1	1	3	3	0	100%
3	esteban cardozo	3192345670		1																											1	1	3	3	0	100%
4	sergio briceño	3102584560		1																											1	1	3	3	0	100%
5	dylan medina	3162553620		1																											1	1	3	3	0	100%
6	andrey rondon	3142584563		1																											1	1	3	3	0	100%
7	mario goneche	3022589002		1																											1	1	3	3	0	100%
8	susej sanoja	3212450932		1																											1	1	3	3	0	100%
9	juan diego beltran	3222450744		1																											1	1	3	3	0	100%
10	matias perez	3118545696		1																											1	1	3	3	0	100%
11	luis cardozo	3312562589		1																											1	1	3	3	0	100%
12	soto sergio	3222565892		1																											1	1	3	3	0	100%
13	samuel triana	3145223692		1																											1	1	3	3	0	100%
14	dorlan guerrero	3225695496		1																											1	1	3	3	0	100%
15	valeria cifuentes	3222345699		1																											1	1	3	3	0	100%
16	salome vazques	3142322402		1																											1	1	3	3	0	100%



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL_____

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	carlos sanchez	3113457890		1																											1	1	3	3	0	100%
2	esteban quinche	3122344455		1																											1	1	3	3	0	100%
3	garcia juan	3132345670		1																											1	1	3	3	0	100%
4	juan diego garzon	3112584560		1																											1	1	3	3	0	100%
5	mendez jose	3152553620		1																											1	1	3	3	0	100%
6	andres orjuela	3142584563		1																											1	1	3	3	0	100%
7	stheban peraza	3022589002		1																											1	1	3	3	0	100%
8	felipe diaz	3212450932		1																											1	1	3	3	0	100%
9	sneider uribe	3222450744		1																											1	1	3	3	0	100%
10	yorbi ruiz	3112446458		1																											1	1	3	3	0	1
11																																					
11																																					
11																																					
11																																					
11																																					
11																																					
11																																					
11																																					
11																																					
11																																					

ANEXO 3. EVIDENCIAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO POR CATEGORIA

INICIACION	FUNDAMENTACION	PERFECIONAMIENTO
		
		



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

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

NEFICIAD	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Masculino	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
6 AÑOS	6	1	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
7 AÑOS	6	0	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
8 AÑOS	6	0	6	0	4										
9 AÑOS	8	2	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
10 AÑOS	4	0	4												
11 AÑOS	5	0	5												
12 AÑOS			0												
13 AÑOS	2	0	3												
14 AÑOS	3		1												
15 AÑOS	3		3												
16 AÑOS		1	1												
17 AÑOS	0		0												
TOTALES	43	4		0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	45

ANEXO 6. PLANEACIONES DIARIAS POR CATEGORIA MES DE SEPTIEMBRE

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 30-ago-22	**Lugar:** CIC	**Municipio:** la calera	**Hora:** 2:00 A 4:00 pm	**N° de sesión:** 1	**N° de semana:** DEL 29 DE AGOSTO AL 04 DE SEPTIEMBRE
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas:** 19		**Edades:** 6 a 8 años

INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	

C

Objetivo Especifico: busca estrategias en el juego las cuales le favorescan un mejor aprendizaje.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES SILBATO PLATILLOS
1.	Introduccion a la clase			
2.	llamado a lista			
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	X	10 MIN	
4. CONGELADOS	Calentamiento	X	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. TROTE CONDUCIENDO EL BALON	Resistencia	Aerobica	X	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8. EJERCICIOS DE ELONGACION MUSCULAR	Flexibilidad	Estatica		15 MIN	
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3. EJERCICIOS MODIFICANDO SU BASE DE SUSTENTACION	Equilibrio		15 MIN	
4. DESPLAZAMIENTOS CON BALON: ADELANTE, ATRÁS, DERECHA, IZQUIERDA ETC.	Orientación		15 MIN	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

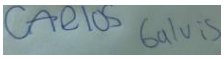
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, PLATILLOS
1. PASES CON COMPAÑEROS A DIFERENTES DISTACIAS	X		15 MIN	
2. JUEGO		X	15 MIN	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 31-ago-22	**Lugar:** CIC	**Municipio:** LA CALERA	**Hora:** 2:00 A 4:00 pm	**N° de sesión:** 2	**N° de semana:** DEL 29 DE AGOSTO AL 04 DE SEPTIEMBRE
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas:** 19		**Edades:** 6 a 8 años

INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: realiza trabajos de repeticiones para explorar diferentes formas de juegos

Objetivo Especifico: busca estrategias en el juego las cuales le favorescan un mejor aprendizaje.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES SILBATO PLATILLOS
1.	Introduccion a la clase			
2.	llamado a lista			
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	X	10 MIN	
4. COJIDAS	Calentamiento	X	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. TROTE CONTINUO CON BALON	Resistencia	Aerobica	X	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8. EJERCICIOS CON BALON	Flexibilidad	Estatica		15 MIN	
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3. EJERCICIOS MODIFICANDO SU BASE DE SUSTENTACION	Equilibrio		15 MIN	
4. DESPLAZAMIENTOS CON BALON: ADELANTE, ATRÁS,	Orientación		15 MIN	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			

7.	Adaptación		
8.	Patrones Basicos de Movimiento		

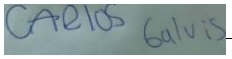
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, PLATILLOS
1. PASES A DIFERENTES DISTACIAS			15 MIN	
2. JUEGO			15 MIN	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 02-sep-22	Lugar: CIC	Municipio: LA CALERA	Hora:2:00 A 4:00 pm	N° de sesiòn: 3	N° de semana: DEL 29 DE AGOSTO AL 04 DE SEPTIEMBRE
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			N° de deportistas: 19		Edades:6 a 8 años

INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: sensibilizar al niño a trabajar en equipo para un mejor desarrollo de las clases

Objetivo Especifico: explora diferentes ejercicios donde el objetivo sea el trabajo en equipo

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES SILBATO PLATILLOS
1.	Introduccion a la clase			
2.	llamado a lista			
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	X	10 MIN	
4. CADENITA	Calentamiento	X	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. TROTE CONDUCIENDO Y PASANDO EL BALON	Resistencia	Aerobica	X	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8. EJERCICIOS DE ELONGACION MUSCULAR CON BALON	Flexibilidad	Estatica	X	15 MIN	
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3. EJERCICIOS MODIFICANDO SU CENTRO DE GRAVEDAD	Equilibrio	X	15 MIN	
4. DESPLAZAMIENTOS CON EN DIFEENTES DIRECCIONES	Orientación	X	15 MIN	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

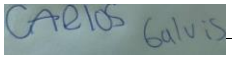
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, PLATILLOS
1. DRIBLING CON BALON	X		15 MIN	
2. JUEGO		X	15 MIN	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 06-sep-22	Lugar: CIC	Municipio: LA CALERA	Hora:2:00 A 4:00 pm	N° de sesiòn: 4	N° de semana: DEL 05 AL 11 SEPTIEMBRE
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			N° de deportistas: 19		Edades:6 a 8 años

INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: emplea las condiciones fisicas como estrategia para desenvolver mejor en los entrenamientos

Objetivo Especifico: trabaja ejercicios donde le ayuden a mejorar su condicion fisica

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO Y BALONES
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	X	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	X	5 MIN	
4. TROTE CON BALON	Calentamiento	X	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas	Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS

	Capacidad	Manifestaciòn		
1.	Fuerza	Maxima		
2.		Explosiva		
3. TROTE CON BALON ELUDIENDO OBSTACULOS	Resistencia	Aerobica	X	15 MIN
4.		Anaerobica		
5.	Velocidad	Maxima		
6. RELEVOS CON BALON		Desplazamiento	X	15 MIN
7.		Reacciòn		
8.	Flexibilidad	Estatica		
9.		Dinamica		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo
1.	Acoplamiento		
2.	Ritmo		
3.	Equilibrio		
4.	Orientación		
5. CONDUCIR EL BALON CON DIFEENTES PARTES DEL PIE	Diferenciación	X	15 MIN
6. ATRAPO AL COMPAÑERO	Reacción	X	15 MIN
7.	Adaptación		
8.	Patrones Basicos de Movimiento		

MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo
1. DRIBLING Y REMATE A PORTERIA	X		15 MIN
2. JUEGO		X	15 MIN
3.			
4.			

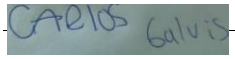
MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA
2.Retroalimentaciòn de la clase valores			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales			

MATERIALES Y RECURSO: BALONES

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 07-sep-22	Lugar: CIC	Municipio: LA CALERA	Hora:2:00 A 4:00 pm	N° de sesión: 5	N° de semana: DEL 05 AL 11 SEPTIEMBRE
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			N° de deportistas: 19		Edades:6 a 8 años

INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: utiliza el juego como medio para garantizar un trabajo en equipo
Objetivo Especifico: realza actividades de integracion donde mejora su trabajo y su participacion en las clases
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN
1.	Introduccion a la clase		
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	X	5 MIN
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	X	5 MIN
4. CONGELADOS	Calentamiento	X	10 MIN

MATERIALES Y RECURSO: SILBATO

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN
	Capacidad	Manifestaciòn		
1.	Fuerza	Maxima		
2. SALTOS CON DIFEENTES APOYOS		Explosiva	X	15 MIN
3.	Resistencia	Aerobica		
4.		Anaerobica		
5.	Velocidad	Maxima		
6.		Desplazamiento		
7. NUMEO DE BARCOS		Reacciòn	X	15 MIN
8.	Flexibilidad	Estatica		
9.		Dinamica		

MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo
1.	Acoplamiento		
2.	Ritmo	X	15 MIN
3.	Equilibrio		
4. TROTE POR DIFERENTES ZONAS DEL CAMPO	Orientación		
5.	Diferenciación		
6. PONCHADOS	Reacción	X	15 MIN
7.	Adaptación		
8.	Patrones Basicos de Movimiento		

MATERIALES Y RECURSO: PELOTAS, SILBATO, PLATILLOS.

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo
1. DRIBLING Y REMATE A PORTERIA	X		15 MIN
2. JUEGO 2 VS 2		X	15 MIN
3.			
4.			

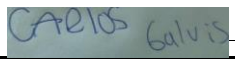
MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA
2.Retroalimentaciòn de la clase valores			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales			

MATERIALES Y RECURSO: BALONES

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 09-sep-22	Lugar: CIC	Municipio: LA CALERA	Hora:2:00 A 4:00 pm	N° de sesión: 6	N° de semana: DEL 05 AL 11 SEPTIEMBRE

Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA				N° de deportistas: 19			Edades:6 a 8 años
INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO			
Objetivo General: realiza trabajos de la manera correcta con la mejor disposición y actitud							
Objetivo Especifico: Se desembuelbe en los ejercicio garantizando una mejora en el deporte							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							
VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	X	Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad		Justicia	X	Reconocimiento		Autodominio	X
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento	X	Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	X	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	X	5 MIN	
4. PAQUETES DE NUMEROS	Calentamiento	X	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. CONDUCI EL BALON HASTA PUNTOS DEMARCADOS	Resistencia	Aerobica	X	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. ZIG ZAG CONDUCIENDO EL BALON		Desplazamiento	X	15 MIN	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3. LA 21	Equilibrio	X	15 MIN	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6. ATRAPA AL COMPAÑEO	Reacción	X		
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

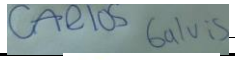
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS
1. REMATE A PORTERIA	X		15 MIN	
2. JUEGO		X	15 MIN	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 13-sep-22	Lugar:CIC	Municipio: LA CALERA	Hora:2:00 A 4:00 pm	N° de sesión: 7	N° de semana: DEL 12 AL 18 DE SEPTIEMBRE
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			N° de deportistas: 19		Edades:6 a 8 años
INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: utiliza el juego como estrategia para la toma de decisiones en los entrenamientos					
Objetivo Especifico: propone juegos para el desarrollo de los entrenamientos					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					
VALORES SOCIALES Y PERSONALES					
Respeto	X	Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	X	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	X
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento	X	Juego Limpio	X	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	X	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	X	5 MIN	
4. PAQUETES DE NUMEROS	Calentamiento	X	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. EL REY	Resistencia	Aerobica	X	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento	X	15 MIN	
LLEVO Y TRAIGO ELEMENTOS		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3. CONTROL DEL BALON EN AIRE	Equilibrio	X	15 MIN	
4. CAPTURA LA BANDERA	Orientación		15 MIN	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

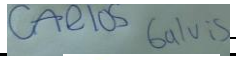
ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS
1. REGATE CON DIECCION A PORTERIA	X		15 MIN	
2. JUEGO		X	15 MIN	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

4. Tareas en casa y recomendaciones generales			

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14-sep-22	**Lugar:CIC**	**Municipio: LA CALERA**		**Hora:2:00 A 4:00 pm**	**N° de sesión: 8**		**N° de semana: 12 AL 18 DE SEPTIEMBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA				**N° de deportistas: 19**			**Edades:6 a 8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General: estimular y explora la capacidad de toma de decisiones siendo consciente de la importancia del trabajo en equipo
Objetivo Especifico: explora con sus compañeros formas de desplazamientos y la toma de decisiones en los ejercicios
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: SILBATO Y BALONES**
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	**X**	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	5 MIN	
4. TROTE CON BALON REALIZANDO PASES	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. NO ME ALCANZAS		Desplazamiento	**X**	15 MIN	
7.		Reacciòn			
8.		Estatica			
9. TROTO Y ME ESTIRO	Flexibilidad	Dinamica	X	15	

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.**
1.	Acoplamiento			
2. QUITO EL BALON AL COMPAÑERO	Ritmo	X	15 MIN	
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5. PAR O IMPAR	Diferenciación	X	15 MIN	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

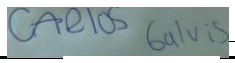
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS**
1.				
2. JUEGO		**X**	**30 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES**
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 16-sep-22	**Lugar: CIC**	**Municipio: LA CALERA**		**Hora:2:00 A 4:00 pm**	**N° de sesión: 9**		**N° de semana: 12 AL 18 DE SEPTIEMBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA				**N° de deportistas: 19**			**Edades:6 a 8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General: busca estrategias a traves del juego y el deporte para trabajr en equipo
Objetivo Especifico: desarrolla actividades buscando una mejor participacion en los entrenamientos
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: SILBATO Y BALONES**
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	**X**	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	5 MIN	
4. BARCOS DE NUMEOS	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. ARMO LA PIRAMIDE	Resistencia	Aerobica	**X**	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7. MICOS A SUS RAMAS		Reacciòn	**X**	1MIN5	
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.**
1.	Acoplamiento			
2. NO DEJES SALIR EL BALON	Ritmo	X	15 MIN	
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			

5. CONTROLA EL BALON	Diferenciación	X	15 MIN
6.	Reacción		
7.	Adaptación		
8.	Patrones Basicos de Movimiento		

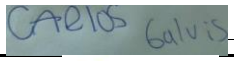
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS
1.				
2. JUEGO 1 VS 1 Y 2 VS 2		**X**	**30 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		5 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		5 MIN	VALORES EN CLASE	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 20-sep-22	**Lugar: CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:2:00 A 4:00 pm**	**N° de sesión: 10**	**N° de semana: DEL 19 AL 25 DE SEPTIEMBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 19**		**Edades:6 a 8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: desarrolla ejercicios donde trabaje su velocidad y su reaccion
Objetivo Especifico: Realiza circuitos y trabajo en equipos donde el objetivo sea su velocidad y reaccion
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO Y BALONES
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	**X**	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	5 MIN	
4. BARCOS DE NUMEOS	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. ARMO LA PIRAMIDE	Resistencia	Aerobica	**X**	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7. MICOS A SUS RAMAS		Reacciòn	**X**	1MIN5	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1.	Acoplamiento			
2. NO DEJES SALIR EL BALON	Ritmo	X	15 MIN	
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5. CONTROLA EL BALON	Diferenciación	X	15 MIN	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

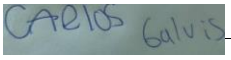
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS
1.				
2. JUEGO 1 VS 1 Y 2 VS 2		**X**	**30 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		5 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		5 MIN	VALORES EN CLASE	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 21-sep-22	**Lugar: CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:2:00 A 4:00 pm**	**N° de sesión: 11**	**N° de semana: DEL 19 AL 25 DE SEPTIEMBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 19**		**Edades:6 a 8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: golpea el balon con las superficies de contacto del pie
Objetivo Especifico: utiliza su pierna dominante para golpear el balon de la mejor manera
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	**X**	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	5 MIN	
4. CONGELADOS	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas	Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS

	Capacidad	Manifestaciòn		
1.	Fuerza	Maxima		
2. SALTOS		Explosiva	X	15 MIN
3.	Resistencia	Aerobica		
4.		Anaerobica		
5.	Velocidad	Maxima		
6.		Desplazamiento		
7. RECORRIDOS DOMINANDO EL BALON CON		Reacciòn	X	15 MIN
8.		Estatica		
9.	Flexibilidad	Dinamica		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo
1.	Acoplamiento		
2. EL ENCERRADO	Ritmo	X	15 MIN
3.	Equilibrio		
4. TROTE POR DIFERENTES ZONAS DEL CAMPO	Orientación	X	15 MIN
5.	Diferenciación		
6.	Reacción		
7.	Adaptación		
8.	Patrones Basicos de Movimiento		

MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo
1. DRIBLING Y REMATE A PORTERIA	X		15 MIN
2. JUEGO 3 VS 3		X	15 MIN
3.			
4.			

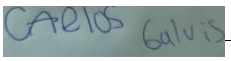
MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA
2.Retroalimentaciòn de la clase valores			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales			

MATERIALES Y RECURSO: BALONES

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 23-sep-22	Lugar: CIC	Municipio: LA CALERA	Hora:2:00 A 4:00 pm	N° de sesiòn: 12	N° de semana: 19 AL 25 DE SEPTIEMBRE
Nombre del Formador: CARLOS GALVIS PINEDA			N° de deportistas: 19		Edades:6 a 8 años

INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General:participa de actividades que le ayuden a mejorar su trabajo con el balon

Objetivo Especifico: utiliza el juego como estrategia para mejorar su dominio con el balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN
1.	Introduccion a la clase		
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	X	5 MIN
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	X	5 MIN
4. MICOS A SUS RAMAS	Calentamiento	X	10 MIN

MATERIALES Y RECURSO: SILBATO

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN
	Capacidad	Manifestaciòn		
1.	Fuerza	Maxima		
2.		Explosiva		
3.	Resistencia	Aerobica		
4.		Anaerobica		
5.	Velocidad	Maxima		
6. RELEVOS		Desplazamiento	X	15 MIN
7. ATRAPO EL BALON		Reacciòn	X	15 MIN
8.		Estatica		
9.	Flexibilidad	Dinamica		

MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo
1. PASO Y CONTROLO EL BALON CON DIFEENTES	Acoplamiento	X	15 MIN
2.	Ritmo		
3.	Equilibrio		
4.	Orientación		
5. PASE CON DIFEENTES PARTES DEL PIE	Diferenciación	X	15 MIN
6.	Reacción		
7.	Adaptación		
8.	Patrones Basicos de Movimiento		

MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo
1. PASAR, ELUDIR Y ANOTAR	X		15 MIN
2. JUEGO BALON MANO		X	15 MIN
3.			
4.			

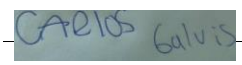
MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA
2.Retroalimentaciòn de la clase valores			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales			

MATERIALES Y RECURSO: BALONES

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

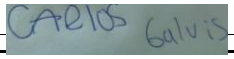
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 23-sep-22	Lugar: CIC	Municipio: LA CALERA	Hora:2:00 A 4:00 pm	N° de sesiòn: 13	N° de semana: 26 DE SEPTIEMBRE AL 02 DE OCTUBRE
Nombre del Formador: CARLOS GALVIS PINEDA			N° de deportistas: 19		Edades:6 a 8 años

INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General:participa de actividades que le ayuden a mejorar su trabajo con el balon							
Objetivo Especifico: utiliza el juego como estrategia para mejorar su dominio con el balon							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							
VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	X	Justicia		Reconocimiento		Autodominio	X
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento	X	Juego Limpio	X	Recompensa	
DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE							
PARTE INICIAL							
ACTIVIDADES					**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: SILBATO**	
1.		Introduccion a la clase					
2. LLAMAR A LISTA		llamado a lista		**X**	5 MIN		
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL		Movilidad Articular		**X**	5 MIN		
4. MICOS A SUS RAMAS		Calentamiento		**X**	10 MIN		
PARTE CENTRAL-PARTE 1							
ACTIVIDADES		**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS**	
	Capacidad	**Manifestaciòn**					
1.	Fuerza	Maxima					
2.		Explosiva					
3.	Resistencia	Aerobica					
4.		Anaerobica					
5.	Velocidad	Maxima					
6. RELEVOS		Desplazamiento		**X**	15 MIN		
7. ATRAPO EL BALON		Reacciòn		**X**	15 MIN		
8.	Flexibilidad	Estatica					
9.		Dinamica					
ACTIVIDADES		**Capacidades Coordinativas**			**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.**	
1. PASO Y CONTROLO EL BALON CON DIFEENTES		Acoplamiento		**X**	15 MIN		
2.		Ritmo					
3.		Equilibrio					
4.		Orientación					
5. PASE CON DIFEENTES PARTES DEL PIE		Diferenciación		X	15 MIN		
6.		Reacción					
7.		Adaptación					
8.		Patrones Basicos de Movimiento					
PARTE CENTRAL-PARTE 2							
ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**			**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS**	
1. PASAR, ELUDIR Y ANOTAR	**X**				**15 MIN**		
2. JUEGO BALON MANO		**X**			**15 MIN**		
3.							
4.							
PARTE FINAL							
ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**		**Actividad**		**MATERIALES Y RECURSO: BALONES**	
1.Estiramiento		10 MIN		EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores							
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos							
4. Tareas en casa y recomendaciones generales							

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

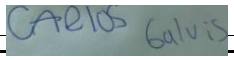
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 28-sep-22	**Lugar: CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:2:00 A 4:00 pm**	**N° de sesión: 14**	**N° de semana: 26 DE SEPTIEMBRE AL 02 DE OCTUBRE**
Nombre del Formador: CARLOS GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 19**		**Edades:6 a 8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:participa de actividades que le ayuden a mejorar su trabajo con el balon							
Objetivo Especifico: utiliza el juego como estrategia para mejorar su dominio con el balon							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							
VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	X	Justicia		Reconocimiento		Autodominio	X
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento	X	Juego Limpio	X	Recompensa	
DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE							
PARTE INICIAL							
ACTIVIDADES					**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: SILBATO**	
1.		Introduccion a la clase					
2. LLAMAR A LISTA		llamado a lista		**X**	5 MIN		
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL		Movilidad Articular		**X**	5 MIN		
4. MICOS A SUS RAMAS		Calentamiento		**X**	10 MIN		
PARTE CENTRAL-PARTE 1							
ACTIVIDADES		**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS**	
	Capacidad	**Manifestaciòn**					
1.	Fuerza	Maxima					
2.		Explosiva					
3.	Resistencia	Aerobica					
4.		Anaerobica					
5.	Velocidad	Maxima					
6. RELEVOS		Desplazamiento		**X**	15 MIN		
7. ATRAPO EL BALON		Reacciòn		**X**	15 MIN		
8.	Flexibilidad	Estatica					
9.		Dinamica					
ACTIVIDADES		**Capacidades Coordinativas**			**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.**	
1. PASO Y CONTROLO EL BALON CON DIFEENTES		Acoplamiento		**X**	15 MIN		
2.		Ritmo					
3.		Equilibrio					
4.		Orientación					
5. PASE CON DIFEENTES PARTES DEL PIE		Diferenciación		X	15 MIN		
6.		Reacción					
7.		Adaptación					
8.		Patrones Basicos de Movimiento					
PARTE CENTRAL-PARTE 2							
ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**			**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS**	
1. PASAR, ELUDIR Y ANOTAR	**X**				**15 MIN**		
2. JUEGO BALON MANO		**X**			**15 MIN**		
3.							
4.							
PARTE FINAL							
ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**		**Actividad**		**MATERIALES Y RECURSO: BALONES**	
1.Estiramiento		10 MIN		EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA			
2.Retroalimentaciòn de la clase valores							
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos							
4. Tareas en casa y recomendaciones generales							

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 30-sep-22	**Lugar: CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:2:00 A 4:00 pm**	**N° de sesión: 15**	**N° de semana: 26 DE SEPTIEMBRE AL 02 DE OCTUBRE**
Nombre del Formador: CARLOS GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 19**		**Edades:6 a 8 años**

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

Objetivo General:participa de actividades que le ayuden a mejorar su trabajo con el balon

Objetivo Especifico: utiliza el juego como estrategia para mejorar su dominio con el balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: SILBATO**
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	**X**	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	5 MIN	
4. MICOS A SUS RAMAS	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. RELEVOS		Desplazamiento	**X**	15 MIN	
7. ATRAPO EL BALON		Reacciòn	**X**	15 MIN	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.**
1. PASO Y CONTROLO EL BALON CON DIFEENTES	Acoplamiento	**X**	15 MIN	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5. PASE CON DIFEENTES PARTES DEL PIE	Diferenciación	X	15 MIN	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

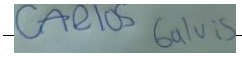
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS**
1. PASAR, ELUDIR Y ANOTAR	**X**		**15 MIN**	
2. JUEGO BALON MANO		**X**	**15 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES**
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 30-ago-22	**Lugar:** cic	**Municipio:** la calera	**Hora:** 4:00 A 6:00 pm	**N° de sesión:** 16	**N° de semana:** DEL 29 DE AGOSTO AL 04 DE SEPTIEMBRE
Nombre del Formador: carlos eduardo galvis pineda			**N° de deportistas:** 16		**Edades:** 9 a 12 años
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	X	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: realiza pases con movimientos controlando el balon

Objetivo Especifico: ejecuta pases creando una situacion de juego

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES SILBATO PLATILLOS
1.	Introduccion a la clase	X	5 MIN	
2.	llamado a lista			
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	X	5 MIN	
4. TROTE POR EL CAMPO DE JUEGO CON BALON	Calentamiento	X	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. TROTE CONTINUO CON BALON EN DIFERENTES DIRECCIONES Y SUPERFICIES DE CONTACTO	Resistencia	Aerobica	X	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn		10 MIN	
8. EJERCICIOS CON BALON, REALIZANDO ELONGACIONES M		Estatica		5 MIN	
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3. EJERCICIOS MODIFICANDO SU BASE DE SUSTENTACION	Equilibrio		15 MIN	
4.	Orientación		15 MIN	
5.	Diferenciación			
6.DESPLAZAMIENTOS CON BALON CON DIFERENTES SUPERFICIES DEL PIE AL SONAR EL SILVATO REALIZAR CAMBIOS DE VELOCIDAD	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

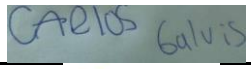
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, PLATILLOSY CONOS
1. PASES CON DIFERENTES DISTANCIAS			15 MIN	
2. JUEGO 5 VS 4			15 MIN	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 31-ago-22	**Lugar:** cic	**Municipio:** la calera	**Hora:** 4:00 A 6:00 pm	**N° de sesión:** 17	**N° de semana:** DEL 29 DE AGOSTO AL 04 DE SEPTIEMBRE
Nombre del Formador: carlos eduardo galvis pineda			**N° de deportistas:** 16		**Edades:** 9 a 12 años
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	X	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: realiza pases con movimientos controlando el balon

25

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES SILBATO PLATILLOS
1.	Introduccion a la clase			
2.	llamado a lista	X	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	X	5 MIN	
4. COJIDAS	Calentamiento	X	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. TROTE CONTINUO CON BALON	Resistencia	Aerobica	X	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8. EJERCICIOS CON BALON		Estatica		15 MIN	
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			

3. EJERCICIOS MODIFICANDO SU BASE DE SUSTENTACION	Equilibrio		15 MIN
4. DESPLAZAMIENTOS CON BALON: ADELANTE, ATRÁS,	Orientación		15 MIN
5.	Diferenciación		
6.	Reacción		
7.	Adaptación		
8.	Patrones Basicos de Movimiento		

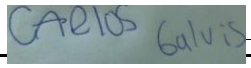
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, PLATILLOS
1. PASES A DIFERENTES DISTACIAS			**15 MIN**	
2. JUEGO			**15 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 02-sep-22	**Lugar: cic**	**Municipio: la calera**	**Hora:4:00 A 6:00 pm**	**N° de sesión: 18**	**N° de semana: DEL 29 DE AGOSTO AL 04 DE SEPTIEMBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 20**		**Edades: 9 a 12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: realiza ejercicios donde trabaja su parte fisica
Objetivo Especifico: desarrolla ejercicios especificos trabajando su estado fisico
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES SILBATO PLATILLOS
1.	Introduccion a la clase			
2.	llamado a lista	**X**	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	5 MIN	
4. CADENITA	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. TROTE CONTINUO CON BALON REALIZANDO PASES CON	Resistencia	Aerobica	**X**	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8. EJERCICIOS CON BALON		Estatica		15 MIN	
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3. SALTOS A CABECEAR EL BALON	Equilibrio		15 MIN	
4.	Orientación		15 MIN	
5.	Diferenciación			
6. DIA Y NOCHE	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

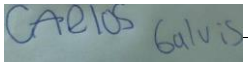
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, PLATILLOS
1. PASES A DIFERENTES ALTURAS			**15 MIN**	
2. JUEGO CON ALGUNAS CONDICIONES TACTICAS.			**15 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 06-sep-22	**Lugar: CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:4:00 A 6:00 pm**	**N° de sesión: 19**	**N° de semana: DEL 05 AL 11 DE SEPTIEMBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 16**		**Edades: 9 a 12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: utiliza el juego como estrategia para la toma de decisiones en los entrenamientos
Objetivo Especifico: propone juegos para el desarrollo de los entrenamientos
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	**X**	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	5 MIN	

4. PAQUETES DE NUMEROS	Calentamiento	**X**	10 MIN

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. TROTE CONTINUO CON BALON	Resistencia	Aerobica	**X**	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. PIQUE CONDUCIENDO EL BALON		Desplazamiento	**X**	15 MIN	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3. EJERCICIOS MODIFICANDO SU CENTRO DE GRAVEDAD	Equilibrio	X	15 MIN	
4.	Orientación		15 MIN	
5.	Diferenciación			
6. DIA Y NOCHE	Reacción	X		
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

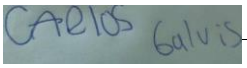
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS**
1. REMATE A PORTERIA	**X**		**15 MIN**	
2. JUEGO		**X**	**15 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES**
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 07-sep-22	**Lugar: CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:4:00 A 6:00 pm**	**N° de sesión: 20**	**N° de semana: DEL 05 AL 11 DE SEPTIEMBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 16**		**Edades: 9 a 12 años**

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

Objetivo General: utiliza el juego como estrategia para la toma de decisiones en los entrenamientos

Objetivo Especifico: propone juegos para el desarrollo de los entrenamientos

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: SILBATO**
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	**X**	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	5 MIN	
4. PAQUETES DE NUMEROS	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. TROTE CONTINUO CON BALON	Resistencia	Aerobica	**X**	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. PIQUE CONDUCIENDO EL BALON		Desplazamiento	**X**	15 MIN	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3. EJERCICIOS MODIFICANDO SU CENTRO DE GRAVEDAD	Equilibrio	X	15 MIN	
4.	Orientación		15 MIN	
5.	Diferenciación			
6. DIA Y NOCHE	Reacción	X		
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

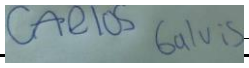
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS**
1. REMATE A PORTERIA	**X**		**15 MIN**	
2. JUEGO		**X**	**15 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES**
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 09-sep-22	Lugar: CIC	Municipio: LA CALERA		Hora:4:00 A 6:00 pm	N° de sesión: 21		N° de semana:DEL 05 AL 11 DE SEPTIEMBRE
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA				N° de deportistas: 16			Edades: 9 a 12 años
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		X	PERFECCIONAMIENTO		
Objetivo General: desarrolla ejercicios donde trabaje su velocidad y su reaccion							
Objetivo Especifico: Realiza circuitos y trabajo en equipos donde el objetivo sea su velocidad y reaccion							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							
VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	X	Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	X	Justicia		Reconocimiento		Autodominio	X
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento	X	Juego Limpio	X	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO Y BALONES
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	X	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	X	5 MIN	
4. TROTE CON BALON	Calentamiento	X	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. TROTE CON BALON ELUDIENDO OBSTACULOS	Resistencia	Aerobica	X	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7. PIQUES CORTOS CON CAMBIOS DE RITMO		Reacciòn	X	15 MIN	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1.	Acoplamiento			
2. EL ENCERRADO	Ritmo	X	15 MIN	
3.	Equilibrio			
4.	Orientación		15 MIN	
5.	Diferenciación			
6. ATRAPO AL COMPAÑERO	Reacción	X		
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

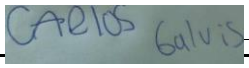
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS
1. DRIBLING Y REMATE A PORTERIA	X		15 MIN	
2. JUEGO		X	15 MIN	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 13-sep-22	Lugar: CIC	Municipio: LA CALERA		Hora:4:00 A 6:00 pm	N° de sesión: 22		N° de semana: DEL 12 AL 18 DE SEPTIEMBRE
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA				N° de deportistas: 16			Edades: 9 a 12 años
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		X	PERFECCIONAMIENTO		
Objetivo General: utiliza el juego en los entrenamientos como estrategia para mejorar su trabajo en equipo.							
Objetivo Especifico: emplea juegos como medio para garantizar un desarrollo de las actividades							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							
VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	X	Justicia		Reconocimiento	X	Autodominio	X
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento	X	Juego Limpio	X	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	X	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	X	5 MIN	
4. CONGELADOS	Calentamiento	X	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2. SALTOS		Explosiva	X	15 MIN	
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7. TRIKI		Reacciòn	X	15 MIN	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1.	Acoplamiento			
2. EL ENCERRADO	Ritmo	X	15 MIN	
3.	Equilibrio			
4. TROTE POR DIFERENTES ZONAS DEL CAMPO	Orientación	X	15 MIN	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

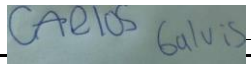
ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS
1. DRIBLING Y REMATE A PORTERIA	X		15 MIN	
2. JUEGO 3 VS 3		X	15 MIN	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	

2.Retroalimentaciòn de la clase valores			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales			

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14-sep-22	**Lugar: CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:4:00 A 6:00 pm**	**N° de sesión: 23**	**N° de semana: 12 AL 18 DE SEPTIEMBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 16**		**Edades: 9 a 12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: desarrolla ejercicios donde trabaje su velocidad y su reaccion

Objetivo Especifico: Realiza circuitos y trabajo en equipos donde el objetivo sea su velocidad y reaccion

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: SILBATO Y BALONES**
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	**X**	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	5 MIN	
4. TROTE CON BALON	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y BALONES**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. TROTE CON BALON ELUDIENDO OBSTACULOS	Resistencia	Aerobica	**X**	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7. PIQUES CORTOS CON CAMBIOS DE RITMO		Reacciòn	**X**	15 MIN	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.**
1.	Acoplamiento			
2. EL ENCERRADO	Ritmo	X	15 MIN	
3. REY DE LA 21	Equilibrio	X	15 MIN	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

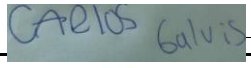
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLING Y REMATE A PORTERIA	**X**		**15 MIN**	
2. JUEGO		**X**	**15 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES**
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 16-sep-22	**Lugar: CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:4:00 A 6:00 pm**	**N° de sesión: 24**	**N° de semana: 12 AL 18 DE SEPTIEMBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 16**		**Edades: 9 a 12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: desarrolla ejercicios donde trabaje desplazamientos con sus compañeros

Objetivo Especifico: utiliza la rotacion para una fluides en la movilidad en los partidos

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: SILBATO Y BALONES**
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	**X**	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	5 MIN	
4. TROTE CON BALON REALIZANDO PASES	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. TROTE CON BALON ELUDIENDO OBSTACULOS	Resistencia	Aerobica	**X**	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. LA LIEBRE		Desplazamiento	**X**	15 MIN	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.**
1.	Acoplamiento			

2. EL ENCERRADO	Ritmo	X	15 MIN
3.	Equilibrio		
4.	Orientación		
5. PAR O IMPAR	Diferenciación	X	15 MIN
6.	Reacción		
7.	Adaptación		
8.	Patrones Basicos de Movimiento		

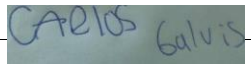
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS
1.				
2. JUEGO		**X**	**30 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 20-sep-22	**Lugar: CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:4:00 A 6:00 pm**	**N° de sesión: 25**	**N° de semana: DEL19 AL 25 DE SEPTIEMBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 16**		**Edades: 9 a 12 años**

INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: desarrolla juegos como medio para mejorar su participacion de los entrenamientos

Objetivo Especifico: propone juegos que ayude a mejorar su auto estima y el trabajo en equipo

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO Y BALONES
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	**X**	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	5 MIN	
4. BARCOS DE NUMEOS	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. ARMO LA PIRAMIDE	Resistencia	Aerobica	**X**	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7. MICOS A SUS RAMAS		Reacciòn	**X**	1MIN5	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1.	Acoplamiento			
2. NO DEJES SALIR EL BALON	Ritmo	X	15 MIN	
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5. CONTROLA EL BALON	Diferenciación	X	15 MIN	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

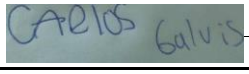
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS
1.				
2. JUEGO 1 VS 1		**X**	**30 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento	5 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	5 MIN	VALORES EN CLASE	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales			

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 21-sep-22	**Lugar: CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:4:00 A 6:00 pm**	**N° de sesión: 26**	**N° de semana:DEL19 AL 25 DE SEPTIEMBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 16**		**Edades: 9 a 12 años**

INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: utiliza el juego en los entrenamientos como estrategia para mejorar su trabajo en equipo.

Objetivo Especifico: emplea juegos como medio para garantizar un desarrollo de las actividades

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	X

Trabajo en equipo	X	Cumplimiento	X	Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	X	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	X	5 MIN	
4. CONGELADOS	Calentamiento	X	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2. SALTOS		Explosiva	X	15 MIN	
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7. TRIKI		Reacciòn	X	15 MIN	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1.	Acoplamiento			
2. EL ENCERRADO	Ritmo	X	15 MIN	
3.	Equilibrio			
4. TROTE POR DIFERENTES ZONAS DEL CAMPO	Orientación	X	15 MIN	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

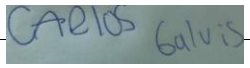
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS
1. DRIBLING Y REMATE A PORTERIA	X		15 MIN	
2. JUEGO 3 VS 3		X	15 MIN	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 23-sep-22	Lugar:CIC	Municipio: LA CALERA	Hora:2:00 A 4:00 pm	Nº de sesión: 27	Nº de semana: DEL19 AL 25 DE SEPTIEMBRE
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			Nº de deportistas: 16		Edades: 9 a 12 años

INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: utiliza el juego como estrategia para mejorar su condicion fisica y trabajo en equipo.

Objetivo Especifico: emplea juegos como medio para garantizar un desarrollo de las actividades

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	X	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	X	5 MIN	
4. MICOS A SUS RAMAS	Calentamiento	X	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. PIQUES CONDUCIENDO EL BALON		Desplazamiento	X	15 MIN	
7. ATRAPO EL BALON		Reacciòn	X	15 MIN	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1. PASO Y CONTROLO EL BALON	Acoplamiento	X	15 MIN	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5. PASE CON DIFEENTES PARTES DEL PIE	Diferenciación	X	15 MIN	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

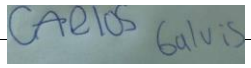
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS
1. ELUDIR RIVALES Y ANOTAR	X		15 MIN	
2. JUEGO BALON MANO		X	15 MIN	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS REGRESIVOS DE VUELTA A LA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 27-sep-22	**Lugar:CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:2:00 A 4:00 pm**	**N° de sesión: 28**	**N° de semana: DEL 26 DE SEPTIEMBRE AL 02 DE OCTUBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 16**		**Edades: 9 a 12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: utiliza el juego como estrategia para mejorar su condicion fisica y trabajo en equipo.

Objetivo Especifico: emplea juegos como medio para garantizar un desarrollo de las actividades

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: SILBATO**
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	**X**	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	5 MIN	
4. MICOS A SUS RAMAS	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. PIQUES CONDUCIENDO EL BALON		Desplazamiento	**X**	15 MIN	
7. ATRAPO EL BALON		Reacciòn	**X**	15 MIN	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.**
1. PASO Y CONTROLO EL BALON	Acoplamiento	**X**	15 MIN	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5. PASE CON DIFEENTES PARTES DEL PIE	Diferenciación	X	15 MIN	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

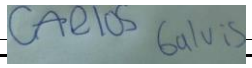
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS**
1. ELUDIR RIVALES Y ANOTAR	**X**		**15 MIN**	
2. JUEGO BALON MANO		**X**	**15 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES**
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS REGRESIVOS DE VUELTA A LA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 28-sep-22	**Lugar:CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:2:00 A 4:00 pm**	**N° de sesión: 29**	**N° de semana: DEL 26 DE SEPTIEMBRE AL 02 DE OCTUBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 16**		**Edades: 9 a 12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: utiliza el juego como estrategia para mejorar su condicion fisica y trabajo en equipo.

Objetivo Especifico: emplea juegos como medio para garantizar un desarrollo de las actividades

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: SILBATO**
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	**X**	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	5 MIN	
4. MICOS A SUS RAMAS	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. PIQUES CONDUCIENDO EL BALON		Desplazamiento	**X**	15 MIN	
7. ATRAPO EL BALON		Reacciòn	**X**	15 MIN	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.**
1. PASO Y CONTROLO EL BALON	Acoplamiento	**X**	15 MIN	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5. PASE CON DIFEENTES PARTES DEL PIE	Diferenciación	X	15 MIN	
6.	Reacción			

7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

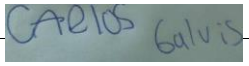
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS
1. ELUDIR RIVALES Y ANOTAR	**X**		**15 MIN**	
2. JUEGO BALON MANO		**X**	**15 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS REGRESIVOS DE VUELTA A LA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



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

Fecha: 30-sep-22	**Lugar:CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:2:00 A 4:00 pm**	**N° de sesión: 30**	**N° de semana: DEL 26 DE SEPTIEMBRE AL 02 DE OCTUBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 16**		**Edades: 9 a 12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: utiliza el juego como estrategia para mejorar su condicion fisica y trabajo en equipo.
Objetivo Especifico: emplea juegos como medio para garantizar un desarrollo de las actividades
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	**X**	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	5 MIN	
4. MICOS A SUS RAMAS	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. PIQUES CONDUCIENDO EL BALON		Desplazamiento	**X**	15 MIN	
7. ATRAPO EL BALON		Reacciòn	**X**	15 MIN	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1. PASO Y CONTROLO EL BALON	Acoplamiento	**X**	15 MIN	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5. PASE CON DIFEENTES PARTES DEL PIE	Diferenciación	X	15 MIN	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

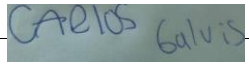
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS
1. ELUDIR RIVALES Y ANOTAR	**X**		**15 MIN**	
2. JUEGO BALON MANO		**X**	**15 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS REGRESIVOS DE VUELTA A LA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 30-ago-22	**Lugar: CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:2:00 A 4:00 pm**	**N° de sesión: 31**	**N° de semana: DEL 29 DE AGOSTO AL 04 DE SEPTIEMBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 10**		**Edades: 13 a 17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: realiza trabajos de pases con sus compañeros mejorando la comunicación en el juego
Objetivo Especifico: efecuta trabajois de pase realizandolos con su pierna dominate garantizando la precision.
Objetivo Tecnico o Tactico: ejecuta pases donde se vea involucrados la precisión y el y la buena recepcion

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES SILBATO PLATILLOS**
1.	Introduccion a la clase			
2.	llamado a lista			
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	10 MIN	
4.CADENITA	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. TROTE CONDUCIENDO EL BALON Y ELUDIENDO ADVERS	Resistencia	Aerobica	**X**	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7. PIQUES POR PAREJAS CON BALON		Reacciòn	**X**	15 MIN	
8. EJERCICIOS DE FLEXIBILIDAD EN PISO		Estatica	**X**	15 MIN	
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4. DESPLAZAMIENTOS CON BALON EN DIFEENTES DIRECCIONES	Orientación	X	15 MIN	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

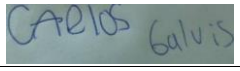
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, PLATILLOS**
1. REMATES POR TRIOS A PORTERIA	**X**		**15 MIN**	
2. JUEGO 5 VS 5		**X**	**15 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES**
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 31-ago-22	**Lugar:CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:6:00 A 8:00 pm**	**N° de sesión: 32**	**N° de semana: 29 DE AGOSTO AL 04 DE SEPTIEMBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 10**		**Edades: 13 a 17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: desarrolla juegos como medio de integracion y de aprobechamientos de tiempo libre
Objetivo Especifico: desarrolla juegos que le permitan trabajar el trabajo en equipo
Objetivo Tecnico o Tactico: utiliza el juego como medio para llegar al objetivo que es buscar la integracion con sus compañeros

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES SILBATO PLATILLOS**
1.	Introduccion a la clase			
2.	llamado a lista			
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	10 MIN	
4. CADENITA	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. TROTE CONDUCIENDO EL BALON	Resistencia	Aerobica	**X**	15 MIN	
4. ARMA LA TORRE		Anaerobica	**X**	15 MIN	
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			

3.	Equilibrio		
4.	Orientación		
5. ICUITO MOTOR	Diferenciación	X	15 MIN
6. PONCHADOS	Reacción	X	15 MIN
7.	Adaptación		
8.	Patrones Basicos de Movimiento		

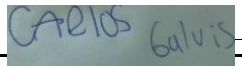
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, PLATILLOS
1. REMATES A PORTERIA	**X**		**15 MIN**	
2. JUEGO		**X**	**15 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 02-sep-22	**Lugar: CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:6:00 A 8:00 pm**	**N° de sesión: 33**	**N° de semana: 29 DE AGOSTO AL 04 DE SEPTIEMBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 10**		**Edades: 13 a 17 años**

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

Objetivo General: realiza trabajos de pases con sus compañeros mejorando la comunicación en el juego

Objetivo Especifico: efecuta trabajois de pase realizandolos con su pierna dominate garantizando la precision.

Objetivo Tecnico o Tactico: ejecuta pases donde se vea involucrados la precisión y el y la buena recepcion

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES SILBATO PLATILLOS
1.	Introduccion a la clase			
2.	llamado a lista			
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	10 MIN	
4. CADENITA	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. TROTE CONTINUO CON BALON	Resistencia	Aerobica	**X**	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8. EJERCICIOS CON BALON		Estatica	**X**	15 MIN	
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3. EJERCICIOS MODIFICANDO SU BASE DE SUSTENTACION	Equilibrio	X	15 MIN	
4. DESPLAZAMIENTOS CON BALON: ADELANTE, ATRÁS,	Orientación	X	15 MIN	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

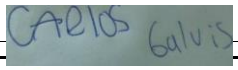
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, PLATILLOS
1. TRABAJOS DE ESCALERA Y REMATES	**X**		**15 MIN**	
2. JUEGO		**X**	**15 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 06-ago-22	**Lugar: CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:6:00 A 8:00 pm**	**N° de sesión: 34**	**N° de semana: DEL 05 AL 11 DE SEPTIEMBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 10**		**Edades: 13 a 17 años**

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

Objetivo General: ejecuta ejercicios donde trabaja su parte de control del balon y pases a larga distancia

Objetivo Especifico: desarrolla ejercicios con sus compañeros donde su objetivo es realizar pases

Objetivo Tecnico o Tactico: desarrolla variantes utilizando diferentes ejercicios enfocandose en el pase

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

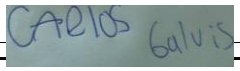
ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	**X**	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	5 MIN	
4. PAQUETES DE NUMEROS	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1					
ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. REALIZAR CAMBIOS DE DIECCION CONDUCIENDO EL	Resistencia	Aerobica	**X**	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5. LA LIEBRE POR EQUIPOS	Velocidad	Maxima	**X**	15 MIN	
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**			**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.**
1.	Acoplamiento				
2.	Ritmo				
3. REY DE LA 21	Equilibrio		X	15 MIN	
4.	Orientación				
5.	Diferenciación				
6. DIA Y NOCHE	Reacción		X		
7.	Adaptación				
8.	Patrones Basicos de Movimiento				

PARTE CENTRAL-PARTE 2				
ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS**
1. MARCAS INDIVIDUALES Y CON INFERIORIDAD NUMERICA		**X**	**15 MIN**	
2. JUEGO		**X**	**15 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL				
ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES**
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 07-sep-22	**Lugar: CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:6:00 A 8:00 pm**	**N° de sesión: 35**	**N° de semana: DEL 05 AL 11 DE SEPTIEMBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDURADO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 10**		**Edades: 13 a 17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: realiza remates a la porteria desde diferentes distancias del campo de juego

Objetivo Especifico: ejecuta ejercicios donde le ayuden a trabajr el remate a la porteria

Objetivo Tecnico o Tactico: propone y desarrolla actividades enfocadas en el precisión y el remate

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

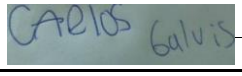
PARTE INICIAL				
ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: SILBATO Y BALONES**
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	**X**	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	5 MIN	
4. TROTE POR EL CAMPO DE JUEGO	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1					
ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. TROTE CON BALON ELUDIENDO OBSTACULOS	Resistencia	Aerobica	**X**	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. RELEVOS CON BALON		Desplazamiento	**X**	15 MIN	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**			**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.**
1.	Acoplamiento				
2.	Ritmo				
3.	Equilibrio				
4.	Orientación				
5. CONDUCIR EL BALON CON DIFEENTES PARTES DEL PIE	Diferenciación		X	15 MIN	
6. ATRAPO AL COMPAÑERO	Reacción		X	15 MIN	
7.	Adaptación				
8.	Patrones Basicos de Movimiento				

PARTE CENTRAL-PARTE 2				
ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLING Y REMATE A PORTERIA	**X**		**15 MIN**	
2. JUEGO		**X**	**15 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL				
ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES**
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

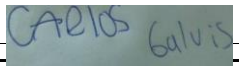
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 09-sep-22	**Lugar: CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:6:00 A 8:00 pm**	**N° de sesión: 36**	**N° de semana: DEL 05 AL 11 DE SEPTIEMBRE**

Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA				N° de deportistas: 20			Edades: 13 a 17 años
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN			PERFECCIONAMIENTO		X
Objetivo General: propone actividades de juego para la toma de deciciones y el trabajo en equipo							
Objetivo Especifico: realiza juegos grupales donde mejore su trabajo cooperativo							
Objetivo Tecnico o Tactico: crea espacios donde mejora la capacidad del trabajo en equipo							
VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	X	Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad	X	Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento	X	Juego Limpio		Recompensa	
DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE							
PARTE INICIAL							
ACTIVIDADES					Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO	
1.		Introduccion a la clase					
2. LLAMAR A LISTA		llamado a lista		X	5 MIN		
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL		Movilidad Articular		X	5 MIN		
4. CONGELADOS		Calentamiento		X	10 MIN		
PARTE CENTRAL-PARTE 1							
ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas				Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS	
	Capacidad	Manifestaciòn					
1.	Fuerza	Maxima					
2. SALTOS CON DIFEENTES APOYOS		Explosiva		X	15 MIN		
3.	Resistencia	Aerobica					
4.		Anaerobica					
5.	Velocidad	Maxima					
6.		Desplazamiento					
7. BARCOS LLENO DE NUMEROS		Reacciòn		X	15 MIN		
8.	Flexibilidad	Estatica					
9.		Dinamica					
ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas				Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: PELOTAS, SILBATO, PLATILLOS.	
1.	Acoplamiento						
2.	Ritmo						
3.	Equilibrio						
4. TROTE POR DIFERENTES ZONAS DEL CAMPO	Orientación			X	15 MIN		
5.	Diferenciación						
6. PONCHADOS	Reacción			X	15 MIN		
7.	Adaptación						
8.	Patrones Basicos de Movimiento						
PARTE CENTRAL-PARTE 2							
ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico			Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS	
1. DRIBLING Y REMATE A PORTERIA	X				15 MIN		
2. JUEGO 2 VS 2		X			15 MIN		
3.							
4.							
PARTE FINAL							
ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad			MATERIALES Y RECURSO: BALONES	
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA				
2.Retroalimentaciòn de la clase valores							
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos							
4. Tareas en casa y recomendaciones generales							

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

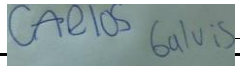
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 13-sep-22	Lugar: CIC	Municipio:LA CALERA	Hora:6:00 A 8:00 pm	N° de sesiòn: 37	N° de semana: DEL12 AL 18 DE SEPTIEMBRE
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			N° de deportistas: 10		Edades: 13 a 17 años

INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN			PERFECCIONAMIENTO		X
Objetivo General: realiza trabajos de acondicionamiento fisico donde es conciente de las actividades desarrolladas							
Objetivo Especifico: desarrolla ejercicios donde involucre su estado fisico para mejorar sus condiciones en los entrenamientos y en los partidos							
Objetivo Tecnico o Tactico:propone y desarrolla actividades donde se enfoque en su estado fisico							
VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad		Justicia	X	Reconocimiento		Autodominio	X
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento	X	Juego Limpio	X	Recompensa	
DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE							
PARTE INICIAL							
ACTIVIDADES					Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO	
1.		Introduccion a la clase					
2. LLAMAR A LISTA		llamado a lista		X	5 MIN		
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL		Movilidad Articular		X	5 MIN		
4. PAQUETES DE NUMEROS		Calentamiento		X	10 MIN		
PARTE CENTRAL-PARTE 1							
ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas				Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS	
	Capacidad	Manifestaciòn					
1.	Fuerza	Maxima					
2.		Explosiva					
3. EL REY	Resistencia	Aerobica		X	15 MIN		
4.		Anaerobica					
5.	Velocidad	Maxima					
6.		Desplazamiento		X	15 MIN		
LLEVO Y TRAIGO ELEMENTOS		Reacciòn					
8.	Flexibilidad	Estatica					
9.		Dinamica					
ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas				Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.	
1.	Acoplamiento						
2.	Ritmo						
3. CONTROL DEL BALON EN AIRE	Equilibrio			X	15 MIN		
4. CAPTURA LA BANDERA	Orientación				15 MIN		
5.	Diferenciación						
6.	Reacción						
7.	Adaptación						
8.	Patrones Basicos de Movimiento						
PARTE CENTRAL-PARTE 2							
ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico			Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS	
1. REGATE CON DIECCION A PORTERIA FINALIZANDO CON	X				15 MIN		
2. JUEGO 5 VS 5		X			15 MIN		
3.							
4.							
PARTE FINAL							
ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad			MATERIALES Y RECURSO: BALONES	

1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA
2.Retroalimentaciòn de la clase valores			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales			

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14-sep-22	**Lugar: CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:6:00 A 8:00 pm**	**N° de sesión: 38**	**N° de semana: DEL 12 AL 18 DE SEPTIEMBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 10**		**Edades: 13 a 17 años**

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

Objetivo General:desarrolla desplazamientos con balon utilizando utilizando sus dos piernas
Objetivo Especifico: realiza trabajos alternado sus piernas llevando el balon de un lado para el otro a traves de obstaculos
Objetivo Tecnico o Tactico: propone ejercicios donde trabaje su pierna derecha e izquierda ayudando a tener un dominio con sus dos piernas

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: SILBATO Y BALONES**
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	**X**	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	5 MIN	
4. TROTE CON BALON REALIZANDO PASES	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5. 1 A 2 O 2 A 1	Velocidad	Maxima	**X**	15 MIN	
6.		Desplazamiento			
7. REACCIONES X 3 METOS		Reacciòn	**X**	15 MIN	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.**
1.	Acoplamiento			
2.EJERCICIOS EN INFERIORIDAD NUMERICA	Ritmo	X	15 MIN	
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5. PERFILACIONES EN MARCA	Diferenciación	X	15 MIN	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

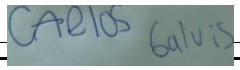
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS**
1.				
2. JUEGO 3 VS 3		**X**	**30 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES**
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 16-sep-22	**Lugar: CIC**	**Municipio:LA CALERA**	**Hora:6:00 A 8:00 pm**	**N° de sesión: 31**	**N° de semana: DEL 12 AL 18 DE SEPTIEMBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 10**		**Edades: 13 a 17 años**

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

Objetivo General: tiene la capasidad de desarrollar y proponer actividades para el desarrollo de la clase
Objetivo Especifico: realza actividades recreativas donde mejora su trabajo en equipo y el buen uso del tiempo libre
Objetivo Tecnico o Tactico: ejecuta las actividades para mejorar las capacidades y auto estima de ser lider y toma de decisiones

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: SILBATO Y BALONES**
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	**X**	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	5 MIN	
4. BARCOS DE NUMEOS	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. ARMO LA PIRAMIDE	Resistencia	Aerobica	**X**	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7. MICOS A SUS RAMAS		Reacciòn	**X**	1MIN5	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.**

1.	Acoplamiento		
2. NO DEJES SALIR EL BALON	Ritmo	X	10 MIN
3. EJERCICIOS A 1 PIE	Equilibrio	X	10 MIN
4.	Orientación		
5. CONTROLA EL BALON	Diferenciación	X	10 MIN
6.	Reacción		
7.	Adaptación		
8.	Patrones Basicos de Movimiento		

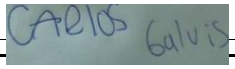
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS
1.				
2. JUEGO 1 VS 1 Y 2 VS 2		**X**	**30 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		5 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		5 MIN	VALORES EN CLASE	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 20-sep-22	**Lugar: CIC**	**Municipio: LA CALERA**	**Hora:6:00 A 8:00 pm**	**N° de sesión: 39**	**N° de semana: DEL 19 AL 25 DE SEPTIEMBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 10**		**Edades: 13 a 17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: desarrolla trabajos grupales donde le ayude a tomar deciciones en los entrenamientos
Objetivo Especifico: desarrolla estratejias donde se utilice el trabajo en equipo
Objetivo Tecnico o Tactico: trabaja con sus compañeros buscando estartegias favorables para el equipo

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO Y BALONES
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	**X**	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	**X**	5 MIN	
4. PONCHADOS	Calentamiento	**X**	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2. SALTOS DE DISTANCIA		Explosiva	**X**	15 MIN	
3.	Resistencia	Aerobica			
4. PIQUES CORTOS		Anaerobica	**X**	15 MIN	
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
		Reacciòn			
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5. CONTROLA EL BALON	Diferenciación	X	15 MIN	
6.	Reacción			
7. BALON MANO	Adaptación	X	15 MIN	
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

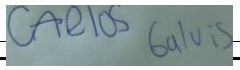
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS
1.				
2. JUEGO 1 VS 1 Y 2 VS 2		**X**	**30 MIN**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		5 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		5 MIN	VALORES EN CLASE	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 21-sep-22	**Lugar: CIC**	**Municipio: JLA CALERA**	**Hora:6:00 A 8:00 pm**	**N° de sesión: 40**	**N° de semana: DEL 19AL 25 DE SEPTIEMBRE**
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			**N° de deportistas: 10**		**Edades: 13 a 17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: utiliza trabajos de persecución para mejorar su velocidad
Objetivo Especifico: propone actividades donde mejore su agilidad y su velocidad
Objetivo Tecnico o Tactico: desarrolla su velocidad para garantizar una efectividad a la hora de desarrollar desplazamientos

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

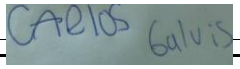
PARTE INICIAL				
ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	X	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	X	5 MIN	
4. CONGELADOS	Calentamiento	X	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1					
ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2. SALTOS		Explosiva	X	15 MIN	
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7. RECORRIDOS DOMINANDO EL BALON CON DIFERENTES P		Reacciòn	X	15 MIN	
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			
ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas			Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1.	Acoplamiento				
2. EL ENCERRADO	Ritmo		X	15 MIN	
3.	Equilibrio				
4. TROTE POR DIFERENTES ZONAS DEL CAMPO	Orientación		X	15 MIN	
5.	Diferenciación				
6.	Reacción				
7.	Adaptación				
8.	Patrones Basicos de Movimiento				

PARTE CENTRAL-PARTE 2				
ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS
1. DRIBLING Y REMATE A PORTERIA	X		15 MIN	
2. JUEGO 3 VS 3		X	15 MIN	
3.				
4.				

PARTE FINAL				
ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 23-sep-22	Lugar: CIC	Municipio: LA CALERA	Hora:6:00 A 8:00 pm	N° de sesión: 41	N° de semana: DEL 19 AL 25 DE SEPTIEMBRE
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			N° de deportistas: 10		Edades: 13 a 17 años

INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X

Objetivo General:comparte con sus compañeros por medio de juegos que le permitan trabajar en equipo
Objetivo Especifico: realza actividades recreativas donde mejora su trabajo en equipo y el buen uso del tiempo libre
Objetivo Tecnico o Tactico: por medio del juego busca la integracion el trabajo en equipo para el rendimiento en los entrenamientos

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

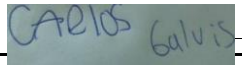
PARTE INICIAL				
ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	X	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	X	5 MIN	
4. CADENITA POR GRUPOS	Calentamiento	X	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1					
ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. RELEVOS CONDUCIENDO EL BALON		Desplazamiento	X	15 MIN	
7. ATRAPO EL BALON		Reacciòn	X	15 MIN	
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			
ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas			Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1. PASO Y CONTROLO EL BALON POR EL CAMPO DE JUEGO	Acoplamiento		X	15 MIN	
2.	Ritmo				
3.	Equilibrio				
4.	Orientación				
5. PASE CON DIFEENTES PARTES DEL PIE	Diferenciación		X	15 MIN	
6.	Reacción				
7.	Adaptación				
8.	Patrones Basicos de Movimiento				

PARTE CENTRAL-PARTE 2				
ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS
1. PASAR, ELUDIR Y ANOTAR	X		15 MIN	
2. JUEGO BALON MANO		X	15 MIN	
3.				
4.				

PARTE FINAL				
ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 27-sep-22	Lugar: CIC	Municipio: LA CALERA	Hora:6:00 A 8:00 pm	N° de sesión: 42	N° de semana: DEL 26 DE SEPTIEMBRE AL 02 DE OCTUBRE
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			N° de deportistas: 10		Edades: 13 a 17 años
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X

Objetivo General:comparte con sus compañeros por medio de juegos que le permitan trabajar en equipo

Objetivo Especifico: realza actividades recreativas donde mejora su trabajo en equipo y el buen uso del tiempo libre

Objetivo Tecnico o Tactico: por medio del juego busca la integracion el trabajo en equipo para el rendimiento en los entrenamientos

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	X	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	X	5 MIN	
4. CADENITA POR GRUPOS	Calentamiento	X	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. RELEVOS CONDUCIENDO EL BALON		Desplazamiento	X	15 MIN	
7. ATRAPO EL BALON		Reacciòn	X	15 MIN	
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1. PASO Y CONTROLO EL BALON POR EL CAMPO DE JUEGO	Acoplamiento	X	15 MIN	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5. PASE CON DIFEENTES PARTES DEL PIE	Diferenciación	X	15 MIN	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

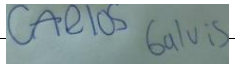
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS
1. PASAR, ELUDIR Y ANOTAR	X		15 MIN	
2. JUEGO BALON MANO		X	15 MIN	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 28-sep-22	Lugar: CIC	Municipio: LA CALERA	Hora:6:00 A 8:00 pm	N° de sesión: 43	N° de semana: DEL 26 DE SEPTIEMBRE AL 02 DE OCTUBRE
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			N° de deportistas: 10		Edades: 13 a 17 años
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X

Objetivo General:comparte con sus compañeros por medio de juegos que le permitan trabajar en equipo

Objetivo Especifico: realza actividades recreativas donde mejora su trabajo en equipo y el buen uso del tiempo libre

Objetivo Tecnico o Tactico: por medio del juego busca la integracion el trabajo en equipo para el rendimiento en los entrenamientos

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	X	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	X	5 MIN	
4. CADENITA POR GRUPOS	Calentamiento	X	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. RELEVOS CONDUCIENDO EL BALON		Desplazamiento	X	15 MIN	
7. ATRAPO EL BALON		Reacciòn	X	15 MIN	
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1. PASO Y CONTROLO EL BALON POR EL CAMPO DE JUEGO	Acoplamiento	X	15 MIN	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5. PASE CON DIFEENTES PARTES DEL PIE	Diferenciación	X	15 MIN	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

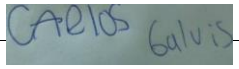
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS
1. PASAR, ELUDIR Y ANOTAR	X		15 MIN	
2. JUEGO BALON MANO		X	15 MIN	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 30-sep-22	Lugar: CIC	Municipio: LA CALERA	Hora:6:00 A 8:00 pm	N° de sesión: 44	N° de semana: DEL 26 DE SEPTIEMBRE AL 02 DE OCTUBRE
Nombre del Formador: CARLOS EDUARDO GALVIS PINEDA			N° de deportistas: 10		Edades: 13 a 17 años

INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X

Objetivo General:comparte con sus compañeros por medio de juegos que le permitan trabajar en equipo

Objetivo Especifico: realza actividades recreativas donde mejora su trabajo en equipo y el buen uso del tiempo libre

Objetivo Tecnico o Tactico: por medio del juego busca la integracion el trabajo en equipo para el rendimiento en los entrenamientos

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO: SILBATO
1.	Introduccion a la clase			
2. LLAMAR A LISTA	llamado a lista	X	5 MIN	
3. ESTIRAMIENTO GRUPAL	Movilidad Articular	X	5 MIN	
4. CADENITA POR GRUPOS	Calentamiento	X	10 MIN	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS Y CONOS
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. RELEVOS CONDUCIENDO EL BALON		Desplazamiento	X	15 MIN	
7. ATRAPO EL BALON		Reacciòn	X	15 MIN	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, SILBATO, PLATILLOS.
1. PASO Y CONTROLO EL BALON POR EL CAMPO DE JUEGO	Acoplamiento	X	15 MIN	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5. PASE CON DIFEENTES PARTES DEL PIE	Diferenciación	X	15 MIN	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

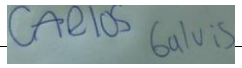
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO: BALONES, CONOS Y PLATILLOS
1. PASAR, ELUDIR Y ANOTAR	X		15 MIN	
2. JUEGO BALON MANO		X	15 MIN	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO: BALONES
1.Estiramiento		10 MIN	EJERCICIOS DE VUELTA A LA CALMA	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



ANEXO 7. EN PDF LAS PLANEACIONES MENSUALES POR CATEGORIA DEL MES DE SEPTIEMBRE



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

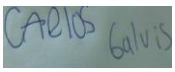
INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				AGOSTO		**MUNICIPIO: LA CALERA**	
LUGAR:				CIC		**HORARIO DE PRACTICA:**	2:00 pm a 4:00 pm
NIVEL				**INICIACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**	**PERFECCIONAMIENTO**
CLASES				**SEMANA 1: DEL 08 AL 14 DE AGOSTO**	**SEMANA 2: DEL 15 AL 21 DE AGOSTO**	**SEMANA 3: DEL 22 AL 28 DE AGOSTO**	**SEMANA 4: DEL 29 DE AGOSTO AL 04 DE SEPTIEMBRE**
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	X	x	x	x
			RESPONSABILIDAD	X	x	x	x
			COMPAÑERISMO	X	x	x	x
			JUSTICIA				
			COOPERACION	X	x	x	x
			LEALTAD	X	x	x	x
			TRABAJO EN EQUIPO	X	x	x	x
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD	X	x	x	x
			OBEDIENCIA	X	x	x	x
			AUTODISCIPLINA	X	x	x	x
			PARTICIPACIÓN	X	x	x	x
			PERSEVERANCIA	X	x	x	x
			AUTODOMINIO	X	x	x	x
			RECOMPENSA		x	x	
	PARTE INICIAL	INICIO	INTRODUCCIPON		x	x	x
			MOVILIDAD ARTICULAR	X	x	x	x
			CALENTAMIENTO	X	x	x	x
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	X	x	x	x
			RITMO	X	x	x	x
			EQUILIBRIO	X	x	x	x
			ORIENTACION	X	x	x	x
			DIFERENCIACION				
			REACCIÓN	X	x	x	x
			ADAPTACIÓN				
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA	X	x	x	x
			VELOCIDAD	X	x	x	x
			FLEXIBILIDAD	X	x	x	x
			RESISTENCIA	X	x	x	x
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE	X	x	x	x
				X	x	x	x
				X	x	x	x
				X	x	x	x
		ELEMENTOS TACTICOS		X	x	x	x
				X	x	x	x
				X	x	x	x
				X	x	x	x
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION				
			JUEGOS TRADICIONALES	X	x	x	x
			ACTIVIDADES ARTISTICAS				
			CIRCUITOS RECREATIVOS	X	x	x	x
			FESTIVALES RECREATIVOS				
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	X	x	x	x
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	X	x	x	x

FIRMA FORMADOR:





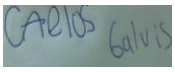
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**AGOSTO**		**MUNICIPIO: LA CALERA**	
LUGAR:				CIC		**HORARIO DE PRACTICA:**	4PM A 6PM
NIVEL				**INICIACIÓN**		**FUNDAMENTACIÓN** X	**PERFECCIONAMIENTO**
CLASES				**SEMANA 1: 1 AL 7 DE AGOSTO**	**SEMANA 2: DEL 8 AL 14 DE AGOSTO**	**SEMANA 3: DEL 15 AL 21 DE AGOSTO**	**SEMANA 4: DEL 22 AL 29 DE AGOSTO**
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	X	x	x	x
			RESPONSABILIDAD	X	x	x	x
			COMPAÑERISMO				
			JUSTICIA				
			COOPERACION				
			LEALTAD				
			TRABAJO EN EQUIPO	X	x	x	x
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD	X	x	x	x
			OBEDIENCIA				
			AUTODISCIPLINA				
			PARTICIPACIÓN	X	x	x	x
			PERSEVERANCIA	X	x	x	x
			AUTODOMINIO				
			RECOMPENSA				
	PARTE INICIAL	INICIO	INTRODUCCIPON	X	x	x	x
			MOVILIDAD ARTICULAR	X	x	x	x
			CALENTAMIENTO	X	x	x	x
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	X	x	x	x
			RITMO				
			EQUILIBRIO	X	x	x	x
			ORIENTACION				
			DIFERENCIACION				
			REACCIÓN	X	x	x	x
			ADAPTACIÓN				
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA				
			VELOCIDAD	X	x	x	x
			FLEXIBILIDAD	X	x	x	x
			RESISTENCIA				
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE	X	x	x	x
				X	x	x	x
				X	x	x	x
				X	x	x	x
		ELEMENTOS TACTICOS		X	x	x	x
				X	x	x	x
				X	x	x	x
				X	x	x	x
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION				
			JUEGOS TRADICIONALES	X	x	x	x
			ACTIVIDADES ARTISTICAS				
			CIRCUITOS RECREATIVOS	X	x	x	x
			FESTIVALES RECREATIVOS				
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	X	x	x	x
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	X	x	x	x

FIRMA FORMADOR: 



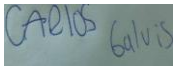
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**AGOSTO**		**MUNICIPIO: LA CALERA**	
LUGAR:				CIC		**HORARIO DE PRACTICA:**	6:00 pm a 8:00 pm
NIVEL				**INICIACIÓN**		**FUNDAMENTACIÓN**	**PERFECCIONAMIENTO** X
CLASES				**SEMANA 1: DEL 06 AL 12 JUNIO**	**SEMANA 2: DEL 13 AL 19 JUNIO**	**SEMANA 3: DEL 20 AL 26 JUNIO**	**SEMANA 4: DEL 27 DE JUNIO AL 03 DE JULIO**
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	X	x	x	x
			RESPONSABILIDAD	X	x	x	x
			COMPAÑERISMO	X	X	X	X
			JUSTICIA				
			COOPERACION				
			LEALTAD				
			TRABAJO EN EQUIPO	X	x	x	x
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD	X	x	x	x
			OBEDIENCIA				
			AUTODISCIPLINA	X	X	X	X
			PARTICIPACIÓN	X	x	x	x
			PERSEVERANCIA	X	x	x	x
			AUTODOMINIO				
			RECOMPENSA				
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON	X	x	x	x
			MOVILIDAD ARTICULAR	X	x	x	x
			CALENTAMIENTO	X	x	x	x
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	X	x	x	x
			RITMO	X	X	X	X
			EQUILIBRIO	X	x	x	x
			ORIENTACION				
			DIFERENCIACION				
			REACCIÓN	X	x	x	x
			ADAPTACIÓN				
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA				
			VELOCIDAD	X	x	x	x
			FLEXIBILIDAD	X	x	x	x
			RESISTENCIA	X	X	X	X
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE	X	x	x	x
				X	x	x	x
				X	x	x	x
				X	x	x	x
		ELEMENTOS TACTICOS		X	x	x	x
				X	x	x	x
				X	x	x	x
				X	x	x	x
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION				
			JUEGOS TRADICIONALES	X	x	x	x
			ACTIVIDADES ARTISTICAS				
			CIRCUITOS RECREATIVOS	X	x	x	x
			FESTIVALES RECREATIVOS				
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	X	x	x	x
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	X	x	x	x

FIRMA FORMADOR: 

ANEXO 9. EN PDF ENTREGO LA CERTIFICACION EMITIDA POR LA CORDINACION DE DEPORTES, EN LAS EVIDENCIAS

LA OFICINA DE DEPORTES DE LA CALERA

CERTIFICA:

Que **CARLOS EDUARDO GALVIZ PINEDA**, identificado con la Cédula de Ciudadanía Nº. **1.003.579.407** de La Calera, **"MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE FÚTBOL DE SALON** en el municipio de La Calera Cundinamarca, durante el período comprendido desde el 08 de Agosto al 30 de Agosto de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato con INDEPORTES Cundinamarca.

Se expide en La Calera, a los treinta (30) días del mes de Agosto de dos mil veintidós (2022).

YENY MARCELA CIFUENTES SANCHEZ
Desarrollo de Escuelas de Formación Deportiva

Elaboró: Blanca Neyla Rueda Avellaneda - Oficina de Deportes
Reviso y Aprobó: Yeny Marcela Cifuentes Sánchez - Desarrollo Escuelas de Formación Deportiva

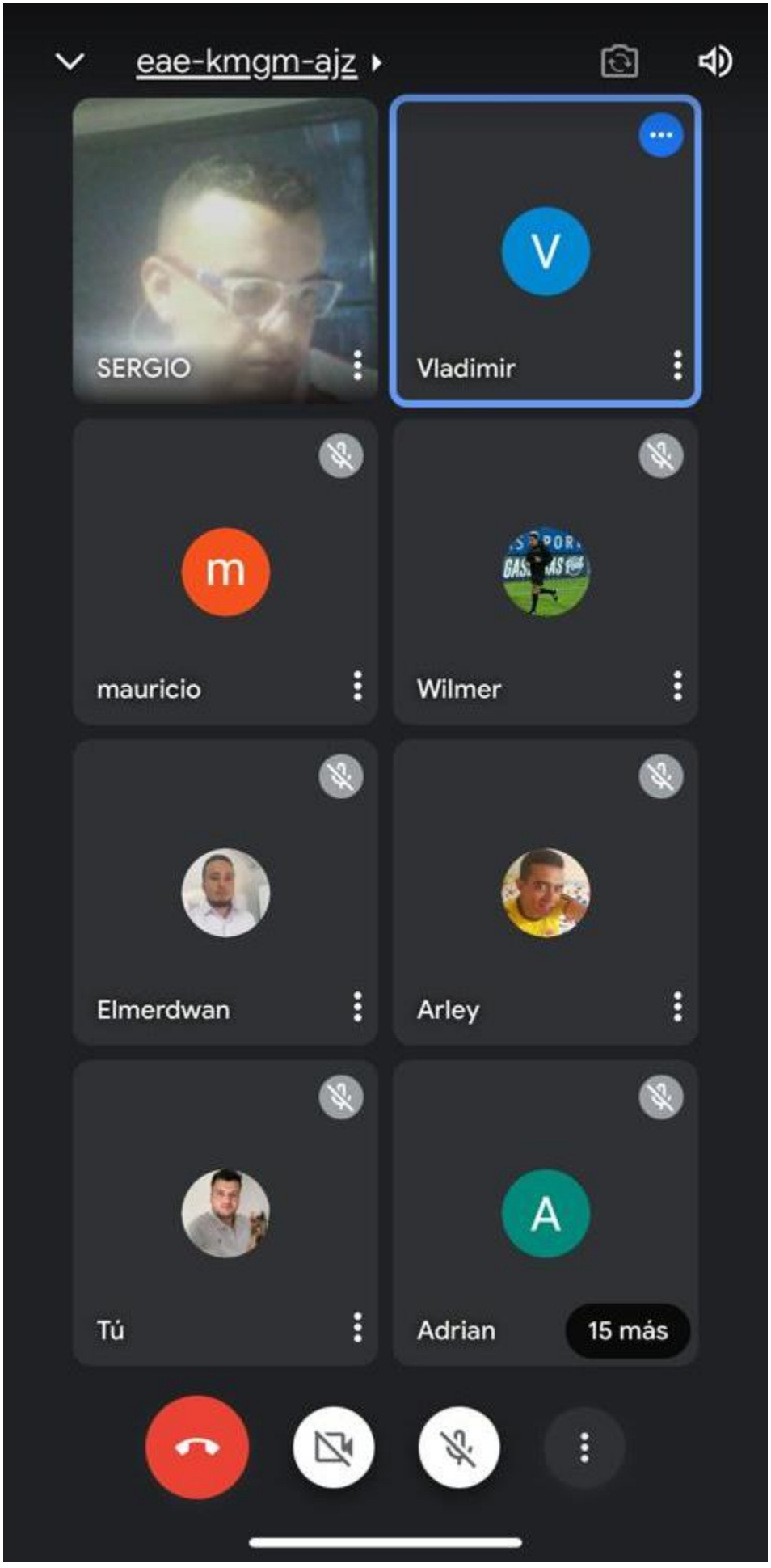
ANEXO 10. PDF EVIDENCIA FOTOGRAFICA EVENTOS APOYADOS EN EL MES






289

ANEXO 11. PANTALLAZO REUNIONES DEL MES POR PLATAFORMA MEET EN LAS EVIDENCIAS

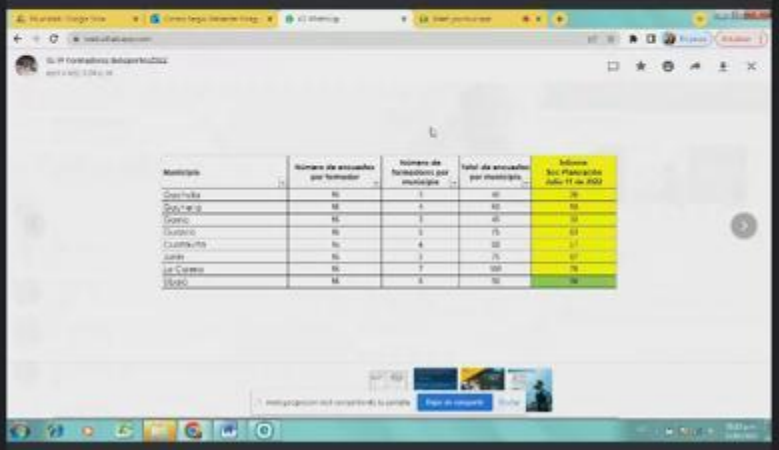


8:13

4G

yox-zxuc-aqe

SERGIO URREGO (presentando)



SERGIO

Vladimir

Tú

Yeisson

22 más