

Radicado: R 202202006522
Fecha:20/09/2022 13:49:35.753
Asunto: 528 - INFORME DE ACTIVIDADES
Remitente:JUAN CARLOS MUÑOZ AGUDELO
Ruta: RUTA DE PAGOS



	PLANILLA DE CONTROL TÉCNICO	F-AT-35	Versión 09
			07/02/2022

Fecha de presentación			Período de Informe	De			Hasta											
DD	MM	AAAA		21	08	2022	20	09	2022									
20	09	2022																
Contratista			Juan Carlos Muñoz Agudelo		CC	98575572												
					CE													
					NIT													
Liga			LISANT															
Deporte			Para -fútbol sala		Modalidad		Para -fútbol sala											
Atletas a cargo			Femenino _____ Masculino 19															
Informe de actividades N°			8	Convenio o Contrato N°		191 - 2022												
Objeto del convenio o Contrato			Prestación de servicios de un entrenador principal para apoyar la preparación técnico-táctica, teórica y condicional de los atletas de Para-Fútbol Sala masculino con discapacidad auditiva.															
Supervisor del contrato			Alejandro Navarro Rincón															

INFORME TÉCNICO

1. Asistencia mensual.				
NOMBRE	# SESIONES PROGRAMADAS	# SESIONES REALIZADAS	VOLUMEN	% CUMPLIMIENTO
YEISON DANILO ZULETA MOSCOSO	18	18	2.160	100%
ANDRES FELIPE VALLEGO AGUDELO	18	18	2.160	100%
JUAN FERNANDO ROJAS OCHOA	18	18	2.160	100%
ALEJANDRO AGUDELO CORTEZ	18	18	2.160	100%
JHONERDER DIAZ PEÑA	18	0	0	0%
JHON JAMES ORTIZ ORTIZ	18	0	0	0%
STIVEN VERGARA GOMEZ	18	18	2.160	100%
CAMILO ANDES GELVIS GAMBOA	18	0	0	0%
JULIAN PANIAGUA	18	18	2.160	100%
JORGE ANDRES SANCHEZ CELIS	18	18	2.160	100%
JUAN CAMILO ORTEGA CARTAGENA	18	18	2.160	100%



Indeportes Antioquia
calle 48#70 - 180. Medellín. Tel: 520 08 90
www.indeportesantioquia.gov.co

CO-SC5133-1

	PLANILLA DE CONTROL TÉCNICO	F-AT-35	Versión 09 07/02/2022
---	------------------------------------	---------	--------------------------

RONAL DUAN ACEVEDO CASTILLO	18	0	0	0%
ALEJANDRO CASTRO RAMOS	18	18	2.160	100%
BRAYAN ANDRES MUÑOZ MAZO	18	0	0	0%
CRISTIAN CAMILO JARAMILLO CASTAÑO	18	0	0	0%
CARLOS ANDRES MORENO RAMOS	18	0	0	0%
JOHAN ESTIVEN OROZCO	18	18	2.160	100%
MORENO ORTEGA DANIR JUNIOR	18	18	2.160	100%
SHITON CUESTA MOYA	18	0	0	0%

2. Objetivos planeados para el mes, por componentes de preparación.

OBJETIVO GENERAL:

- Mejorar la parte física mediante esfuerzos máximos en la preparación física adaptada en circuitos y transiciones.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Trabajos de posesión con marca
- Trabajos de marca de zona 1 y 2 en zona nuestra.
- Trabajo de transiciones rápidas en salidas ofensivas con remates.
- Trabajos de resistencia aeróbica en circuitos con balón y con marca.
- Trabajos de fuerza con su propio cuerpo
- Trabajos coordinativos y preventivos con bandas.

Físicos: Trabajos de acondicionamiento físico (fuerza, preventivos, carrera continua, actividades de coordinación)

Técnicos: Trabajos con balón acorde al espacio que tenemos (conducción, semi parada, pases)

Tácticos: Charlas sobre las fases defensiva y ofensiva

Psicológicos: Generar comunicación directa con los deportistas para generar un vínculo de familia en el grupo.

Teóricos: Se plantean jugadas de pelota quieta en ofensiva.



Indeportes Antioquia
calle 48#70 - 180. Medellín. Tel: 520 08 90
www.indeportesantioquia.gov.co

CO-SC5133-1

3.Principales actividades por realizar.

HORARIO ACTIVIDADES REALIZADAS (COLOCAR HORA Y ACTIVIDAD DE CADA SESIÓN)						
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
	18:00 – 20:00 PM (RESISTENCIA AERÓBICA, CARRERA CONTINUA Y TRABAJOS COORDINATIVOS, PREVENTIVOS, FUERZA EXPLOSIVA)	19:00 – 21:00 TRABAJO DE CONDUCCIÓN, SEMIPARADAS Y PASES	18:00 – 20:00 PM (RESISTENCIA AERÓBICA, CARRERA CONTINUA Y TRABAJOS COORDINATIVOS, PREVENTIVOS, FUERZA EXPLOSIVA)		6:00 – 8:00 AM (TRABAJO TÁCTICO DE PELOTA PARADA, DESMARQUES Y ZONA)	Inicio del torneo Manchester futsal FIFA
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
	18:00 – 20:00 PM (RESISTENCIA AERÓBICA, CARRERA CONTINUA Y TRABAJOS COORDINATIVOS, PREVENTIVOS, FUERZA EXPLOSIVA)	19:00 – 21:00 TRABAJO DE CONDUCCIÓN, SEMIPARADAS Y PASES	18:00 – 20:00 PM (RESISTENCIA AERÓBICA, CARRERA CONTINUA Y TRABAJOS COORDINATIVOS, PREVENTIVOS, FUERZA EXPLOSIVA)		6:00 – 8:00 AM (TRABAJO TÁCTICO DE PELOTA PARADA, DESMARQUES Y ZONA)	Inicio del torneo Manchester futsal FIFA Inicio del torneo Manchester futsal FIFA
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
	18:00 – 20:00 PM (RESISTENCIA AERÓBICA, CARRERA CONTINUA Y TRABAJOS COORDINATIVOS, PREVENTIVOS, FUERZA EXPLOSIVA)	19:00 – 21:00 TRABAJO DE CONDUCCIÓN, SEMIPARADAS Y PASES	18:00 – 20:00 PM (RESISTENCIA AERÓBICA, CARRERA CONTINUA Y TRABAJOS COORDINATIVOS, PREVENTIVOS, FUERZA EXPLOSIVA)		6:00 – 8:00 AM (TRABAJO TÁCTICO DE PELOTA PARADA, DESMARQUES Y ZONA)	Inicio del torneo Manchester futsal FIFA
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
	18:00 – 20:00 PM (RESISTENCIA AERÓBICA, CARRERA CONTINUA Y TRABAJOS COORDINATIVOS, PREVENTIVOS, FUERZA EXPLOSIVA)	19:00 – 21:00 TRABAJO DE CONDUCCIÓN, SEMIPARADAS Y PASES	18:00 – 20:00 PM (RESISTENCIA AERÓBICA, CARRERA CONTINUA Y TRABAJOS COORDINATIVOS, PREVENTIVOS, FUERZA EXPLOSIVA)		6:00 – 8:00 AM (TRABAJO TÁCTICO DE PELOTA PARADA, DESMARQUES Y ZONA)	Inicio del torneo Manchester futsal FIFA

	18:00 – 20:00 PM (RESISTENCIA AERÓBICA, CARRERA CONTINUA Y TRABAJOS COORDINATIVOS, PREVENTIVOS, FUERZA EXPLOSIVA)					
--	--	--	--	--	--	--

4. De acuerdo a los diferentes objetivos propuestos, las principales metas individuales o grupales alcanzadas por los atletas o el equipo fueron:

ATLETA	METAS INDIVIDUALES ALCANZADAS
N/A	

EQUIPO	METAS GRUPALES ALCANZADAS
	<ul style="list-style-type: none"> Se trabaja en secuencia de juego mirando la deficiencia del grupo en los dos encuentros ajustado la semana sobre lo que se debe mejorar en la parte física con el pf matáis que gran aporte le hace al trabajo por conocimiento del futsal y se ha mejorado mucho en la parte aeróbica y coordinativa del grupo.
	<ul style="list-style-type: none"> Siempre se trabajará esta capacidad que es la más importante en el juego, la técnica en este deporte son los Controles orientados: para mejorar la capacidad de recepción de los jugadores mediante juegos combi- nativos donde involucramos la capacidad mental del jugador con una dinámica de juego que nos lleva al no desgaste del equipo soltando la marca en zona 3 y zona 2, mediante los cambios de dirección del cada uno donde se involucra la visión periférica y la concentración en el juego. Se busca partidos amistosos para todos los miércoles y jueves que tenemos cancha en el coliseo de la floresta se consiguió el espacio los jueves con la gestora Danny para tener mas juegos que nos lleven a la realidad del equipo en

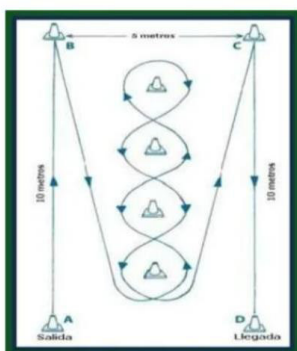
el comportamiento de juego y memoria futbolística

- Se está jugando en el coliseo de Manchester los domingos con convencionales y las selecciones de juegos departamentales para tener un mejor fogueo y conocer las falencias del grupo en la parte táctica y colectiva en las zonas 2 y 4

5. ¿Test pedagógicos realizados durante el mes?, Especifique el o las pruebas y anexe los resultados

PRUEBA DE AGILIDAD ILLINOIS

Test de Agilidad: Test Illinois



Diseño del test

	Excelente	Sobre promedio	Promedio	Bajo Promedio	Pobre
Hombres	<15,2	15,2 – 16,1	16,2 – 18,1	18,2 – 18,8	>18,8
Mujeres	<17,0	17,0 – 17,9	18,0 – 21,7	21,8 – 23,0	>23,0

Tabla de Valoración



COMO HACERLO:

La longitud del recorrido es de 10 metros y el ancho (distancia entre los puntos de inicio y final) es de 5 metros.

Cuatro (4) conos se usan para marcar el inicio, el final y los dos puntos de inflexión (a,b,c y d)

Otros cuatro (4) conos se colocan en el centro a igual distancia.

Una vez ubicados, se comienza la prueba en posición acostado boca abajo con las manos en el nivel del hombro, debiendo levantarse tan rápidamente como sea posible y recorrer la trayectoria del sistema (puede ser en cualquiera de los dos sentidos- empezando en A o en D).

PRUEBA DE AGILIDAD ILLINOIS - 22/08/2022 FUTSAL MASC AUDITIVO

NOMBRES Y APELLIDOS	TIEMPO 1	TIEMPO 2	VALORACIÓN
Julián Paniagua	16"32	16"49	REGULAR
Jorge Andrés Sánchez	15"82	15"99	BUENO
Wilmar Alexander Patiño	17"22	16"90	REGULAR
Juan Camilo Castrillón Muñoz	19"34	19"03	MALO
Andrés Felipe Vallejo	15"29	15"73	BUENO
Steven Vergara	x	x	x
Juan Felipe Rojas	x	x	x
Jhoan Steven Orozco	16"46	16"78	REGULAR

	Menor tiempo Test
	Mayor tiempo Test

**TEST VELOCIDAD 20
mts (22/08/2022)**

Nombres	Apellidos	20 metros #1	20 metros #2	INDICES DE VELOCIDA D
Julián	Paniagua	3"52	3"52	EXCELENTE
Jorge Andrés	Sánchez	3"80	3"48	EXCELENTE
Wilmar Alexander	Patiño	4"35	3"81	EXCELENTE
Juan Camilo	Castrillón Muñoz	4"26	4"29	MALO
Andrés Felipe	Vallejo	4"07	3"72	EXCELENTE
Steven	Vergara	x	x	X
Juan Felipe	Rojas	x	x	X
Yeison	Zuleta	x	x	X
Jhoan Steven	Orozco	4"07	3"89	EXCELENTE

COMPETENCIAS

Indeportes Antioquia

calle 48#70 - 180. Medellín. Tel: 520 08 90
www.indeportesantioquia.gov.co

CO-SC5133-1

6.Facilite los resultados de sus dirigidos en competencias preparatorias y/o fundamentales a nivel nacional /internacional en las que hayan participado durante el último mes.

Nombre del evento: **N/A** _____

Prueba	Medallas Posibles	Medallas alcanzadas ANTIOQUIA		
		Oro	Plata	Bronce

NOTA. Recordar que el Seguimiento de resultados en eventos (F-AT-26) se debe entregar 5 días hábiles siguientes al evento.

7.Con base en lo anterior, realice un breve análisis de los resultados competitivos

NA

LESIONES/REHABILITACIÓN/CONTROL BIOMÉDICO

8.Información de los controles biomédico realizados por medicina.

N/A

9. ¿Alguno de sus atletas ha presentado lesiones o inconvenientes de orden médico durante el último mes?

En caso afirmativo, mencione cuál fue el diagnóstico, tratamiento y proceso de rehabilitación.

N/A



Indeportes Antioquia

calle 48#70 - 180. Medellín. Tel: 520 08 90
www.indeportesantioquia.gov.co

CO-SC5133-1

PLANIFICACION DEL SIGUIENTE MES
10. Objetivos propuestos para el mes: 21 de septiembre al 20 de octubre

- Trabajos de posesión con marca en la zona 3
- Trabajos de marca de zona 2 y 3 en zona nuestra.
- Trabajo de transiciones rápidas en salidas ofensivas y defensivas con remates.
- Trabajos de resistencia aeróbica individuales y grupales.
- Trabajos de fuerza con su propio cuerpo
- Trabajos coordinativos y preventivos con bandas.

11. Principales actividades por realizar.

HORARIO ACTIVIDADES REALIZADAS (COLOCAR HORA Y ACTIVIDAD DE CADA SESIÓN)						
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
		19:00 – 21:00 TRABAJO DE CONDUCCIÓN, SEMIPARADAS Y PASES	18:00 – 20:00 PM JUEGO DE CONTROL CON CONVENCIONALES Y TRABAJO ESPECÍFICO		6:00 – 8:00 AM (TRABAJO TÁCTICO DE PELOTA PARADA, DESMARQUES Y ZONA)	Inicio del torneo Manchester futsal FIFA
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
	18:00 – 20:00 PM (RESISTENCIA AERÓBICA, CARRERA CONTINUA Y TRABAJO COORDINATIVOS, PREVENTIVOS, FUERZA EXPLOSIVA)	19:00 – 21:00 TRABAJO DE CONDUCCIÓN, SEMIPARADAS Y PASES	18:00 – 20:00 PM JUEGO DE CONTROL CON CONVENCIONALES Y TRABAJO ESPECÍFICO		6:00 – 8:00 AM (TRABAJO TÁCTICO DE PELOTA PARADA, DESMARQUES Y ZONA)	Inicio del torneo Manchester futsal FIFA Inicio del torneo Manchester futsal FIFA
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
	18:00 – 20:00 PM (RESISTENCIA AERÓBICA, CARRERA CONTINUA Y TRABAJO COORDINATIVOS, PREVENTIVOS,	19:00 – 21:00 TRABAJO DE CONDUCCIÓN, SEMIPARADAS Y PASES	18:00 – 20:00 PM JUEGO DE CONTROL CON CONVENCIONALES Y TRABAJO ESPECÍFICO		6:00 – 8:00 AM (TRABAJO TÁCTICO DE PELOTA PARADA, DESMARQUES Y ZONA)	Inicio del torneo Manchester futsal FIFA

	PLANILLA DE CONTROL TÉCNICO	F-AT-35	Versión 09
			07/02/2022

	FUERZA EXPLOSIVA					
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
	18:00 – 20:00 PM (RESISTENCIA AERÓBICA, CARRERA CONTINUA Y TRABAJOS COORDINATIVOS, PREVENTIVOS, FUERZA EXPLOSIVA)	19:00 – 21:00 TRABAJO DE CONDUCCIÓN, SEMIPARADAS Y PASES	18:00 – 20:00 PM JUEGO DE CONTROL CON CONVENCIONALES Y TRABAJO ESPECÍFICO		6:00 – 8:00 AM (TRABAJO TÁCTICO DE PELOTA PARADA, DESMARQUES Y ZONA)	Inicio del torneo Manchester futsal FIFA
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
	18:00 – 20:00 PM (RESISTENCIA AERÓBICA, CARRERA CONTINUA Y TRABAJOS COORDINATIVOS, PREVENTIVOS, FUERZA EXPLOSIVA)	19:00 – 21:00 TRABAJO DE CONDUCCIÓN, SEMIPARADAS Y PASES	18:00 – 20:00 PM JUEGO DE CONTROL CON CONVENCIONALES Y TRABAJO ESPECÍFICO			

12. Metas para alcanzar en el mes

- Tener todos los deportistas para trabajar.
- Mejorar la técnica colectiva e individual.
- Mantener la capacidad aeróbica.
- Mejorar la velocidad y reacción
- Mejorar la fuerza del tren inferior

13. Test a realizar en el mes.

- Se realizarán la segunda medición de los test del mes anterior para mirar si han mejorado en la toma que le hicimos para mejorar su rendimiento físico y coordinativa.
- Se ve el grupo comprometido en los test con el pf Matías y se nota la gran diferencia en su capacidad aeróbica y anaeróbica que nos exige este deporte.
- Se les dio la conciencia a los deportistas en siempre mejorar su marca para tener un mejor rendimiento en la cancha.
- Lo más importante es el compromiso en super su marca en una competencia sana y agradable en la cancha.



Indeportes Antioquia
calle 48#70 - 180. Medellín. Tel: 520 08 90
www.indeportesantioquia.gov.co

CO-SC5133-1

14.Observaciones:

- El plan se desarrolla al 85% por ciento, los otros deportistas están fuera de la ciudad se les manda trabajo para sus diferentes ciudades y mandan videos y fotos de la actividad, las capacidades físicas no son iguales y las técnico- tácticas se mejoran las capacidades físicas mediante un trabajo realizado y de gran apoyo del pf Matías herazo que nos estamos reuniéndonos los lunes para planificar la semana y las cargas de los jugadores para tener un rendimiento de cada uno mejor y sacar provecho de las capacidades de cada uno , se logró mayor asistencia porque un grupo de amigos me donan un dinero para darle los pases a varios que son de escasos recursos y para establecer un proceso con mayor participación y mejorar la memoria futbolista de ellos , entre Matías y Juan Carlos le estamos dando un auxilio al joven Juan Camilo Ortega Cartagena, Juan Fernando Rojas, Steven Orozco, Julián Paniagua, Alejandro Castro y Jorge Sánchez así mantenemos el grupo compacto para que ellos tengan una memoria futbolística y crear una mejor identidad de juego.
- Se empieza a trabajar en la zona 3 con una presión alta y soltar la marca para tener más rendimiento y ser más explosivo en el encare de uno contar uno
- se da inicio a la pelota quieta y conformar jugadas claras para definir un partido de esquina, saque lateral y de juego en zona 4 y 2 con presión donde está la pelota y cerrar el centro para regalar las laterales y la velocidad y reacción para llegar a la zona muerta y tener un doblaje en las laterales.
- se crean los códigos para las jugadas, se repiten muchas veces en el entreno para que ellos las memoricen y se vuelva pan de cada día con una estructura simple de 2 jugadas de saque de banda con el perfil zurdo y derecho, de esquina con los mismos perfiles. solamente para ser repetidas cada momento y su memoria se les grave para ser más contundente en el juego.

Se empieza a trabajar los intermitentes que nos ayudan mucho a la parte aeróbica en este deporte

- Las intermitencias “carreras” (sobre todo cortas)
- Las intermitencias de “fuerza”
- Vamos también a ver otras formas posibles.
- Estas formas de intermitencia pueden ser declinadas en una multitud de ejercicios en función de los objetivos principales y secundarios establecidos.

**Indeportes Antioquia**calle 48#70 - 180. Medellín. Tel: 520 08 90
www.indeportesantioquia.gov.co

CO-SC5133-1

	PLANILLA DE CONTROL TÉCNICO	F-AT-35	Versión 09
			07/02/2022

- Se propondrá este tipo de trabajo sobre todo en el medio de la semana para un partido el fin de semana y en la segunda parte de la sesión.

Yo, el abajo firmante, certifico que la información contenida en el presente informe corresponde a la planificación del mes

Nota: *Anexe en un archivo adjuntos las evidencias correspondientes al presente informe (planilla de control de asistencia y registro fotográfico).*

JUAN CARLOS MUÑOZ AGUDELO

Firma Del Entrenador

Nombre: JUAN CARLOS MUÑOZ AGUDELO



CO-SC5133-1

Indeportes Antioquia

calle 48#70 - 180. Medellín. Tel: 520 08 90
www.indeportesantioquia.gov.co

Carlos Mario Florez Pereira compartió la carpeta "SEPTIEMBRE" contigo.

Carlos Mario Florez Pereira <cflorez@indeportesantioquia.gov.co>

Mar 20/09/2022 7:33

Para: Cada <cada@indeportesantioquia.gov.co>



Carlos Mario Florez Pereira compartió una carpeta contigo

Buenos días, comparto carpeta con informes N°8 de entrenadores



SEPTIEMBRE



Este vínculo funcionará para cualquier persona en INDEPORTES ANTIOQUIA.

Abrir



[Declaración de privacidad](#)

