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

PLAN DE TRABAJO

NOMBRE Y APELLIDO: WILLIAM DAVID PEREZ QUINTERO. **DISCIPLINA:** FUTBOL **FECHA:** *12 DE OCTUBRE 2022*

NIVEL: *INICIACION* ***GRUPO:*** *1-2-3-4* ***HORARIO****: lunes 2 A 6 pm- Miércoles 8 a 12m -Miércoles 2 a 6pm- Sábado de 2 a 6pm*

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

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

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

Powered by CamScanner

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

FIRMA INSTRUCTOR: _____

V° Coordinación Técnica: _____

Powered by CamScanner

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

CONTROL DE ASISTENCIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA

MES (Fecha de inicio /final) : Septiembre **DISCIPLINA:** Futbol **GRUPO #** 3

Ord	NOMBRE Y APELLIDO	FIRMA	# DE CLASES / FECHAS									
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
			24/09									
1	Samuel Alejandro Gutierrez	Samuel	x									
2	Santiago Turga	Santiago	x									
3	Julian Niño	Julian	x									
4	Felipe Arteaga	Felipe	x									
5	Annie Ricaurte	Annie	x									
6	Esteban Ricaurte	Kevin E.	x									
7	Matias Linares	Mathias	x									
8	Diego Barbosa	Diego	x									
9	Ivan sierra	Ivan	x									
10	Nicolas Marcon	Nicolas	x									
11	Gabriela Alarcon	Gabriela	x									
12	Juan Alvarado	Juan Jose A.	x									
13	Sebastian Zea	Sebas	x									

Powered by CamScanner

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

14	Santiago Zea	Santi	X												
15	Nicolas Quiñonez.	Nicolas	X												
16	Salome Vargas	Salome	X												
17															
18															
19															
20															
21															
22															
23															
24															
25															

FIRMA INSTRUCTOR: _____

OBSERVADOR DE GRUPO: Ana Lucrecia R. **TEL:** 3108789593

Vº Supervisor: _____

Powered by CamScanner

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

CONTROL DE ASISTENCIA A CLASES O ENTRENAMIENTOS MES DE: Septiembre

Ord	NOMBRE Y APELLIDO	FIRMA ALUMNO	SEMANA 1						SEMANA 2						SEMANA 3						SEMANA 4						SEMANA 5						
			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
1	Julian Velandia	Julian																				X							X				
2	Samuel Gutierrez	Samuel																				X							X				
3	Samuel Alvarado	Samuel																				X							X				
4	Felipe Arteaga	Felipe																				X							X				
5	Miguel Duran	Miguel D.																				X							X				
6	Jose Rincon	Jose R. B																				X							X				
7	Erick cotrino	Erick																				X							X				
8	David Barrera	Juan																				X							X				
9	Alejandro Barrera	Alejandro																				X							X				
10	Cristian Rodriguez.	Cristian																				X							X				
11	Alejandro Lopez	Alejandro																				X							X				
12																																	
13																																	
14																																	
15																																	
16																																	
17																																	

SOGAMOSO tarea de todos

Powered by CamScanner

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

18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
25							
27							
28							
29							
30							

MONITOR: _____ DEPORTE: Flor Yolanda 3138961139

SOGAMOSO tarea de todos

Powered by CamScanner

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

CONTROL DE ASISTENCIA A CLASES O ENTRENAMIENTOS MES DE: Septiembre

Ord	NOMBRE Y APELLIDO	FIRMA ALUMNO	SEMANA 1						SEMANA 2						SEMANA 3						SEMANA 4						SEMANA 5						
			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
1	Juan Diego Rojas	Juan Diego																			x							x					
2	Daniel Chaparro.	Daniel felipe																			x							x					
3	Santiago Duarte	Santiago																			x							x					
4	Sebastian Duarte	Sebastian																			x							x					
5	Luis Tumoi	Luis																			x							x					
6	Gloria Tumaj	Gloria																			x							x					
7	Laura Meza																				x							x					
8	Brayan Duarte																				x							x					
9	Maicol Duarte.																				x							x					
10	Tomás Gutierrez	Tomás																			x							x					
11	Andres Gutierrez	Andres D																			x							x					
12	Cristian Tejedor	Cristian T																			x							x					
13	Edison Pineza.	Edison																			x							x					
14	Sebastian Figueroa	J. Figueroa.																			x							x					
15	Santiago Juramillo																				x							x					
16	Jeffer Hernandez.	Jefferson H.																			x							x					
17	Daniel Hernandez	Daniel																			x							x					

Powered by CamScanner

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

| | | |

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

SOGAMOSO tarea de todos

REGISTRO POBLACIONAL DE EDF 2022 SEGUNDO SEMESTRE

INSTRUCTOR(a)			WILLIAM PEREZ					**DISCIPLINA**			DESARROLLO RURAL					
GRUPO			VEREDA VANEGAS					**LUGAR**			PARQUE RECREACIONAL SUR					
HORARIO			LUNES 2PM A 6PM					**OBJETIVO DE TRABAJO DEL MES**			Desarrollo habilidades motrices basicas					
	FECHA	**GRUPO ÉTNICO DEL DEP**	0 a 5 años Mas	0 a 5 años Fem	6 a 12 años Mas	6 a 12 años Fem	13 a 17 años Mas	13 a 17 años Fem	18 a 29 años Mas	18 a 29 años Fem	30 a 59 años Mas	30 a 59 años Fem	> 60 años Mas	> 60 años Fem	Total deportistas
SEMANA 1															0
SEMANA 2															0
SEMANA 3	19/09 al 24/09	Urbano		1	8		10								19
SEMANA 4	26/09 al 30/09	Urbano		1	8		9								18
GRUPO			SECTOR LA SIERRA-MANANA					**LUGAR**			CANCHAS DEL SECTOR					
HORARIO			8AM A 12AM					**OBJETIVO DE TRABAJO DEL MES**			Desarrollo habilidades motrices basicas					
	FECHA	**GRUPO ÉTNICO DEL DEP**	0 a 5 años Mas	0 a 5 años Fem	6 a 12 años Mas	6 a 12 años Fem	13 a 17 años Mas	13 a 17 años Fem	18 a 29 años Mas	18 a 29 años Fem	30 a 59 años Mas	30 a 59 años Fem	> 60 años Mas	> 60 años Fem	Total deportistas
SEMANA 1															0
SEMANA 2															0
SEMANA 3	19/09 al 24/09	Urbano			6		5								11
SEMANA 4	19/09 al 24/09	Urbano			6		5								11
GRUPO			SECTOR LA SIERRA					**LUGAR**			CANCHAS DEL SECTOR					
HORARIO			8AM A 12AM					**OBJETIVO DE TRABAJO DEL**			Desarrollo habilidades motrices basicas					
	FECHA	**GRUPO ÉTNICO DEL DEP**	0 a 5 años Mas	0 a 5 años Fem	6 a 12 años Mas	6 a 12 años Fem	13 a 17 años Mas	13 a 17 años Fem	18 a 29 años Mas	18 a 29 años Fem	30 a 59 años Mas	30 a 59 años Fem	> 60 años Mas	> 60 años Fem	Total deportistas
SEMANA 1															0
SEMANA 2															0
SEMANA 3	19/09 al 24/09	Urbano			6	2	7								15
SEMANA 4	19/09 al 24/09	Urbano													0

LOGROS/ RESULTADOS/ PUNTOS A DESTACAR	Se logra mantener algunos de los chicos que hicieron parte del proceso en el primer semestre del 2022, igualmente es de resaltar la alegria y entusiasmo de las poblaciones impactadas por la continuacio de las escuelas de formacion deportiva de futbol
DIFICULTADES/ NECESIDADES/ PROBLEMATICAS	La intensidad y exigencia academica a imposibilitado la asistencia de algunos deportistas que hacian parte del proceso. Falta de implementos deportivos.
POSIBLES SOLUCIONES	Buscar de patrocinadores. Charlas de concientizacion de la importancia del buen aprovechamiento del tiempo libre

Firma Instructor

Firma Supevisor

Powered by CamScanner

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

PLANES DE CLASES DIARIOS

DEPORTE: FUTBOL	**SEMANA: 1**
FECHA: 19 al 24 de septiembre 2022	**INSTRUCTOR: William David Perez Quintero**
OBJETIVO O ACTIVIDADES DESARROLLADAS: Desarrollo de actividades coordinativas	

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

Powered by CamScanner

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

DEPORTE: FUTBOL	**SEMANA: 2**
FECHA: 26 al 30 de septiembre de 2022	**INSTRUCTOR: William David Perez Quintero**
OBJETIVO O ACTIVIDADES DESARROLLADAS: Desarrollo de habilitades técnicas	

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

Powered by CamScanner

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

PROTOCÓLO SESIÓNES DE FUTBOL

FECHA DE SOCIALIZACION: El lunes 19 de septiembre
LUGAR: Sector Vanegas, Sector la Sierra, Colegio Liceo de la Presentación.
DESCRIPCIÓN: Se realiza en el Sector Vanegas, Sector la sierra, Colegio Liceo de la Presentación la actividad deportiva de futbol a campo abierto todos los lunes de 2pm a 6pm, miércoles de 8am a 12m, miércoles de 2pm a 6pm y sábado 2 a 6pm

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

PRE-SESION:

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

DURANTE LA SESIÓN

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

POST- SESIÓN

1. Realizar a conciencia la fase final, los estiramientos para evitar posibles lesiones y vuelta a la calma en donde se le regularán la estabilidad de sus signos vitales.
2. Informar a la persona encargada de la sesión si después de realizada la clase presenta algún tipo de molestia relacionada con el entrenamiento.

FIRMA INSTRUCTOR: _____

OBSERVADOR DE GRUPO: Ana Lucrecia R **TEL:** 3108789593

Vº Coordinación Tecnica: _____

Powered by CamScanner

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

REGISTRO FOTOGRAFICO ESCUELA DE FORMACION FUTBOL 2022



Socialización y fomento de vinculación de niños a las escuelas de formación de futbol lideradas por el IRDS





Grupo sector Vanegas con deportistas de 5 a 17 años

SOGAMOSO
tarea de todos

Powered by CamScanner

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





Grupo sector la sierra mañana





Grupo sector la sierra horas de la tarde

SOGAMOS
tarea de todos

Powered by CamScanner

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

		Ejecución de protocolo de bioseguridad, respetando distanciamiento

Powered by CamScanner