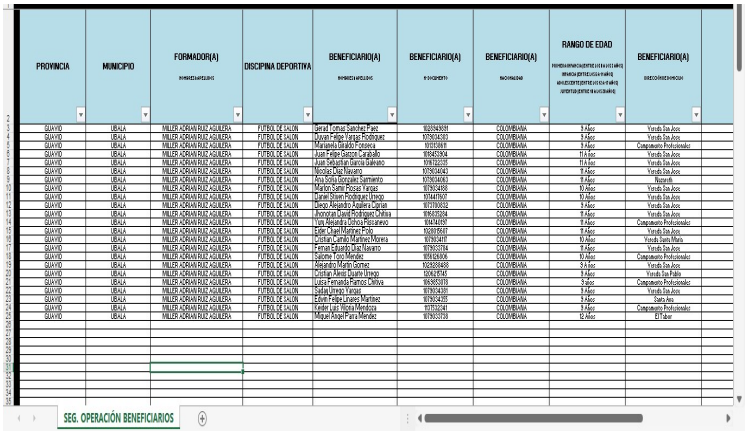
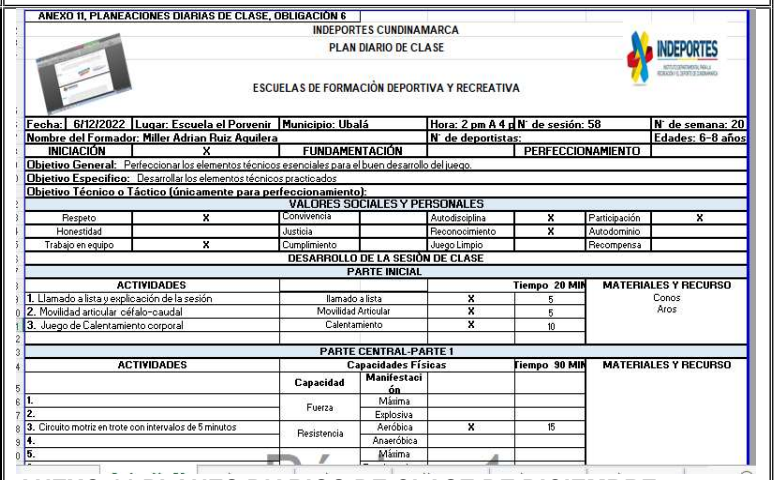
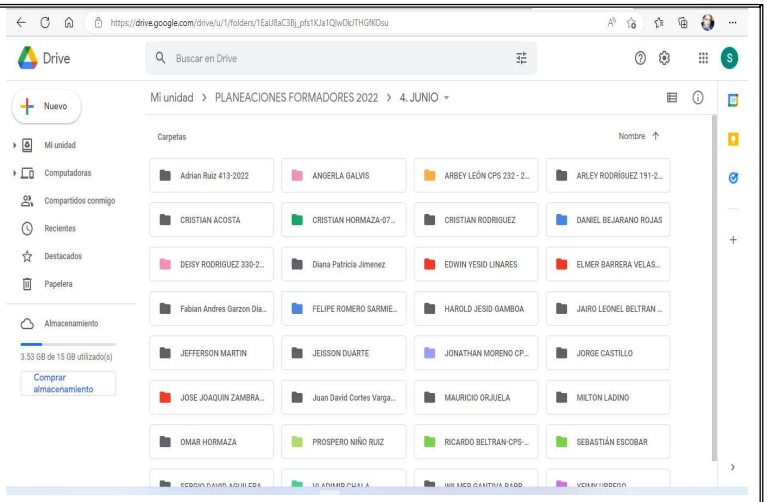
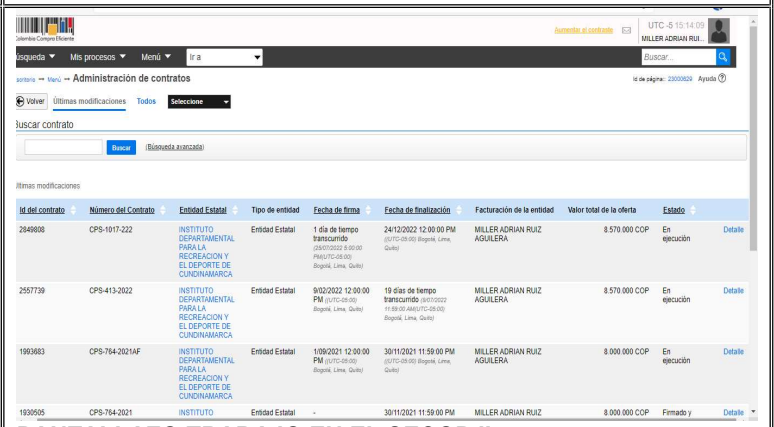
<table>
<tr><th colspan="4">EVIDENCIAS INFORME 06 MES DE DICIEMBRE - CTO 1017 -2022</th></tr>
<tr><td>Nombre del contratista</td><td colspan="3">MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA</td></tr>
<tr><td>Número de identificación</td><td>80214700</td><td>Tipo de documento</td><td>C.C.</td></tr>
<tr><td>Período informado</td><td>01/12/2022 al 24/12/2022</td><td>N° de Registro Presupuestal</td><td>RES-2022002337 de 21/07/2022</td></tr>
<tr><td colspan="4">Objeto del Contrato: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO “CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA”, PARA EL CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES – CUNDINAMARCA</td></tr>
<tr><th>Obligaciones específicas:</th><th colspan="3">Actividades realizadas:</th></tr>
<tr><td>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.</td><td colspan="3">

PANTALLAZO GRUPO DE WHATSAPP</td></tr>
<tr><td>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.</td><td colspan="3">INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO
DEPORTE / MODALIDAD: Futbol de Salón
MUNICIPIO: Ubalá (Vereda San Jose)
NOMBRE DEL FORMADOR: Miller Adrian Ruiz Aguilera
<table>
<tr><th>HORARIOS</th><th>CONCEPTO</th><th>LUNES</th><th>MARTES</th><th>MIERCOLES</th><th>JUEVES</th><th>VIERNES</th><th>OBSERVACIONES</th></tr>
<tr><td rowspan="2">2:00 PM A 4:00 PM</td><td>GRUPO</td><td></td><td>INICIACIÓN</td><td>INICIACIÓN</td><td>INICIACIÓN</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>SEDE DE TRABAJO</td><td></td><td>ESCUELA EL PORVENIR</td><td>ESCUELA EL PORVENIR</td><td>ESCUELA EL PORVENIR</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="2">4:00 PM A 6:00 PM</td><td>GRUPO</td><td></td><td>FUNDAMENTACIÓN</td><td>FUNDAMENTACIÓN</td><td>FUNDAMENTACIÓN</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>SEDE DE TRABAO</td><td></td><td>ESCUELA EL PORVENIR</td><td>ESCUELA EL PORVENIR</td><td>ESCUELA EL PORVENIR</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="2">6:00 PM A 8:00 PM</td><td>GRUPO</td><td></td><td>PERFECCIONAMIENTO</td><td>PERFECCIONAMIENTO</td><td>PERFECCIONAMIENTO</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>SEDE DE TRABAO</td><td></td><td>ESCUELA EL PORVENIR</td><td>ESCUELA EL PORVENIR</td><td>ESCUELA EL PORVENIR</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="2">NOMBRE MONITOR</td><td colspan="6">SERGIO ALEXANDER URREGO</td></tr>
</table>
ANEXO 1 ACTA DE INICIO, ANEXO 2 PLAN PEDAGÓGICO, ANEXO 3 MALLAS CURRICULARES Y ANEXO 4 HORARIOS DE TRABAJO.</td></tr>
</table>

3. Desarrollar todas las actividades planteadas en el plan pedagógico y en la malla pedagógica, dejando las evidencias respectivas que den cuenta de los beneficiarios impactados con ellas.	 **ANEXO 5 REGISTRO FOTOGRÁFICO POR CATEGORÍA DE ENTRENAMIENTOS, ANEXO 6 PLANILLA DE ASISTENCIA INICIACIÓN, ANEXO 7 PLANILLA DE ASISTENCIA FUNDAMENTACIÓN Y ANEXO 8 PLANILLAS DE ASISTENCIA PERFECCIONAMIENTO.**
4. Para deportes en conjunto, tener una cobertura mínima de 15 personas por grupo o una cobertura global mínima de 45 beneficiados activos, sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los que se encuentren; y, para deportes individuales tener una cobertura mínima de 10 personas por grupo o mínimo una cobertura global de 30 beneficiados activos sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los que se encuentren. De todo lo anterior, deberá tener los soportes respectivos organizados por sesiones, actividades y niveles de formación.	 **ANEXO 9 PLANEACIÓN DE SEGUIMIENTO Y ANEXO 10 COBERTURA**
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.	Utilice de forma adecuada las prendas y el buen nombre del instituto de deporte y recreación de Cundinamarca INDEPORTES, en medio de los entrenamientos realizados durante el mes de octubre para así dar credibilidad de nuestro trabajo.
6. Preparar y ejecutar 9 sesiones de formación a la semana, mínimo 36 sesiones al mes, con las escuelas de formación a cargo. Cada sesión estará compuesta como mínimo por 2 horas, la distribución de las sesiones para cada nivel será concertado con el coordinador y/o supervisor del mismo.	 **ANEXO 11 PLANES DIARIOS DE CLASE DE DICIEMBRE**

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 DE TRABAJO ACTUALIZADO EN EL DRIVE**
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 FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA PLAN MENSUAL DE CLASE MES: DICIEMBRE — MUNICIPIO: UBALA CUNDINAMARCA (VEREDA SAN ... LUGAR: ESCUELA EL PORVENIR — HORARIO DE PRACTI — DE 2:00PM A 4:00PM NIVEL: INICIACIÓN — FUNDAMENTACIÓN — PERFECCIONAMIENTO CLASES: Semana de 5 al 11 — Semana de 12 al 18 — Semana de 19 al 24 VALORES / VALORES SOCIALES: RESPETO (X, X); RESPONSABILIDAD (X); COMPAÑERISMO (X); JUSTICIA (X, X); COOPERACION (X); LEALTAD; TRABAJO EN EQUIPO (X, X) VALORES / VALORES PERSONALES: HUMILDAD (X); OBEDIENCIA (X, X); AUTODISCIPLINA (X, X, X); PARTICIPACIÓN (X); PERSEVERANCIA (X); AUTODOMINIO (X); RECOMPENSA (X) PARTE INICIAL / INICIO: INTRODUCCION (X, X, X); MOVILIDAD ARTICULAR (X, X); CALENTAMIENTO (X, X, X) DESARROLLO MOTRIZ: ACOPLAMIENTO (X); RITMO (X); EQUILIBRIO; ORIENTACION (X, X); DIFERENCIACION (X); REACCIÓN (X) Página 1 **ANEXO 12 PLANEACIONES MENSUALES DE DICIEMBRE**
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.	FUTBOL DE SALÒN UBALÀ TOMA DE PRUEBAS FISICAS FEBRERO | MARZO | ABRIL | MAYO | JUNIO | JULIO | AGOSTO | SEPTIEMBRE | OCTUBRE | NOVIEMBRE | DICIEMBRE PRUEBA DE ENTRADA: X (MAYO) PRUEBAS CONTROL: X (OCTUBRE) PRUEBAS FINALES: X (DICIEMBRE) FORMADOR: MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA **ANEXO 13 CRONOGRAMA DE PRUEBAS FUTURAS.**
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.	Presente ante la supervisora del contrato la certificación correspondiente al mes de diciembre entre el 01 de diciembre al 24 de diciembre del 2022 debidamente firmada por el coordinador del ente deportivo municipal Wilder Linares expedida el día 26 de diciembre que dio crédito del trabajo realizado durante este mes y cumpliendo con las obligaciones del contrato. Además, la oficina de deportes del municipio entrego el Paz y salvo del trabajo realizado durante los 5 meses. **ANEXO 14 CERTIFICACIÓN MUNICIPAL**

11. Apoyar a los demás componentes en las diferentes actividades que realicen en los municipios asignados por la Subgerencia Técnica.	Proyecte apoyos a la gestión encontrándome en disposición a cualquier evento que requieran apoyo por parte de los formadores para el buen desarrollo de las actividades programas por Indeportes Cundinamarca.
12. Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.	Asistí a las reuniones predispuestas por los coordinadores de indeportes para el buen desarrollo del programa en el mes de diciembre: • 12 de diciembre 8:00 pm, por Meet seguimiento control • 14 de diciembre 8:00 pm, por Meet seguimiento control Entre estas reuniones, se proyectaron y se realizaron los cierres de escuelas de formación para el mes de diciembre los cuales se programaron para realizarse el 16 de diciembre en la zona del Guavio con el fin de dar finalización al proceso de escuelas deportivas en el municipio de Ubalá. **ANEXO 15 FOTOGRAFÍAS DE REUNIONES, INFORME DE CIERRE DE ESCUELAS DEPORTIVAS**
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 la entrega de este formato cuando sea necesario y estoy atento a cualquier requerimiento de parte del instituto para así cumplir con el diligenciamiento de este tipo de documentación.
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.	 Administración de contratos Volver Últimas modificaciones Todos Seleccione Buscar contrato Buscar (Búsqueda avanzada) Últimas modificaciones Id del contrato | Número del Contrato | Entidad Estatal | Tipo de entidad | Fecha de firma | Fecha de finalización | Facturación de la entidad | Valor total de la oferta | Estado 2849808 | CPS-1017-222 | INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA | Entidad Estatal | 1 día de tiempo transcurrido | 24/12/2022 12:00:00 PM | MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA | 8.570.000 COP | En ejecución | Detalle 2557739 | CPS-413-2022 | INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA | Entidad Estatal | 9/02/2022 12:00:00 PM | 19 días de tiempo transcurrido | MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA | 8.570.000 COP | En ejecución | Detalle 1993683 | CPS-764-2021AF | INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA | Entidad Estatal | 1/09/2021 12:00:00 PM | 30/11/2021 11:59:00 PM | MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA | 8.000.000 COP | En ejecución | Detalle 1930505 | CPS-764-2021 | INSTITUTO | Entidad Estatal | - | 30/11/2021 11:59:00 PM | MILLER ADRIAN RUIZ | 8.000.000 COP | Firmado y | Detalle **PANTALLAZO TRABAJO EN EL 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.	Realice entregas de mallas, plan pedagógico, sesiones de clase, planes mensuales, listados de asistencia, coberturas de población y evidencias de las mesas públicas realizadas en este mes. Además, de los diferentes documentos requeridos por la supervisora del contrato Flor Angela Garzón Sánchez que diría constancia del cumplimiento del contrato por parte del contratista. **CONSOLIDADO DE EVIDENCIAS**

ACTA DE INICIO	
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS No. 1017 DE 2022	
N° de contrato:	1017 – 2022
Contratante:	INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA
Contratista:	MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA
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:	OCHO MILLONES QUINIENTOS SETENTA MIL PESOS ($8.570.000) M/CTE.
Plazo:	CINCO (5) MESES, previo cumplimiento de los requisitos de perfeccionamiento, ejecución y suscripción del acta de inicio.
Municipio:	UBALÁ
Deporte o disciplina:	FUTSAL

El 25 de julio de 2022, en la ciudad de Bogotá D.C. se reunieron MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA identificado civilmente con cédula de ciudadanía N° 80214700 de Bogotá 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. 1017 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-2022002337	Fecha de expedición: 21-07-2022
Afiliación a ARL	Positiva Compañía de Seguros S. A.	Fecha de cobertura: 22/07/2022
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 25 de julio de 2022.

FLOR ANGELA GARZON SANCHEZ Supervisor	**MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA** Contratista

ANEXO 2 OBLIGACIÓN 2

PLAN PEDAGOGICO PARA EL DESARROLLO FORMATIVO DEL FUTBOL DE SALÓN EN EL MUNICIPIO DE UBALÁ VEREDA SAN JOSE

MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA

PROFESIONAL EN CULTURA FISICA Y DEPORTE

C.C 80214700

FORMADOR DE FUTBOL DE SALÓN

UBALÁ CUNDINAMARCA

2022

INTRODUCION

El Plan pedagógico orientado al futbol de salón en el municipio de Ubalá en la vereda San José pretende dar una guía en la búsqueda de un programa definido sobre el cual se centra el conocimiento del deporte, a través de diferentes niveles de formación que permita construir un desarrollo deportivo y social desde la iniciación hasta el perfeccionamiento de los niños, niñas y adolescentes (NNA) del municipio.

Dado que los NNA del departamento y por ende del municipio de Ubalá tienen acceso permanente a la práctica de este deporte, es de vital importancia contar con un plan bien estructurado que permita con seguridad obtener buenos resultados a futuro como consecuencia de dicha planificación y así tener un desarrollo deportivo en el departamento y municipio donde se llevara a cabo este plan pedagógico.

Dentro de este plan pedagógico es muy importante clarificar que este programa se llevara a cabo en 3 periodos de edades los cuales se dividen en categorías y se va formando al NNA en consecuencia de su desarrollo natural, potencializando las habilidades propias que adquiere el NNA en las etapas de su crecimiento. Estas categorías se dividirán en NNA de 6 a 9 años en la categoría iniciación, NNA de 10 a 12 años en la categoría fundamentación y NNA de 13 a 16 años en la categoría de perfeccionamiento.

De esta manera la elaboración de un Plan de pedagógico estructurado y muy bien planificado ayudara a que mediante el futbol de salón se logre llegar a lo más profundo de nuestro departamento y municipio vinculando a la mayoría de los NNA que ocupen de la mejor manera su tiempo libre, evitando que puedan llegar a tener malos hábitos de vida alejándolos del alcohol, las drogas, las pandillas etc. Es por esto, que mediante el deporte de futbol de salón se buscara formar personas integrales en sus comunidades y deportistas que puedan porque no tener un alto rendimiento que les permita tener otra opción de vida en un futuro.

JUSTIFICACIÓN

Es de conocimiento propio de las personas dedicadas a la formación de niños deportistas, que la actividad física, el ejercicio y el deporte ocupan un importante papel en la evolución del niño, ya que ayuda al mismo a desarrollar su capacidad motriz y cognitiva. Con el deporte se ha podido comprobar que les permite a los niños canalizar mejor sus energías, desarrollar su personalidad y saber superar con más facilidad las dificultades de relación con su entorno social. Se puede decir que el deporte cumple un desarrollo fisiológico, psicológico y cognitivo esencial en la formación de todo niño o niña, y no es la excepción que en el futbol de salón el NNA no solo desarrolla sus habilidades físicas, sino que también desde los momentos propios del juego el deportista desarrolla altos niveles de pensamientos rápidos para la toma de decisiones lo que quiere decir que con este deporte se evoluciona en las habilidades físicas y también en las destrezas cognitivas. Además, que un deportista con una formación adecuada durante su desarrollo puede llegar a convertirse en un deportista de alto rendimiento permitiendo que sea una opción de vida donde puede solventarse económicamente individualmente y también a su familia ya que en su mayoría al llegar a ser un deportista profesional es económicamente muy rentable. Se debe también tener en cuenta que la Organización Mundial de la Salud afirma, que el deporte, el ejercicio y la actividad física en ayuda a mejorar la calidad de vida en personas sanas o con distintas enfermedades.

MARCO LEGAL

- 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 de enero 18 de 1995

Por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación**,** el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física y se crea el sistema nacional del deporte.

OBJETIVO GENERAL

Desarrollar el proceso de orientación de futbol de salón en los niños, niñas y adolescentes del municipio de Ubalá Cundinamarca específicamente en la vereda de San José, con el propósito de formar deportistas integrales en su desempeño físico, técnico, táctico, cognitivo y social para no solo formar deportista de un rendimiento optimo, sino que también ayuden y contribuyan en una integración social.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Incentivar la practica de la actividad física, el ejercicio y el deporte (futbol de salón) como habito de vida saludable.
- Fortalecer los lazos de amistad con los diferentes deportistas, compañeros, padres de familia y formador.
- Desarrollar las capacidades físicas y motrices en los NNA que les permita desempeñarse de la mejor manera en el deporte a practicar.
- Mejorar y fortalecer el los NNA las habilidades técnicas propias del deporte para obtener un mejor rendimiento en el desarrollo del juego
- Fomentar un ambiente de aprendizaje diferente donde se combine el entrenamiento deportivo con la formación de individuos integrales con valores adecuados que le permitan un mejor desempeño tanto el ámbito deportivo como en su participación social.

POBLACION OBJETO Y COBERTURA

Dentro del programa Cundinamarca región que progresa, escuelas deportivas para todos, la alcaldía municipal de Ubalá se creo la necesidad de tener un formador en el deporte de futbol de salón en la vereda San José para así hacer cubrimiento a esta zona y veredas cercanas a está, dándoles a estos niños la posibilidad de participar y practicar un deporte que les ayudara a desarrollar sus habilidades físicas y tener una integridad social con sus semejantes. Para esto se convocarán a los NNA en 3 categorías.

20 niñas, niños de iniciación en edades de 6 a 8 años
20 niñas, niños de fundamentación en edades de 9 a 12 años
20 adolescentes de perfeccionamiento en edades de 13 a 17 años

CARACTERIZACIÓN DEL FÚTBOL DE SALÓN

Es un deporte colectivo muy parecido al fútbol, presentando diferencias con respecto al terreno de juego, medidas de la cancha, medidas de la portería, peso y tamaño del balón y algunas reglas de juego.

Se juega entre dos equipos de 5 jugadores cada uno. El objetivo del juego es introducir el balón en la portería del contrario (esto se llama anotar un Gol o un tanto), y evitar que el contrario obtenga el balón y lo introduzca en tu portería.

Dentro de la cancha el portero es el único jugador que puede tocar el balón con sus manos, en su área de meta. El resto de los jugadores juegan con sus pies e incluso pueden tocar el balón con cualquier parte del cuerpo excepto los brazos y manos.

Se puede afirmar que el fútbol de salón es una actividad de carácter aeróbico con frecuencia cardíaca en valores próximos a los del umbral anaeróbico, con fases muy frecuentes de alta intensidad en las que se realizan acciones explosivas y sprints que provocan una cierta acumulación de lactato, convirtiéndose en una actividad dinámica y variable. En cuanto al trabajo de la resistencia, la intensidad y el tiempo, son los factores más importantes, ya que determinan las vías metabólicas a través de la cual obtenemos la energía. La actividad física en cuestión determina si la fuente de energía es producida aeróbica o anaeróbicamente.

Origen

La creación de este deporte se remonta a 1930 en Uruguay. La selección de Uruguay había ganado el Campeonato del Mundo y la medalla de oro en los Juegos Olímpicos, viviéndose por ello en el país una auténtica afición por el fútbol.

En 1965, se creó la Confederación Sudamericana de Fútbol de Salón, primera organización internacional de este deporte. Ese año también se disputó el primer campeonato sudamericano de selecciones.

La Federación Internacional de Fútbol de Salón (FIFUSA), fue fundada en 1971 en São Paulo, Brasil. Esta organización realizó en1982 el primer mundial del deporte y posteriormente otros seis más. La FIFUSA se mantuvo como organización independiente hasta su disolución en el año 2002.

Hacia fines de 1985, y ante la crisis económica de FIFUSA y sus afiliados, diversos países, encabezados por Brasil, decidieron solicitar al entonces presidente de la FIFA Joao

Havelange, así como a su secretario general Joseph Blatter, que esta organización incorporase el fútbol sala a la organización de la FIFA.

En el 2000, problemas internos en la FIFUSA hicieron que sus federaciones y confederaciones miembros la abandonen para intentar la unificación con la FIFA, acuerdo que no prosperó. Posteriormente decidieron formar la Asociación Mundial de Futsal en el 2002, con sede central en Asunción, Paraguay, la nueva organización continuó con similares actividades, reglamentos y competencias que la FIFUSA.

En los últimos años, la FIFA y la AMF han realizado esfuerzos y han puesto en marcha estrategias para que esta disciplina sea incluida en los Juegos Olímpicos.

Incursión en Colombia

En Colombia el fútbol de salón es uno de los deportes más importantes a nivel nacional debido a la popularidad del llamado microfútbol que se practica en todo el país particularmente en el interior donde se estructuró en los años 1970.

La selección tuvo su primera participación internacional destacada en el Sudamericano de 1977 donde ocupó el tercer lugar, en esa época era dirigida por Luis Augusto García, más tarde en 1982 Colombia tuvo su primera participación en el Mundial FIFUSA de Brasil, donde alcanzó las semifinales luego de vencer a Japón 5-0 y Holanda 5-2 para luego caer en la disputa del tercer puesto con Uruguay.

La Nacional no participaría de los Mundiales de España 1985 y Australia 1988 sin embargo logro un nuevo cuarto lugar en el Panamericano de Brasil 1984.

En la década de los 90 Colombia logra sus primeros títulos continentales y las primeras actuaciones destacadas en los Mundiales FIFUSA. En 1990 organizó y gano de manera invicta el III Panamericano disputado en Santa Fe de Bogotá derrotando en la disputa a Paraguay, Venezuela y Bolivia con Jaime Azza como goleador del certamen y bajo la dirección de Diego Morales, la base de jugadores de este certamen permitió revalidar el título en 1993 contra Bolivia en La Paz; Al año siguiente la Nacional es subcampeona mundial en Argentina '94 perdiendo la final con el seleccionado local. pero siendo destacada como la mejor en cuanto a juego durante el torneo.

En Bolivia 2000, obtiene su primer título orbital de microfútbol, venciendo en los penaltis a la selección anfitriona y consagrando como goleador a Jhon Pinilla en el último mundial que

organizó FIFUSA. En los 2 mundiales siguientes ya estructurados por la AMF logro el subcampeonato en Paraguay 2003 y el tercer lugar en Argentina 2007.

Para 2011 Colombia organizaría con éxito el X Mundial de Fútbol de Salón logrando por segunda vez en la historia el título mundial en una de las mejores finales que se han visto ante Paraguay, y consolidando a Jhon Pinilla como máximo goleador con 17 anotaciones, Edgar Gualdron y Carlos Santofimio fueron los mejores arqueros del torneo con solo 6 goles en contra, 2 años más tarde Colombia obtendría otro título importante en el primer Torneo de Exhibición en los Juegos Mundiales de 2013 de nuevo como anfitrión y logrando Camilo Gómez el título de goleador con 10 tantos, a esto se suma el primer título Sudamericano en diciembre de 2014 de nuevo con Pinilla como máxima figura y la promoción de varios juveniles destacados.

Actualidad en Colombia:

La gran cantidad de logros de Colombia en los últimos años en esta disciplina se debe en gran parte a la destacada gestión de Fecofutsalón y al hecho que desde 2009 cuenta con su propio certamen profesional, siendo uno de los más competitivos e importantes del continente y que permite el desarrollo del fustal AMF en el país, además de la participación de los miembros de la selección mayor y juvenil.

Tras ganar el Campeonato Sudamericano de Fútbol de Salón 2014, Colombia se convirtió en el primer país del planeta, y único hasta ahora, en ganar todas las competencias posibles en la categoría mayores organizadas por la AMF (antes FIFUSA), la Panafutsal y la CSFS, siendo la única asignatura pendiente el Mundial Juvenil donde obtuvo el tercer lugar en la primera edición.

En 2015 la Selección obtiene su segundo título mundial consecutivo y el tercero en la historia, venciendo a la otra potencia mundial del deporte; Paraguay por goleada de 4-0, un hecho realmente destacado ya que el torneo se disputo después de muchos años en suelo europeo siendo Bielorrusia el organizador, de esta forma se ratificó al país cafetero como auténtico líder mundial en Fútbol de Salón.

Concepto de juego:

Es un deporte colectivo muy parecido al fútbol, presentando diferencias con respecto al terreno de juego, medidas de la cancha, medidas de la portería, peso y tamaño del balón y algunas reglas de juego. Se juega entre dos equipos de 5 jugadores cada uno.

El objetivo del juego es introducir el balón en la portería del contrario (esto se llama anotar un Gol o un tanto), y evitar que el contrario obtenga el balón y lo introduzca en tu portería. El equipo que haya marcado el mayor número de goles durante un partido será el ganador. Si ambos equipos marcan el mismo número de goles o no marcan ninguno, el partido terminará en empate.

Dentro de la cancha el portero es el único jugador que puede tocar el balón con sus manos, en su área de meta. El resto de los jugadores juegan con sus pies e incluso pueden tocar el balón con cualquier parte del cuerpo excepto los brazos y manos.

El terreno de juego deberá ser de asfalto, madera o cemento pulimentado, sin declive ni resbaladizo.

Reglas Básicas:

Campo de juego: El terreno deberá ser rectangular, siendo su largo entre 28 y 40 m (36 y 40 m para partidos internacionales), y su ancho entre 16 y 20m (18 y 20 m para partidos internacionales). La superficie de juego deberá ser lisa, libre de asperezas y no abrasiva; se recomienda que la superficie sea de madera, material sintético o calcáreo. Deberá evitarse el uso de hormigón o alquitrán.

Área penal: El área penal, situada a ambos extremos del campo de juego, se demarcará de la siguiente manera:

Se trazará dos líneas imaginarias de 6 metros de longitud desde el exterior de cada poste de meta y perpendiculares a la línea de meta; al final de estas líneas se trazará un cuadrante en dirección al lateral más cercano que tendrá un radio de 6 mts, cada uno, desde el exterior del poste. La parte superior de cada cuadrante se unirá mediante una línea de 3 mts y 16 cm. De longitud, paralela a la línea de meta entre los postes.

Punto penal: Se dibujará un punto de 10 cm. De diámetro a 6 mts. De distancia del punto medio de la línea entre los postes y equidistante de éstos.

Segundo punto penal: Se dibujará un segundo punto de 10 cm. De diámetro a 9 mts. De distancia del punto medio de la línea entre los postes y equidistante de éstos.

Número de jugadores: Cada equipo se compondrá de cinco jugadores en el campo de juego, incluyendo al portero y uno de ellos ejercerá la función de capitán. No se podrá iniciar un juego sin que los equipos presenten un mínimo de cuatro jugadores, tampoco proseguirá el mismo si alguno de ellos quedara reducido a menos de esa cantidad, en cuyo caso el Árbitro dará por finalizado el juego. Cada equipo podrá inscribir un máximo de 12 (doce) jugadores en el acta de juego, de los cuales cinco comenzarán y los restantes permanecerán sentados en el banco de suplentes junto a los integrantes del cuerpo técnico debidamente autorizados e identificados. Cada equipo podrá efectuar cambios y sustituciones de jugadores en número ilimitado estando el juego interrumpido, previo aviso al anotador, sin mediar ninguna otra acción o demora por este hecho. El jugador sustituido podrá volver al campo de juego mediante una posterior sustitución. El jugador expulsado durante el juego podrá ser sustituido y no deberá permanecer en el banco.

Duración: Cuarenta (40) minutos cronometrados de juego efectivo, dividido en 2 (dos) periodos iguales de 20 (veinte) minutos con un descanso de 10 (diez) minutos entre ambos.

Tiempo muerto: Los equipos tendrán derecho a solicitar 1 (un) minuto de tiempo muerto en cada uno de los períodos, respetando las siguientes disposiciones:

• Los técnicos de los equipos estarán autorizados a solicitar 1 (un) minuto de tiempo muerto al anotador.

• El anotador concederá el tiempo muerto cuando el balón esté fuera del juego, utilizando un silbato o una señal acústica diferente de la usada por los árbitros.

Sustituciones de jugadores: Cada equipo podrá efectuar cambios y sustituciones de jugadores en número ilimitado estando el juego interrumpido, previo aviso al anotador, sin mediar ninguna otra acción o demora por este hecho. El jugador sustituido podrá volver al campo de juego mediante una posterior sustitución.

El balón estará fuera de juego si:

• Traspasa completamente una línea lateral o de meta, ya sea por tierra o por aire.

• El juego se detiene por orden del árbitro.

• Golpea el techo.

El gol: Se marcará gol cuando el balón traspase totalmente la línea de meta entre los postes y por debajo del travesaño sin que éste haya sido llevado, lanzado o golpeado intencionadamente con la mano o el brazo por cualquier jugador del equipo atacante, incluido el arquero y siempre que el equipo no haya contravenido previamente estas Reglas.

Tiro libre directo: Será concedido al equipo adversario si un jugador comete una de las siguientes faltas de una manera tal que el árbitro juzgue imprudente, temeraria o con el uso de fuerza excesiva:

1. Dar o intentar dar un puntapié al adversario.

2. Hacer zancadillas al adversario ya sea mediante las piernas o deteniéndose delante o detrás suyo.

3. Saltar o abalanzarse sobre el adversario.

4. Cargar al adversario por detrás, salvo que éste obstruya o dificulte la jugada.

5. Cargar al adversario de manera violenta o peligrosa.

6. Agredir o intentar agredir, salivar o insultar al adversario.

7. Sujetar al adversario con las manos o impedirle la acción con cualquier parte del brazo o piernas.

8. Empujar al adversario con las manos o los brazos.

9. Disputar el balón frontal o lateralmente al adversario llegándole con la plantilla de uno o ambos pies en "plancha" para impedirle su acción.

10. Tocar, desviar, sostener o impulsar el balón con la mano o el brazo, intencionalmente, excluyendo al arquero ubicado en su área de meta.

11. Cargar o impedir el libre desplazamiento del arquero dentro de su área de meta.

12. Intervención del arquero más allá de la línea del medio campo caracterizándose su participación por el momento y punto exacto en que toca el balón, al jugador adversario, participando en cualquier acción o posibilidad de acción que impida el avance de una jugada adversaria.

13. Interponerse bruscamente entre el balón y un jugador adversario para impedir su normal desplazamiento, y obstaculizar intencionalmente la visión del adversario para evitar sus evoluciones.

Tiro penal: Se concederá un tiro libre penal si un jugador cometiera falta personal dentro del área de meta, independientemente de la posición del balón y siempre que éste se halle en juego.

Faltas Técnicas: Se sancionará con un lanzamiento lateral desde el sitio más cercano al lugar donde ocurrió la infracción.

1. El arquero que demorara más de cinco segundos la reposición del balón al juego, una vez que el mismo estuviera controlado y en condiciones de ser jugado.

2. El jugador que pisara o inmovilizara el balón con los pies contra el suelo durante más de cinco segundos, impidiendo que sea jugado libremente.

3. El jugador que impidiera una jugada sujetando o atenazando el balón con los pies, pierna o con el cuerpo, contra el suelo impidiendo que pueda ser jugado libremente, salvo el arquero, estando caído en su propia área para defender su arco.

4. El jugador que haya pateado un tiro libre, penal, doble penal, saque inicial o que haya efectuado un lanzamiento, el cual haya sido devuelto por uno de los postes o el travesaño o haya pegado accidentalmente en uno de los Árbitros, no podrá tocarlo por segunda vez antes de que otro jugador lo haga.

5. El jugador que demorara más de cinco segundos la puesta en juego del balón en ejecución de cualquier tiro libre, de meta, de pena máxima, de lanzamiento lateral o de esquina, desde el momento que el Arbitro da la orden para su ejecución. (En el tiro inicial la demora de los 5 segundos no se considera falta técnica; en el lanzamiento de esquina si y se reinicia con lanzamiento lateral).

6. El jugador que, no estando debidamente uniformado, tocara el balón en juego.

7. El jugador que utilizara expresiones, movimiento de brazos para tratar de distraer o engañar al adversario o fingiendo ser compañero de equipo.

8. El arquero que recibiera, en reanudación o continuación de juego, un pase hecho por un compañero de equipo. El arquero al tener dominado el balón con los pies dentro del área no podrá tomarlo con las manos para continuar con la jugada (auto habilitación).

9. Si el arquero soltara o situará el balón en el suelo, inmóvil o rodando, intencionalmente, el mismo se hallará en juego para ser disputado o impulsado por cualquier jugador, no pudiendo el arquero jugarlo con los pies.

10. El equipo que demorase más de 15 (quince) segundos la posesión del balón en su medio campo.

11. El arquero que efectuara un lanzamiento de balón directamente más allá de la línea central, sin haber tocado su medio campo o a cualquier jugador situado en el mismo.

Sanciones Disciplinarias.

Falta sancionable con una amonestación: Un jugador será amonestado obligatoriamente y se le exhibirá tarjeta amarilla si comete alguna de las siguientes faltas:

1. Infringir persistentemente estas Reglas

2. Demostrar con palabras o gestos, disconformidad con las decisiones arbitrales.

3. Ser culpable de conducta antideportiva.

4. Abandonar deliberadamente el campo de juego sin el permiso del Árbitro.

5. Retrasar deliberadamente la reanudación del juego

6. No respetarla distancia reglamentaria en un saque de meta, lanzamiento lateral, lanzamiento de esquina, tiro libre o balón a tierra. (Saque de meta-fuera del área, lanzamiento lateral-esquina, balón a tierra un (1) mt y tiro libre con barrera tres (3) mts).

7. Entrar o volverá entrar en el terreno de juego sin el permiso del Árbitro, o contravenir el procedimiento de sustitución.

8. Por mano intencional.

9. Intervención del arquero más allá de su medio campo.

10. Los integrantes del cuerpo técnico serán amonestados de la misma manera que las anteriores si:

11. Entraran al campo de juego, para instruir o increpar a los jugadores, incluso a auxiliarles, sin autorización arbitral.

12. Se dirigieran inadecuadamente a los árbitros, anotador y/o cronometrador, a sus adversarios o al público.

13. Recomendaran visiblemente a sus jugadores la práctica de juego desleal o antideportivo.

Faltas acumulables y tiros libres: Se considerarán como faltas acumulables todas las acciones tipificadas como faltas personales.

1. En la ejecución del tiro libre ningún jugador adversario podrá aproximarse a menos de tres metros del balón hasta que el mismo esté en juego, tampoco obstaculizará o interrumpirá la trayectoria del jugador que lo va a ejecutar.

2. Cada equipo podrá incurrir hasta en 5 (cinco) faltas acumulables, en cada periodo de juego, conservando su derecho a la formación de barreras con jugadores, ante la ejecución de su adversario.

3. A partir de la sexta falta acumulable del equipo, las faltas personales se castigarán con un doble penal en cuya ejecución no se permitirá la formación de barrera al infractor ni la presencia de jugadores entre el arco del equipo penalizado y el balón situado inmóvil para dicha ejecución, salvo el arquero defensor. Se ejecutará obligatoriamente desde el segundo punto penal.

4. Cada atleta de un equipo podrá incurrir hasta en cinco faltas, una vez cumplidas inmediatamente será descalificado con la tarjeta azul además de aplicársela la sanción económica correspondiente a cada Confederación, Federación, Asociación Nacional afiliada a la AMF.

5. El anotador avisará obligatoriamente al banco respectivo a partir de la 4ª falta cometida por un mismo jugador. El anotador utilizará indicadores numerados del 1 al 5 los que irá levantando visiblemente a medida que los equipos cometan sus faltas acumulables.

6. En el caso de sancionarse la quinta falta acumulable a un jugador, el anotador avisará a los Árbitros de manera a proceder a la descalificación de este del campo de juego.

7. Al señalarse un tiro libre con derecho a formación de barrera, el Árbitro levantará su brazo para medir la distancia correspondiente de la barrera y, una vez formada, ordenará la ejecución de este.

8. En caso de prolongación de tiempo extra reglamentario, éste se entenderá como continuación del segundo período de juego, conservándose las condiciones técnicas en las que concluyó en cuanto a las faltas individuales, los tiempos muertos concedidos y las tarjetas exhibidas.

Características del jugador

Los jugadores de cada equipo cada uno tiene su función, al igual que ocurre en cualquier otro deporte, y por eso tienen su nombre concreto. Más exactamente estas podemos decir que son las posiciones habituales:

Portero: Al igual que en el fútbol, se trata del jugador que se encuentra bajo la portería y que tiene como misión evitar que los lanzamientos del balón del jugador rival se conviertan en gol. Organiza el equipo, es el único jugador que ve el campo completo y puede corregir a sus

jugadores por si les ganan alguna posición. El portero realiza jugadas al igual que sus compañeros llamadas salidas de presión.

Debe ser veloz, en desplazamientos cortos y en movimientos segmentarios (piernas y brazos), la velocidad de reacción, gestual y de desplazamiento como jugador de campo, son fundamentales para realizar acciones eficaces en múltiples situaciones de juego.

Debe ser un líder para el equipo, un eje de comunicación entre el banquillo y el campo, templado y equilibrado, pero con carácter, muy concentrado en sus acciones, debe poseer un alto grado de anticipación, tener una autoestima alta, la presión debe ser su aliada y no su adversaria.

Debe dominar la técnica específica defensiva de su puesto en el campo, así como determinadas acciones básicas del jugador de campo, la primera para evitar el gol y las segundas para ser el iniciador del ataque y posible integrante del mismo.

Pivote: Este es el jugador de máxima responsabilidad en la marca. Su trabajo es principalmente la defensa, debe marcar al libero, cerrar espacios y llegar a su zona defensiva si el balón pasa a esta zona. En las jugadas de balón detenido, es su responsabilidad marcar al pivote por delante. Se coloca en el punto penal del equipo contrario.

El pivote es el jugador más próximo a la portería contraria para meter gol lo que sería en fútbol 11 el delantero. El pivote normalmente suele ser el jugador más grande del equipo, se caracteriza por su juego de espalda para que le llegue ayuda para intentar marca gol y predomina su juego rematador y finalizador.

Libero: Tiene la responsabilidad de marcar al pivote, anticipar cualquier balón que ingrese a su posición, evitar los remates desde la zona defensiva. Se coloca normalmente frente a su área de meta, un poco atrás de sus demás compañeros, debe saber cubrir la espalda de los compañeros y moverse en los diferentes espacios que se presenten. Se ubica por delante del portero como base de la línea de tres jugadores al ataque y último jugador de campo a la defensiva. Este jugador suele ser el que mueve mucho el juego, y es uno de los jugadores, después del portero, que debe organizar al equipo.

Laterales: Su función es marcar a los laterales, cerrar espacios por dentro, por fuera, atrás y prever cualquier balón que ingrese a su posición. Son los jugadores que están más pegados a las bandas para abrir o ensanchar el campo estos jugadores son caracterizados por la velocidad por eso juegan en las bandas y depende de la colocación que quiera el entrenador

juegan arriba con el pivote o abajo con el cierre por ejemplo formando un rombo con tres atrás y el pivote arriba 1-3-1 o formando un rombo con uno atrás y tres arriba 1-1-3 los laterales tienen que defender y atacar casi al mismo tiempo bien es cierto que en el fútbol de salón defienden y atacan todos pero los laterales más aún. Son jugadores que realizan el juego de cara a la portería contraria y su gran faceta son los contrataques gracias a su velocidad.

TEMAS Y CONTENIDOS

Contenidos por nivel, Futbol de Salón

Los contenidos de la escuela de formación están orientados según la edad del niño, debido a que es importante que se determine una progresividad del deporte teniendo en cuenta en cada una de estas algunas relevancias que hará que el niño se desempeñe y desarrolle de la mejor manera posible.

Nivel de Iniciación 6 a 8 años

1. **contenidos Físicos**

    - Flexibilidad
    - Capacidad aeróbica
    - Velocidad
    - Fuerza
    - juegos predeportivos
    - juegos cooperativos
    - juegos recreativos
    - habilidades motoras de base

2. **Contenidos Técnicos**

    - Esquema corporal
    - Estructura espacio – temporal
    - Coordinación
    - Equilibrio
    - Lateralidad

- Componentes técnicos
- Memoria motriz

3. **Contenidos Tácticos**

- atacar
- Defender
- Estructura de juego
- Defensivos, ofensivos, generales

4. **Contenidos Psicológicos**

- Motivación
- Respeto
- Superación
- Aceptación social
- Integración
- Interacción
- Solidaridad
- Auto corrección

5. **Contenidos Teóricos**

- Normas de juego
- Reglas del deporte
- Conceptualización del deporte
- Historia del deporte
- Acato de órdenes y reglas

Nivel de Fundamentación 9 a 12 años

1. **Contenidos Físicos**

- Flexibilidad

- Capacidad aeróbica
- Líneas energéticas
- Velocidad
- Fuerza
- Condición física
- Preparación física
- Resistencia
- Resistencia a la fuerza
- Equilibrio
- Juegos recreativos

2. Contenidos Técnicos

- Esquema corporal
- Estructura espacio – temporal
- Coordinación
- Equilibrio
- Lateralidad
- Memoria motriz
- Fundamentos técnicos del futbol (control, pase, driblin, remate, recepción)

3. Contenidos Tácticos

- atacar
- defender
- principios tácticos de base (generales- defensivos- ofensivos)
- principios básicos de juego
- estrategias de juego

4. Contenidos Psicológicos

- Motivación

- concentración
- valores
- Superación personal
- Aceptación social
- Auto cuidado
- Hábitos de vida saludable

5. **Contenidos Teóricos**

- Normas de juego adaptado
- Reglamentos
- Teoría fundamentos técnicos
- Conceptos tácticos
- Conceptualización

<u>Nivel de Perfeccionamiento 13 a 17 años</u>

1. **Contenidos Físicos**

- Capacidades físicas
- Capacidad aeróbica
- Capacidad anaeróbica
- Preparación, condición física
- Cargas
- Trabajos aeróbicos y anaeróbicos

2. **Contenidos Técnicos**

- Esquema corporal
- Estructura espacio – temporal
- Coordinación
- Equilibrio
- Lateralidad

- Memoria motriz
- Fundamentos técnicos del futbol (control, pase, driblin, remate)

3. Contenidos Tácticos

- atacar
- defender
- principios tácticos de evolución (movilidad- control, penetración, improvisación)
- posiciones en el terreno de juego
- conceptos de ataque y defensa
- estructuras de juego

4. Contenidos Psicológicos

- Motivación
- valores
- Superación personal
- Aceptación social
- Auto cuidado
- Respeto por diferencia de genero
- Motivación
- concentración

5. Contenidos Teóricos

- Normas de juego adaptado
- Reglamentos
- Teoría fundamentos técnicos
- Teoría de fundamentos tácticos
- Motivación

ESTRUCTURA POR NIVELES

Iniciación, Fundamentación y Perfeccionamiento

En términos generales la escuela de formación funcionara NNA entre seis (6) y diecisiete (17) años, ajustándose a las características propias del deporte de futbol de salón.

- Tendremos los niveles de iniciación cuyo proceso consiste en guiar, orientar, reforzar y mejorar el desarrollo motriz, las formas básicas del movimiento, los juegos predeportivos, desarrollo de capacidades físicas, recreación y actividades lúdicas entre otras actividades de carácter formativo. Se guiará a estos alumnos con valores y principios para encaminar y enfocar estas nuevas generaciones.
- El Segundo Nivel está enmarcado en los aspectos de fundamentación deportiva, donde se les enseñaran los elementos básicos del mini deporte, la reglamentación, el trabajo en equipo, la táctica de juego, el acondicionamiento físico, es donde nos enfocaremos a encaminar al deportista a sus posiciones a reforzar sus falencias a llevarlos al área competitiva y la integración con otros grupos de entrenamiento de la disciplina, así como también la participación en eventos.
- El Tercer Nivel estará enmarcado en el perfeccionamiento de cada uno de los elementos aprendidos y vivenciados en las fases anteriores, en este nivel nos enfocaremos en reforzar los aspectos tácticos del deporte en la explotación de sus habilidades en la potenciación de sus actitudes físicas y de resistencia para garantizar un alumno o deportista con condiciones óptimas y futuras hacia la competencia o el profesionalismo.

MEDOTOLOGIA

1. La sesión de entrenamiento

La sesión de entrenamiento es la unidad funcional de la programación, es el elemento a partir del cual el programa y los objetivos se ponen de manifiesto en la práctica real. En ella se realiza el proceso de enseñanza-aprendizaje o de entrenamiento, según el nivel o categoría.
Se compone de una sucesión de cargas con intervalos de tiempo más o menos grandes de pausa. Se caracteriza por:

- Ser el resultado final de la programación.
- Contener unos objetivos y contenidos de trabajo concretos.
- Debe tener una estructura de trabajo dividida en fases: parte inicial, parte principal y parte final.

2. Elementos de la sesión de entrenamiento

Los jugadores: son quienes reciben los contenidos que se imparten en la sesión, que en función de las siguientes variables la modificaran: edad, sexo, número, nivel o categoría, etc.
El formador: es quien organiza y dirige todas las tareas. Su experiencia hace única cada sesión de entrenamiento.
Los objetivos: en cada sesión debe haber un objetivo o más concreto/s (objetivo/s didáctico/s) que se debería conseguir mediante las tareas adecuadas al mismo.
La motivación: el interés de los jugadores, juntamente con el entrenador marcarán la consecución de los objetivos.
El material: saber qué material y cuánto se necesitará para la sesión de entrenamiento con antelación, nos evitará pérdidas de tiempo durante la misma. El material debe ser adecuado a los contenidos y a las tareas, cuánto más material y variado tengamos disponible, mayor fluidez tendrá la sucesión de tareas o ejercicios y ayudará a la consecución de los objetivos.
El tiempo: debemos estructurar la sesión repartiendo el tiempo total entre las tres partes de que consta la sesión de entrenamiento y así obtener el mayor tiempo útil y minimizar tiempos de transición buscando el material, informaciones largas, etc.
Estilos de enseñanza: son las formas de organizar la ejecución de los contenidos. Estos estilos están muy relacionados con la organización y el control del grupo, con las tareas previstas y por su puesto con los objetivos.

3. Fases para construir una sesión de entrenamiento

Los pasos para seguir para construir una sesión de entrenamiento son los siguientes:

- Conocer a los jugadores.
- Saber la disposición de la instalación.
- Establecer uno o varios objetivos didácticos.
- Seleccionar las tareas, ejercicios o actividades a realizar.
- Ordenar las tareas, ejercicios o actividades que pretendemos realizar.

- Escoger el estilo de enseñanza.
- Organizar el grupo en cada momento de la sesión.
- Determinar las instalaciones y el material que se empleará.

4. Partes de la sesión

Podemos diferenciar tres partes:

- Parte inicial o de adaptación.
- Parte central o de consecución de los objetivos.
- Parte final o vuelta a la calma.

Parte inicial: se compone de dar la información adecuada y los más breve posible de qué se va a realizar En dicha sesión (los aspectos más significativos), pasar lista (si se cree necesario), y pasar al calentamiento para conseguir una adaptación física (básicamente motriz), y psicológica (motivar y centrar a los jugadores), para actividades posteriores.

Parte central: es la parte más importante de la sesión, por ello se dedicará más tiempo. Se llevan a término todas las tareas, ejercicios o actividades que se han elaborado con antelación y que siguen una progresión establecida para lograr los objetivos didácticos previstos.

Parte final: es la parte donde se prepara al organismo para volver a un estado normal después del esfuerzo realizado durante toda la sesión y se empieza, mediante una serie de ejercicios, la fase de recuperación del organismo para afrontar al día siguiente una nueva sesión de entrenamiento.

CONTROL SEGUIMENTO Y EVALUACION

Se realizará pruebas físicas y test a cada uno de los participantes de nuestra escuela de formación de futbol de salón.

En el programa de futbol de salón en la fase de iniciación se tendrán en cuenta los siguientes aspectos para evaluar el proceso;

1. Se evaluará el buen uso de los elementos de seguridad para cada una de las sesiones.
2. Se hará seguimientos a los resultados de los festivales de habilidades motrices para evaluar su evolución.
3. Se hará el seguimiento a las recomendaciones de nutrición, hidratación y recuperación dadas para cada sesión.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Fecha	Actividad
Dia 25/07/2022	Se realizará una reunión con los padres de familia y NNA que vayan a pertenecer a la escuela de formación de futbol de salón en la vereda San José.
Tercera semana de Agosto	Se realizarán las pruebas físicas y antropométricas.
3/09/2022	Se realizará encuentro deportivo entre las escuelas del carmelo, san isidro bajo, San José y Ubalá centro
1/10/2022	Se realizarán caminatas de conservación del medio ambiente en la zona veredal de donde se realizan los entrenamientos.
Tercera semana de noviembre	Se realizarán las pruebas físicas y antropométricas.
Primera semana de diciembre	Campeonato entre los participantes de las escuelas de formación de la vereda de San José.
10/12/2022	Se realizará encuentros deportivos con las escuelas de formación de los diferentes municipios de la región del Guavio.
23/12/2022	Se llevará a cabo una integración familiar con todos los participantes de la escuela de formación, padres y deportistas.

METAS

- Recrear y divertir los niños enfocándolos al deporte
- Desarrollar y mejorar sus capacidades motrices
- Mejorar su calidad de vida por medio del deporte
- Direccionar nuestros jóvenes a buenos hábitos de vida
- Formar deportistas de alto rendimiento
- Engrandecer el nivel deportivo de nuestro departamento
- Brindar buenas bases que sirva a nuestros jóvenes a ver el deporte como una alternativa de vida.
- Repotenciar sus cualidades y habilidades en el futbol de salón
- Inculcar y reforzar buenos valores y principios para forman persona de bien para nuestra sociedad.



MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA
PROFESIONAL EN CULTURA FISICA Y DEPORTE
C.C 80214700
FORMADOR DEPORTIVO DE FUTBOL DE SALON
TEL: 3104064881
UBALÁ CUNDINAMRACA

ANEXO 3 OBLIGACIÓN 2



"INDEPORTES CUNDINAMARCA"
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA
MALLA PEDAGOGICA
MUNICIPIO: UBALÁ CUNDINAMARCA
FORMADOR: MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA

NIVEL INICIACIÒN

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
FUTBOL DE SALÓN	INICIACION	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	CAPAZ DE RETENER Y TRASMITIR CONCEPTOS O MOVIMIENTOS
						RITMO	DEBE SER CAPAZ DE ALTERNAR UNA SERIE DE MOVIMIENTOS
						EQUILIBRIO	RECONOCE SU BASE DE SUSTENTACION Y PUNTO DE APOYO
						ORIENTACION	POSEE ACCION DE SUS MOVIMIENTOS EN DISTINTAS DIRECCIONES
						DIFERENCIACION	CAPAZ DE DIFERENCIAR ENTRE DISTINTOS MOVIMIENTOS
						REACCIÓN	ES CAPAZ DE RESPONDER A UN ESTIMULO
						ADAPTACIÓN	PROPONE ADECUACIONES A SU ESPACIO O A SU SER DEPENDIENDO DE LA CIRCUNSTANCIA
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	MANTIENE UNA POSTURA CORRECTA Y COORDINACION DE SU TREN INFERIOR
						CORRER	AUMENTO DE LA LOCOMOCION DE SU TREN INFERIOR
						SALTAR	POSEE ESTABILIDAD Y FUERZA EN SU TREN INFERIOR
						ATRAPAR	POSEE UNA CORRDINACION OCULO MANUAL
						RODAR	CAPAZ DE UTILIZAR SU CUERPO COMO MEDIO DE TRASNPORTE EN DIFRESNTES ACCIONES
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	ESTATICA	RECONOCE EL APOYO DE SU FUERZA CONTRA UN OBJETO INAMOVIBLE
						DINAMICA	CAPAZ DE DESPLAZAR UNA MAXIMA CARGA A TRAVEZ DE UN RECORRIDO COMPLETO
						MAXIMA	CAPAZ DE RECONOCER CUANDO SUS MUSCULOS PRODEUCEN UNA TENSION
						EXPLOSIVA	RECONOCE CUANDO USA TODA SU FUERZA EN PRO DE UNA ACCION
				2	RESISTENCIA	AEROBICA	IDENTIFICA LA INTENSIDAD LEVE EN LARGOS TIEMPOS
						ANAEROBICA	IDENTIFICA LA INTENSIDAD ALTA EN PERIODOS CORTOS DE TIEMPO
				3	VELOCIDAD	DESPLAZAMIENTO	RECONOCE DISTANCIAS LARGAS Y CORTAS Y LAS EJECUTA EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE
						REACCION	CAPACIDAD DE ESTAR COCENTRADO ANTE CUALQUIER TIPO DE ESTIMULO PARA LUEGO EJECUTAR EL MOVIMIENTO
						GESTUAL	CAPAZ DE REALIZAR MOVIMIENTOS ASILADOS O SEGMENTARIOS A MAXIMA VELOCIDAD
				4	FLEXIBILIDAD	ACTIVA	CAPAZ DE EFECTUAR MOVIMIENTOS EXTENSOS CAUSANDO UN POCO DE DOLOR
						PASIVA	CAPAZ DE EFECTUAR MOVIMIENTOS EXTENSOS SIN PRODUCIR DOLOR
		TECNICO	DESTREZAS	1	CONTROL	juegos de lanzamientos	ejecuta procesos de sensibilización con el elemento
						juegos de atrapar	permite la exploración para la ejecución del movimiento
						juegos de parejas o grupales	lanza y atrapa el balón de distintas maneras
						juegos pre deportivos	realiza controles de objetos lanzados a distancias cortas y largas
						juegos cooperativos	juega de manera libre con varios objetos
				2	PASE	interactúa con el elemento	reconoce al elemento como propio
						juegos recreativos con pelota	hace parte de los grupos en juego de pelota
						golpea del balón con dirección	determina cual es la potencia indicada para la ejecución del balón
						ejecuta por medio de parejas o grupos las acciones	consolida su pareja de trabajo para con el gesto
						ejecuta acciones con potencia	genera la potencia suficiente para el desarrollo del gesto
				3	REMATE	circuitos individuales	realiza golpeos al balón contra objetos estables
						ejercicios de pegada	interactúa con el elemento de manera directa
						ejercicios de sensibilización con el elemento	golpea, y patea en diferentes direcciones
						ejercicios de aplicación sobre el gesto	golpea objetos en determinado orden
						juegos con parejas	identifica con cual parte del pie golpea mejor
				4	CONDUCCION	conduce por medio de los circuitos	evita obstáculos sobre el terreno de juego
		TEORICO	CONOCIMIENTO	1	HISTORIA DEL DEPORTE	CARACTERIZACION	RECONOCE LAS DIFERENCIA DEL DEPORTE A LA DE LOS DEMAS
						ORIGEN	TIENE CONCIENCIA E IDENTIFICA LOS ORIGENES DEL DEPORTE
						CONCEPTUALIZACION	RECONOCE LOS CONCEPTOS Y LOS INDIVIDUALIZA
				2	REGLAMENTACION	CONDUCTAS	MANTIENE CONDUCTAS ADECUADAS EN E DEPORTE
						FALTAS	POSEE CLARIDAD ENCON LOS GRADOS DE FALTA
						SANCIONES	POSEE E IDENTIFICA LAS SANCIONES DE ACUERO A LA FALTA COMETIDA
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	ETICA DEPORTIVA	CAPAZ DE PROVEER UN ESPACIO DE COVIVENCIA DEPORTIVA GARANTIZADA
						ACEPTACION GRUPAL	POSEE ESPACIOS AGRADABLES PARA TODOS LOS INTEGRANTES DEL GRUPO
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	RESPETO	SE MANIFIESTA ANTE EL DOCENTE Y EL GRUPO DE MANERA COORDIAL
						EQUIDAD	IDENTIFICA SUS CONDICIONES Y AYUDA A MEJORAR LAS CONDICIONES DE LOS DEMAS
						COMPAÑERISMO	PREVEE AL GRUPO DE LIDERAZGO
						COOPERATIVISMO	PROMUEVE EL TRABAJO EN EQUIPO Y LA PARTICIPACION EN EL GRUPO
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	GOZA DE ELEMTNOS DE ASEO PERSONALES
						ALIMENTACIÓN	INGESTA DE LA APORPIADA ALIMENTACION EN SUSHORARIOS CORRESPONDIENTES
						PRESENTACION PERSONAL	POSEE LA UNIFORMIDAD ADECUADA EN LA SESION DE CLASE
						DESCANSO Y SUEÑO	PERMITE AL CUERPO TENER LA SUFICIENTE ENERGIA, DEBIDO A SU BUEN DESCANSO
						EJERCICIO FISICO	REALIZA EJERCICIO DE ACUERDO A SUS POSIBLES CONDICIONES FISICAS Y SU EDAD EN DESARROLLO
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	SE SUPERA PESE A LA CIRCUNSTANCIA
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	TRASIENDE Y PROGRESA DE ACUERDO A SU CONDICION FISICA
						SUPERACION	NOSE FRUSTRA ANTE LA CIRCUNSTANCIA
						ESTIMULO	POSEE UNA MOTIVACION ADICIONAL QUE LO IMPULSA A SUPERARSE
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	ATIENDE A LAS OBSERVACIONES DEL DOCENTE
						GESTIONAR	RECONOCE LAS EMOCIONES QUE SIENTE DEPENDIENDO DE LA CIRCUNSTANCIA
						PERCIBIR	CAPAZ DE RECONOCER SU ACTITUD FRENTE A LAS EMOCIONES
						EXPRESAR	DEPENDE DE SU ESTADO DE ANIMO Y SU FORMA DE EXPRESION
						COMPRENDER	UTILIZA SU LIDERAZGO PARA INTENTAR TRASMITIRLO A LOS DEMAS
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	COOPERATIVOS	SE INTEGRA CON SU GRUPO DE TRABAJO
						SIMBOLOGISMO	PRACTICA NUEVAS TENDENCIAS DEPORTIVAS GRUPALES
						COMUNICACIÓN	CAPAZ DE SER RESPETUOSO CON SU GRUPO
						PRE DEPORTIVOS	RECONOCE LAS REGLAS DE LOS DISTINTOS JUEGOS
				2	JUEGOS TRADICIONALES	AUTOCTONOS	IDENTIFICA CUALE SON LOS JUEGOS DE SU REGION
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	VISUALES	SE COMUNICA POR MEDIO DE LA ESTETICA
						LITERARIAS	INTERPRETA LOS DISTINTOS CONTENIDOS LITERARIOS
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	MOTRICIDA GRUESA	CAPAZ DE REALIZAR MOVIMIENTOS CONTODO SU CUERPO O ALGUNAS EXTREMIDADES
						MOTRICIDAD FINA	CAPAZ DE REALIZAR MOVIMIENTOS CON PRECISION
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	INTERACCION	CAPAZ DE INTERACTUAR ENTRE UNO O MAS INDIVIDUOS
						INTEGRACION	CAPAZ DE INTEGRARSE CON UN GRUPO DIFERENTE AL COMUN DE TRABJO

FIRMA: Miller Ruiz



"INDEPORTES CUNDINAMARCA"
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA
MALLA PEDAGOGICA
MUICIPIO: UBALÁ CUNDINAMARCA
FORMADOR: MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA

NIVEL FUNDAMENTACION

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
FUTBOL DE SALÓN	FUNDAMENTACIÒN	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	CAPAZ DE RETENER Y TRASMITIR CONCEPTOS O MOVIMIENTOS
						RITMO	DEBE SER CAPAZ DE ALTERNAR UNA SERIE DE MOVIMIENTOS
						EQUILIBRIO	RECONOCE SU BASE DE SUSTENTACION Y PUNTO DE APOYO
						ORIENTACION	POSEE ACCION DE SUS MOVIMIENTOS EN DISTINTAS DIRECCIONES
						DIFERENCIACION	CAPAZ DE DIFERENCIAR ENTRE DISTINTAS MOVIMIENTOS
						REACCIÓN	ES CAPAZ DE RESPONDER A UN ESTIMULO
						ADAPTACIÓN	PROPONE ADECUACIONES A SU ESPACIO O A SU SER DEPENDIENDO DE LA CIRCUNSTANCIA
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	MANTIENE UNA POSTURA CORRECTA Y COORDINACION DE SU TREN INFERIOR
						CORRER	AUMENTO DE LA LOCOMOCION DE SU TREN INFERIOR
						SALTAR	POSEE ESTABILIDAD Y FUERZA EN SU TREN INFERIOR
						ATRAPAR	POSEE UNA CORRDINACION OCULO MANUAL
						RODAR	CAPAZ DE UTILIZAR SU CUERPO COMO MEDIO DE TRASNPORTE EN DIFRESNTES ACCIONES
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	ESTATICA	RECONOCE EL APOYO DE SU FUERZA CONTRA UN OBJETO INAMOVIBLE
						DINAMICA	CAPAZ DE DESPLAZAR UNA MAXIMA CARGA A TRAVEZ DE UN RECORRIDO COMPLETO
						MAXIMA	CAPAZ DE RECONOCER CUANDO SUS MUSCULOS PRODEUCEN UNA TENSION
						EXPLOSIVA	RECONOCE CUANDO USA TODA SU FUERZA EN PRO DE UNA ACCION
				2	RESISTENCIA	AEROBICA	IDENTIFICA LA INTENSIDAD LEVE EN LARGOS TIEMPOS
						ANAEROBICA	IDENTIFICA LA INTENSIDAD ALTA EN PERIODOS CORTOS DE TIEMPO
				3	VELOCIDAD	DESPLAZAMIENTO	RECONOCE DISTANCIAS LARGAS Y CORTAS Y LAS EJECUTA EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE
						REACCION	CAPACIDAD DE ESTAR COCENTRADO ANTE CUALQUIER TIPO DE ESTIMULO PARA LUEGO EJECUTAR EL MOVIMIENTO
						GESTUAL	CAPAZ DE REALIZAR MOVIMIENTOS ASILADOS O SEGMENTARIOS A MAXIMA VELOCIDAD
				4	FLEXIBILIDAD	ACTIVA	CAPAZ DE EFECTUAR MOVIMIENTOS EXTENSOS CAUSANDO UN POCO DE DOLOR
						PASIVA	CAPAZ DE EFECTUAR MOVIMIENTOS EXTENSOS SIN PRODUCIR DOLOR
		TECNICO	DESTREZAS	1	PASE	pases entre tríos	efectúa pases de manera asertiva con sus compañeros
						sucesión de pases	es capaz de realizar una determinada sucesión de pases sin equivocarse
						rondo, o bobito	dirige pases en distintas direcciones con eficacia
						dinámica de conducción y pase	permite la culminación de la jugada gracias a su visión periférica
						pases continuos	sucesión de pases sin perder el control del balón
				2	CONDUCCION	cruzar el bloque de conos	se permite conducir sobre un campo de obstáculos
						mete y corre	ubica espacios libres en el terreno de juego
						sorteando conos	es capaz de evitar los obstáculos utilizando las superficies de contacto
						corre que te persiguen	es capaz de transportar el balón, con un estimulo adverso
				3	REMATE	pases y tiro a puerta	efectúa el golpe de primera intención
						carrera y tiro a puerta	logra efectuar el tiro a puerta en medio de una alteración en su posición inicial
						paredes y tiro a puerta	identifica la condición del golpe y del tiro mas asertivo
						tiro a puerta con obstáculos	ubica el balón, y ejecuta la función del golpeo del balón
						control de aire y remate	espera la oportunidad para golpear el balón, tomando la distancia y tiempo correcto
				4	CONTROL	juegos pre deportivos	se enfoca en la situación presentada y la asimila
						circuitos	reconoce la importancia del circuito y de sus posibilidades para mejorar su gesto técnico
						cambios de orientación	logra efectuar cambios constantes del balón desde su posición
						dinámica de cambios de orientación	efectuar cambios en carrera desde diferentes costados del terreno de juego
						controles de aire	reconoce las superficies de contacto para mantener el balón
		TEORICO	CONOCIMIENTO	1	HISTORIA DEL DEPORTE	CARACTERIZACION	RECONOCE LAS DIFERENCIA DEL DEPORTE A LA DE LOS DEMAS
						ORIGEN	TIENE CONCIENCIA E IDENTIFICA LOS ORIGENES DEL DEPORTE
						CONCEPTUALIZACION	RECONOCE LOS CONCEPTOS Y LOS INDIVIDUALIZA
				2	REGLAMENTACION	CONDUCTAS	MANTIENE CONDUCTAS ADECUADAS EN E DEPORTE
						FALTAS	POSEE CLARIDAD ENCON LOS GRADOS DE FALTA
						SANCIONES	POSEE E IDENTIFICA LAS SANCIONES DE ACUERO A LA FALTA COMETIDA
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	ETICA DEPORTIVA	CAPAZ DE PROVEER UN ESPACIO DE COVIVENCIA DEPORTIVA GARANTIZADA
						ACEPTACION GRUPAL	POSEE ESPACIOS AGRADABLES PARA TODOS LOS INTEGRANTES DEL GRUPO
						CUIDADO DE SU CONTENIDO	MANIFIETA INTEREZ POR SU DISCIPLINA
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	COMPANERISMO	se destaca por su buena conducta en la sesiones de clase y con los demás
						RESPETO POR LA OPINION	respeta la opinión de los demás y opina con apropiación y criterio
						BUENA CONDUCTA	manifiesta acciones lógicas positivas de su conducta
						RELACIONES SOCIALES	conoce los estados de animo de los demás
						ACTITUD POSITIVA	es capaz de actuar de manera positiva frente a situaciones no tolerantes
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	RECONOCE LA IMPORTANCIA DE MANTENER UN BUEN ASEO PERSONAL
						ALIMENTACIÓN	MANTINE UNA DIETA BALANCEADA
						PRESENTACION PERSONAL	UTILIZA LAS PRENDAS ACORDES A LA SESION DE CLASE
						DESCANSO Y SUEÑO	PRESENTA UNA BUENA DISCIPLINA DE DESCANSO
						EJERCICIO FISICO	CAPZA DE RECONOCER AL EJERCICIO COMO ESTILO DE VIDA
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	POSEE GRAN ACTITUD ANTE LA CIRCUNSTANCIA
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	SE SUPERA ANTE AS DIFICULTADES
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	EJECUTA Y ACTUA ACORDE A LAS ORDENES
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	SOSTIENE RELACIONES POSITIVAS EN EL GRUPO
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	COOPERATIVOS	SE INTEGRA CON SU GRUPO DE TRABAJO
						SIMBOLOGISMO	PRACTICA NUEVAS TENDENCIAS DEPORTIVAS GRUPALES
						COMUNICACIÓN	CAPAZ DE SER RESPETUOSO CON SU GRUPO
						PRE DEPORTIVOS	RECONOCE LAS REGLAS DE LOS DISTINTOS JUEGOS
				2	JUEGOS TRADICIONALES	AUTOCTONOS	IDENTIFICA CUALE SON LOS JUEGOS DE SU REGION
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	VISUALES	SE COMUNICA POR MEDIO DE LA ESTETICA
						PLASTICAS	SE MANIFIESTA POR MEDIO DE LA EXPRESION DE PINTURA
						SONORAS	RECONOCE LOS DISTINTOS TIPOS DE SONIDO Y ACTUA ANTE ELLOS
						LITERARIAS	INTERPRETA LOS DISTINTOS CONTENIDOS LITERARIOS
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	MOTRICIDA GRUESA	CAPAZ DE REALIZAR MOVIMIENTOS CONTODO SU CUERPO O ALGUNAS EXTREMIDADES
						MOTRICIDAD FINA	CAPAZ DE REALIZAR MOVIMIENTOS CON PRECISION
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	INTERACCION	CAPAZ DE INTERACTUAR ENTRE UNO O MAS INDIVIDUOS
						INTEGRACION	CAPAZ DE INTEGRARSE CON UN GRUPO DIFERENTE AL COMUN DE TRABJO

FIRMA: Miller Ruiz



"INDEPORTES CUNDINAMARCA"
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA
MALLA PEDAGOGICA
MUNICIPIO: UBALÁ CUNDINAMARCA
FORMADOR: MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

NIVEL PERFECCIONAMIENTO

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
FUTBOL DE SALÓN	PERFECCIONAMIENTO	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	CAPAZ DE RETENER Y TRASMITIR CONCEPTOS O MOVIMIENTOS
						RITMO	DEBE SER CAPAZ DE ALTERNAR UNA SERIE DE MOVIMIENTOS
						EQUILIBRIO	RECONOCE SU BASE DE SUSTENTACION Y PUNTO DE APOYO
						ORIENTACION	POSEE ACCION DE SUS MOVIMIENTOS EN DISTINTAS DIRECCIONES
						DIFERENCIACION	CAPAZ DE DIFERENCIAR ENTRE DISTINTAS MOVIMIENTOS
						REACCIÓN	ES CAPAZ DE RESPONDER A UN ESTIMULO
						ADAPTACIÓN	PROPONE ADECUACIONES A SU ESPACIO O A SU SER DEPENDIENDO DE LA CIRCUNSTANCIA
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	MANTIENE UNA POSTURA CORRECTA Y COORDINACION DE SU TREN INFERIOR
						CORRER	AUMENTO DE LA LOCOMOCION DE SU TREN INFERIOR
						SALTAR	POSEE ESTABILIDAD Y FUERZA EN SU TREN INFERIOR
						ATRAPAR	POSEE UNA CORRDINACION OCULO MANUAL
						RODAR	CAPAZ DE UTILIZAR SU CUERPO COMO MEDIO DE TRASNPORTE EN DIFRESNTES ACCIONES
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	ESTATICA	RECONOCE EL APOYO DE SU FUERZA CONTRA UN OBJETO INAMOVIBLE
						DINAMICA	CAPAZ DE DESPLAZAR UNA MAXIMA CARGA A TRAVEZ DE UN RECORRIDO COMPLETO
						MAXIMA	CAPAZ DE RECONOCER CUANDO SUS MUSCULOS PRODEUCEN UNA TENSION
						EXPLOSIVA	RECONOCE CUANDO USA TODA SU FUERZA EN PRO DE UNA ACCION
				2	RESISTENCIA	AEROBICA	IDENTIFICA LA INTENSIDAD LEVE EN LARGOS TIEMPOS
						ANAEROBICA	IDENTIFICA LA INTENSIDAD ALTA EN PERIODOS CORTOS DE TIEMPO
				3	VELOCIDAD	DESPLAZAMIENTO	RECONOCE DISTANCIAS LARGAS Y CORTAS Y LAS EJECUTA EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE
						REACCION	CAPACIDAD DE ESTAR COCENTRADO ANTE CUALQUIER TIPO DE ESTIMULO PARA LUEGO EJECUTAR EL MOVIMIENTO
						GESTUAL	CAPAZ DE REALIZAR MOVIMIENTOS ASILADOS O SEGMENTARIOS A MAXIMA VELOCIDAD
				4	FLEXIBILIDAD	ACTIVA	CAPAZ DE EFECTUAR MOVIMIENTOS EXTENSOS CAUSANDO UN POCO DE DOLOR
						PASIVA	CAPAZ DE EFECTUAR MOVIMIENTOS EXTENSOS SIN PRODUCIR DOLOR
		TECNICO	DESTREZAS	1	CONTROL	robo y cambio de orientación	logra anticipar la jugada
						juegos con distintas superficies	controla el balón con distintas partes del cuerpo
						juegos pre deportivos	reacciona a los tipos de juego
						salto y parada	conoce la parte de su cuerpo mas favorable a la recepción
							reconoce la importancia del golpe del balón
				2	REMATE	pase, dejada y tiro	reconoce la importancia del golpe del balón
						dos remates en una misma jugada	conoce los dos perfiles para poder atacar el área contraria
						consecución de tiros al arco	es capaz de golpear el objeto de distintas formas
						faltas de tiro libre	reconoce
				3	REGATE	uno vs uno en dos porterías	identifica otra característica de conducción y transporte
						dos vs dos en dos porterías	reconoce su habilidad individual
						espacios reducidos	identifica las destinas partes del cuerpo para los regates
						Posesión	logra mantener siempre una posesión del balón
				4	PASE	pases de cabeza con finalización	logra mantener el balón en el aire controlado
						pases con todas las superficies de contacto	reconoce todas las superficies de golpeo y dirección
						pasar y amortiguar	es capaz de mantener un control estable sobre el elemento
						fut-voley	identifica al juego como propicio para su desarrollo
				5	CONDUCCION	circuitos de conducción	reconoce
						conducción en espacios reducidos	es capaz de realizar diferentes manejos de balón
						conducción con bordes internos y externos	eficiencia y eficacia en espacios reducidos
						conducción con la planta del pie	identifica los bordes de contacto mas eficientes al terreno
						maniobra de distinta manera	identifica otra característica de conducción y transporte
		TACTICO	CONCEPTUALIZACIÓN	1	CONCEPTOS DEFENSIVOS	marcaje	identifica las acciones para mejorar su condición
						cambios de orientación	logra mejorar su condición mediante ejercicios específicos
						control de juego	mecaniza los gestos mediante ejercicios técnicos
				2	CONCEPTOS OFENSIVOS	ejercicios específicos	identifica la acción que le favorece para mejorar
						situaciones de juego	reconoce las acciones de competición
						tipos de control del partido	prevé las estrategias que garanticen el dominio del partido
				3	CONCEPTOS GENERALES	circuitos en movimiento	logra y reconoce cada ejercicio para mejorar
						envíos largos	efectúa cambios constantes a distancias moderadas
						envíos medianos	efectúa cambios constantes a distancias moderadas
						envíos cortos	efectúa cambios constantes a distancias moderadas
		TEORICO	CONOCIMIENTO	1	HISTORIA DEL DEPORTE	CARACTERIZACION	RECONOCE LAS DIFERENCIA DEL DEPORTE A LA DE LOS DEMAS
						ORIGEN	TIENE CONCIENCIA E IDENTIFICA LOS ORIGENES DEL DEPORTE
						CONCEPTUALIZACION	RECONOCE LOS CONCEPTOS Y LOS INDIVIDUALIZA
				2	REGLAMENTACION	CONDUCTAS	MANTIENE CONDUCTAS ADECUADAS EN E DEPORTE
						FALTAS	POSEE CLARIDAD ENCON LOS GRADOS DE FALTA
						SANCIONES	POSEE E IDENTIFICA LAS SANCIONES DE ACUERO A LA FALTA COMETIDA
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	ETICA DEPORTIVA	CAPAZ DE PROVEER UN ESPACIO DE COVIVENCIA DEPORTIVA GARANTIZADA
						ACEPTACION GRUPAL	POSEE ESPACIOS AGRADABLES PARA TODOS LOS INTEGRANTES DEL GRUPO
						CUIDADO DE SU CONTENIDO	MANIFIETA INTEREZ POR SU DISCIPLINA
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	COMPANERISMO	se destaca por su buena conducta en la sesiones de clase y con los demás
						RESPETO POR LA OPINION	respeta la opinión de los demás y opina con apropiación y criterio
						BUENA CONDUCTA	manifiesta acciones lógicas positivas de su conducta
						RELACIONES SOCIALES	conoce los estados de animo de los demás
						ACTITUD POSITIVA	es capaz de actuar de manera positiva frente a situaciones no tolerantes
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	RECONOCE LA IMPORTANCIA DE MANTENER UN BUEN ASEO PERSONAL
						ALIMENTACIÓN	MANTINE UNA DIETA BALANCEADA
						PRESENTACION PERSONAL	UTILIZA LAS PRENDAS ACORDES A LA SESION DE CLASE
						DESCANSO Y SUEÑO	PRESENTA UNA BUENA DISCIPLINA DE DESCANSO
						EJERCICIO FISICO	CAPZA DE RECONOCER AL EJERCICIO COMO ESTILO DE VIDA
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	POSEE GRAN ACTITUD ANTE LA CIRCUNSTANCIA
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	SE SUPERA ANTE AS DIFICULTADES
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	EJECUTA Y ACTUA ACORDE A LAS ORDENES
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	SOSTIENE RELACIONES POSITIVAS EN EL GRUPO
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	COOPERATIVOS	SE INTEGRA CON SU GRUPO DE TRABAJO
						SIMBOLOGISMO	PRACTICA NUEVAS TENDENCIAS DEPORTIVAS GRUPALES
						COMUNICACIÓN	CAPAZ DE SER RESPETUOSO CON SU GRUPO
						PRE DEPORTIVOS	RECONOCE LAS REGLAS DE LOS DISTINTOS JUEGOS
				2	JUEGOS TRADICIONALES	AUTOCTONOS	IDENTIFICA CUALE SON LOS JUEGOS DE SU REGION
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	VISUALES	SE COMUNICA POR MEDIO DE LA ESTETICA
						PLASTICAS	SE MANIFIESTA POR MEDIO DE LA EXPRESION DE PINTURA
						SONORAS	RECONOCE LOS DISTINTOS TIPOS DE SONIDO Y ACTUA ANTE ELLOS
						LITERARIAS	INTERPRETA LOS DISTINTOS CONTENIDOS LITERARIOS
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	MOTRICIDA GRUESA	CAPAZ DE REALIZAR MOVIMIENTOS CONTODO SU CUERPO O ALGUNAS EXTREMIDADES
						MOTRICIDAD FINA	CAPAZ DE REALIZAR MOVIMIENTOS CON PRECISION
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	INTERACCION	CAPAZ DE INTERACTUAR ENTRE UNO O MAS INDIVIDUOS
						INTEGRACION	CAPAZ DE INTEGRARSE CON UN GRUPO DIFERENTE AL COMUN DE TRABJO

FIRMA: Miller Ruiz

ANEXO 4 OBLIGACIÓN 2



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

DEPORTE / MODALIDAD: Futbol de Salón

MUNICIPIO: Ubalá (Vereda San Jose)

NOMBRE DEL FORMADOR: Miller Adrian Ruiz Aguilera

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	OBSERVACIONES
2:00 PM A 4:00 PM	GRUPO		INICIACIÓN	INICIACIÓN	INICIACIÓN		
	SEDE DE TRABAJO		ESCUELA EL PORVENIR	ESCUELA EL PORVENIR	ESCUELA EL PORVENIR		
4:00 PM A 6:00 PM	GRUPO		FUNDAMENTACIÓN	FUNDAMENTACIÓN	FUNDAMENTACIÓN		
	SEDE DE TRABAO		ESCUELA EL PORVENIR	ESCUELA EL PORVENIR	ESCUELA EL PORVENIR		
6:00 PM A 8:00 PM	GRUPO		PERFECCIONAMIENTO	PERFECCIONAMIENTO	PERFECCIONAMIENTO		
	SEDE DE TRABAO		ESCUELA EL PORVENIR	ESCUELA EL PORVENIR	ESCUELA EL PORVENIR		

NOMBRE MONITOR SERGIO ALEXANDER URREGO

ANEXO 5 OBLIGACIÓN 3
EVIDENCIAS INICIACIÓN

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA INICIACIÓN		
FORMADOR	**MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA**	
No DE CONTRATO	**CPS 1017-2022**	
MUNICIPIO	**UBALÁ**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL DE SALÓN**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**VEREDA SAN JOSE**	**MES: DICIEMBRE**

INICIACION



INICIACION



INICIACION



INICIACION



ANEXO 5 OBLIGACIÓN 3
EVIDENCIAS FUNDAMENTACIÓN

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA FUNDAMENTACIÓN		
FORMADOR	**MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA**	
No DE CONTRATO	**CPS 1017-2022**	
MUNICIPIO	**UBALÁ**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL DE SALÓN**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**VEREDA SAN JOSE**	**DICIEMBRE**

FUNDAMENTACIÓN



FUNDAMENTACIÓN



FUNDAMENTACIÓN



FUNDAMENTACIÓN



ANEXO 5 OBLIGACIÓN 3
EVIDENCIAS PERFECCIONAMIENTO

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA PERFECCIONAMIENTO		
FORMADOR	**MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA**	
No DE CONTRATO	**CPS 1017-2022**	
MUNICIPIO	**UBALÁ**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL DE SALÓN**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**VEREDA SAN JOSE**	**DICIEMBRE**

PERFECCIONAMIENTO



PERFECCIONAMIENTO



PERFECCIONAMIENTO



PERFECCIONAMIENTO



ANEXO 6, ASISTENCIA INICIACIÓN, OBLIGACIÓN 3



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

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	Adrian Urrego Vargas	3195925072						1	1	1					1	1	1					1	1	0											9	8	1	89%
2	Keiner Alexander Medina Beltran	3112521733						0	1	1					1	1	1					1	1	1											9	8	1	89%
3	Kael Leonardo Cardenas Baute	3203838475						1	1	1					1	1	1					1	1	1											9	9	0	100%
4	Christian Alexander Aguilera Ciprian	3205762890						1	1	1					1	1	1					1	1	1											9	9	0	100%
5	Edison Sebastian Duarte Urrego	3118505368						1	1	1					1	0	1					1	1	1											9	8	1	89%
6	Bryhan Alexis Anacona Garcia	3132126882						1	1	1					1	1	1					1	1	1											9	9	0	100%
7	Talia Salome Gomez Garzon	3133436475						1	1	1					1	1	1					1	1	1											9	9	0	100%
8	David Esteban Garzon Caraballo	3204750422						1	1	1					1	1	1					1	1	1											9	9	0	100%
9	Ana Maria Paiba Castañeda	3105528216						1	1	1					1	1	1					1	1	1											9	9	0	100%
10	Saray Sofia Jam Mendoza	3103821001						1	1	1					1	1	1					1	1	1											9	9	0	100%
11	Carlos Andres Rivas Tapia	3123398859						1	1	1					1	1	1					1	1	1											9	9	0	100%
12	Dylan Andres Caballero Garcia	3108005278						1	0	1					1	1	1					1	1	1											9	8	1	89%
13	Jhoan Mauricio Moreno Orejuela	3143477511						1	1	1					1	1	1					1	1	1											9	9	0	100%

ANEXO 7, PLANILLA DE ASISTENCIA FUNDAMENTACIÓN, OBLIGACION 3



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

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	Gerad Tomas Sanchez Paez	3013422704						1	1	1					1	1	1					1	1	1										9	9	0	100%
2	Duvan Felipe Vargas Rodriguez	3122622830						1	1	1					1	1	1					1	1	1										9	9	0	100%
3	Marianela Giraldo Fonseca	3124270397						1	0	1					1	1	1					1	1	1										9	8	1	89%
4	Juan Felipe Garzon Caraballo	3204750422						1	1	1					1	1	1					1	1	1										9	9	0	100%
5	Juan Sebastian Garcia Galeano	3204582467						1	1	1					1	1	1					1	1	1										9	9	0	100%
6	Nicolas Diaz Navarro	3127183510						1	1	1					1	1	1					1	1	1										9	9	0	100%
7	Ana Sofia Gonzalez Sarmiento	3118894185						1	1	1					1	1	1					1	1	1										9	9	0	100%
8	Marlon Samir Rosas Vargas	3223096483						1	1	1					1	1	1					1	1	1										9	9	0	100%
9	Daniel Stiven Rodriguez Urrego	3218017365						1	1	1					1	1	1					1	1	1										9	9	0	100%
10	Diego Alejandro Aguilera Ciprian	3114722396						1	1	1					1	1	1					1	1	1										9	9	0	100%
11	Jhonotan David Rodriguez Chitiva	3102341673						1	1	1					1	1	1					1	1	1										9	9	0	100%
12	Yury Alejandra Ochoa Riscanevo	3102759250						1	1	1					1	0	1					1	1	1										9	8	1	89%
13	Eider Chael Martinez Polo	3106889284						1	1	1					1	1	1					1	1	1										9	9	0	100%
14	Cristian Camilo Martinez Morera	3235281125						1	1	1					1	1	1					1	1	1										9	9	0	100%
15	Fernan Eduardo Diaz Navarro	3127183510						1	1	1					1	1	1					1	1	1										9	9	0	100%
16	Salome Toro Mendez	3123083060						1	1	1					1	1	1					1	1	1										9	9	0	100%
17	Alejandro Martin Gomez	3143617973						1	1	1					1	1	1					1	1	1										9	9	0	100%
18	Cristian Alexis Duarte Urrego	3143753885						1	1	1					1	1	1					1	1	1										9	9	0	100%
19	Luisa Fernanda Ramos Chitiva	3142952533						1	1	1					1	1	1					1	1	1										9	9	0	100%
20	Saday Urrego Vargas	3145925072						1	1	1					1	1	1					1	1	1										9	9	0	100%
21	Edwin Felipe Linares Martinez	3227919258						1	1	1					1	1	1					1	0	1										9	8	1	89%
22	Keider Luis Viloria Mendoza	3103821000						1	1	1					1	1	1					1	1	1										9	9	0	100%
23	Miguel Angel Parra Mendez	3234563074						1	1	1					1	1	1					1	1	1										9	9	0	100%

ANEXO 8, PLANILLA DE ASISTENCIA PERFECCIONAMIENTO, OBLIGACIÒN 3



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

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	Karol Dayana Guzman Martin	3112560203						1	1	1					1	1	1					1	1	1											9	9	0	100%
2	Solange Gonzalez Ubaque	3112484308						1	1	1					1	1	1					1	1	1											9	9	0	100%
3	Sergio Alexander Urrego Pineda	3157104230						1	1	1					1	1	1					1	1	1											9	9	0	100%
4	Karen Tatiana Moreno Pineda	3157104230						1	1	1					1	0	1					1	1	1											9	8	1	89%
5	Mariana Martin Bejarano	3112302843						1	1	1					1	1	1					1	1	1											9	9	0	100%
6	Samuel David Ruiz Cortes	3217051184						1	1	1					1	1	1					1	1	0											9	8	1	89%
7	Sara Juliana Portela Garzon	3103382067						1	1	1					1	1	1					1	1	1											9	9	0	100%
8	Ana Sofia Toro Mendez	3203458030						1	0	1					1	1	1					1	1	1											9	8	1	89%
9	Santiago Garcia Galeano	3168220405						1	1	1					1	1	1					1	1	1											9	9	0	100%
10																																						
11																																						
12																																						

ANEXO 5. CAPITAL DE DESARROLLO MUNICIPAL "FORMACIÓN,PLANIFICACIÓN Y PROTECCIÓN DEPORTIVA"

PROVINCIA	MUNICIPIO	FORMACIÓN(A) NOMBRES & APELLIDOS	DISCIPLINA DEPORTIVA	BENEFICIARIO(A) NOMBRES & APELLIDOS	BENEFICIARIO(A) Nº DOCUMENTO	BENEFICIARIO(A) NACIONALIDAD	RANGO EDAD PRIMERA INFANCIA (DESDE LOS 0 A LOS 5 AÑOS) INFANCIA (DESDE LOS 6 A LOS 11 AÑOS) ADOLESCENTES (DESDE LOS 12 A 17 AÑOS) JUVENTUD (DESDE 18 A LOS 28 AÑOS)	BENEFICIARIO(A) DIRECCIÓN DE DOMICILIO	Rh	EPS	SEXO FEMENINO MASCULINO INTERSEXUAL	ORIENTACIÓN SEXUAL HOMOSEXUAL BISEXUAL HETEROSEXUAL TRANSSEXUAL	IDENTIFICACIÓN DE GÉNERO CISGÉNERO TRANSGÉNERO	VULNERABILIDAD VICTIMA REVICTIMIZACIÓN POR DESPLAZAMIENTO REVICTIMIZACIÓN POR DISCAPACIDAD REVICTIMIZACIÓN POR CONDICIÓN SOCIAL Y CULTURÍPOLICA MINORÍA ÉTNICA PRIMERA INFANCIA HABITANTE DE CALLE	DISCAPACIDAD FÍSICA VISUAL AUDITIVA PSICOSOCIAL SORDOCEGUERA MÚLTIPLE NINGUNA	GRUPO ÉTNICO INDÍGENA O AFROCOLOMBIANO AMORFEÑO PALENQUERO RAIZAL GITANO	LENGUA CASTELLANO INDÍGENA CRIOLLO SEÑAS LENGUA EXTRANJERA	SECTOR DE RESIDENCIA URBANO RURAL	ACUDIENTE NOMBRES & APELLIDOS	ACUDIENTE TELEFONO MOVIL	ACUDIENTE CORREO
GUAYAS	LIBALA	MILLER ESPINOSA PAUL EVALERIN	FUTBOL DE SALON	ADRIAN URIBERTO CORTES	1316534859	COLOMBIANA	INFANCIA (DESDE LOS 6 A LOS 11 AÑOS)	VARGAS SUAN PABLO	O+	ECOSPRIM	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	N/A	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	Rural			
GUAYAS	LIBALA	MILLER ESPINOSA PAUL EVALERIN	FUTBOL DE SALON	ANGIE VALENTINA MEDINA DELTRON	1307624478	COLOMBIANA	INFANCIA (DESDE LOS 6 A LOS 11 AÑOS)	VARGAS SUAN PABLO	O+	ECOSPRIM	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	N/A	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	Rural	CECILIA ALEMAN DEL TRONCO PAZ Y	3012662340	ceciliaaleman@hotmail.com
GUAYAS	LIBALA	MILLER ESPINOSA PAUL EVALERIN	FUTBOL DE SALON	ANGEL LEONARDO CARDENAS MAURE	1311237068	COLOMBIANA	INFANCIA (DESDE LOS 6 A LOS 11 AÑOS)	VARGAS SUAN JOSE	O+	FAMILIAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	N/A	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	Rural	CECILIA ALEMAN DEL TRONCO PAZ Y CARDENAS CARDENAS		
GUAYAS	LIBALA	MILLER ESPINOSA PAUL EVALERIN	FUTBOL DE SALON	ANGELA MARIA DEL CARMEN MARIA DEL PILAR TERAN	1307624486	COLOMBIANA	INFANCIA (DESDE LOS 6 A LOS 11 AÑOS)	VARGAS SUAN PABLO	O+	ECOSPRIM	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	N/A	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	Rural	ANA MILENA ORTEGA ARREGUI	3003175288	anaortegaa@hotmail.com
GUAYAS	LIBALA	MILLER ESPINOSA PAUL EVALERIN	FUTBOL DE SALON	ANGELINA MILAGROS ALCIVAR LARREGUI	1316525751	COLOMBIANA	INFANCIA (DESDE LOS 6 A LOS 11 AÑOS)	VARGAS SUAN PABLO	O+	ECOSPRIM	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	N/A	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	Rural	ANA MILENA ORTEGA ARREGUI	3003175288	anaortegaa@hotmail.com
GUAYAS	LIBALA	MILLER ESPINOSA PAUL EVALERIN	FUTBOL DE SALON	ARIN VALENTE VANEGAS APELA	1114124205	COLOMBIANA	INFANCIA (DESDE LOS 6 A LOS 11 AÑOS)	CAMPAMENTO PROYECCION 25	O+	SUMEDIC MEDIPIR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	N/A	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	Rural	ANA MILENA ORTEGA ARREGUI	3003175288	anaortegaa@hotmail.com
GUAYAS	LIBALA	MILLER ESPINOSA PAUL EVALERIN	FUTBOL DE SALON	ARIN VALENTE VANEGAS APELA	1114124205	COLOMBIANA	INFANCIA (DESDE LOS 6 A LOS 11 AÑOS)	CAMPAMENTO PROYECCION 25	O+	SUMEDIC MEDIPIR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	N/A	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	Rural	LUBY MUERTA QUINTAL SOLARES	3133438275	anaortegaa@hotmail.com
GUAYAS	LIBALA	MILLER ESPINOSA PAUL EVALERIN	FUTBOL DE SALON	TALIA ESTEFANIA SUAREZ GONZALEZ	1316525769	COLOMBIANA	INFANCIA (DESDE LOS 6 A LOS 11 AÑOS)	VARGAS SUAN PABLO	O+	ECOSPRIM	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	N/A	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	Rural			
GUAYAS	LIBALA	MILLER ESPINOSA PAUL EVALERIN	FUTBOL DE SALON	ANA MARIA PARRA CASTAÑEDA	1128008543	COLOMBIANA	INFANCIA (DESDE LOS 6 A LOS 11 AÑOS)	CAMPAMENTO PROYECCION 25	O+	SANDAS MEJOR	FEMENINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	N/A	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	Rural	ANGELA CAROLINA MOLINA ARCHILA	3103001100	anaortegaa@hotmail.com
GUAYAS	LIBALA	MILLER ESPINOSA PAUL EVALERIN	FUTBOL DE SALON	ANGEL ALEXIS JARAMILLO	1316525727	COLOMBIANA	INFANCIA (DESDE LOS 6 A LOS 11 AÑOS)	CAMPAMENTO PROYECCION 25	O+	CRUZ BLA	FEMENINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	N/A	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	Rural	ISABEL PAOLA MENDOZA MUÑOZ	3008611306	anaortegaa@hotmail.com
GUAYAS	LIBALA	MILLER ESPINOSA PAUL EVALERIN	FUTBOL DE SALON	CARLOS ANDRES RUIZ TACTO	1123974137	COLOMBIANA	INFANCIA (DESDE LOS 6 A LOS 11 AÑOS)	CAMPAMENTO PROYECCION 25	O+	CRUZ BLA	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	N/A	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	Rural	ANA MILENA ORTEGA ARREGUI	3003175288	anaortegaa@hotmail.com
GUAYAS	LIBALA	MILLER ESPINOSA PAUL EVALERIN	FUTBOL DE SALON	CARLOS ANDRES RUIZ VALENCIA	1123974137	COLOMBIANA	INFANCIA (DESDE LOS 6 A LOS 11 AÑOS)	CAMPAMENTO PROYECCION 25	B+	SUMEDIC MEDIPIR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	N/A	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	Rural	ANA CRISTINA ORELLANA LOZANO	3133438275	anaortegaa@hotmail.com
GUAYAS	LIBALA	MILLER ESPINOSA PAUL EVALERIN	FUTBOL DE SALON	JHOAN MAURICIO MORENO ORELLANA	1126057938	COLOMBIANA	INFANCIA (DESDE LOS 6 A LOS 11 AÑOS)	VARGAS SUAN JOSE	O+	ECOSPRIM	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	N/A	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	Rural			

PROVINCIA	MUNICIPIO	FORMADOR(A) NOMBRES & APELLIDOS	DISCIPLINA DEPORTIVA	BENEFICIARIO(A) NOMBRES & APELLIDOS	BENEFICIARIO(A) N° DOCUMENTO	BENEFICIARIO(A) NACIONALIDAD	RANGO DE EDAD PRIMERA INFANCIA (ENTRE LOS 0- A LOS 5 AÑOS) INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS) ADOLESCENCIA (ENTRE LOS 12 A 17 AÑOS) JUVENTUD (ENTRE 18 a LOS 28 AÑOS)	BENEFICIARIO(A) DIRECCIÓN DE DOMICILIO	BH	EPS	SEXO PRIMARIO (MASCULINO- FEMENINO- INTERSEXUAL)	ORIENTACIÓN SEXUAL HOMOSEXUAL) BISEXUAL) HETEROSEXUAL) TRANSSEXUAL)	IDENTIFICACIÓN DE GÉNERO CISGÉNERO-TRANSGÉNERO	VULNERABILIDAD EN SITUACIÓN DE DISCAPACIDAD CONTEXTO ARMADO EN CONDICIÓN DE DESPLAZADO O VÍCTIMA DEL CONFLICTO ARMADO Y CATALOGACIÓN MIGRA ETNICA RROM-GITANO	DISCAPACIDAD FÍSICA VISUAL AUDITIVA INTELECTUAL PSICOSOCIAL SORDOCEGUERA MÚLTIPLE NINGUNA	GRUPO ÉTNICO INDÍGENAS AFROCOLOMBIANOS/AFRODESCE N RAIZAL PALENQUERO RROM RAIZAL NINGUNA	LENGUAS CASTELLANO INDÍGENA CRIOLLA RAIZAL OTRA	SECTOR DE RESIDENCIA URBANO RURAL	ACUDIENTE NOMBRES & APELLIDOS	ACUDIENTE TELEFONO MOVIL	ACUDIENTE CORREO
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	ORTEGA TOMAS RAIMONDY PAUZ	1026854881	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	VIRREDA SUVA JOSE	A-	ECOOPSOS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	YURI PAOLA PAUZ URREGO	3013426726	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	SILVA FELIPE VLADILS RODRIGUEZ	1078834383	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	VIRREDA SUVA JOSE	A3A-	ECOOPSOS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	PAOLA ANDREA RODRIGUEZ	3134193424	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	ORTEGA TOMAS RAIMONDY PAUZ	1026854881	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	CUARTELAMIENTO PROFESIONALDE	B+	ECOOPSOS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	YURI PAOLA PAUZ URREGO	3013426726	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	AVILA FELIPE CARTAGUCHA ENLACE	1019820953	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	VIRREDA SUVA JOSE	AB+	ECOOPSOS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	ANA ERNESTA CARDENAS LUNA	3004155423	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	AVILA SEBASTIAN GARCIA SILVERIO	1016720355	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	VIRREDA SUVA JOSE	O+	NUEVA	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	DIEGO ORLANDO GARCIA SERRAL	3004155497	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	ANA ERNESTA CARDENAS LUNA	1019820953	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	CUARTELAMIENTO PROFESIONALDE	AB+	ECOOPSOS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	ANA ERNESTA CARDENAS LUNA	3004155423	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	ANA SOFIA GONZALEZ GUERRERO	1078834383	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	NUEVA EPS	B+	ALIANSALUD	PRIMARIO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	TITO GONZALEZ LOZANO	3012486126	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	MIGUEL ALBERTO DIAZ LOZADA	1078834188	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	VIRREDA SUVA JOSE	O+	ECOOPSOS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	MIGUEL ALBERTO DIAZ LOZADA	3003486426	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	BEISBOL	MANUEL ALEJANDRO URREGO URREGO	1078834383	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	VIRREDA SUVA JOSE	O+	ECOOPSOS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	YURI PAOLA PAUZ URREGO	3013426726	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	DIEGO ALEJANDRO AGUILERA ZIPAGA	1019820953	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	VIRREDA SUVA JOSE	A+	ECOOPSOS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	ANA ERNESTA CARDENAS LUNA	3004155423	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	ANA SOFIA GONZALEZ GUERRERO	1078834383	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	CUARTELAMIENTO PROFESIONALDE	B+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	TITO GONZALEZ LOZANO	3012486126	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	JHON JAYDEN PAUZ ZAPATA	1026854881	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	CUARTELAMIENTO PROFESIONALDE	AB-	SANITAS EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	YURI PAOLA PAUZ URREGO	3013426726	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	JHON JAYDEN PAUZ ZAPATA	1026854881	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	CUARTELAMIENTO PROFESIONALDE	AB-	SANITAS EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	YURI PAOLA PAUZ URREGO	3013426726	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	BENITO AVILA TORRES	1078834383	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	VIRREDA SUVA JOSE	A+	ECOOPSOS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	MIGUEL ALBERTO DIAZ LOZADA	3003486426	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	MARTINEZ PAUZ ANDREA CAMILA	1078834383	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	VIRREDA SUVA JOSE	AB-	ECOOPSOS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	ANA ERNESTA CARDENAS LUNA	3004155423	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	BENITO AVILA TORRES	1078834383	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	VIRREDA SUVA JOSE	A+	ECOOPSOS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	MIGUEL ALBERTO DIAZ LOZADA	3003486426	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	MARTINEZ PAUZ ANDREA CAMILA	1078834383	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	VIRREDA SUVA JOSE	AB-	ECOOPSOS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	ANA ERNESTA CARDENAS LUNA	3004155423	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	PERNIA ESLAVA RIO CALI RIO LORO	1078834383	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	VIRREDA SUVA JOSE	O+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	MERY NIÑA URREGO	3147548243	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	SILVA EME TORO ARREGOCI	1030124828	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	CUARTELAMIENTO PROFESIONALDE	B+	SANITAS EPS	PRIMARIO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	PAOLA ANDRES TORO PEDRAZA EL	3123855085	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	ALEJANDRO MARTIN ROJAS	1030124828	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	VIRREDA SUVA JOSE	A+	ECOOPSOS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	MANUEL ARANGO GUERRERO	3012457876	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	CARDENAS ALEJANDRO GARCIA	1030124828	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	VIRREDA SUVA JOSE	B+	ECOOPSOS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	MANUEL ARANGO GUERRERO	3012457876	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	CARDENAS ALEJANDRO GARCIA	1026819078	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	CUARTELAMIENTO PROFESIONALDE	O+	SOS-ISS	PRIMARIO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	MAURLIN LUCIA CASTILLA SOLIVAR	3134193424	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	SILVA EME TORO ARREGOCI	1030124828	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	VIRREDA SUVA JOSE	O+	ECOOPSOS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	PAOLA ANDRES TORO PEDRAZA EL	3123855085	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	JHOAN FELIPE LALAMA MARTINEZ	1117525341	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	CUARTELAMIENTO PROFESIONALDE	O+	COOSALUD EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	SHARON PAOLA MENDOZA MORELO	3007813006	ayrtonsantana2022@hotmail.com
GUAVIO	LEMUA	MILLER LORAIA PAUZ A CULEBRA	FUTBOL DE SALON	MANUEL ALEJANDRO URREGO URREGO	1078834383	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	NUEVA EPS	O+	FAMISANAR	PRIMARIO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	CIRCUS	CASTELLANO	RURAL	SHARON NICOLE OPINA MUTTEN	3004186235	ayrtonsantana2022@hotmail.com

PROVINCIA	MUNICIPIO	FORMA DEPORTIVA NOMBRES & APELLIDOS	DISCIPLINA DEPORTIVA	BENEFICIARIO(A) NOMBRES & APELLIDOS	BENEFICIARIO(A) N° DOCUMENTO	BENEFICIARIO(A) NACIONALIDAD	RANGO DE EDAD PRIMERA INFANCIA (ENTRE LOS 0- LOS 5 AÑOS) INFANCIA (ENTRE LOS 6 Y 11 AÑOS) ADOLESCENCIA (ENTRE LOS 12 A 17 AÑOS) JUVENTUD (ENTRE 18 A LOS 28 AÑOS)	BENEFICIARIO(A) DIRECCIÓN DE DOMICILIO	RH	EPS	SEXO FEMENINO MASCULINO INTERSEXUAL	ORIENTACIÓN SEXUAL HOMOSEXUAL BISEXUAL HETEROSEXUAL TRANSEXUAL	IDENTIFICACIÓN DE GÉNERO CISGÉNERO TRANSGÉNERO	VULNERABILIDAD EN SITUACIÓN DE DESPLAZAMIENTO CON ACTO CRIMINOSO EN CONDICIÓN DE DISCAPACIDAD EN CONDICIÓN DE PRIVADA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL Y CULTURAL PERSONA TRANS	DISCAPACIDAD FÍSICA AUDITIVA VISUAL INTELECTUAL PSICOSOCIAL MÚLTIPLE NINGUNA	GRUPO ÉTNICO AFROCOLOMBIANO/A AGRICULTOR/A INDÍGENA RROM RAIZAL NINGUNA	LOCALIDAD QUATTRO LAND NUEVERA ORELLA PUEBLO SABALO URBANIZ. ESPINALERA	SECTOR DE RESIDENCIA URBANO RURAL	ACUDIENTE NOMBRES & APELLIDOS	ACUDIENTE TELÉFONO NUEVA	ACUDIENTE CORREO
GUAVIO	URIBIA	MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA	FUERZA DE BALON	KAROL DAYANA GUEVARA MARTIN	1078336950	COLOMBIANA	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A 17 AÑOS)	VEREDA SAN JOSE	O+	ECOOPSOS	FEMENINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	QUATTRO LAND	49.99%	LEIDAN GUZMAN LOPEZ M	3113365105	wilfranciscoblanco1975@hotmail.com
GUAVIO	URIBIA	MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA	FUERZA DE BALON	EDILANGER GONZALEZ UBALDE	1078336447	COLOMBIANA	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A 17 AÑOS)	URIBIA, CENTRO	O+	ECOOPSOS	FEMENINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	QUATTRO LAND	49.99%	LUZ MARINA UBALDE MENERA	3113365105	wilfranciscoblanco1975@hotmail.com
GUAVIO	URIBIA	MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA	FUERZA DE BALON	KAROL DAYANA MENDOZA PINEDA	1078336322	COLOMBIANA	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A 17 AÑOS)	URIBIA, CENTRO	A+	EMSSANITAS EPS	FEMENINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	QUATTRO LAND	49.99%	LINDY JESTHER PINEDA SOLANO	3136413818	wilfranciscoblanco1975@hotmail.com
GUAVIO	URIBIA	MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA	FUERZA DE BALON	ANGELA MARIA MENDOZA PINEDA	1078336323	COLOMBIANA	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A 17 AÑOS)	URIBIA, CENTRO	A+	EMSSANITAS EPS	FEMENINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	QUATTRO LAND	49.99%	LINDY JESTHER PINEDA SOLANO	3136413818	wilfranciscoblanco1975@hotmail.com
GUAVIO	URIBIA	MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA	FUERZA DE BALON	MARIANA MARTIN BOLIVIANO	1078336460	COLOMBIANA	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A 17 AÑOS)	URIBIA, CENTRO	O+	FAMISANAR	FEMENINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	QUATTRO LAND	49.99%	NANCY BOLIVIANO MZ	3216214805	wilfranciscoblanco1975@hotmail.com
GUAVIO	URIBIA	MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA	FUERZA DE BALON	KAREN JULIETH MENDOZA PINEDA	1078336461	COLOMBIANA	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A 17 AÑOS)	URIBIA, CENTRO	O+	FAMISANAR	FEMENINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	QUATTRO LAND	49.99%	LINDY JESTHER PINEDA SOLANO	3136413818	wilfranciscoblanco1975@hotmail.com
GUAVIO	URIBIA	MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA	FUERZA DE BALON	ANGEL DAVID RODRIGUEZ GONZALEZ	1003283763	COLOMBIANA	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A 17 AÑOS)	URIBIA, CENTRO	O+	COOMEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	QUATTRO LAND	49.99%	CRISTIAN DAVID RODRIGUEZ MENA	3124255	wilfranciscoblanco1975@hotmail.com
GUAVIO	URIBIA	MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA	FUERZA DE BALON	ANA SOFIA TORO MENDEZ	1107976990	COLOMBIANA	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A 17 AÑOS)	EQUIPAMIENTO, PROFESIONALES	O+	SUAMEDICAL SAS	FEMENINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	QUATTRO LAND	49.99%	FABIAN ANDRES TORO PEÑARANDA	3133459440	wilfranciscoblanco1975@hotmail.com
GUAVIO	URIBIA	MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA	FUERZA DE BALON	MARIA DOLORES SILVANO	1005143189	COLOMBIANA	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A 17 AÑOS)	VEREDA SAN JOSE	O+	MUTUAL SER	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	QUATTRO LAND	RURAL	YENIS CARLINA CUADRO MARIN	3004585407	wilfranciscoblanco1975@hotmail.com
GUAVIO	URIBIA	MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA	FUERZA DE BALON	ANGEL DAVID RODRIGUEZ GONZALEZ	1003283763	COLOMBIANA	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A 17 AÑOS)	EQUIPAMIENTO, PROFESIONALES	O+	COOMEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	QUATTRO LAND	49.99%	CRISTIAN DAVID RODRIGUEZ MENA	3124255	wilfranciscoblanco1975@hotmail.com
GUAVIO	URIBIA	MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA	FUERZA DE BALON	DILLANA JUDITH OCHOA RECUARIYO	1013533715	COLOMBIANA	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A 17 AÑOS)	VEREDA SAN JOSE	A+	ECOOPSOS	FEMENINO	HETEROSEXUAL	CISGÉNERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	QUATTRO LAND	49.99%	YOJIR ALBA SOLA NAMPIJ	3117556159	wilfranciscoblanco1975@hotmail.com
GUAVIO	URIBIA	MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA	FUERZA DE BALON	LUCRY SAMARA SAMBRA AYALA																		

ANEXO 10, COBERTURA DE POBLACIÒN, OBLIGACIÒN 4

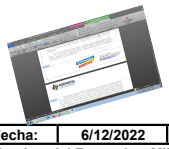


INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

BENEFICIADOS	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Masculino	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
6 AÑOS	2	2		2		2	0	0	0	0	0	0	0	0	4
7 AÑOS	3	1		3		1	0	0	0	0	0	0	0	0	4
8 AÑOS	5			5			0	0	0	0	0	0	0	0	5
9 AÑOS	7	3		7		3	0	0	0	0	0	0	0	0	10
10 AÑOS	3	2		3		2	0	0	0	0	0	0	0	0	5
11 AÑOS	6	2		6		2	0	0	0	0	0	0	0	0	8
12 AÑOS							0	0	0	0	0	0	0	0	0
13 AÑOS	1	4	1		2	2	0	0	0	0	0	0	6	0	5
14 AÑOS	1		1				0	0	0	0	0	0	0	0	1
15 AÑOS							0	0	0	0	0	0	0	0	0
16 AÑOS		2			1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2
17 AÑOS	1		1				0	0	0	0	0	0	0	0	1
TOTALES	29	16	3	26	3	13	0	0	0	0	0	0	0	0	45

ANEXO 11, PLANEACIONES DIARIAS DE CLASE, OBLIGACIÓN 6



INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**6/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 2 pm A 4 pm**	**N° de sesión: 58**	**N° de semana: 20**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 6-8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Perfeccionar los elementos técnicos esenciales para el buen desarrollo del juego.

Objetivo Especifico: Desarrollar los elementos técnicos practicados

Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	llamado a lista	X	5	Conos
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	X	5	Aros
3. Juego de Calentamiento corporal	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Físicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestación**			
1.	Fuerza	Máxima			
2.		Explosiva			
3. Circuito motriz en trote con intervalos de 5 minutos	Resistencia	Aeróbica	X	15	
4.		Anaeróbica			
5.	Velocidad	Máxima			
6.		Desplazamiento			
7. Desplazamiento en velocidad a punto delimitado al sonido del silbato		Reacción	X	10	
8.	Flexibilidad	Estática			
9.		Dinámica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.	Acoplamiento			Escaleras motrices
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4. Movimientos armónicos en el momento de el desplazamiento de reacción	Orientación	X	5	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Técnico	Táctico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. En una distancia de 20 metros en parejas se realizara pase con borde interno, borde externo y elevado.	Pase		15	Balones
2. Conducción en 20 metros entregando el balón y se devuelve haciendo temporización, después conducirá el balón pisándolo.	Conducción		15	Conos
3. Un compañero avanzara haciendo pase mientras el otro recpcionara el balón.	Pase y recepción		15	
4. Irán hasta la mitad conduciendo y realizaran un pase al compañero recepción se devuelve conduciendo hasta llegar al inicio.	Conducción Pase y recepción		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**7/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 2 pm A 4 pm**	**N° de sesión: 59**	**N° de semana: 20**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 6-8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar y controlar los movimientos de un regate para que se vea reflejado a la hora del juego.

Objetivo Especifico: Fortalecer la conducción con punta de pie y pisando el balón

Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista por parte del formador	Llamado a lista	**X**	4	
2. Movilidad de cada segmento del cuerpo	Movilidad Articular	**X**	6	
3. Juegos de calentamiento corporal	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1.	Fuerza	Máxima			
2.		Explosiva	**X**	10	
3.	Resistencia	Aeróbica			
4. Velocidad de desplazamiento en tramos cortos		Anaeróbica			
5.	Velocidad	Máxima			
6.		Desplazamiento			
7. Velocidad de reaxxion con distintos estimulos		Reacción	**X**	10	
8.	Flexibilidad	Estática			
9.		Dinámica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7. Adaptación a los movimientos del juego	Adaptación	**X**	10	
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

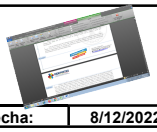
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Los deportistas pasaran el balon de pie a pie con borde interno y avanzaran luego pasaran el pie izquierdo y y luego el pie derecho por encima del balón.	Regate		15	Balones Conos
2. Pasaran conduciendo en forma de zig zag sin tocar los conos, conducirán con punta del pie y pisando el balón.	Conducción		15	
3. Ahora pasaran los pies por encima del balón realizando saltos sin tocar el balón, pisaran el balón y giraran.	Fintas		15	
4. El deportista hará un pase al formado este le devolverá el pase enfrentara un obstáculo hará un regate y rematara a gol, se variara el lado a ejecutar.	Remate		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**8/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 2 pm A 4 pm**	**N° de sesión: 60**	**N° de semana: 20**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 6-8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: Ejecutar movimientos específicos del deporte con el fin de mejorar en el juego para avanzar y rematar de la mejor manera.						
Objetivo Especifico: Desarrollar el pase y el remate en el juego						
Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad		cooperativismo		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Juegos de calentamiento	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1. Ejercicios de fuerza en tren inferior	Fuerza	Máxima		10	
2. Fuerza en tren inferior con intervalos de velocidad		Explosiva		10	
3.	Resistencia	Aeróbica			
4.		Anaeróbica			
5.	Velocidad	Máxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estática			
9.		Dinámica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Controlar los movimientos en virtud del espacio con los compañeros	Acoplamiento	X	10	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Harán un pase y los que están en el centro irán girando cada 2 minutos se hará cambio de roll haciendo conducción	Pase y Conducción		15	**Balón**
2. El niño saldrá hacia el balón frenara bruscamente pasara el pie derecho por encima del balón y saldrá hacia el mismo lado corriendo.	Regate		15	
3. Se para un compañero frente para hacer una finta moviéndose de un lado al otro.	Fintas		15	
4. Se realizara un ejercicio motriz el deportista debe recepcionar con pie izquierdo para rematar con pie derecho.	Remate		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**13/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 2 pm A 4 pm**	**N° de sesión: 61**	**N° de semana: 21**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 6-8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar el saque y la recepción para así tener mejor control del pase y el remate en la elaboración del juego.

Objetivo Especifico: Aprender a ejecutar el saque de manera perfecta

Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad		cooperativismo		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Movilidad Motriz	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1.	Fuerza	Máxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aeróbica			
4.		Anaeróbica			
5.	Velocidad	Máxima			
6. Intervalos de velocidad en distancias distintas		Desplazamiento		10	
7.		Reacción			
8. Estiramientos céfalo-caudal al principio y final	Flexibilidad	Estática		10	
9.		Dinámica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Controlar los movimientos en virtud del espacio con los compañeros	Acoplamiento	X	10	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
				Balón
1. Se ubican cada uno a los lados de los deportistas, harán saque del fútbol de salón al compañero este recepcionara y hará pase al compañero..	Saque, recepción y pase		15	
2. Se harán pases de un lado al otro por medio de los conos para ir avanzando.	Recepción		15	
3. Harán un circuito con escalera y zigzag para llegar a rematar a gol.	Remate		15	
4. Sacaran de banda el otro recepcionara le devolverá con un pie al compañero este hará una pared y rematara el compañero que reciba esa pared.	Saque, recepción y pase		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**14/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 2 pm A 4 pm**	**N° de sesión: 62**	**N° de semana: 21**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 6-8 años**
INICIACIÓN		**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Desarrollar la conducción con el pase y la recepción para que a la hora de realizar el juego haya mayor coordinación.

Objetivo Especifico: Mejorar la conducción con las diferentes zonas del pie

Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad		cooperativismo		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Coordinación motriz.	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1.	Fuerza	Máxima			
2.		Explosiva			
3. Desplazamientos en determinadas distancias	Resistencia	Aeróbica		10	
4.		Anaeróbica			
5.	Velocidad	Máxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estática			
9. Estiramientos dinámicos céfalo-caudal al principio y final		Dinámica		10	

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3. Ejercicios motrices con balón	Equilibrio	X	10	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Conducción y coordinación, 4 conos en cruz conducirá y hará pase al	Conducción		15	**Balón**
2. En parejas deberán simular el saque del futbol de salón para perfeccionar	Saque		15	**Conos**
3. En un circuito con conos y escaleras coordinativas realizar los	Coordinación motriz		15	
4. Los niños se desplazaran en diferentes direcciones sin estrellarse deben	Fintas		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**15/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 2 pm A 4 pm**	**N° de sesión: 63**	**N° de semana: 21**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 6-8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Combinar los elementos técnicos para tener una visión real del desarrollo del juego						
Objetivo Especifico: Precisar la ejecución de los distintas tipos de pase						
Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad		cooperativismo		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Movimientos Motrices	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1. Fuerza en tren inferior con trabajo adicional en el Core	Fuerza	Máxima		10	
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aeróbica			
4. Desplazamientos en diferentes velocidades en tiempos cortos		Anaeróbica		10	
5.	Velocidad	Máxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estática			
9. Estiramientos dinámicos céfalo-caudal al principio y final		Dinámica		10	

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Los niños harán conducción cuando lleguen a cada cono pararan pisando el balón y continuaran conduciendo.	Conducción		15	**Balón**
2. Debe llevar el balón de un pie al otro por la parte interna por medio de los conos.	Regate		15	
3. El niño saldrá corriendo pasara los conos del frente se devuelve y saldrá al cono del costado para esperar el pase y rematar.	Remate		15	
4. Combinando todos los ejercicios anteriores los niños conducirán de la misma y rematara.	Conducción, regate y remate		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



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

Fecha:	**20/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 2 pm A 4 pm**	**N° de sesión: 64**	**N° de semana: 22**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 6-8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Evaluar el nivel de motricidad en los niños de 6 a 9 años mediante el test de coordinación motriz 3JS y mirar su desarrollo.
Objetivo Especifico: Perfeccionar todos los movimientos motrices.
Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad		cooperativismo		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Juego de capacidades físicas	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1.	Fuerza	Máxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aeróbica			
		Anaeróbica			
5. Ejercicios de velocidad máxima distancia vs tiempo	Velocidad	Máxima		10	
6. Velocidad de desplazamiento en distancia determinada		Desplazamiento		10	
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estática			
9.		Dinámica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4. Movimientos armónicos en el momento de el desplazamiento de reacción	Orientación	**x**	10	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
				Balón
1. Se efectúa un circuito motriz y físico de 7 estaciones con movimientos motrices de desplazamiento, salto, movimientos laterales etc.	Conducción		15	
2. En este circuito de deberá conducir el balón en diferentes direcciones.	Pase		15	
3. Después de realizar el circuito harán un pase seguirán corriendo para en una de las estaciones se queden haciendo pases hacia la pared.	Recepción		15	
4. Siempre que terminen un ejercicio deberán realizar un pase salir al otro ejercicio y recepcionar el pase que le envié otro compañero	Capacidades coordinativas		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



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

Fecha:	**21/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 2 pm A 4 pm**	**N° de sesión: 65**	**N° de semana: 22**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 6-8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Fortalecer los elementos técnicos del deporte como parte importante para el desarrollo del juego.
Objetivo Especifico: Desarrollar la capacidad del pase con diferentes perfiles
Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad	**X**	cooperativismo		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Circuito de capacidad motriz	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1.	Fuerza	Máxima			
2. Fuerza en tren inferior con intervalos de velocidad		Explosiva		10	
3.	Resistencia	Aeróbica			
		Anaeróbica			
5.	Velocidad	Máxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estática			
9. Estiramientos dinámicos progresivos		Dinámica		10	

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6. Coordinar la reacción con velocidad de desplazamiento	Reacción	**x**	10	
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Juego de 3 * 3 en un cuadro determinado, seguido de un 5 vs 5 avanzando en el campo de juego.	Regate		15	**Balón**
2. En un juego de 3 vs 3 mientras unos están con el balón los otros deben de realizar fintas para poder quedar libres de marca para agarrar el balón.	Fintas		15	
3. Realizar un circuito motriz con escaleras y conos en zigzag.	Capacidades coordinativas		15	
4. Después de realizar el circuito el jugador debe rematar al arco con el perfil que el formador les indique	Remate		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



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

Fecha:	**22/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 2 pm A 4 pm**	**N° de sesión: 66**	**N° de semana: 22**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 6-8 años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General: Progresar en la conducción con el pase y la recepción para que a la hora de realizar el juego haya mayor coordinación en los elementos técnicos practicados.
Objetivo Especifico: Mejorar elementos técnicos en entrenamiento analitico y global
Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad	**X**	cooperativismo	**X**	Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	**X**

DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Movimientos Motrices con balón	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1. Fuerza máxima con reacción al salto	Fuerza	Máxima		10	
2.		Explosiva			
3. Resistencia prolongada con elementos técnicos	Resistencia	Aeróbica		10	
4.		Anaeróbica			
5.	Velocidad	Máxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estática			
9.		Dinámica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			**Balón**
2. Constancia del movimiento en conducción del balón	Ritmo	**x**	10	
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

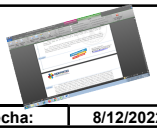
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. En un recuadro de 6*6 un equipo hará pases en diferentes direcciones tocando todos el balón, los otros marcan uno a uno haciendo solo seguimiento.	Pase		15	**Balón**
2. En parejas realizan conducción mientras el compañero retrocede realizando movimientos laterales hacia la derecha he izquierda.	Conducción		15	
3. Realizar conducción hacer el pase al formador y correr a rematar según donde el formador le envié el balón se hará a perfil derecho he izquierdo.	Remate		15	
4. En un 3*3 realizar una finta para desmarcarse y rematar a donde el formador le envié el balón	Fintas		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento	4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores	2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos	2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**8/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 4 pm A 6 pm**	**N° de sesión: 60**	**N° de semana: 20**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 9-12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General: Ejecutar movimientos específicos del deporte con el fin de mejorar en el juego para avanzar y rematar de la mejor manera.

Objetivo Especifico: Desarrollar el pase y el remate en el juego

Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad		cooperativismo		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Juegos de calentamiento	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1. Ejercicios de fuerza en tren inferior	Fuerza	Máxima		10	
2. Fuerza en tren inferior con intervalos de velocidad		Explosiva		10	
3.	Resistencia	Aeróbica			
4.		Anaeróbica			
5.	Velocidad	Máxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estática			
9.		Dinámica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Controlar los movimientos en virtud del espacio con los compañeros	Acoplamiento	X	10	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Harán un pase y los que están en el centro irán girando cada 2 minutos se hará cambio de roll haciendo conducción	Pase y Conducción		15	**Balón**
2. El niño saldrá hacia el balón frenara bruscamente pasara el pie derecho por encima del balón y saldrá hacia el mismo lado corriendo.	Regate		15	
3. Se para un compañero frente para hacer una finta moviéndose de un lado al otro.	Fintas		15	
4. Se realizara un ejercicio motriz el deportista debe recepcionar con pie izquierdo para rematar con pie derecho.	Remate		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**13/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 4 pm A 6 pm**	**N° de sesión: 61**		**N° de semana: 21**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**			**Edades: 9-12 años**
INICIACIÓN			**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General: Mejorar el saque y la recepción para así tener mejor control del pase y el remate en la elaboración del juego.

Objetivo Especifico: Aprender a ejecutar el saque de manera perfecta

Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad		cooperativismo		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Movilidad Motriz	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1.	Fuerza	Máxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aeróbica			
4.		Anaeróbica			
5.	Velocidad	Máxima			
6. Intervalos de velocidad en distancias distintas		Desplazamiento		10	
7.		Reacción			
8. Estiramientos céfalo-caudal al principio y final	Flexibilidad	Estática		10	
9.		Dinámica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Controlar los movimientos en virtud del espacio con los compañeros	Acoplamiento	X	10	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
				Balón
1. Se ubican cada uno a los lados de los deportistas, harán saque del fútbol de salón al compañero este recepcionara y hará pase al compañero..	Saque, recepción y pase		15	
2. Se harán pases de un lado al otro por medio de los conos para ir avanzando.	Recepción		15	
3. Harán un circuito con escalera y zigzag para llegar a rematar a gol.	Remate		15	
4. Sacaran de banda el otro recepcionara le devolverá con un pie al compañero este hará una pared y rematara el compañero que reciba esa pared.	Saque, recepción y pase		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



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

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

Fecha:	**14/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 4 pm A 6 pm**	**N° de sesión: 62**		**N° de semana: 21**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**			**Edades: 9-12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: Desarrollar la conducción con el pase y la recepción para que a la hora de realizar el juego haya mayor coordinación.							
Objetivo Especifico: Mejorar la conducción con las diferentes zonas del pie							
Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad		cooperativismo		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Coordinación motriz.	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1.	Fuerza	Máxima			
2.		Explosiva			
3. Desplazamientos en determinadas distancias	Resistencia	Aeróbica		10	
4.		Anaeróbica			
5.	Velocidad	Máxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estática			
9. Estiramientos dinámicos céfalo-caudal al principio y final		Dinámica		10	

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3. Ejercicios motrices con balón	Equilibrio	X	10	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Conducción y coordinación, 4 conos en cruz conducirá y hará pase al	Conducción		15	**Balón**
2. En parejas deberán simular el saque del futbol de salón para	Saque		15	**Conos**
3. En un circuito con conos y escaleras coordinativas realizar los	Coordinación motriz		15	
4. Los niños se desplazaran en diferentes direcciones sin estrellarse	Fintas		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**15/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 4 pm A 6 pm**	**N° de sesión: 63**	**N° de semana: 21**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 9-12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Combinar los elementos técnicos para tener una visión real del desarrollo del juego						
Objetivo Especifico: Precisar la ejecución de los distintas tipos de pase						
Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad		cooperativismo		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Movimientos Motrices	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1. Fuerza en tren inferior con trabajo adicional en el Core	Fuerza	Máxima		10	
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aeróbica			
4. Desplazamientos en diferentes velocidades en tiempos cortos		Anaeróbica		10	
5.	Velocidad	Máxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estática			
9. Estiramientos dinámicos céfalo-caudal al principio y final		Dinámica		10	

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Los niños harán conducción cuando lleguen a cada cono pararan pisando el balón y continuaran conduciendo.	Conducción		15	**Balón**
2. Debe llevar el balón de un pie al otro por la parte interna por medio de los conos.	Regate		15	
3. El niño saldrá corriendo pasara los conos del frente se devuelve y saldrá al cono del costado para esperar el pase y rematar.	Remate		15	
4. Combinando todos los ejercicios anteriores los niños conducirán de la misma y rematara.	Conducción, regate y remate		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



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

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

Fecha:	**20/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 4 pm A 6 pm**	**N° de sesión: 64**	**N° de semana: 22**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 9-12 años**
INICIACIÓN			**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Evaluar el nivel de motricidad en los niños de 6 a 9 años mediante el test de coordinación motriz 3JS y mirar su desarrollo.
Objetivo Especifico: Perfeccionar todos los movimientos motrices.
Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad		cooperativismo		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Juego de capacidades físicas	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1.	Fuerza	Máxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aeróbica			
		Anaeróbica			
5. Ejercicios de velocidad máxima distancia vs tiempo	Velocidad	Máxima		10	
6. Velocidad de desplazamiento en distancia determinada		Desplazamiento		10	
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estática			
9.		Dinámica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4. Movimientos armónicos en el momento de el desplazamiento de reacción	Orientación	**x**	10	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
				Balón
1. Se efectúa un circuito motriz y físico de 7 estaciones con movimientos motrices de desplazamiento, salto, movimientos laterales etc.	Conducción		15	
2. En este circuito de deberá conducir el balón en diferentes direcciones.	Pase		15	
3. Después de realizar el circuito harán un pase seguirán corriendo para en una de las estaciones se queden haciendo pases hacia la pared.	Recepción		15	
4. Siempre que terminen un ejercicio deberán realizar un pase salir al otro ejercicio y recepcionar el pase que le envié otro compañero	Capacidades coordinativas		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**21/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 4 pm A 6 pm**	**N° de sesión: 65**	**N° de semana: 22**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 9-12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Fortalecer los elementos técnicos del deporte como parte importante para el desarrollo del juego.

Objetivo Especifico: Desarrollar la capacidad del pase con diferentes perfiles

Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad	**X**	cooperativismo		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Circuito de capacidad motriz	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1.	Fuerza	Máxima			
2. Fuerza en tren inferior con intervalos de velocidad		Explosiva		10	
3.	Resistencia	Aeróbica			
		Anaeróbica			
5.	Velocidad	Máxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estática			
9. Estiramientos dinámicos progresivos		Dinámica		10	

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6. Coordinar la reacción con velocidad de desplazamiento	Reacción	**x**	10	
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Juego de 3 * 3 en un cuadro determinado, seguido de un 5 vs 5 avanzando en el campo de juego.	Regate		15	**Balón**
2. En un juego de 3 vs 3 mientras unos están con el balón los otros deben de realizar fintas para poder quedar libres de marca para agarrar el balón.	Fintas		15	
3. Realizar un circuito motriz con escaleras y conos en zigzag.	Capacidades coordinativas		15	
4. Después de realizar el circuito el jugador debe rematar al arco con el perfil que el formador les indique	Remate		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



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

Fecha:	**20/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 4 pm A 6 pm**	**N° de sesión: 64**	**N° de semana: 22**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 9-12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Evaluar el nivel de motricidad en los niños de 6 a 9 años mediante el test de coordinación motriz 3JS y mirar su desarrollo.
Objetivo Especifico: Perfeccionar todos los movimientos motrices.
Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	X	Convivencia		Autodisciplina	X	Participación	X
Honestidad		cooperativismo		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento		Juego Limpio	X	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	x	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	x	5	
3. Juego de capacidades físicas	Calentamiento	x	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1.	Fuerza	Máxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aeróbica			
		Anaeróbica			
5. Ejercicios de velocidad máxima distancia vs tiempo	Velocidad	Máxima		10	
6. Velocidad de desplazamiento en distancia determinada		Desplazamiento		10	
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estática			
9.		Dinámica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4. Movimientos armónicos en el momento de el desplazamiento de reacción	Orientación	x	10	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
				Balón
1. Se efectúa un circuito motriz y físico de 7 estaciones con movimientos motrices de desplazamiento, salto, movimientos laterales etc.	Conducción		15	
2. En este circuito de deberá conducir el balón en diferentes direcciones.	Pase		15	
3. Después de realizar el circuito harán un pase seguirán corriendo para en una de las estaciones se queden haciendo pases hacia la pared.	Recepción		15	
4. Siempre que terminen un ejercicio deberán realizar un pase salir al otro ejercicio y recepcionar el pase que le envié otro compañero	Capacidades coordinativas		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**21/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 4 pm A 6 pm**	**N° de sesión: 65**	**N° de semana: 22**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 9-12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Fortalecer los elementos técnicos del deporte como parte importante para el desarrollo del juego.

Objetivo Especifico: Desarrollar la capacidad del pase con diferentes perfiles

Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad	**X**	cooperativismo		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Circuito de capacidad motriz	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1.	Fuerza	Máxima			
2. Fuerza en tren inferior con intervalos de velocidad		Explosiva		10	
3.	Resistencia	Aeróbica			
		Anaeróbica			
5.	Velocidad	Máxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estática			
9. Estiramientos dinámicos progresivos		Dinámica		10	

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6. Coordinar la reacción con velocidad de desplazamiento	Reacción	**x**	10	
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Juego de 3 * 3 en un cuadro determinado, seguido de un 5 vs 5 avanzando en el campo de juego.	Regate		15	**Balón**
2. En un juego de 3 vs 3 mientras unos están con el balón los otros deben de realizar fintas para poder quedar libres de marca para agarrar el balón.	Fintas		15	
3. Realizar un circuito motriz con escaleras y conos en zigzag.	Capacidades coordinativas		15	
4. Después de realizar el circuito el jugador debe rematar al arco con el perfil que el formador les indique	Remate		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**22/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 4 pm A 6 pm**	**N° de sesión: 66**	**N° de semana: 22**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 9-12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Progresar en la conducción con el pase y la recepción para que a la hora de realizar el juego haya mayor coordinación en los elementos técnicos practicados.

Objetivo Especifico: Mejorar elementos técnicos en entrenamiento analítico y global

Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad	**X**	cooperativismo	**X**	Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	**X**

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Movimientos Motrices con balón	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1. Fuerza máxima con reacción al salto	Fuerza	Máxima		10	
2.		Explosiva			
3. Resistencia prolongada con elementos técnicos	Resistencia	Aeróbica		10	
4.		Anaeróbica			
5.	Velocidad	Máxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estática			
9.		Dinámica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			**Balón**
2. Constancia del movimiento en conducción del balón	Ritmo	**x**	10	
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. En un recuadro de 6*6 un equipo hará pases en diferentes direcciones tocando todos el balón, los otros marcan uno a uno haciendo solo seguimiento.	Pase		15	**Balón**
2. En parejas realizan conducción mientras el compañero retrocede realizando movimientos laterales hacia la derecha he izquierda.	Conducción		15	
3. Realizar conducción hacer el pase al formador y correr a rematar según donde el formador le envié el balón se hará a perfil derecho he izquierdo.	Remate		15	
4. En un 3*3 realizar una finta para desmarcarse y rematar a donde el formador le envié el balón	Fintas		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**6/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 6 pm A 8 pm**	**N° de sesión: 58**		**N° de semana: 20**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**			**Edades: 13-17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**

Objetivo General: Perfeccionar los elementos técnicos esenciales para el buen desarrollo del juego.

Objetivo Especifico: Desarrollar los elementos técnicos practicados

Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	llamado a lista	X	5	Conos
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	X	5	Aros
3. Juego de Calentamiento corporal	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1.	Fuerza	Máxima			
2.		Explosiva			
3. Circuito motriz en trote con intervalos de 5 minutos	Resistencia	Aeróbica	X	15	
4.		Anaeróbica			
5.	Velocidad	Máxima			
6.		Desplazamiento			
7. Desplazamiento en velocidad a punto delimitado al sonido del silbato		Reacción	X	10	
8.	Flexibilidad	Estática			
9.		Dinámica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			Escaleras motrices
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4. Movimientos armónicos en el momento de el desplazamiento de reacción	Orientación	X	5	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. En una distancia de 20 metros en parejas se realizara pase con borde interno, borde externo y elevado.	Pase		15	Balones
2. Conducción en 20 metros entregando el balón y se devuelve haciendo temporización, después conducirá el balón pisándolo.	Conducción		15	Conos
3. Un compañero avanzara haciendo pase mientras el otro recpcionara el balón.	Pase y recepción		15	
4. Irán hasta la mitad conduciendo y realizaran un pase al compañero recepción se devuelve conduciendo hasta llegar al inicio.	Conducción Pase y recepción		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**7/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 6 pm A 8 pm**	**N° de sesión: 59**		**N° de semana: 20**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**			**Edades: 13-17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**

Objetivo General: Mejorar y controlar los movimientos de un regate para que se vea reflejado a la hora del juego.

Objetivo Especifico: Fortalecer la conducción con punta de pie y pisando el balón

Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Llamado a lista por parte del formador	Llamado a lista	X	4	
2. Movilidad de cada segmento del cuerpo	Movilidad Articular	X	6	
3. Juegos de calentamiento corporal	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Físicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestación**			
1.	Fuerza	Máxima			
2.		Explosiva	X	10	
3.	Resistencia	Aeróbica			
4. Velocidad de desplazamiento en tramos cortos		Anaeróbica			
5.	Velocidad	Máxima			
6.		Desplazamiento			
7. Velocidad de reaxxion con distintos estimulos		Reacción	X	10	
8.	Flexibilidad	Estática			
9.		Dinámica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7. Adaptación a los movimientos del juego	Adaptación	X	10	
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

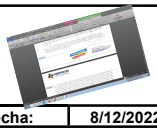
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Técnico	Táctico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Los deportistas pasaran el balon de pie a pie con borde interno y avanzaran luego pasaran el pie izquierdo y y luego el pie derecho por encima del balón.	Regate		15	Balones Conos
2. Pasaran conduciendo en forma de zig zag sin tocar los conos, conducirán con punta del pie y pisando el balón.	Conducción		15	
3. Ahora pasaran los pies por encima del balón realizando saltos sin tocar el balón, pisaran el balón y giraran.	Fintas		15	
4. El deportista hará un pase al formado este le devolverá el pase enfrentara un obstáculo hará un regate y rematara a gol, se variara el lado a ejecutar.	Remate		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**8/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 6 pm A 8 pm**	**N° de sesión: 60**	**N° de semana: 20**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 13-17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		**X**

Objetivo General: Ejecutar movimientos específicos del deporte con el fin de mejorar en el juego para avanzar y rematar de la mejor manera.

Objetivo Especifico: Desarrollar el pase y el remate en el juego

Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad		cooperativismo		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Juegos de calentamiento	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1. Ejercicios de fuerza en tren inferior	Fuerza	Máxima		10	
2. Fuerza en tren inferior con intervalos de velocidad		Explosiva		10	
3.	Resistencia	Aeróbica			
4.		Anaeróbica			
5.	Velocidad	Máxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estática			
9.		Dinámica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Controlar los movimientos en virtud del espacio con los compañeros	Acoplamiento	X	10	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
				Balón
1. Harán un pase y los que están en el centro irán girando cada 2 minutos se hará cambio de roll haciendo conducción	Pase y Conducción		15	
2. El niño saldrá hacia el balón frenara bruscamente pasara el pie derecho por encima del balón y saldrá hacia el mismo lado corriendo.	Regate		15	
3. Se para un compañero frente para hacer una finta moviéndose de un lado al otro.	Fintas		15	
4. Se realizara un ejercicio motriz el deportista debe recepcionar con pie izquierdo para rematar con pie derecho.	Remate		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**13/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 6 pm A 8 pm**	**N° de sesión: 61**	**N° de semana: 21**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 13-17 años**
INICIACIÓN			**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Mejorar el saque y la recepción para así tener mejor control del pase y el remate en la elaboración del juego.

Objetivo Especifico: Aprender a ejecutar el saque de manera perfecta

Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad		cooperativismo		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Movilidad Motriz	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1.	Fuerza	Máxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aeróbica			
4.		Anaeróbica			
5.	Velocidad	Máxima			
6. Intervalos de velocidad en distancias distintas		Desplazamiento		10	
7.		Reacción			
8. Estiramientos céfalo-caudal al principio y final	Flexibilidad	Estática		10	
9.		Dinámica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Controlar los movimientos en virtud del espacio con los compañeros	Acoplamiento	X	10	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
				Balón
1. Se ubican cada uno a los lados de los deportistas, harán saque del fútbol de salón al compañero este recepcionara y hará pase al compañero..	Saque, recepción y pase		15	
2. Se harán pases de un lado al otro por medio de los conos para ir avanzando.	Recepción		15	
3. Harán un circuito con escalera y zigzag para llegar a rematar a gol.	Remate		15	
4. Sacaran de banda el otro recepcionara le devolverá con un pie al compañero este hará una pared y rematara el compañero que reciba esa pared.	Saque, recepción y pase		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**14/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 6 pm A 8 pm**	**N° de sesión: 62**	**N° de semana: 21**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 13-17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar la conducción con el pase y la recepción para que a la hora de realizar el juego haya mayor coordinación.						
Objetivo Especifico: Mejorar la conducción con las diferentes zonas del pie						
Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad		cooperativismo		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Coordinación motriz.	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1.	Fuerza	Máxima			
2.		Explosiva			
3. Desplazamientos en determinadas distancias	Resistencia	Aeróbica		10	
4.		Anaeróbica			
5.	Velocidad	Máxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estática			
9. Estiramientos dinámicos céfalo-caudal al principio y final		Dinámica		10	

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3. Ejercicios motrices con balón	Equilibrio	X	10	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Conducción y coordinación, 4 conos en cruz conducirá y hará pase al	Conducción		15	**Balón**
2. En parejas deberán simular el saque del futbol de salón para	Saque		15	**Conos**
3. En un circuito con conos y escaleras coordinativas realizar los	Coordinación motriz		15	
4. Los niños se desplazaran en diferentes direcciones sin estrellarse	Fintas		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**15/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 6 pm A 8 pm**	**N° de sesión: 63**	**N° de semana: 21**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 13-17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Combinar los elementos técnicos para tener una visión real del desarrollo del juego						
Objetivo Especifico: Precisar la ejecución de los distintas tipos de pase						
Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad		cooperativismo		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Movimientos Motrices	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1. Fuerza en tren inferior con trabajo adicional en el Core	Fuerza	Máxima		10	
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aeróbica			
4. Desplazamientos en diferentes velocidades en tiempos cortos		Anaeróbica		10	
5.	Velocidad	Máxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estática			
9. Estiramientos dinámicos céfalo-caudal al principio y final		Dinámica		10	

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Los niños harán conducción cuando lleguen a cada cono pararan pisando el balón y continuaran conduciendo.	Conducción		15	**Balón**
2. Debe llevar el balón de un pie al otro por la parte interna por medio de los conos.	Regate		15	
3. El niño saldrá corriendo pasara los conos del frente se devuelve y saldrá al cono del costado para esperar el pase y rematar.	Remate		15	
4. Combinando todos los ejercicios anteriores los niños conducirán de la misma y rematara.	Conducción, regate y remate		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



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

Fecha:	**20/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 6 pm A 8 pm**	**N° de sesión: 64**	**N° de semana: 22**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 13-17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Evaluar el nivel de motricidad en los niños de 6 a 9 años mediante el test de coordinación motriz 3JS y mirar su desarrollo.
Objetivo Especifico: Perfeccionar todos los movimientos motrices.
Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad		cooperativismo		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Juego de capacidades físicas	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1.	Fuerza	Máxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aeróbica			
		Anaeróbica			
5. Ejercicios de velocidad máxima distancia vs tiempo	Velocidad	Máxima		10	
6. Velocidad de desplazamiento en distancia determinada		Desplazamiento		10	
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estática			
9.		Dinámica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4. Movimientos armónicos en el momento de el desplazamiento de reacción	Orientación	**x**	10	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
				Balón
1. Se efectúa un circuito motriz y físico de 7 estaciones con movimientos motrices de desplazamiento, salto, movimientos laterales etc.	Conducción		15	
2. En este circuito de deberá conducir el balón en diferentes direcciones.	Pase		15	
3. Después de realizar el circuito harán un pase seguirán corriendo para en una de las estaciones se queden haciendo pases hacia la pared.	Recepción		15	
4. Siempre que terminen un ejercicio deberán realizar un pase salir al otro ejercicio y recepcionar el pase que le envié otro compañero	Capacidades coordinativas		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**21/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 6 pm A 8 pm**	**N° de sesión: 65**	**N° de semana: 22**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 13-17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: Fortalecer los elementos técnicos del deporte como parte importante para el desarrollo del juego.

Objetivo Especifico: Desarrollar la capacidad del pase con diferentes perfiles

Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad	**X**	cooperativismo		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Circuito de capacidad motriz	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1.	Fuerza	Máxima			
2. Fuerza en tren inferior con intervalos de velocidad		Explosiva		10	
3.	Resistencia	Aeróbica			
		Anaeróbica			
5.	Velocidad	Máxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estática			
9. Estiramientos dinámicos progresivos		Dinámica		10	

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6. Coordinar la reacción con velocidad de desplazamiento	Reacción	**x**	10	
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Juego de 3 * 3 en un cuadro determinado, seguido de un 5 vs 5 avanzando en el campo de juego.	Regate		15	**Balón**
2. En un juego de 3 vs 3 mientras unos están con el balón los otros deben de realizar fintas para poder quedar libres de marca para agarrar el balón.	Fintas		15	
3. Realizar un circuito motriz con escaleras y conos en zigzag.	Capacidades coordinativas		15	
4. Después de realizar el circuito el jugador debe rematar al arco con el perfil que el formador les indique	Remate		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



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

Fecha:	**22/12/2022**	**Lugar: Escuela el Porvenir**	**Municipio: Ubalá**	**Hora: 6 pm A 8 pm**	**N° de sesión: 66**	**N° de semana: 22**
Nombre del Formador: Miller Adrian Ruiz Aguilera				**N° de deportistas:**		**Edades: 13-17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Progresar en la conducción con el pase y la recepción para que a la hora de realizar el juego haya mayor coordinación en los elementos técnicos practicados.						
Objetivo Especifico: Mejorar elementos técnicos en entrenamiento analitico y global						
Objetivo Técnico o Táctico (únicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		Convivencia		Autodisciplina	**X**	Participación	**X**
Honestidad	**X**	cooperativismo	**X**	Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio	**X**	Recompensa	**X**

DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Llamado a lista y explicación de la sesión	Introducción a la clase	**x**	5	
2. Movilidad articular céfalo-caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
3. Movimientos Motrices con balón	Calentamiento	**x**	10	
4.				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Físicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestación**			
1. Fuerza máxima con reacción al salto	Fuerza	Máxima		10	
2.		Explosiva			
3. Resistencia prolongada con elementos técnicos	Resistencia	Aeróbica		10	
4.		Anaeróbica			
5.	Velocidad	Máxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estática			
9.		Dinámica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			**Balón**
2. Constancia del movimiento en conducción del balón	Ritmo	**x**	10	
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Básicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Técnico**	**Táctico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. En un recuadro de 6*6 un equipo hará pases en diferentes direcciones tocando todos el balón, los otros marcan uno a uno haciendo solo seguimiento.	Pase		15	**Balón**
2. En parejas realizan conducción mientras el compañero retrocede realizando movimientos laterales hacia la derecha he izquierda.	Conducción		15	
3. Realizar conducción hacer el pase al formador y correr a rematar según donde el formador le envié el balón se hará a perfil derecho he izquierdo.	Remate		15	
4. En un 3*3 realizar una finta para desmarcarse y rematar a donde el formador le envié el balón	Fintas		15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Estiramiento		4	Estiramientos de forma céfalo-caudal	
2. Retroalimentación de la clase valores		2	Fortalezas y debilidades	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		2	Habilidades adquiridas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		2	Errores técnicos por mejorar	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz

ANEXO 12 OBLIGACIÓN 8



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				DICIEMBRE			MUNICIPIO: UBALA CUNDINAMARCA (VEREDA SAN JOSE)		
LUGAR:				ESCUELA EL PORVENIR			HORARIO DE PRACTICA:		DE 2:00PM A 4:00PM
NIVEL				INICIACIÓN	x	FUNDAMENTACIÓN			PERFECCIONAMIENTO
CLASES				Semana de 5 al 11		Semana de 12 al 18	Semana de 19 al 24		
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO			x	x		
			RESPONSABILIDAD	x					
			COMPAÑERISMO				x		
			JUSTICIA	x		x			
			COOPERACION				x		
			LEALTAD						
			TRABAJO EN EQUIPO			x	x		
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD			x			
			OBEDIENCIA	x			x		
			AUTODISCIPLINA	x		x	x		
			PARTICIPACIÓN	x					
			PERSEVERANCIA			x	x		
			AUTODOMINIO				x		
			RECOMPENSA	x					
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCION	x		x	x		
			MOVILIDAD ARTICULAR	x			x		
			CALENTAMIENTO	x		x	x		
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	x					
			RITMO				x		
			EQUILIBRIO						
			ORIENTACION	x		x			
			DIFERENCIACION				x		
			REACCIÓN				x		
			ADAPTACIÓN	x		x			
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA				x		
			VELOCIDAD	x		x	x		
			FLEXIBILIDAD				x		
			RESISTENCIA	x		x			
		ELEMENTOS TÉCNICOS	CONTROL			x			
			REMATE				x		
			PASE	x		x	x		
			REGATE						
			CONDUCCION				x		
		ELEMENTOS TACTICOS	CONCEPTOS DEFENCIVOS	x					
			CONCEPTOS OFENCIVOS			x	x		
			CONCEPTOS GENERALES						
			TRANCICIONES RAPIDAS EN ATAQUE						
			TRABAJO EN EQUIPO	x			x		
						x			
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	x			x		
			JUEGOS TRADICIONALES			x			
			ACTIVIDADES ARTISTICAS	x			x		
			CIRCUITOS RECREATIVOS			x	x		
			FESTIVALES RECREATIVOS						
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	x		x			
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	x			x		

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				DICIEMBRE		MUNICIPIO: UBALA CUNDINAMARCA (VEREDA SAN JOSE)	
LUGAR:				ESCUELA EL PORVENIR		HORARIO DE PRACTICA:	DE 4:00PM A 6:00PM
NIVEL				INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÒN X	PERFECCIONAMIENTO
CLASES				Semana de 5 al 11	Semana de 12 al 18	Semana de 19 al 24	
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	X	X	X	
			RESPONSABILIDAD	X		X	
			COMPAÑERISMO	X	X	X	
			JUSTICIA				
			COOPERACION	X	X	X	
			LEALTAD	X	X		
			TRABAJO EN EQUIPO			X	
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD	X	X		
			OBEDIENCIA		X		
			AUTODISCIPLINA			X	
			PARTICIPACIÓN	X	X		
			PERSEVERANCIA			X	
			AUTODOMINIO		X	X	
			RECOMPENSA	X			
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCION	X	X	X	
			MOVILIDAD ARTICULAR	X	X	X	
			CALENTAMIENTO	X	X	X	
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO			X	
			RITMO		X		
			EQUILIBRIO	X			
			ORIENTACION	X	X	X	
			DIFERENCIACION	X			
			REACCIÓN			X	
			ADAPTACIÓN	X	X		
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA			X	
			VELOCIDAD		X	X	
			FLEXIBILIDAD	X	X	X	
			RESISTENCIA	X	X		
		ELEMENTOS TÉCNICOS	CONTROL			X	
			REMATE			X	
			PASE	X	X	X	
			REGATE				
			CONDUCCION	X	X	X	
		ELEMENTOS TACTÍCOS	CONCEPTOS DEFENCIVOS				
			CONCEPTOS OFENCIVOS	X	X		
			CONCEPTOS GENERALES			X	
			TRANCICIONES RAPIDAS EN ATAQUE		X		
			TRABAJO EN EQUIPO			X	
				X	X		
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	X		X	
			JUEGOS TRADICIONALES	X	X	X	
			ACTIVIDADES ARTISTICAS	X			
			CIRCUITOS RECREATIVOS	X	X	X	
			FESTIVALES RECREATIVOS				
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	X	X	X	
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	X	X	X	

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				DICIEMBRE		MUNICIPIO: UBALA CUNDINAMARCA (VEREDA SAN JOSE)		
LUGAR:				ESCUELA EL PORVENIR		HORARIO DE PRACTICA:	DE 6:00PM A 8:00PM	
NIVEL				INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	PERFECCIONAMIENTO	X
			CLASES	Semana de 5 al 11	Semana de 12 al 18	Semana de 19 al 24		
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	X		X		
			RESPONSABILIDAD	X	X	X		
			COMPAÑERISMO		X			
			JUSTICIA			X		
			COOPERACION	X	X	X		
			LEALTAD	X	X			
			TRABAJO EN EQUIPO			X		
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD	X	X			
			OBEDIENCIA			X		
			AUTODISCIPLINA	X				
			PARTICIPACIÓN	X	X			
			PERSEVERANCIA			X		
			AUTODOMINIO		X			
			RECOMPENSA	X		X		
	PARTE INICIAL	INICIO	INTRODUCCION		X			
			MOVILIDAD ARTICULAR	X	X	X		
			CALENTAMIENTO		X	X		
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	X	X			
			RITMO					
			EQUILIBRIO					
			ORIENTACION	X	X	X		
			DIFERENCIACION					
			REACCIÓN	X		X		
			ADAPTACIÓN	X	X			
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA			X		
			VELOCIDAD	X	X			
			FLEXIBILIDAD	X		X		
			RESISTENCIA		X			
		ELEMENTOS TÉCNICOS	CONTROL	X		X		
			REMATE	X				
			PASE		X	X		
			REGATE			X		
			CONDUCCION	X	X	X		
		ELEMENTOS TACTICOS	CONCEPTOS DEFENCIVOS		X			
			CONCEPTOS OFENCIVOS			X		
			CONCEPTOS GENERALES	X				
			TRANCICIONES RAPIDAS EN ATAQUE		X	X		
			TRABAJO EN EQUIPO	X				
					X	X		
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	X	X			
			JUEGOS TRADICIONALES		X	X		
			ACTIVIDADES ARTISTICAS	X				
			CIRCUITOS RECREATIVOS			X		
			FESTIVALES RECREATIVOS	X	X			
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO		X			
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	X	X	X		

FIRMA FORMADOR: Miller Ruiz

ANEXO 13 OBLIGACIÓN 9

FUTBOL DE SALÒN UBALÀ											
TOMA DE PRUEBAS FISICAS											
	FEBRERO	**MARZO**	**ABRIL**	**MAYO**	**JUNIO**	**JULIO**	**AGOSTO**	**SEPTIEMBRE**	**OCTUBRE**	**NOVIEMBRE**	**DICIEMBRE**
PRUEBA DE ENTRADA				X							
PRUEBAS CONTROL									X		
PRUEBAS FINALES											X

FORMADOR	**MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA**

EL JEFE DE LA OFICINA DE DEPORTE, CULTURA Y TURISMO DE LA ALCALDÍA DE UBALÁ

HACE CONSTAR:

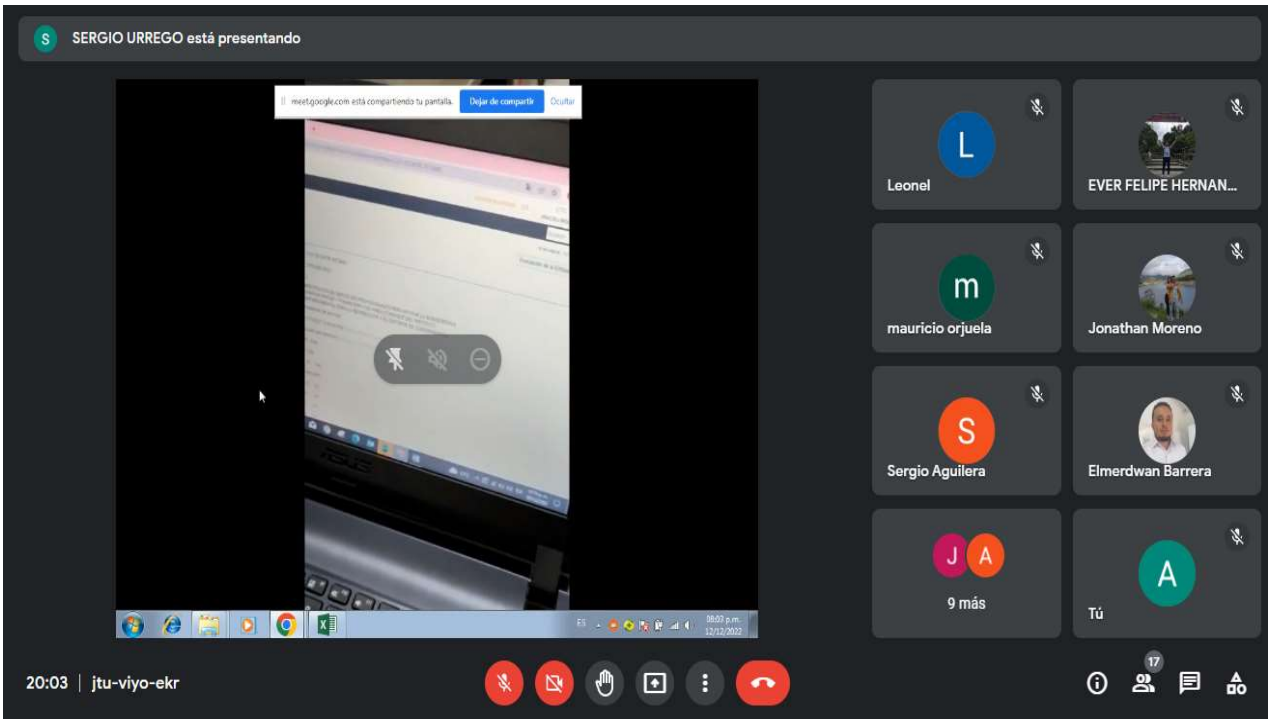
Que **MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA**, identificado con cedula de ciudadanía No. **80.214.700 de Bogotá**, presto sus servicios **DE APOYO A LA GESTIÓN DE FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA CON EL MARCO DE PLAN DE DESARROLLO "CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA" PARA EL CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES-CUNDINAMARCA COMO FORMADOR DEPORTIVO DE FUTBOL DE SALÓN en la vereda SAN JOSE** durante el periodo comprendido entre el 01 de diciembre del 2022 al 24 de diciembre del 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo contrato.

La presente se expide a los 26 días del mes de diciembre del 2022

WILDER LINARES MORERA
Jefe Oficina Deporte, Cultura y Turismo

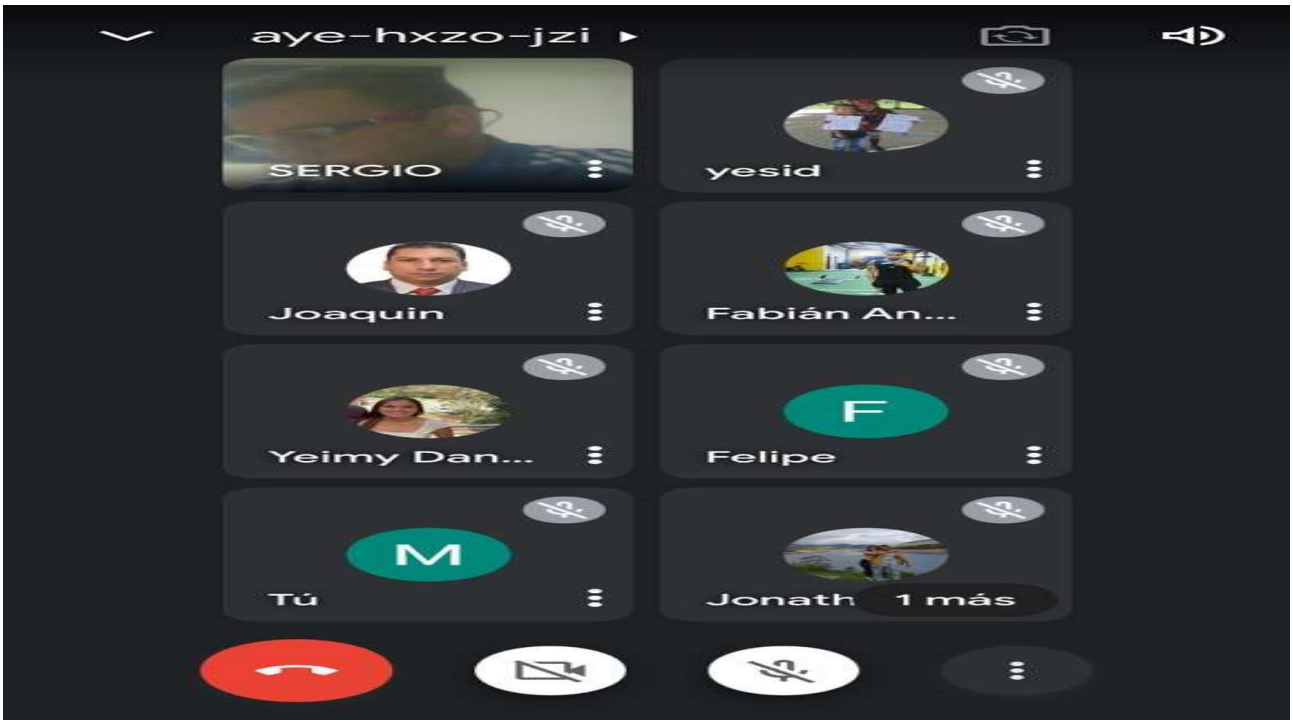
ANEXO 14, FOTOGRAFÍAS DE REUNIONES, OBLIGACIÓN 13

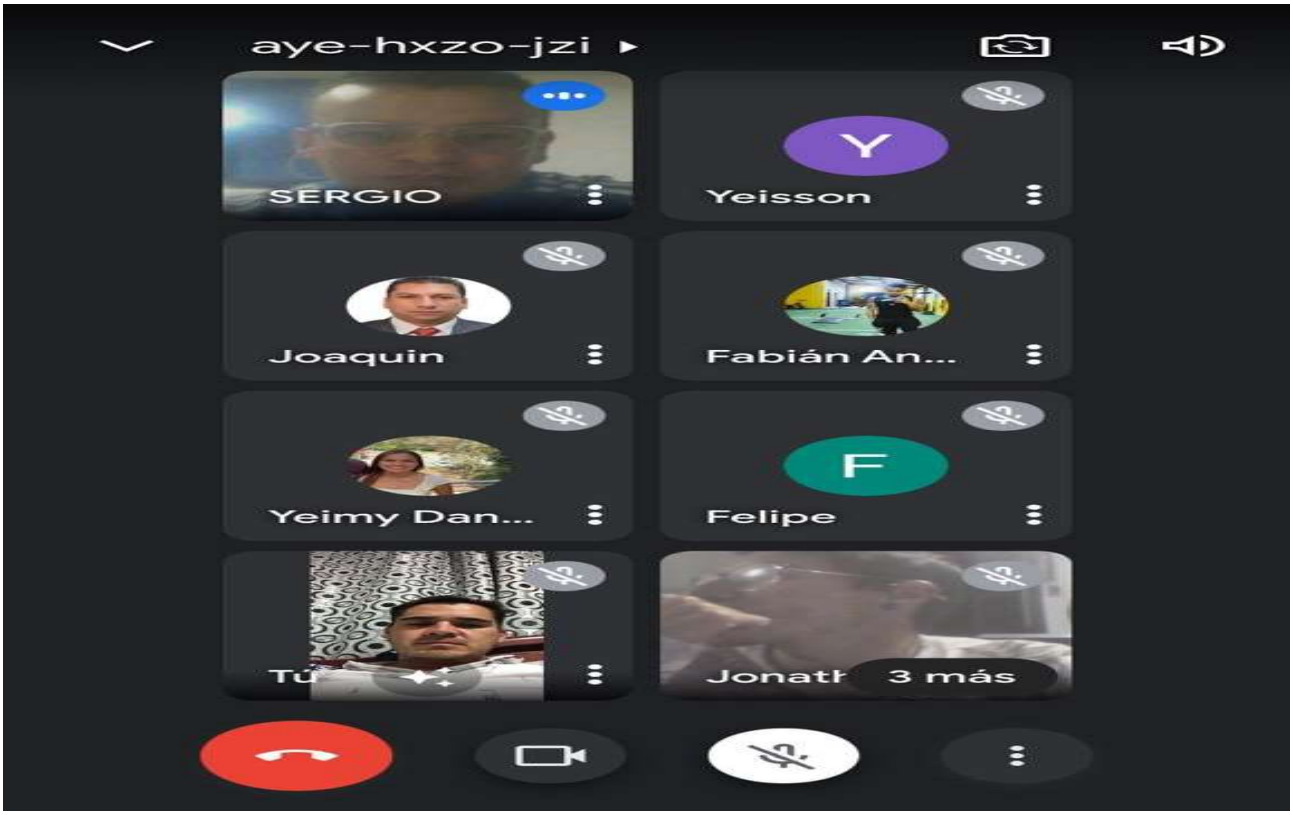
Reunión por Meet el día 12 de diciembre del 2022 hora 8:00 pm, control de seguimiento





Reunión por Meet el día 14 de diciembre del 2022 hora 8:00 pm, control de seguimiento





CIERRE DE ESCUELAS DE DEPORTE FORMATIVO 2022

INDEPORTES CUNDINAMARCA

Provincia: Guavio

Municipio: Ubalá

Presentado por:

Miller Adrian Ruiz

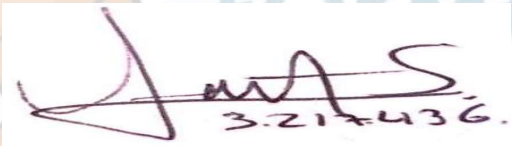
Arbey León

Sergio Aguilera

Jorge Castillo

Yesid Linares

Patricia Galvis



Revisado y aprobado por:

SERGIO ALEXANDER URREGO

Ubalá - Cundinamarca

Diciembre de 2022

Introducción

El festival del deporte formativo, es el evento con el cual se da el cierre al programa del deporte formativo en la vigencia 2022, en el cual se cumplió con las etapas de planeación, organización, dirección y control, realizando acciones de capacitación por parte del coordinador del programa el Lic. Cesar Soler, reuniones de trabajo por parte de los formadores de cada municipio en el cual se establecieron diferentes roles y responsabilidades, socialización con los directores de deportes y alcaldes municipales, padres de familia y por supuesto con los 24.000 niños, niñas y adolescentes beneficiados del programa, ubicados en los 116 municipios del departamento, acompañados de los 523 formadores deportivos, 12 gestores provinciales, los coordinadores y el personal técnico de apoyo del programa.

Durante el festival del deporte formativo se realizaron actividades para los tres niveles de formación (iniciación, fundamentación y perfeccionamiento), para los deportes de conjunto e individuales, quienes participaron en actividades de bienvenida con una recreación dirigida, juegos predeportivos, reto de habilidades, relevos, carrera de colores entre otras actividades, que permitió a los deportistas poner en escena sus habilidades y destrezas.

Las personas que participaron en el evento recibieron por parte de INDEPORTES Cundinamarca hidratación, refrigerio y almuerzo, adicional de premio con una medalla a los tres deportistas con mejor puntuación por cada nivel de formación. Al final del documento encontrara las respectivas evidencias, que dan soporte al cumplimiento de lo planeado por parte de la coordinación del programa.



Objetivos

Objetivo general

Desarrollar un festival del deporte formativo en los 116 municipios del departamento de Cundinamarca, como cierre del programa del deporte formativo de INDEPORTES, en el cual se beneficien los 24.000 niños, niñas y adolescentes del departamento, por medio de actividades predeportivas y recreativas.

Objetivos específicos

1. Planear y organizar un festival deportivo en cada municipio, con las escuelas de formación que lideran los formadores deportivos de INDEPORTES Cundinamarca.

2. Realizar actividades predeportivas y recreativas, donde los deportistas pongan el practica sus habilidades y destrezas.

3. Elaborar y entregar el informe del evento bajo los parámetros establecidos por la coordinación del programa.

Estructura organizacional

ENCARGADO	ROL
Yesid Linares	Coordinador del municipio
Cesar Soler	Coordinador Técnico
Alex Urrego	Coordinador logístico
Adrian Ruiz y Sergio Aguilera	Seguimiento Fílmico
Jorge Castillo y Arbey León	Registro fotográfico

Cronograma

ACTIVIDAD	Fecha
Reunión de organización formadores	15 de noviembre
socialización con director o coordinador del municipio	17 de noviembre
Difusión con beneficiarios y padres de familia	6 de diciembre
Alistamiento de material	12-13-Y 14 de diciembre del 2022
Desarrollo del evento	16 de diciembre de 2022
Consolidación y entrega del informe	19 de diciembre

Diseño metodológico



#DeporteQueProgresa

Festivales Deportivos x Municipio

- Bienvenida
- Recreación
- Prede- Deportivos

- NIVEL INICIACION
- NIVEL FUNDAMENTACION
- NIVEL PERFECCIONAMIENTO

1. BIENVENIDA DE LAS DELEGACIONES

2 RETO GYNCANA (circuito de habilidades)

META : 32- 119

4 EXPLOSION DE COLORES

3 FESTIVALES DEPORTIVOS

- Carrera De colores por niveles
- Lluvia de espuma
- Clausura y premiacion

- Juegos de pelota
- Juegos de marca
- Combate
- precisión

INDEPORTES CUNDINAMARCA REGIÓN Que Progresa!

#DeporteQueProgresa

FESTIVALES DEPORTIVOS

1ER MOMENTO | **BIENVENIDA Y CALENTAMIENTO**

OBJETIVO DE LA PRUEBA

Realizar la bienvenida de los participantes desarrollando actividades recreativas, se plantea desarrollar PREDEPORTIVOS por niveles: iniciación, fundamentación y perfeccionamiento, agrupando los diferentes rangos de edades..



INDEPORTES CUNDINAMARCA REGIÓN Que Progresa!

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

CUNDINAMARCA REGIÓN Que Progresa!

#DeporteQueProgresa

2ER MOMENTO | **2 RETO GYNCANA**

OBJETIVO DE LA PRUEBA

Evaluar el desempeño de los equipos participantes utilizando de manera combinada algunas **FORMAS BÁSICAS DE MOVIMIENTO**, a través de una secuencia de actividades a desarrollar **(CAMINAR, CORRER, PATEAR, LANZAR Y EQULIBRIO)** y su articulación con las capacidades físicas como **VELOCIDAD, FUERZA, RESISTENCIA**, con un grado de complejidad acorde a la edad de los participantes.

#DeporteQueProgresa

METODOLOGIA	• Se desarrollan pruebas de habilidades adaptadas • Se realizara socialización del reglamento a los participantes
REGLAMENTO	• Se participara por nivel de forma individual • Cada participante debe completar el circuito en el menor tiempo posible, • Para dar continuidad a la siguiente estación debe completar el reto y así el juez permitirá dar continuidad a la secuencia del circuito
CIRCUITO DE HABILIDADES	• Se diseñara circuito de gyncana de habilidades donde se establecerá una serie de pruebas de habilidades físicas para que cada equipo o grupo las ejecute en el menor tiempo posible cumpliendo con los retos estipulados

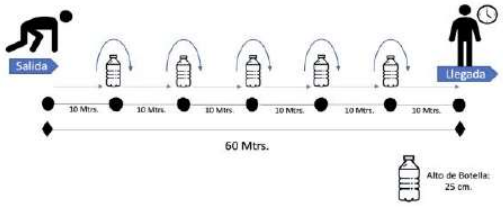
#DeporteQueProgresa

1RO CIRCUITO INICIACION

ESTACIONES PARA NIVEL INICIACION

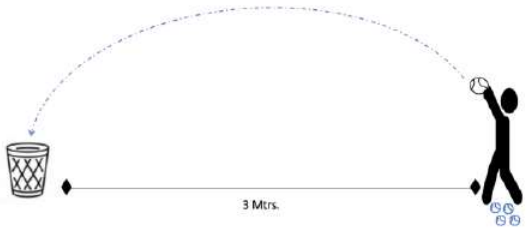
1. Estación N° 1. Carrera con obstáculo.
2. Estación N° 2. Lanzamientos.
3. Estación N° 3. Prueba de agilidad. .
4. Estación N° 4. Recepción de balón.
5. Estación N° 5. Carrera de relevos

ESTACIÓN N° 1. CARRERA DE OBSTÁCULOS. En un trayecto recto de sesenta (60) metros, se ubican cinco (5) obstáculos (altura de 25 centímetros, se sugieren botellas desechables de 600 ml o vallas (conos agujerados con bastón), llenas de algún elemento que genere estabilidad como arena o agua, cada uno ubicado a diez (10) metros de distancia. Para el desarrollo de la prueba, los participantes deberán ubicarse en la línea de salida de inicio del trayecto de sesenta (60) metros) en posición media y recorrer la distancia saltando con los piernas alternadas, cada uno de los obstáculos dispuestos hasta llegar a la meta.



#DeporteQueProgresa

ESTACIÓN N° 2
LANZAMIENTOS.
Se debe disponer un recipiente semejante a una caneca de pintura de 5 galones (aproximadamente 30 - 31 centímetros de diámetro). A una distancia de tres (3) metros con respecto al recipiente, se deben ubicar en el suelo cinco (5) pelotas del tamaño de una bola de tenis de campo (aproximadamente 7 centímetros de diámetro). El participante tendrá que lanzar cada una de las pelotas, cinco (5) en total, desde una distancia de tres (3) metros, intentando introducirlas en el recipiente dispuesto.

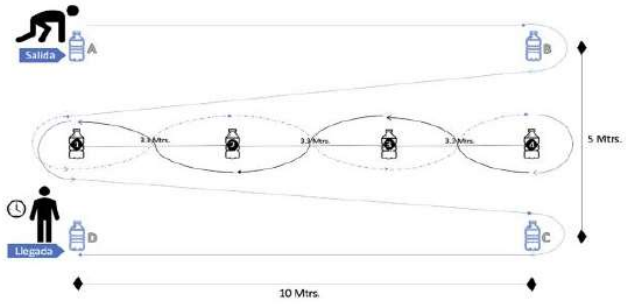


El puntaje para la estación 2 prueba de lanzamientos será de acuerdo al numero de pelotas encestada:
EJE : 1 cesta equivale 20 puntos para un total 100 puntos.

#DeporteQueProgresa

ESTACIÓN N° 3

PRUEBA DE AGILIDAD. Adaptado del Test de Agilidad Illinois. Se deben ubicar cuatro (4) señalizadores (se sugieren botellas desechables) formando un rectángulo de diez (10) metros de largo por cinco (5) metros de ancho, identificándolos como los puntos A, B, C y D; adicionalmente se deben ubicar cuatro (4) señalizadores (se sugieren botellas desechables) en el centro, a lo largo del rectángulo, con 3.3 metros de distancia entre ellos, identificándolos como puntos 1, 2, 3 y 4. A la señal, el participante ubicado de pie en el punto A (Salida) debe desplazarse hacia el punto B y luego hasta el 1 para realizar slalom (zigzag) entre los puntos 1, 2, 3 y 4 (ida y regreso), luego desplazarse hasta los puntos C y D (Llegada).

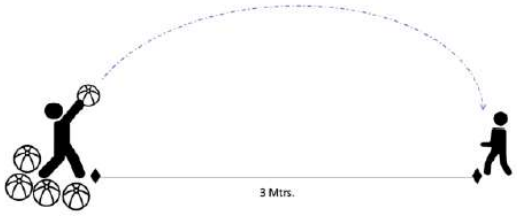


#DeporteQueProgresa

ESTACIÓN : 4

RECEPCIÓN DE BALÓN.

Se deben utilizar balones o pelotas en material plástico o vinil N° 4 (circunferencia aproximada de 60 – 65 cm.). El participante y el entrenador, o la persona designada, deben estar ubicados a una distancia de tres (3) metros entre ellos. Se debe lanzar la pelota o balón para que el participante intente atraparlo con sus dos manos, antes del que el elemento toque el suelo. Se realizarán cinco (5) lanzamientos y se otorgará un (1) punto por cada atrapada realizada.



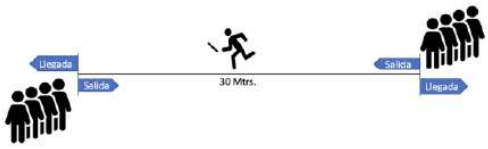
El puntaje para la estación 4 prueba de recepción será de acuerdo al numero de pelotas atrapadas:
EJE : 1 agarre equivale 20 puntos para un total 100 puntos.

INDEPORTES CUNDINAMARCA IREGIÓN Que Progresa!

#DeporteQueProgresa

ESTACIÓN N° 5.
CARRERA DE RELEVOS.

Se debe señalizar cada uno de los extremos (Salida y Llegada respectivamente) a cada lado, en una distancia recta de 30 metros. Así mismo, es necesario dividir el grupo en el mismo número de participantes y ubicarlos detrás de cada una de las señalizaciones (si el total es un número impar, se ubica un participante más en un extremo). Cada participante debe recorrer la distancia de treinta (30) metros portando el testigo, y habilita a su compañero para que inicie el recorrido una vez le haga entrega del testigo.



Unidad de medida :
Est 1-2-3-4: Se registra el tiempo individual de para el recorrido de las 4 estaciones , se toma los mejores 5 tiempos .
Est 5 :Se toma el tiempo por grupo por cada disciplina(N° personas participantes x grupo 12)

MATERIALES NECESARIOS

- 14 Botellas desechables de 600 ml o conos agujerados con estaca altura 25 cm
- 1 caneca de pintura o cesta plástica Diámetro (30-31)
- 5 pelotas de tenis 7 cm circunferencia
- 5 balones de circunferencia (60-65 cm)
- Cinta métrica
- Cronometro, pito y planillero
- Testigo de 30 cm (palo de escoba)

#DeporteQueProgresa

2DO CIRCUITO FUNDAMENTACION

- 1. La prueba da inicio en una maraña construida con medidas (3m X 6m x 30 cm alto), en ella el Participante realizará un recorrido de arrastre bajo, luego regresará saltando por arriba de la maraña para retornar nuevamente el arrastre bajo.

2.Durante el recorrido de la maraña el participante deberá llevar un balón medicinal de 4Kg empujándolo

- 3.Luego correrá por una distancia de 20 metros según, allí encontrara una superficie de 8 metros donde se realizará 3 rollos hacia delante.

4.Al llegar al final de la línea de los 8 metros de rollos, se regresara haciendo rollos nuevamente.

- 5.Luego correrá por una distancia de 16 metros hasta una línea demarcada para realizar los lanzamientos.

6.A una distancia de 10 metros realizará 6 lanzamientos o tiros de precisión a una distancia 3 mt con brazo derecho y 3 con brazo izquierdo. , lanzando un aro para meter en una estaca, por cada aro introducido en la estaca tendrá cinco puntos adicional., de lo contrario será penalizado restándole 25 puntos .

#DeporteQueProgresa

2DO CIRCUITO FUNDAMENTACION

- 7.Luego correrá una distancia de 20 mt y debe saltar tres obstáculos que están ubicados cada uno a 5- 10 – 15 y termina cuando llegue ala meta 20 metros las vallas estarán ubicadas diferentes altura (50 – 60 y 70 CM)

8.Durante el recorrido de los obstáculos el participante si no pasa cada uno de los retos deberá realizar10 flexiones de piernas para continuar al siguiente reto.

- 9 Luego un recorrido por una barra de equilibrio de 3 metros por un tablón de 10 cm de madera ubicado sobre 3 bloques de ladrillo.

10.Al finalizar el recorrido en la barra de equilibrio el participante deberá realizar 50 saltos con soga, si no logra realizar los saltos con soga deberá realizar 20 saltos continuos saltando una valla que esta una altura de 15 cm a pierna junta .

- 11.Luego pasar por un túnel construido por aros en cuadrupedia por una distancia de 10 metros hasta una línea demarcada para finalizar realizando bolos con el pie.

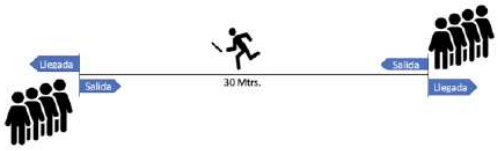
12.El participante procederá a patear un balón No 3 de futbol y tumbar 5 botellas de litro que estarán ubicada a 10 metros, el tiempo se detendrá cuando realice o termine los cinco intentos . *por cada pin o botella caída se otorgara cinco puntos adicional.* de lo contrario será penalizado restándole 5 puntos por pin o botella que quede en pie .

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA
CUNDINAMARCA IREGIÓN Que Progresa!

#DeporteQueProgresa

ESTACIÓN N° 5.
CARRERA DE RELEVOS.

Se debe señalizar cada uno de los extremos (Salida y Llegada respectivamente) a cada lado, en una distancia recta de 30 metros. Así mismo, es necesario dividir el grupo en el mismo número de participantes y ubicarlos detrás de cada una de las señalizaciones (si el total es un número impar, se ubica un participante más en un extremo). Cada participante debe recorrer la distancia de treinta (40) metros portando el testigo, y habilita a su compañero para que inicie el recorrido una vez le haga entrega del testigo.



Unidad de medida :

Est 5 :Se toma el tiempo por grupo por cada disciplina (N° personas participantes x grupo 12)

#DeporteQueProgresa

MATERIALES NECESARIOS

- 2 Balones medicinales de 4 kg
- 1 rollos de cabuya 45 mt
- 8 conos.
- Cinta métrica.
- Cinta pegante.
- Punto de blanco (Bolicesta)
- soga o lazo
- Tabla o listón de tres metros
- 5 botellas de gaseosa de litro
- 1 balón de futbol N° 3 de futbol
- 20 aros
- 10 mt de Lona o costales
- 3 vallas de saltabilidad
- Testigo de 30 cm (palo de escoba)
- Cronometro, pito y planillero.

#DeporteQueProgresa

3DO CIRCUITO PERFECCIONAMIENTO

• 1.Inicia con un recorrido de equilibrio de 3 metros por una guadua o tubo ubicado sobre la superficie . Durante este recorrido el participante llevara 2 botellas de 2,5 litros llenas de agua sin caerse .

2.Luego se desplazará a la maraña, ella tendrá las mismas medidas de los circuitos anteriores, en ella deberá realizar el arrastre bajo, luego pasar por encima de regreso y terminar nuevamente con el arrastre bajo, en todo el recorrido de la maraña estara llevando un balón medicinal de 4 K

• 3.Luego correrá por una distancia de 20 metros , allí encontrara una superficie de 8 metros donde se realizaran rollos hacia delante.

4.Después correrá por una distancia de 16 metros allí encontrará la prueba de lanzamiento, realizará 6 lanzamientos o tiro de precisión 3 con cada mano i a una diana o botella que estará a 10 mt , tiro al blanco *por cada diana o botella golpeada se otorgara cinco puntos adicionales puntos adicional al puntaje de su tiempo total* , de lo contrario será penalizado restándole 25 puntos .

• 5.Para continuar con la prueba el participante se desplazará hasta el punto de pateo, ubicado a 20 metros, en ella encontrará cuatro balones, pateará dos con cada pie.

6.El participante deberá meter el balón en las canchas o banquita, que estarán ubicados a una distancia de 5 metros *por cada d gol se otorgara cinco puntos , la prueba termina cuando realice 5 pateos y así continuara con la siguiente estación*, de lo contrario será penalizado restándole 25 puntos .

#DeporteQueProgresa

3DO CIRCUITO PERFECCIONAMIENTO

• 7.Luego correrá una distancia de 10 mt y debe saltar 5 obstáculos a pie junto que están ubicados cada uno a 2 metros con una altura de 70 cm

8.terminado el recorrido de los obstáculos el participante se regresa en carrera haciendo zig-zag por medio de todos los obstáculos y regresarse de la misma manera .

• 9.Luego realizara 10 burpees continuos donde se realiza en varios movimientos (nace de la unión de las flexiones de pecho, las sentadillas y los saltos verticales) y con él se trabaja el abdomen, la espalda, el pecho, los brazos y las piernas.

10.Los hombres realizaran 10 burpees en el menor tiempo posible y las mujeres realizaran 5 para dar continuidad al siguiente reto

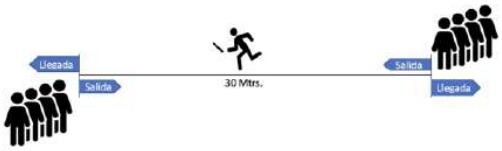
• 11.Para continuar con la prueba el participante se desplazará hasta el punto de lanzamiento, ubicado a 20 metros, en ella encontrará cuatro balones que deberá encentar en una caneca ubicada a 5 metros. *por cada d gol se otorgara cinco puntos , la prueba termina cuando realice 5 pateos y así continuara con la siguiente estación*

12.Se detendrá el tiempo de ejecución cuando el participante termine sus lanzamientos .



#DeporteQueProgresa

ESTACIÓN N° 5.
CARRERA DE RELEVOS.
Se debe señalizar cada uno de los extremos (Salida y Llegada respectivamente) a cada lado, en una distancia recta de 30 metros. Así mismo, es necesario dividir el grupo en el mismo número de participantes y ubicarlos detrás de cada una de las señalizaciones (si el total es un número impar, se ubica un participante más en un extremo). Cada participante debe recorrer la distancia de treinta (50) metros portando el testigo, y habilita a su compañero para que inicie el recorrido una vez le haga entrega del testigo.



Unidad de medida :
.
Est 5 :Se toma el tiempo por grupo por cada disciplina(N° personas participantes x grupo 12)

#DeporteQueProgresa

MATERIALES NECESARIOS

- 2 botellas 2.5 L.
- 2 balones medicinales de 5 Kg
- 10 conos o platillos.
- 45 metros de cabuya
- 4 palos de escoba.
- 15 conos o platillos
- Cinta métrica.
- Cinta pegante.
- Punto de Blanco (Bolicesta)
- 2 Cronómetros.
- Punto de Blanco
- Juego de Metegol banquitas)
- 4 balones
- Una caneca o cesta
- Testigo de 30 cm (palo de escoba)
- Cronometro, pito y planillero

#DeporteQueProgresa

3ER MOMENTO FESTIVALES DEPORTIVOS

- Se desarrollaran encuentros deportivos por disciplinas que estará a cargo por cada formador.
- Se ajustaran Mini partidos los Deportes en conjunto (juegos de pelota) 3 Vs 3 – 4 Vs 4 - 5 Vs 5.
- Se desarrollaran pruebas de habilidades en los deportes individuales (juegos de tiempo - Marca y Combate) de acuerdo a la Disciplina deportiva que maneja cada formado.

FESTIVALES DEPORTIVOS

4TO MOMENTO

CARRERA DE COLORES

OBJETIVO DE LA PRUEBA

Los participantes desarrollaran una carrera de colores cuyo **un papel fundamental en el aprendizaje y desarrollo de los niños, son** actividades recreativas, que se debe plantear por niveles iniciación, fundamentación y perfeccionamiento, agrupando los diferentes rangos de edades y recorriendo una distancia ya establecida .



#DeporteQueProgresa

CARRERA DE COLORES

METODOLOGIA

- Se realizara capacitación por provincia a los formadores
- Se participara de la prueba por niveles dependiendo el grupo asignado

REGLAMENTO

- Participaran de manera individual y por equipos (por niveles)
- Los ganadores Individuales sumaran puntos para sus equipos

PISTAS

- Se establecerán puntos donde el niño debe pasar obligatoriamente a pintar sus manos con la pintura y manchar su prenda (camiseta blanca), para dar continuidad a la carrera de colores.

INDEPORTES

#DeporteQueProgresa

CARRERA DE colores



01 Al laberinto que conduce a la morada de la sabiduría debes entrar adoptando la figura de gusano debe avanzar y pasar por las telarañas sin quedar.
.

02 .Busca la forma de aquello que esta dos veces en todo debes realizar desplazamientos en 4 rollos hacia adelante y tres hacia atrás y finaliza una figura pirámide.

03 Por que debes ver lo que no vez, en la esquina los que estaban ya no están, debes organizar la frase _____ para continuar

04 Parte de la clave la tiene el capitán que solo no esta , acompáñalo a mirar, dime cuantas niños son: _____ cuantas niñas están _____ .

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

CUNDINAMARCA ¡REGIÓN Que Progresa!

#DeporteQueProgresa

CARRERA DE COLORES

UNIDAD DE MEDIDA.

Para esta prueba la unidad de medida es el tiempo:

- ❖ Tiempo utilizado en la totalidad del recorrido, cumpliendo con el desarrollo de todas las pistas
- Categoría iniciación 400 metros
- Categoría fundamentación 800 metros
- Categoría perfeccionamiento 1200 metros
- ❖ En cada pista se ubicaran dos jueces, donde permitirá que el niño se pinte la camiseta blanca
- Estación 1 color azul
- Estación 2 color amarillo
- Estación 3 color rojo

#DeporteQueProgresa

MATERIALES NECESARIOS

- ❖ Banderas de colores para señalizar donde el niño debe pintar su camiseta
- ❖ Banderas por colores según el nivel.
- ❖ Cronometro, pito y planillero.

#DeporteQueProgresa

4 TO MOMENTO EXPLOCION DE COLORES

- ❖Rumba aeróbica
- ❖Explosión de Colores
- ❖ Clausura



#DeporteQueProgresa

MINUTO A MINUTO DEL FESTIVAL

	HORA	ACTIVIDAD	RESPONSABLES
DICIEMBRE	8:00 – 8.30	Llegada de las delegaciones registro de planillas de inscripción.	formadores
	8.30- 9:00	Bienvenida y recreación dirigida	Animador y formadores
	9:00- 11:30	Desarrollo de Reto Gyncana de Habilidades	Formador por disciplina
	10:00 – 10:20	REFRIGERIOS	Coordinador Municipal evento
	12: 00 m	Almuerzos	Coordinador evento
	1:00 -2: 00	Festivales por disciplinas deportivas desarrollo de competencias deportivas	Formadores
	2:00- 3:00	Carrera de colores y clausura y entrega de diploma de participación del festival.	Animador

INDEPORTES

Nombre del escenario: Campo de futbol y cancha principal del Instituto de Promoción Social

Horario: 8: 00 am a 5:00 pm

Escuelas de formación presentes:

Nombre de la Escuela/deporte	Número de participantes
Escuela de Formación de Futbol de Salón Vereda San José	30
Escuela de Formación de Futbol de Salón Vereda el Carmelo	30
Escuela de Formación de Futbol Ubalá Centro	48
Escuela de Formación de Ciclismo Ubalá Centro	49
Escuela de Formación de Futbol de Baloncesto Veredas la Playa, Santa Rosa y Rionegro	40
Escuela de Formación de Futbol de Salón Ubalá zona B	23
Total	220

Bienes de consumo (refrigerios, almuerzo, hidratación y medallas)

Total refrigerios	Total Almuerzo	Total Hidratación
		220

# Medallas de Oro	# Medallas de Plata	# Medallas de Bronce
3	3	3

Tabla de resultados

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA					
" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"					
INDEPORTES CUNDINAMARCA					
PLANILLAS DE CONTROL DE EVALUACIONES FESTIVALES DEPORTIVOS Y ESCOLARES					
PROVINCIA: Guavio		MUNICIPIO: Ubalá			
TABLAS DE RESULTADOS INDIVIDUALES					
NIVELES	PARTICIPANTE	PUNTOS RETO GYMCANA	PUNTOS CARRERA COLORES	TOTAL	PUESTO
INICIACION	Alhan Castillo	40			1
	Adrian Urrego	20			2
	Xiomara Sarmiento	10			3
FUNDAMENTACION	Felipe Linares	40			1
	Eider Martínez	30			2

	Marlos Rosas	20			3
PERFECCIONMIENTO	Juan Mora	80			1
	Mateo Calderon	60			2
	Martin Segura	40			3

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLANILLAS DE CONTROL DE EVALUACIONES FESTIVALES DEPORTIVOS Y ESCOLARES

PROVINCIA:	Guavio	MUNICIPIO:	Ubalá

TABLAS DE RESULTADOS POR DISCIPLINA

	INICIACION		FUNDAMENTACION		PERFECCIONAMIENTO		TOTAL PUNTOS CARRERA DE COLORES	TOTAL	PUESTO
DISCIPLINAS	TOTAL DE PUNTOS	PUNTOS 5 RELEVOS POR EQUIPO	TOTAL PUNTOS	PUNTOS 5 RELEVOS POR EQUIPO	TOTAL PUNTOS	PUNTOS 5 RELEVOS POR EQUIPO			
Futbol de Salón	680	160	850	215	1080	200			
Futbol	520	120	660	154	960	160			
Baloncesto	200	50	320	80	460	58			
Ciclsimo	260	80	410	102	580	120			
Futbol de Salón	680	160	850	215	1080	200			
Futbol	520	120	660	154	960	160			
Baloncesto	200	50	320	80	460	58			

Conclusión o análisis general del evento.

Se realizaron los festivales escolares con el fin de desarrollar las actividades para finalizar el ciclo de entrenamiento en las diferentes escuelas de formación del municipio de Ubalá, la cual consta de 6 seis escuelas de formación, entre las que se encuentran escuela de formación de futbol de salón de en la vereda el Carmelo, escuela de formación de futbol de salón en la vereda San José, escuela de formación de baloncesto en la veredas la Playa,

Santa Rosa y Rionegro, escuela de formación de ciclismo en Ubalá centro, escuela de formación de futbol en Ubalá centro y escuela de formación de futbol de salón en Ubalá zona B de Ubalá, con una cobertura de 300 niños en población por las seis escuelas deportivas.

Se desarrollaron los festivales con gran éxito en las pruebas establecidas para cada categoría teniendo resultados muy buenos ante estos distintos circuitos y pruebas individuales que expusieron en gran magnitud las habilidades tanto motrices como físicas en todos los niños participantes. Obteniendo sobre todo grandes resultados a nivel de participación y disposición para realizar las pruebas donde se vieron muy vigorosos y con muchos de triunfar en la prueba que les correspondiera, desarrollando aun mas el espíritu deportivo y competitivo que los llevara a ser muy disciplinados no solo en los deportes que practican, sino que también en las diferentes actividades de su vida.

Además de lo anterior, también el reconocimiento y la práctica del deporte es una herramienta pedagógica y metodológica, que siempre obtiene buenos resultados para la resolución de conflictos y potencializa el logro de metas y objetivos con una debida planeación, estructuración, manejo de grupo que desarrolle todo su potencial motor, psicológico y físico, y es con estos festivales donde se evidencia dichas planeaciones.

Este espacio pedagógico, recreativo y deportivo generado gracias a Indeportes Cundinamarca es un gran método para lograr que los niños y niñas de Ubalá Cundinamarca reconozcan el deporte como una manera de ocupación de su tiempo libre, que llevado de forma paralela con la diversión que este mismo genera, del correr, del ganar o perder; pueda lograr acciones de convivencia, inclusión, tolerancia, respeto, aceptación y reconocimiento del otro como un igual.

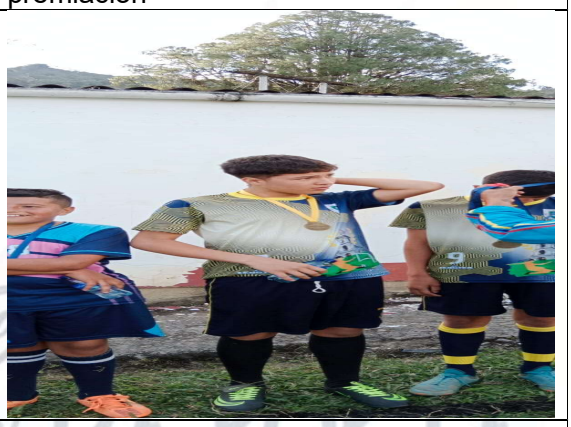
Es de gran importancia que se sigan realizando estas actividades ya que ellos lo ven como un premio al gran esfuerzo que vienen realizando en sus escuelas de formación y además se nota el desarrollo motriz que han tenido durante sus entrenamientos que en conclusión es el mayor objetivo que tenemos todos los entrenadores que se desarrollen motriz, física y psicológicamente para asumir cualquier actividad física deportiva.

Anexos

<table>
<tr><th colspan="2">EVIDENCIA FOTOGRAFICA</th></tr>
<tr><th>REUNIÓN</th><th>SOCIALIZACIÓN</th></tr>
<tr><td></td><td></td></tr>
<tr><td>Material recibido por indeportes Cundinamarca</td><td>Material recibido por indeportes Cundinamarca</td></tr>
<tr><td></td><td></td></tr>
<tr><td>Material gestionado por el grupo organizador</td><td>Material gestionado por el grupo organizador</td></tr>
<tr><td></td><td></td></tr>
</table>

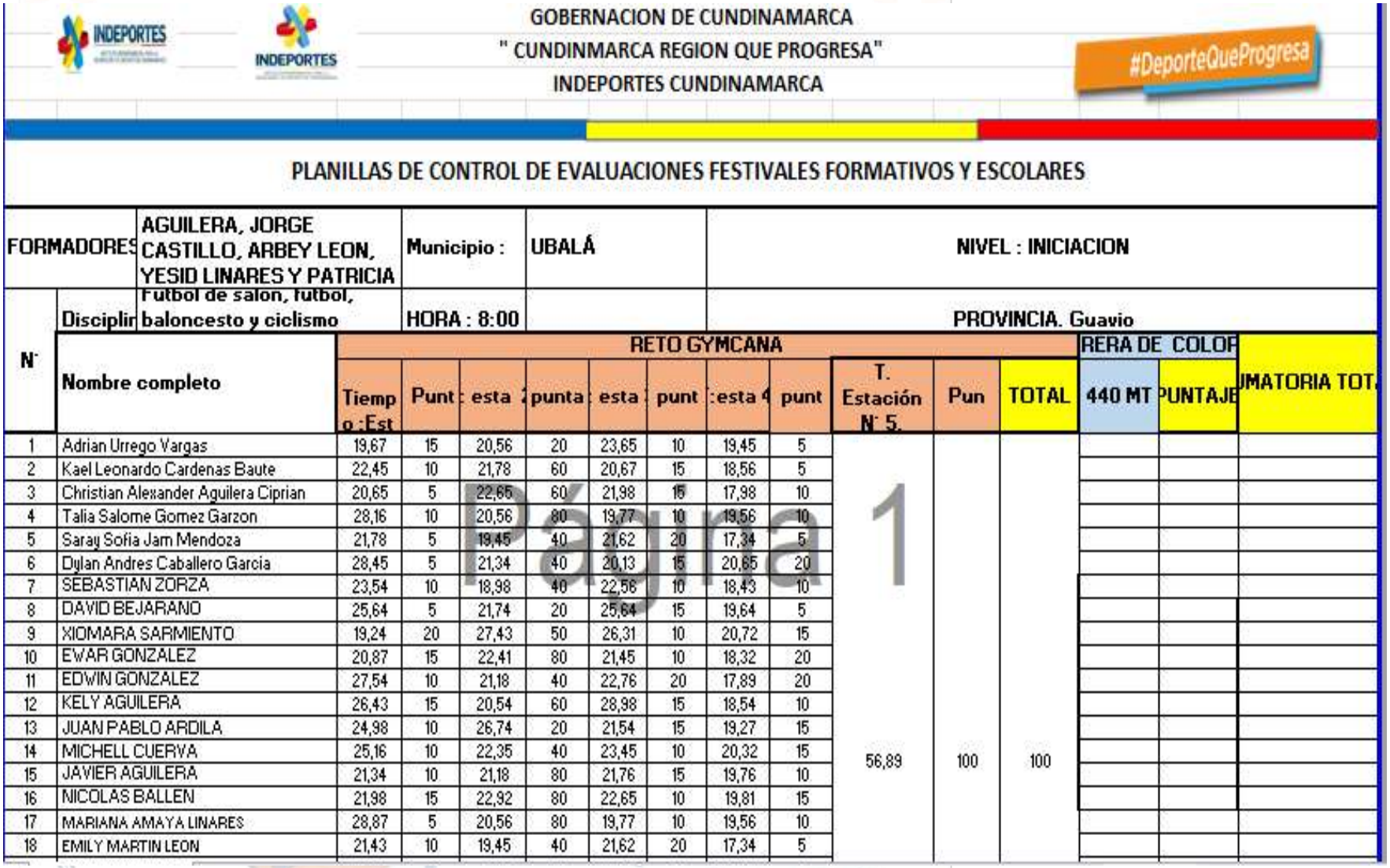
Elemento de consumo entregado a los beneficiarios	Elemento de consumo entregado a los beneficiarios
	
FOTO INICIACIÓN	FOTO INICIACIÓN
	
FOTO INICIACIÓN	FOTO INICIACIÓN
	

FOTO fundamentación	FOTO fundamentación
	
FOTO fundamentación	FOTO fundamentación
	
FOTO perfeccionamiento	FOTO perfeccionamiento
	

FOTO perfeccionamiento	FOTO perfeccionamiento
	
premiación	premiación
	
premiación	premiación
	

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA
CUNDINAMARCA ¡REGIÓN Que Progresa!

Nivel - Iniciación



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
" CUNDINMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA

#DeporteQueProgresa

PLANILLAS DE CONTROL DE EVALUACIONES FESTIVALES FORMATIVOS Y ESCOLARES

FORMADORES	AGUILERA, JORGE CASTILLO, ARBEY LEON, YESID LINARES Y PATRICIA	Municipio :	UBALÁ	NIVEL : INICIACION
Disciplin	Futbol de salon, futbol, baloncesto y ciclismo	HORA : 8:00		PROVINCIA. Guavio

N°	Nombre completo	RETO GYMCANA								T. Estación N° 5.	Pun	TOTAL	RERA DE COLOR		UMATORIA TOT
		Tiempo :Est	Punt	esta 2	punta	esta	punt	esta 4	punt				440 MT	PUNTAJE	
1	Adrian Urrego Vargas	19,67	15	20,56	20	23,65	10	19,45	5						
2	Kael Leonardo Cardenas Baute	22,45	10	21,78	60	20,67	15	18,56	5						
3	Christian Alexander Aguilera Ciprian	20,65	5	22,65	60	21,98	15	17,98	10						
4	Talia Salome Gomez Garzon	28,16	10	20,56	80	19,77	10	19,56	10						
5	Saray Sofia Jam Mendoza	21,78	5	19,45	40	21,62	20	17,34	5						
6	Dylan Andres Caballero Garcia	28,45	5	21,34	40	20,13	15	20,65	20						
7	SEBASTIAN ZORZA	23,54	10	18,98	40	22,56	10	18,43	10						
8	DAVID BEJARANO	25,64	5	21,74	20	25,64	15	19,64	5						
9	XIOMARA SARMIENTO	19,24	20	27,43	50	26,31	10	20,72	15						
10	EWAR GONZALEZ	20,87	15	22,41	80	21,45	10	18,32	20						
11	EDWIN GONZALEZ	27,54	10	21,18	40	22,76	20	17,89	20						
12	KELY AGUILERA	26,43	15	20,54	60	28,98	15	18,54	10						
13	JUAN PABLO ARDILA	24,98	10	26,74	20	21,54	15	19,27	15						
14	MICHELL CUERVA	25,16	10	22,35	40	23,45	10	20,32	15	56,89	100	100			
15	JAVIER AGUILERA	21,34	10	21,18	80	21,76	15	19,76	10						
16	NICOLAS BALLEN	21,98	15	22,92	80	22,65	10	19,81	15						
17	MARIANA AMAYA LINARES	28,87	5	20,56	80	19,77	10	19,56	10						
18	EMILY MARTIN LEON	21,43	10	19,45	40	21,62	20	17,34	5						

Página 1

2022

Nivel - Fundamentación

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
" CUNDINMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA

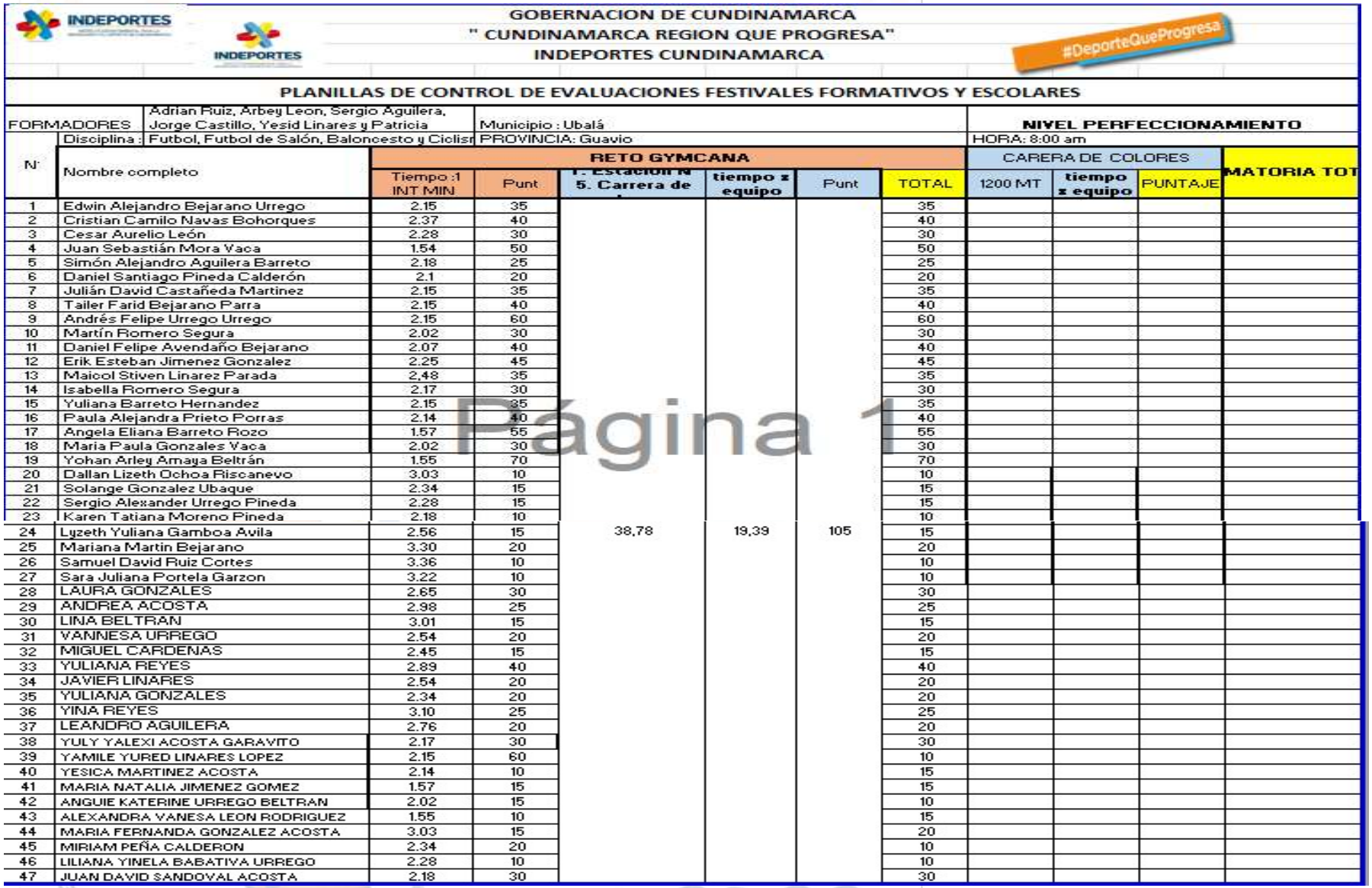
PLANILLAS DE CONTROL DE EVALUACIONES FESTIVALES FORMATIVOS Y ESCOLARES

FORMADORES	ADRIAN RUIZ, JORGE CASTILLO, SERGIO AGUILERA, YESID LINARES, PATRICIA GALVIS Y ARBEY LEON	Municipio : UBALÁ		NIVEL FUNDAMENTACION
Disciplina :	Futbol de Salón, futbol, ciclismo y baloncesto	HORA :	8:00 a. m.	PROVINCIA: Guavio

N°	Nombre completo	Tiempo circuito Mint	Punt	T. Estación N° 5. Carrera de	tiempo por equipo	punt	TOTAL	CARERA DE COLORES 800MT	tiempo	PUNTAJE	SUMATORIA TOTA
1	Gerad Tomas Sanchez Paez	2.45	5				5				
2	Duvan Felipe Vargas Rodriguez	3.23	10				10				
3	Juan Felipe Garzon Caraballo	2.28	5				5				
4	Marlon Samir Rosas Vargas	3.03	15				15				
5	Daniel Stiven Rodriguez Urrego	2.34	20				20				
6	Diego Alejandro Aguilera Ciprian	3.28	5				5				
7	Jhonotan David Rodriguez Chitiva	2.18	15				15				
8	Yury Alejandra Ochoa Riscanevo	2.56	10				10				
9	Eider Chael Martinez Polo	3.29	10				10				
10	Salome Toro Mendez	3.56	10				10				
11	Luisa Fernanda Ramos Chitiva	3.12	5				5				
12	Saday Urrego Vargas	2.55	10				10				
13	Edwin Felipe Linares Martinez	3.23	15				15				
14	Michael Vanessa Camacho Ciprian	2.18	15				15				
15	Keider Luis Viloria Mendoza	2.37	5				5				
16	Ana Sofia Gonzalez Sarmiento	2.54	10				10				
17	BRAYAN AGUILERA	2.87	10				10				
18	JAMES GONZALEZ	3.18	15				15				
19	DIOMEDEZ BARRERA	2.43	10				10				
20	JENNIFER GARZON	2.28	10				10				
21	DEISSY URREGO	2.10	15				15				
22	INGRID GONZALES	3.23	20	45,67	22,53	300	20				
23	MIGUEL AGUILERA	2.83	10				10				
24	NASLY URREGO	2.69	15				15				
25	DANIELA BEJARANO	2.54	20				20				
26	BRAYAN BEJARANO	2.33	10				10				
27	LOREN GINETH CANO ORDOÑEZ	3.29	10				10				
28	CAMILO URREGO VERGARA	3.56	10				10				
29	KEINER ANTONIO ASCANIO RODRIGUEZ	3.12	5				5				
30	LOREN VALERIA MARTIN RODRIGUEZ	2.55	10				10				
31	YAISELA MARTINEZ CIPRIAN	2.23	15				15				
32	MARIA JOSE LEON BELTRAN	2.09	10				10				
33	CAROL BRIYID MORERA URREGO	2.37	5				5				
34	ORIANNA ISABELLA UNEME GALVIS	2.22	15				15				
35	ERIKA VANESA GARZON MORERA	2.87	20				20				
36	ZARAY YULIANA LEON BELTRAN	3.08	15				15				
37	SHARON NIKOLL GARZON MORERA	2.43	10				10				
38	GABRIEL ALFONSO RIVERA PUENTES	2.28	10				10				
39	KEVIN SANTIAGO URREGO RODRIGUEZ	3.10	15				15				
40	LAURA SOFIA RINCON RODRIGUEZ	2.78	15				15				
41	BRAYAN DAVID BEJARANO ROSAS	2.83	10				10				
42	JAIR FERLEY AGUILERA CALDERON	3.23	10				10				
43	DILAN JEFFREY BARAHONA URREGO	2.54	15				15				
44	MANUEL DAVID FRANCO LINARES	3.65	20				20				

Página 1
Página 2

Nivel – Perfeccionamiento



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA

#DeporteQueProgresa

PLANILLAS DE CONTROL DE EVALUACIONES FESTIVALES FORMATIVOS Y ESCOLARES

FORMADORES	Adrian Ruiz, Arbey Leon, Sergio Aguilera, Jorge Castillo, Yesid Linares y Patricia	Municipio : Ubalá	NIVEL PERFECCIONAMIENTO
Disciplina :	Futbol, Futbol de Salón, Baloncesto y Ciclism	PROVINCIA: Guavio	HORA: 8:00 am

N°	Nombre completo	RETO GYMCANA						CARERA DE COLORES			MATORIA TOT
		Tiempo :1 INT MIN	Punt	1. Estación N 5. Carrera de	tiempo x equipo	Punt	TOTAL	1200 MT	tiempo x equipo	PUNTAJE	
1	Edwin Alejandro Bejarano Urrego	2.15	35				35				
2	Cristian Camilo Navas Bohorques	2.37	40				40				
3	Cesar Aurelio León	2.28	30				30				
4	Juan Sebastián Mora Vaca	1.54	50				50				
5	Simón Alejandro Aguilera Barreto	2.18	25				25				
6	Daniel Santiago Pineda Calderón	2.1	20				20				
7	Julián David Castañeda Martinez	2.15	35				35				
8	Tailer Farid Bejarano Parra	2.15	40				40				
9	Andrés Felipe Urrego Urrego	2.15	60				60				
10	Martín Romero Segura	2.02	30				30				
11	Daniel Felipe Avendaño Bejarano	2.07	40				40				
12	Erik Esteban Jimenez Gonzalez	2.25	45				45				
13	Maicol Stiven Linarez Parada	2,48	35				35				
14	Isabella Romero Segura	2.17	30				30				
15	Yuliana Barreto Hernandez	2.15	35				35				
16	Paula Alejandra Prieto Porras	2.14	40				40				
17	Angela Eliana Barreto Rozo	1.57	55				55				
18	Maria Paula Gonzales Vaca	2.02	30				30				
19	Yohan Arley Amaya Beltrán	1.55	70				70				
20	Dallan Lizeth Ochoa Riscanevo	3.03	10				10				
21	Solange Gonzalez Ubaque	2.34	15				15				
22	Sergio Alexander Urrego Pineda	2.28	15				15				
23	Karen Tatiana Moreno Pineda	2.18	10				10				
24	Lyzeth Yuliana Gamboa Avila	2.56	15	38,78	19,39	105	15				
25	Mariana Martin Bejarano	3.30	20				20				
26	Samuel David Ruiz Cortes	3.36	10				10				
27	Sara Juliana Portela Garzon	3.22	10				10				
28	LAURA GONZALES	2.65	30				30				
29	ANDREA ACOSTA	2.98	25				25				
30	LINA BELTRAN	3.01	15				15				
31	VANNESA URREGO	2.54	20				20				
32	MIGUEL CARDENAS	2.45	15				15				
33	YULIANA REYES	2.89	40				40				
34	JAVIER LINARES	2.54	20				20				
35	YULIANA GONZALES	2.34	20				20				
36	YINA REYES	3.10	25				25				
37	LEANDRO AGUILERA	2.76	20				20				
38	YULY YALEXI ACOSTA GARAVITO	2.17	30				30				
39	YAMILE YURED LINARES LOPEZ	2.15	60				10				
40	YESICA MARTINEZ ACOSTA	2.14	10				15				
41	MARIA NATALIA JIMENEZ GOMEZ	1.57	15				15				
42	ANGUIE KATERINE URREGO BELTRAN	2.02	15				10				
43	ALEXANDRA VANESA LEON RODRIGUEZ	1.55	10				15				
44	MARIA FERNANDA GONZALEZ ACOSTA	3.03	15				20				
45	MIRIAM PEÑA CALDERON	2.34	20				10				
46	LILIANA YINELA BABATIVA URREGO	2.28	10				10				
47	JUAN DAVID SANDOVAL ACOSTA	2.18	30				30				

Página 1

2022

Listados de Entrega de Hidratación

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA

INDEPORTES

INDEPORTES

#DeporteQueProgresa

PLANILLAS DE CONTROL DE CIERRES DE ESCUELAS DE FORMACIÓN CUNDINAMARCA 2022

PROVINCIA: GUAVIO

ACTA DE ENTREGA DE HIDRATACIÓN

FORMADOR: MILLER ADRIAN RUIZ AGUILERA | MUNICIPIO : UBALÁ | HORA: 8:00 am

Disciplina : FUTBOL DE SALÓN | FECHA : 16/12/2022

No	NOMBRE Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	MUNICIPIO	DISCIPLINA	FIRMA
1	DIEGO ALEJANDRO AGUILERA CIPRIAN	1073700832	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
2	ADRIAN URREGO VARGAS	1079034855	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
3	KAEL LEONARDO CARDENAS BAUTE	1011227288	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
4	TALIA SALOME GOMEZ GARZON	1079034944	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
5	CHRISTIAN ALEXANDER AGUILERA CIPRIAN	1074419115	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
6	DYLAN ANDRES CABALLERO GARCIA	1137874217	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
7	SARAY SOFIA JAM MENDOZA	1201243728	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
8	GERAD TOMAS SANCHEZ PAEZ	1028949891	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
9	DUVAN FELIPE VARGAS RODRIGUEZ	1079034303	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
10	JUAN FELIPE GARZON CARABALLO	1018453904	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
11	MARLON SAMIR ROSAS VARGAS	1079034188	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
12	DANIEL STIVEN RODRIGUEZ URREGO	1074417607	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
13	JHONATAN DAVID RODRIGUEZ CHITIVA	1016835284	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
14	YURY ALEJANDRA OCHOA RISCANEVO	1014740197	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
15	EIDER CHAEL MARTINEZ POLO	1028015607	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
16	SALOME TORO MENDOZA	1056126806	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
17	LUISA FERNANDA RAMOS CHITIVA	1069853078	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
18	SADAY URREGO VARGAS	1079034381	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
19	EDWIN FELIPE LINARES MARTINEZ	1079034355	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
20	KEIDER LUIS VILORIA MENDOZA	1137532341	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
21	ANA SOFIA GONZALEZ SARMIENTO	1079034063	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
22	MICHAEL VANESSA CAMACHO CIPRIAN	1079034385	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
23	DALLAN LIZZETH OCHOA RISCANEVO	1014739789	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
24	LYZET YULIANA GAMBOA AVILA	1013622715	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
25	SOLANGE GONZALEZ UBAQUE	1079033447	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
26	SERGIO ALEXANDER URREGO PINEDA	1026265313	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
27	KAREN TATIANA MORENO PINEDA	1079032520	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
28	MARIANA MARTIN BEJARANO	1079033460	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
29	SAMUEL DAVID RUIZ CORTES	1023383692	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	
30	SARA JULIANA PORTELA GARZON	1034663753	UBALÁ	FUTBOL DE SALÓN	

Proyecto: CIERRES DE ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

INDEPORTES

PLANILLAS DE CONTROL DE DEPORTE FORMATIVO CUNDINAMARCA 2022

PROVINCIA	GUAVIO

ACTA DE ASISTENCIA CIERRE DE ACTIVIDADES

FORMADOR:SERGIO DAVID AGUILERA	MUNICIPIO : UBALA	
Disciplina : FUTSAL	FECHA :14/12/2022	HORA:8:00AM

No	NOMBRE Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	MUNICIPIO	DISCIPLINA	FIRMA
1	SEBASTIAN ZORZA	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Sebastian Z
2	DAVID MEJIARANO	[illegible]	UBALA	FUTSAL	[illegible]
3	BRAYAN AGUILERA	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Brayan Aguilera
4	JAMES GONZALEZ	[illegible]	UBALA	FUTSAL	James Romero
5	YUDMARA SARMIENTO	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Romero
6	LEANDRO AGUILERA	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Leandro
7	EDIAR GONZALEZ	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Ediar G.
8	EDWIN GONZALEZ	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Edwin G
9	KELY AGUILERA	[illegible]	UBALA	FUTSAL	K Ag
10	DIOMEDEZ BARRERA	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Diomedez B.
11	JENNIFER GARZON	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Jennifer Garzon
12	LAURA GONZALES	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Laura Gonzalez
13	ANDREA ACOSTA	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Andrea Acosta
14	LINA BELTRAN	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Lina Beltran Ortega
15	VANNESA URREGO	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Vanessa U
16	MIGUEL CARDENAS	[illegible]	UBALA	FUTSAL	[illegible]
17	DEISSY URREGO	[illegible]	UBALA	FUTSAL	[illegible]
18	ANDRES GONZALES	[illegible]	UBALA	FUTSAL	[illegible]
19	YULIANA REYES	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Yuliana R.
20	JAVIER LINARES	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Javier Linares
21	YULIANA GONZALES	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Yuliana Gonzalez
22	YINA REYES	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Yina Reyes
23	BRAYAN BEJARANO	[illegible]	UBALA	FUTSAL	[illegible]
24	JUAN PABLO ARDILA	[illegible]	UBALA	FUTSAL	[illegible]
25	NASLY URREGO	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Nasly Urrego
26	DANIELA BEJARANO	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Daniela Bejarano
27	MIGUEL AGUILERA	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Miguel Ag
28	JAVIER AGUILERA	[illegible]	UBALA	FUTSAL	[illegible]
29	NICOLAS BALLEN	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Nicolas B
30	MICHELL CUERVO	[illegible]	UBALA	FUTSAL	Michell Cuervo

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

INDEPORTES

PLANILLAS DE CONTROL DE DEPORTE FORMATIVO CUNDINAMARCA 2022



PROVINCIA	GUAVIO

ACTA DE ASISTENCIA: CIERRE ESCUELAS DE FORMACIÓN

FORMADOR: ARBEY LEÓN	MUNICIPIO : UBALÁ		
Disciplina : FUTSAL	FECHA : 16 DE DICIEMBRE		HORA: 3:00 PM

No	NOMBRE Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	MUNICIPIO	DISCIPLINA	FIRMA
1	Edwin Alejandro Bejarano Urrego	1058324326	UBALÁ	FUTSAL	Edwin B
2	Cristian Camilo Navas Bohorques	1058324324	UBALÁ	FUTSAL	Camilo navas
3	Cesar Aurelio León	1115636924	UBALÁ	FUTSAL	Cesar León
4	Juan Sebastián Mora Vaca	1116938273	UBALÁ	FUTSAL	Sebastian MORA
5	Simón Alejandro Aguilera Barreto	1115348489	UBALÁ	FUTSAL	Simon A.
6	Daniel Santiago Pineda Calderón	1029484753	UBALÁ	FUTSAL	daniel Pineda
7	Julián David Castañeda Martinez	1058372653	UBALÁ	FUTSAL	DAVID CASTAÑEDA
8	Tailer Farid Bejarano Parra	1038625329	UBALÁ	FUTSAL	Tailer Bejarano
9	Andrés Felipe Urrego Urrego	1115877237	UBALÁ	FUTSAL	Felipe Urrego
10	Martín Romero Segura	1038928472	UBALÁ	FUTSAL	martin romero
11	Daniel Felipe Avendaño Bejarano	1058382726	UBALÁ	FUTSAL	Felipe avendaño
12	Erik Esteban Jimenez Gonzalez	1115648463	UBALÁ	FUTSAL	Erik Jimenez
13	Maicol Stiven Linarez Parada	1110392834	UBALÁ	FUTSAL	maicol linarez
14	Isabella Romero Segura	1059382726	UBALÁ	FUTSAL	Isabella romero
15	Yuliana Barreto Hernandez	1030292837	UBALÁ	FUTSAL	Yuliana Barreto
16	Paula Alejandra Prieto Porras	1116829183	UBALÁ	FUTSAL	Paula Prieto
17	Angela Eliana Barreto Rozo	1056829273	UBALÁ	FUTSAL	angela barreto
18	Maria Paula Gonzales Vaca	1058223647	UBALÁ	FUTSAL	paula gonzales
19	Yohan Arley Amaya Beltrán	1119583672	UBALÁ	FUTSAL	Yohan Amaya
20					
Proyecto:					
Aprobo:					

INDEPORTES

PLANILLAS DE CONTROL DE DEPORTE FORMATIVO
CUNDINAMARCA 2022

#DeporteQueProgresa

PROVINCIA	GUAVIO

ACTA DE ASISTENCIA: CIERRE ESCUELAS DE FORMACION

FORMADOR: ANGELA PATRICIA GALVIS GOMEZ	MUNICIPIO : UBALA	HORA: 8:30 a.m/2:30 p.m
Disciplina : BALONCESTO	FECHA : 16-DICIEMBRE DE 2022	

No	NOMBRE Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	MUNICIPIO	DISCIPLINA	FIRMA
1	MARIANA AMAYA LINARES	1.122.684.002	UBALA	BALONCESTO	
2	EMILY MARTIN LEON	1.013.669.362	UBALA	BALONCESTO	
3	YISSEL MARIANA ROMERO VERGARA	1.074.418.558	UBALA	BALONCESTO	
4	NASLY XIMENA BALLESTEROS URREGO	1.025.556.373	UBALA	BALONCESTO	
5	AHILYN SALOME LEON AGUILERA	1.079.034.940	UBALA	BALONCESTO	
6	BRIANNA SALOME UNEME GALVIS	1.025.554.726	UBALA	BALONCESTO	
7	LIZETH JULIANA ROSAS RINCON	1.074.034.760	UBALA	BALONCESTO	
8	ORIANA MARCELA LEON BELTRAN	1.079.034.575	UBALA	BALONCESTO	
9	DYLAN ALEJANDRO CARDENAS RINCON	1.074.418.906	UBALA	BALONCESTO	
10	YERMAN ESNEIDER LEON BELTRAN	1.079.034.864	UBALA	BALONCESTO	
11	DIDIER ESNEIDER RODRIGUEZ PARRA	1.079.034.780	UBALA	BALONCESTO	
12	JOSEOT GUSTAVO BEJARANO CHITIVA	1.079.034.593	UBALA	BALONCESTO	
13	LOREN GINETH CANO ORDOÑEZ	1.052.000.200	UBALA	BALONCESTO	
14	CAMILO URREGO VERGARA	1.025.000.253	UBALA	BALONCESTO	
15	KEINER ANTONIO ASCANIO RODRIGUEZ	1.093.603.174	UBALA	BALONCESTO	
16	LOREN VALERIA MARTIN RODRIGUEZ	1.079.034.454	UBALA	BALONCESTO	
17	YAISELA MARTINEZ CIPRIAN	1.079.034.260	UBALA	BALONCESTO	
18	MARIA JOSE LEON BELTRAN	1.079.034.336	UBALA	BALONCESTO	
19	CAROL BRIYID MORERA URREGO	1.079.034.139	UBALA	BALONCESTO	
20	ORIANNA ISABELLA UNEME GALVIS	1.038.888.575	UBALA	BALONCESTO	
21	ERIKA VANESA GARZON MORERA	1.079.034.039	UBALA	BALONCESTO	
22	ZARAY YULIANA LEON BELTRAN	1.079.033.943	UBALA	BALONCESTO	
24	GABRIEL ALFONSO RIVERA PUENTES	1.028.789.513	UBALA	BALONCESTO	
25	KEVIN SANTIAGO URREGO RODRIGUEZ	1.079.034.344	UBALA	BALONCESTO	
26	LAURA SOFIA RINCON RODRIGUEZ	1.079.034.471	UBALA	BALONCESTO	
27	ERAYAN DAVID BEJARANO ROSAS	1.079.034.041	UBALA	BALONCESTO	
28	JAIR FERLEY AGUILERA CALDERON	1.079.034.250	UBALA	BALONCESTO	
29	DILAN JEFFREY BARAHONA URREGO	1.012.401.212	UBALA	BALONCESTO	
30	MANUEL DAVID FRANCO LINARES	1.052.000.216	UBALA	BALONCESTO	
31	YULY YALEXI ACOSTA GARAVITO	1.079.033.471	UBALA	BALONCESTO	
32	YAMILE YURED LINARES LOPEZ	1.079.033.424	UBALA	BALONCESTO	
33	YESICA MARTINEZ ACOSTA	1.079.033.427	UBALA	BALONCESTO	
34	MARIA NATALIA JIMENEZ GOMEZ	1.072.660.311	UBALA	BALONCESTO	
35	ANGUIE KATERINE URREGO BELTRAN	1.019.053.327	UBALA	BALONCESTO	
36	ALEXANDRA VANESA LEON RODRIGUEZ	1.079.033.606	UBALA	BALONCESTO	
37	MARIA FERNANDA GONZALEZ ACOSTA	1.079.033.428	UBALA	BALONCESTO	
38	MIRIAM PEÑA CALDERON	1.079.033.326	UBALA	BALONCESTO	
39	LILIANA YINELA BABATIVA URREGO	1.079.033.103	UBALA	BALONCESTO	
40	JUAN DAVID SANDOVAL ACOSTA	1.074.416.003	UBALA	BALONCESTO	

Proyecto:
Aprobo:

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA

INDEPORTES

PLANILLAS DE CONTROL DE EVALUACIONES FESTIVALES FORMATIVOS Y ESCOLARES CUNDINAMARCA 2022

#DeporteQueProgresa

PROVINCIA

ACTA DE ENTREGA [redacted] Hidratacion

FORMADOR:Jorge Enrique Castillo Gonzalez | **MUNICIPIO : Ubalá** | **HORA:12:00 am**

Disciplina : Futbol | **FECHA :14/12/2022**

No	NOMBRE Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	MUNICIPIO	DISCIPLINA	FIRMA
1	Juan Jose Vaca Neira	1079034298	Ubalá	Futbol	Juan Jose Vaca
2	Deivy Alejandro Peña Morera	1079034451	Ubalá	Futbol	Deivy
3	Juan Camilo Garzon Linares	1079034355	Ubalá	Futbol	Juan Camilo
4	Edwin Felipe Linares Martinez	1079034098	Ubalá	Futbol	Edwin felipe
5	Marlon Samir Rosas Vargas	1079034188	Ubalá	Futbol	Marlón Rosas V.
6	Jhonatan Alexis Rodriguez Hidalgo	1079034128	Ubalá	Futbol	Jhonatan
7	Willian Daniel Vargas Urrego	1079034186	Ubalá	Futbol	Willian Da
8	Diego Aguilera Ciprian	1079034229	Ubalá	Futbol	Diego Aguilera
9	Leiber Sebastian Castañeda Bejarano	1032879063	Ubalá	Futbol	Leiber Sebastian
10	Andres Felipe Ruiz Moreno	1079034397	Ubalá	Futbol	Andres Ruiz
11	Duvan Felipe Martines Casrdenas	1079034298	Ubalá	Futbol	Duvan Felipe Martinez
12	Joel Sebastian Sarmiento Peñate	1079034451	Ubalá	Futbol	Joel Sebastian S.
13	Juan Diego Acosta Linares	1069900022	Ubalá	Futbol	
14	Santiago Mueta Garzon	1079034007	Ubalá	Futbol	Santiago Mora
15	Eric Leandro Carabalio Beltran	1016721317	Ubalá	Futbol	Leandro C.
16	Wilder Alexis Gonzalez Rodriguez	1026546304	Ubalá	Futbol	Wilder G.
17	Anderson Joseph Jimenez Patiño	1014233334	Ubalá	Futbol	Anderson Patiño
18	Sergio Felipe Urres Perez	1074416797	Ubalá	Futbol	Felipe Urres
19	Harid Giovanny Aguilera Narvaez	1023367316	Ubalá	Futbol	Harid. Narvaez.
20	Jeisamber Adrián Barreto Rodriguez	1013270182	Ubalá	Futbol	Jeisamber

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA

INDEPORTES

PLANILLAS DE CONTROL DE EVALUACIONES FESTIVALES FORMATIVOS Y ESCOLARES CUNDINAMARCA 2022

#DeporteQueProgresa

PROVINCIA

ACTA DE ENTREGA [illegible] Hidratacion

FORMADOR:Jorge Enrique Castillo Gonzalez
Disciplina : Futbol
MUNICIPIO : Ubalá
FECHA :14/12/2022
HORA:12:00 m

No	NOMBRE Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	MUNICIPIO	DISCIPLINA	FIRMA
1	Jhon Sebastian Garzon Linares	[illegible]	Ubalá	Futbol	
2	Sergio Andres Castro Lesmes	[illegible]	Ubalá	Futbol	Sergio C.
3	Hayder Ivan Caraballo Beltran	[illegible]	Ubalá	Futbol	Hayder Ivan Caraballo
4	Juan David Lopez Martinez	[illegible]	Ubalá	Futbol	David Lopez.
5	Freiman Jhair Contreras Calderón	[illegible]	Ubalá	Futbol	Freiman Jhair
6	Paula Juliath Martin Gonzalez	[illegible]	Ubalá	Futbol	Paula Martin
7	Juan Jose Romero Sorza	[illegible]	Ubalá	Futbol	Juan Jose Romero
8	Kevin Stiven Ramirez Romero	[illegible]	Ubalá	Futbol	Kevin Stiven R.
9	Tomás David Guzman Martinez	[illegible]	Ubalá	Futbol	Tomas David G.
10	Luis Carlos Martin Velez	[illegible]	Ubalá	Futbol	Luis Carlos
11	Adrian Yair Gozalez Rodriguez	[illegible]	Ubalá	Futbol	Adrian Yair Gonzalez
12	Camilo Andres Jimenez Alfonso	[illegible]	Ubalá	Futbol	Camilo Andres
13	Willian Farney Duarte Romero	[illegible]	Ubalá	Futbol	Willian Farney
14	Jhonatan Stiven Arelza Garzon	[illegible]	Ubalá	Futbol	Jhonatan Stiven
15	Cristian David Alayón Cardenas	[illegible]	Ubalá	Futbol	Cristian David Alayon
16	Juan David Sanchez Garcia	[illegible]	Ubalá	Futbol	Juan David Sanchez
17	Yerick Julian Poveda Rodriguez	[illegible]	Ubalá	Futbol	Yerick Poveda
18	Juan Pablo Linares Urrego	[illegible]	Ubalá	Futbol	Juan Pablo Linares U.
19	Jaron Arturo Cardenas De La Rosa	[illegible]	Ubalá	Futbol	Jaron Arturo
20	David Felipe Muñoz Bejarano	[illegible]	Ubalá	Futbol	David Felipe

Resultado individual



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

#DeporteQueProgresa

PLANILLAS DE CONTROL DE EVALUACIONES FESTIVALES DEPORTIVOS Y ESCOLARES

PROVINCIA: Guavio | MUNICIPIO: Ubalá

TABLAS DE RESULTADOS INDIVIDUALES

NIVELES	PARTICIPANTE	PUNTOS RETO GYMCANA	PUNTOS CARRERA COLOR	TOTAL	PUESTO
INICIACION	Alhan Castillo	40			1
	Adrian Urrego	20			2
	Xiomara Sarmiento	10			3
FUNDAMENTACION	Felipe Linares	40			1
	Eider Martínez	30			2
	Marlos Rosas	20			3
PERFECCIONMIENTO	Juan Mora	80			1
	Mateo Calderon	60			2
	Martin Segura	40			3

Resultado por disciplina

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

#DeporteQueProgresa

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLANILLAS DE CONTROL DE EVALUACIONES FESTIVALES DEPORTIVOS Y ESCOLARES

PROVINCIA: Guavio MUNICIPIO: Ubalá

TABLAS DE RESULTADOS POR DISCIPLINA

Página 1

DISCIPLINAS	INICIACION		FUNDAMENTACION		PERFECCIONAMIENTO		TOTAL PUNTOS CARRERA DE COLORES	TOTAL	PUESTO
	TOTAL DE PUNTOS	PUNTOS 5 RELEVOS POR EQUIPO	TOTAL PUNTOS	PUNTOS 5 RELEVOS POR EQUIPO	TOTAL PUNTOS	PUNTOS 5 RELEVOS POR EQUIPO			
Futbol de Salón	680	160	850	215	1080	200			
Futbol	520	120	660	154	960	160			
Baloncesto	200	50	320	80	460	58			
Ciclsimo	260	80	410	102	580	120			

INDEPORTES

FORMATIVO 2022