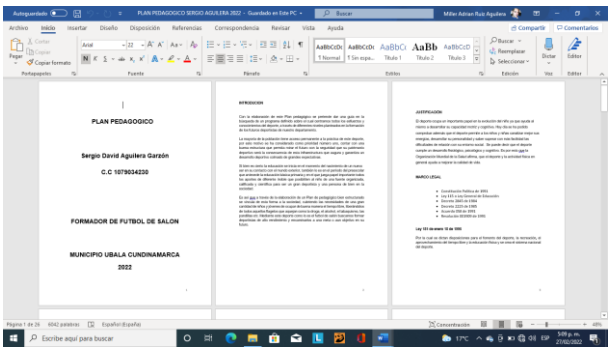
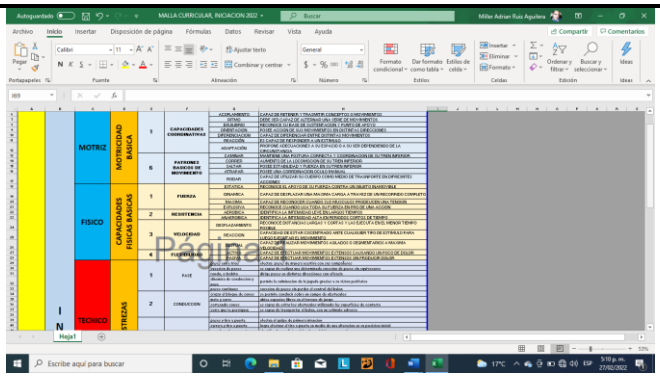
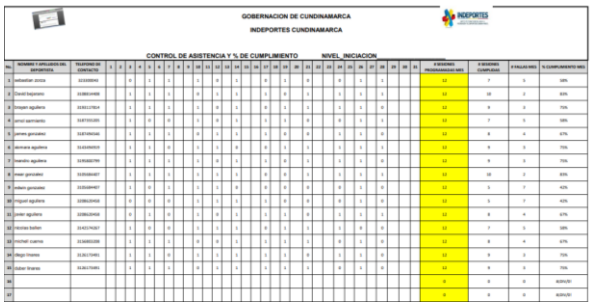
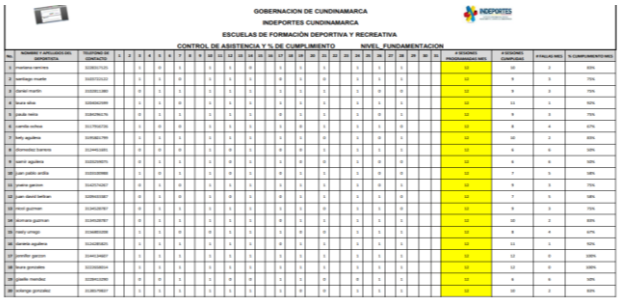
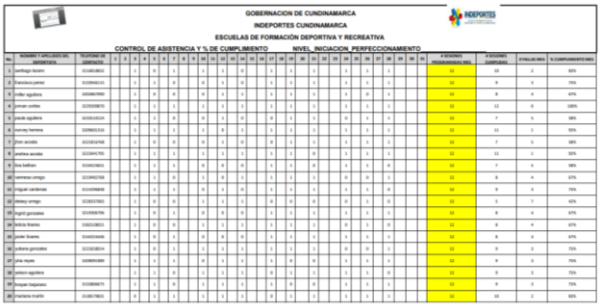
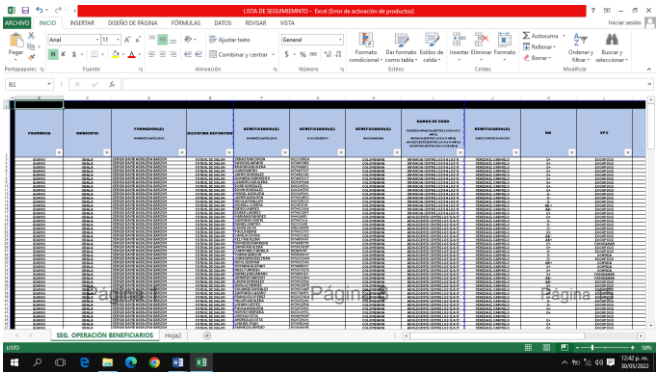
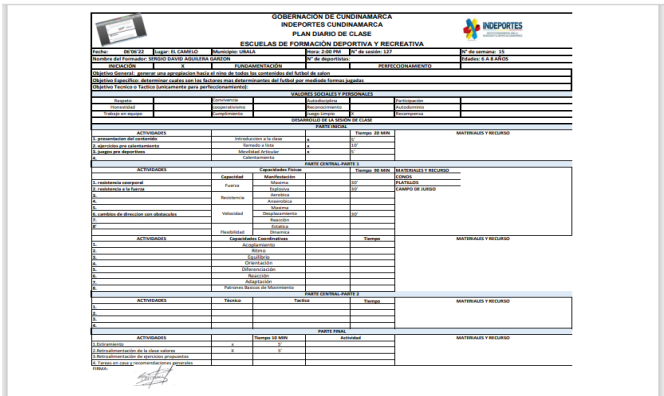
<table>
<tr><th colspan="4">EVIDENCIAS INFORME 11 MES DE DICIEMBRE - CTO 328 -2022</th></tr>
<tr><td>Nombre del contratista</td><td colspan="3">SERGIO DAVID AGUILERA GARZON</td></tr>
<tr><td>Número de identificación</td><td>1079034230 DE Ubalá</td><td>Tipo de documento</td><td>Cedula de ciudadanía</td></tr>
<tr><td>Período informado</td><td>01/12/2022 a 23/12/2022</td><td>N° de Registro Presupuestal</td><td>2022000253 DE 28/01/2022
2022003268 DE 08/09/2022</td></tr>
<tr><td colspan="4">Objeto del Contrato: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO “CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA”, PARA EL CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES - CUNDINAMARCA.</td></tr>
<tr><th colspan="2">Obligaciones específicas:</th><th colspan="2">Actividades realizadas:</th></tr>
<tr><td colspan="2">1.Efectuar la organización, instrucción, planeación, dirección y realización de las actividades que se requieran para la consecución de mínimo 3 grupos de formación deportiva en el área y municipio asignados por el supervisor, el contratista será la persona responsable de adelantar y gestar los procesos de convocatoria e inscripción a los procesos de formación que lidera, para la iniciación, fundamentación y perfeccionamiento en el deporte, a través de medios de comunicación masivos, las Juntas de Acción Comunal, las Instituciones Educativas, Resguardos Indígenas, personas en condición de discapacidad, población diversa y demás comunidades.</td><td colspan="2">

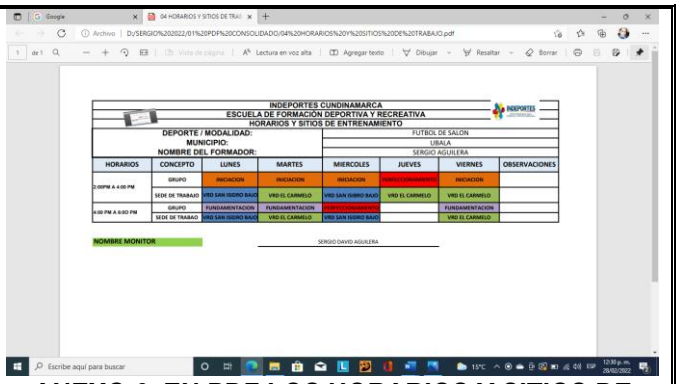
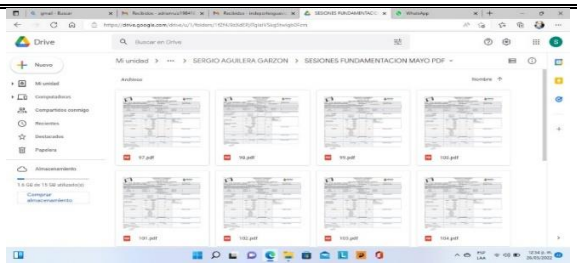
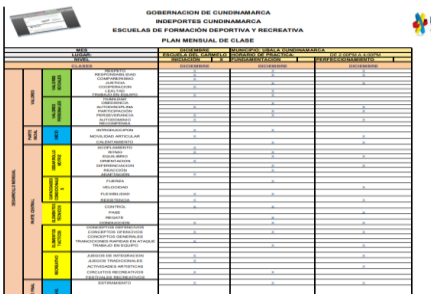
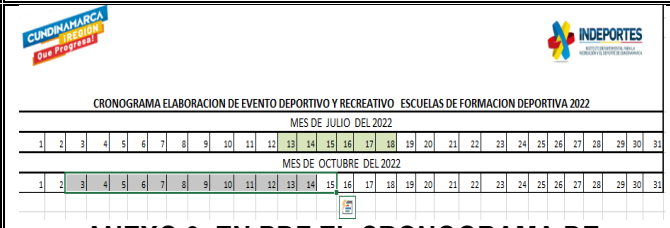
AFICHE PARA DAR PUBLICIDAD

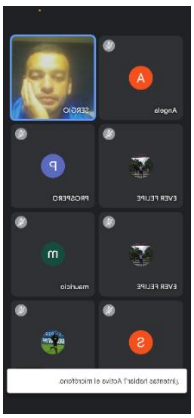
BIENVENIDA A LA ESCUELA DE FORMACION.
ANEXO 1 ADJUNTO EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS DE AFICHE Y SESIONES A LOS PARTICIPANTES.</td></tr>
<tr><td colspan="2">2. Presentar ante el supervisor del contrato, dentro de los 20 días calendario siguientes a la suscripción del acta de inicio, el Plan Pedagógico y Malla 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="2">

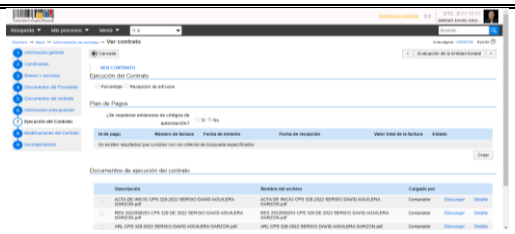
PLAN PEDAGOGICO</td></tr>
</table>

	 **MALLA PEDAGOGICAS** **Anexo 2. EN PDF EL PLAN PEDAGOGICO Y LAS MALLAS PEDAGOGICAS Y HORARIOS DE TRABAJO EN LAS EVIDENCIAS**
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.	 **LISTA DE ASISTENCIA INICIACION**  **LISTA DE ASISTENCIA FUNDAMENTACION**  **LISTA DE ASISTENCIA PERFECCIONAMIENTO** **Anexo 3. ASISTENCIAS Y EVIDENCIAS DE LAS CATEGORIAS EN LAS EVIDENCIAS.**
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.	 INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO **PATALLAZO DE FORMATO DE COBERTURA DE POBLACION.**  **ANEXO 4. COBERTURA DE POBLACION Y PANTALLAZO DE FORMATO DE SEGUIMIENTO.**
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.	 **ANEXO 5. IMAGEN DEL BUEN NOMBRE DE INDEPORTES CUNDINAMARCA.**
6.Preparar y ejecutar 9 sesiones de formación a la semana, mínimo 36 sesiones al mes, con las escuelas de formación a cargo. Cada sesión estará compuesta como mínimo por 2 horas, la distribución de las sesiones para cada nivel será concertado con el coordinador y/o supervisor del mismo.	 GOBERNACION DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA PLAN DIARIO DE CLASE ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA

	 **ANEXO 6. EN PDF LOS HORARIOS Y SITIOS DE TRABAJO, PLANEACIONES DIRIAS DEL MES DE DICIEMBRE EVIDENCIAS.**
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.	 PLATAFORMA DRIVE **ANEXO 7. ACTUALIZACION DEL DRIVE CON LAS SECIONES.**
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.	 PLAN MENSUAL DE CLASES **ANEXO 8. EN PDF LAS PLANEACIONES MENSUALES DEL MES DE DICEMBRE**
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.	 **ANEXO 9. EN PDF EL CRONOGRAMA DE EVALUACIONES DE ENTREDA, SEGUIMIENTO Y SALIDA EN LAS EVIDENCIAS.**
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.	

	 CERTIFICACION MUNICIPAL **ANEXO 10. EN PDF SE ENTREGO LA CERTIFICACION MUNICIPAL Y PAZ Y SALVO EN LAS EVIDENCIAS.**
11.Apoyar a los demás componentes en las diferentes actividades que realicen en los municipios asignados por la Subgerencia Técnica.	  **DEPEDIDA ESCUELA DE FORMACION** **ANEXO 11 FOTOS DE LA ACTIVIDAD**
12.Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.	 ASISTENCIA A TODAS LAS REUNIONES **ANEXO 12. ASISTENCIA A LAS REUNIONES**

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 entrega debidamente diligenciada cuando sean requeridos los documentos que son solicitados de la subgerencia administrativa y financiera el FUID.
14.Consolidar y presentar a través de la plataforma SECOP II; informe de ejecución contractual con sus respectivos soportes y evidencias; de acuerdo con la forma de pago, condiciones técnicas y/o productos establecidos.	 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.	Realicé entrega del informe del informe al gestor Alexander Urrego con los avances que tuve este mes de septiembre de 2022. Proyecte la entrega del informe final.

PLAN PEDAGOGICO

Sergio David Aguilera Garzón

C.C 1079034230

FORMADOR DE FUTBOL DE SALON

MUNICIPIO UBALA CUNDINAMARCA

2022

INTRODUCION

Con la elaboración de este Plan pedagógico se pretende dar una guía en la búsqueda de un programa definido sobre el cual centramos todos los esfuerzos y conocimientos del deporte, a través de diferentes niveles planteados en la formación de los futuros deportistas de nuestro departamento.

La mayoría de la población tiene acceso permanente a la práctica de este deporte, por este motivo se ha considerado como prioridad número uno, contar con una buena estructura que permita mirar el futuro con la seguridad que su patrimonio deportivo será la consecuencia de esta infraestructura que augura y garantiza un desarrollo deportivo colmado de grandes expectativas.

Si bien es cierto la educación se inicia en el momento del nacimiento de un nuevo ser en su contacto con el mundo exterior, también lo es en el período del preescolar que antecede la educación básica primaria y en el que juega papel importante todos los aportes de diferente índole que posibiliten al niño de una fuente organizada, calificada y científica para ser un gran deportista y una persona de bien en la sociedad.

Es así que a través de la elaboración de un Plan de pedagógico bien estructurado se vincula de esta forma a la sociedad, cubriendo las necesidades de una gran cantidad de niños y jóvenes de ocupar de buena manera el tiempo libre, liberándolos de todos aquellos flagelos que aquejan como la droga, el alcohol, el tabaquismo, las pandillas etc. Mediante este deporte como lo es el futbol de salón buscamos formar deportistas de alto rendimiento y encaminarlos a una meta o aun objetivo en su futuro.

JUSTIFICACIÓN

El deporte ocupa un importante papel en la evolución del niño ya que ayuda al mismo a desarrollar su capacidad motriz y cognitiva. Hoy día se ha podido comprobar además que el deporte permite a los niños y niñas 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. Es por esto que la Organización Mundial de la Salud afirma, que el deporte y la actividad física en general ayuda a mejorar la calidad de vida.

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.

OBJETIVOS GENERALES

- Prestación de servicios de apoyo a la gestión de formador deportivo y recreativo para el departamento de Cundinamarca en el marco del plan de desarrollo “CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA”
- Buscar la superación individual y en conjunto de los alumnos mediante el mejoramiento de la salud y conducta motriz
- Realizar con el grupo el proceso de orientación de futbol de salón en tres niveles, iniciación, desarrollo y perfeccionamiento.
- Actuar por medio de programas especiales para difundir la práctica de futbol de salón en las diferentes categorías.
- Prepara orientar y guiar a nuestros jóvenes para ser unos grandes deportistas y poner en alto el nombre de nuestro departamento a nivel deportivo.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Mantener la integración y los lazos de amistad con los diferentes deportistas, compañeros, Junta Directiva, padres de familia y entrenador.
- Divertirse de una forma sana a través del juego y el deporte
- Estimular por medio del futbol de salón como complemento de la educación integral de los diferentes alumnos de la escuela de formación del municipio en las diferentes categorías.
- Formar personas, jugadores de futbol de salón que representen dignamente a nuestro municipio y departamento en los torneos en que se participe.
- Inculcar y fomentar valores a nuestros jóvenes deportistas para encajarlos de manera correcta en nuestra sociedad.

POBLACION OBJETO Y COBERTURA

Trabajare con mi comunidad de Ubalá Cundinamarca formando escuelas de formación de futbol de salón en el casco rural y urbano gracias a la alianza de indeportes y imder Ubalá.

Niñas y niños de iniciación 20

Niñas y niños de fundamentación 20

Jóvenes de perfeccionamiento 20

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 activa 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 seg 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 castigaran 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 del mismo 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 del mismo.

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.

ESTRUCTURA POR NIVELES

INICIACION, FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

En términos generales la escuela de formación funcionara con niños y jóvenes entre seis (6) y diecisiete (17) años de edad, ajustándose a las Características propias del deporte en particular, como lo es el 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 pre deportivos, 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 o AFIANZAMIENTO** 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.

TEMAS Y CONTENIDOS

- **CONTENIDOS POR NIVEL, FUTBOL DE SALON**

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 INICIACION: 6 A 8 AÑOS

CONTENIDOS FÍSICOS

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

CONTENIDOS TÉCNICOS

- Esquema corporal
- Estructura espacio – temporal
- Coordinación
- Equilibrio
- Lateralidad
- Componentes técnicos
- Memoria motriz

CONTENIDOS TACTICOS

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

CONTENIDOS PSICOLÓGICOS

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

CONTENIDOS TEÓRICOS

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

NIVEL DE FUNDAMENTACION: 9 A 12 AÑOS

CONTENIDOS FÍSICOS

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

CONTENIDOS TÉCNICOS

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

CONTENIDOS TACTICOS

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

CONTENIDOS PSICOLÓGICOS

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

CONTENIDOS TEÓRICOS

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

NIVEL DE PERFECCIONAMIENTO: 13 A 17 AÑOS

CONTENIDOS FÍSICOS

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

CONTENIDOS TÉCNICOS

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

CONTENIDOS TACTICOS

- atacar
- defender

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

CONTENIDOS PSICOLÓGICOS

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

CONTENIDOS TEÓRICOS

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

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 entrenador: 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 que debemos seguir para construir una sesión 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 principal 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 principal: 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
16/02/2022	Se realizará un compartir de bienvenida a la escuela de formación.
INICIAL	se realizarán las pruebas físicas y antropométricas.
23/04/2022	Se realizará encuentro deportivo entre las escuelas del carmelo, san isidro bajo, y vereda san José.
21/05/2022	Se realizará caminata al alto del ovejero con las escuelas de formación de futbol de salón.
CONTROL	se realizarán las pruebas físicas y antropométricas.
15/06/2022-17/06/2022	Campeonato entre los participantes de las escuelas de formación.
16/07/2022	Se realizará encuentros de formación con los diferentes municipios de la región.
FINAL	se realizarán las pruebas físicas y antropométricas.

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 deportivos

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.



Sergio David Aguilera Garzón
C.C 1079034230
FORMADOR DE FUTBOL DE SALON
UBALA CUNDINAMRACA

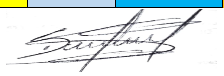


"INDEPORTES CUNDINAMARCA"
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA
UBALA CUNDINAMARCA
SERGIO DAVID AGUILERA GARZON
MALLA PEDAGOGICA

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

	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 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 trios	efectua pases de manera acertiva con sus compañeros
						sucesion de pases	es capaz de realizar una determinada sucesion de pases sin equivocarse
						rondo, o bobito	dirige pases en distintas direcciones con eficacia
						dinamica de conduccion y pase	permite la culminacion de la jugada gracias a su vision periferica
						pases continuos	sucesion de pases sin perder el control del balon
				2	CONDUCCION	cruzar el bloque de conos	se permite conducir sobre un campo de obstaculos
						mete y corre	ubica espacios libres en el terreno de juego
						sorteando conos	es capaz de evitar los obstaculos utilizando las superficies de contacto
						corre que te persiguen	es capaz de trasnportar el balon, con un estimulo adverso
				3	REMATE	pases y tiro a puerta	efectua el golpe de primera intencion
						carrera y tiro a puerta	logra efectuar el tiro a puerta en medio de una alteracion en su posicion inicial
						paredes y tiro a puerta	identifica la condicion del golpe y del tiro mas acertivo
						tiroa puerta con obstaculos	ubica el balon, y ejecuta la funcion del golpeodel balon
						control de aire y remate	espera la oportunidad para golpear el balon, tomando la distancia y tiempo correcto
				4	CONTROL	juegos pre deportivos	se enfoca en la situacion presentada y la asimila
						circuitos	reconoce la importancia del circuito y de sus posibilidades para mejorar su gesto tecnico
						cambios de orientacion	logra efectuar cambios constantes del balon desde su posicion
						dinamica de cambios de orientacion	efectuar cambios en carrera desde difersntes costados del terreno de juego
						controles de aire	reconoce las superficies de contacto para mantener el balon
		TEORICO		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 dema
						RESPETO POR LA OPINION	respeta la opinion de los demas y opina con apropiacion y criterio
						BUENA CONDUCTA	manifiesta acciones logicas positivas de su conducta
						RELACIONES SOCIALES	conoce los estados de animo de los demas
						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:





"INDEPORTES CUNDINAMARCA"
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA
UBALA CUNDINAMARCA
SERGIO DAVID AGUILERA GARZON
MALLA PEDAGOGICA

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
	FUNDAMENTACION	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	juegos de lanzamientos	ejecuta procesos de sencibilizacion con el elemneto
						juegos de atrapar	permite la exploracion para la ejecucion del movimeinto
						juegos de parejas o grupales	lanza y atrapa el balon de disitintas maneras
						juegos pre deportivos	realiza controles de objetos lanzados a distacias cortas y largas
						juegos cooperativos	luega de manera libre con varios objetos
				2	PASE	interactua con el elemento	reconoce al elemento como propio
						juegos recreativos con pelota	hace parte de los grupos en juego de pelota
						golpea del balon con direccion	determina cual es la potencia indicada para la ejecucion del balon
						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 balon contra objetos estables
						ejercicios de pegada	interactua con el elemnto de manera directa
						ejercicios de sencibilizacion con el elemento	golpea, y patea en diferentes direcciones
						ejercicios de aplicación sobre el gesto	golpea obejtos en determindo orden
						juegos con parejas	identifica con cual parte del pie golpea mejor
				4	CONDUCCION	conduce por medio de los circuitos	evita obstaculos sobre el terreno de juego
		TEORICO		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 MANIIFIESTA ANTE EL DOCENTE Y EL GRUPO DE MANERA COORDIAL
						EQUIDAD	IDENTIFICA SUS CONDICIONES Y AYUDA A MEJORAR LAS CONDICIONES DE LOS DEMAS
						COMPANERISMO	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 EMCIONES 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
						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 :



"INDEPORTES CUNDINAMARCA"
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA
UBALA CUNDINAMARCA
SERGIO DAVID AGUILERA GARZON
MALLA PEDAGOGICA

	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 orientacion	logra anticipar la jugada
						juegos con distitnas superficies	controla el balon 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 recepcion
							reocnoce la importancia del golpe del balon
				2	REMATE	pase, dejada y tiro	reocnoce la importancia del golpe del balon
						dos remates en una misma jugada	conoce los dos perfiles para poder atacar el area contraria
						consecucion 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 porterias	identifica otra caracterisitica de conduccion y trasnporte
						dos vs dos en dos porterias	reconoce su habilidad individual
						espacios reducidos	idebtifica las distinas partes del cuerpo para los regates
							logra manetener siempre una posecion del balon
				4	PASE	pases de cabez con finalizacion	logra mantener el balon en el aire controlado
						pases con todas las superficies de contacto	reconoce todas las superficies de golpeo y direccion
						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 conduccion	reconoce
						conduccion en espacios reducidos	es capaz de realizar diferentes manejos de balon
						conduccion con bordes internos y externos	efciencia y eficacia en espacios reducidos
						conduccion con la planta del pie	identifica los bordes de contacto mas eficientes al terreno
						maniobra de distinta manera	identifica otra caracterisitica de conduccion y trasnporte
		TACTICO		1	CONCEPTOS DEFENSIVOS	marcaje	identifica las acciones para mejorar su condicion
						cambios de orientacion	logra mejorar su condicion mediante ejercicios especificos
						control de juego	mecaniza los gestos mediante ejercicios tecnicos
				2	CONCEPTOS OFENSIVOS	ejercicios especificos	identifica la accion que le favorece para mejorar
						situaciones de juego	reconoce las acciones de competicion
						tipos de control del partido	prevee las estrategias que garantisen el dominio del partido
				3	CONCEPTOS GENERALES	circuitos en movimiento	logra y reconoce cada ejercicio para mejorar
						envios largos	efectua cambios constantes a distancias moderadas
						envios medianos	efectua cambios constantes a distancias moderadas
						envios cortos	efectua cambios constantes a distancias moderadas
		TEORICO		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 dema
						RESPETO POR LA OPINION	respeta la opinion de los demas y opina con apropiacion y criterio
						BUENA CONDUCTA	manifiesta acciones logicas positivas de su conducta
						RELACIONES SOCIALES	conoce los estados de animo de los demas
						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:



INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO

BENEFICIADOS	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacid	Discapacidad	Victimas del	Victimas del	AFRODESCENDIENTE	AFRODESCENDIENTE	INDIGENA MASCULI	INDIGENA FEMENIN	TOTALES
6 AÑOS	4	1	4	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5
7 AÑOS	4	1	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5
8 AÑOS	3	2	3	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5
9 AÑOS	3	4	3	0	3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	7
10 AÑOS	2	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3
11 AÑOS	2	3	2	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5
12 AÑOS	3	2	1	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5
13 AÑOS	2	2	2	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4
14 AÑOS	3	2	4	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5
15 AÑOS	2	1	2	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3
16 AÑOS	2	2	1	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4
17 AÑOS	2	2	2	2		2	0	0	0	0	0	0	0	0	4
TOTALES	32	23	29	4	19	3	0	0	0	0	0	0	0	0	55



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL_INICIACION

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	sebastian zorza	323300043			0		1		1			1		0		1			0		1		0			0		1		1				12	7	5	58%
2	David bejarano	3108814408			1		1		1			0		1		1			1		0		1			1		1		1				12	10	2	83%
3	brayan aguilera	3193117814			1		1		1			1		0		1			0		1		1			1		1		0				12	9	3	75%
4	arnol sarmiento	3187355205			1		0		0			1		0		1			1		1		0			0		1		1				12	7	5	58%
5	james gonzalez	3187494546			1		1		1			0		1		1			1		0		0			1		1		0				12	8	4	67%
6	xiomara aguilera	3143494919			1		1		0			1		1		0			0		1		1			1		1		1				12	9	3	75%
7	leandro aguilera	3195800799			1		1		1			1		0		1			1		0		1			1		1		0				12	9	3	75%
8	ewar gonzalez	3105684407			1		1		1			1		1		1			0		0		1			1		1		1				12	10	2	83%
9	edwin gonzalez	3105684407			1		0		1			1		1		0			0		0		0			0		1		0				12	5	7	42%
10	miguel aguilera	3208620458			0		0		0			1		1		1			1		0		0			0		1		0				12	5	7	42%
11	javier aguilera	3208620458			0		1		0			1		0		1			1		1		0			1		1		1				12	8	4	67%
12	nicolas ballen	3142574267			1		0		0			1		1		1			0		1		1			1		0		0				12	7	5	58%
13	michell cuerva	3156803208			1		1		1			0		0		1			1		1		1			0		1		0				12	8	4	67%
14	diego linares	3126173491			1		1		0			1		1		1			1		1		0			1		1		0				12	9	3	75%
15	duber linares	3126173491			1		1		1			0		1		1			1		1		1			0		1		0				12	9	3	75%
16																																		0	0	0	#¡DIV/0!
17																																		0	0	0	#¡DIV/0!
18																																		0	0	0	#¡DIV/0!
19																																		0	0	0	#¡DIV/0!
20																																		0	0	0	#¡DIV/0!



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL_FUNDAMENTACION

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	mariana ramires	3228317125			1		0		1			1		1		0			1		1		1			1		1		1				12	10	2	83%
2	santiago muete	3103722122			1		1		0			1		1		1			0		1		0			1		1		1				12	9	3	75%
3	daniel martin	3102811380			0		1		1			1		1		1			1		1		1			1		0		0				12	9	3	75%
4	laura silva	3204042599			1		1		0			1		1		1			1		1		1			1		1		1				12	11	1	92%
5	paula neira	3184296176			0		1		1			1		1		1			0		1		1			1		0		1				12	9	3	75%
6	camila ochoa	3117916726			1		0		0			1		1		1			1		0		1			1		1		0				12	8	4	67%
7	kely aguilera	3195801799			1		1		1			1		1		1			1		1		0			1		0		1				12	10	2	83%
8	diomedez barrera	3124451691			0		0		0			1		0		1			0		0		1			1		1		1				12	6	6	50%
9	samir aguilera	3103259075			0		1		1			1		0		1			1		0		0			1		0		0				12	6	6	50%
10	juan pablo ardila	3103100988			1		0		1			1		0		1			0		1		1			1		0		0				12	7	5	58%
11	yoaira garzon	3142574267			0		1		0			1		1		1			1		1		1			1		0		1				12	9	3	75%
12	juan david beltran	3209433387			0		1		0			1		0		1			0		1		1			1		1		0				12	7	5	58%
13	nicol guzman	3134528787			0		1		1			1		1		1			1		1		0			1		1		0				12	9	3	75%
14	xiomara guzman	3134528787			0		1		1			1		1		1			0		1		1			1		1		1				12	10	2	83%
15	nasly urrego	3156803208			1		1		0			0		1		1			1		0		0			1		1		1				12	8	4	67%
16	daniela aguilera	3124285825			1		1		1			1		1		1			0		1		1			1		1		1				12	11	1	92%
17	jennifer garzon	3144134607			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1				12	12	0	100%
18	laura gonzales	3222658014			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1				12	12	0	100%
19	giselle mendez	3228413290			0		0		1			1		0		0			1		1		0			0		1		1				12	6	6	50%
20	solange gonzalez	3138579837			1		1		1			1		1		1			1		0		0			1		1		1				12	10	2	83%



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO **NIVEL_INICIACION_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	santiago lazaro	3116818832			1		0		1			1		1		0			1		1		1			1		1		1				12	10	2	83%
2	francisco perez	3133946115			1		1		0			0		1		0			1		1		1			1		1		1				12	9	3	75%
3	miller aguilera	3202867090			1		0		0			0		1		1			1		1		1			1		0		1				12	8	4	67%
4	joman cortes	3229209870			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1				12	12	0	100%
5	paula aguilera	3233510124			1		1		0			0		1		0			0		1		1			0		1		1				12	7	5	58%
6	norvey herrera	3209601316			1		1		1			1		0		1			1		1		1			1		1		1				12	11	1	92%
7	jhon acosta	3221816768			1		0		0			0		1		0			0		1		1			1		1		1				12	7	5	58%
8	andrea acosta	3222641795			1		1		1			1		1		1			1		1		0			1		1		1				12	11	1	92%
9	lina beltran	3134523651			1		1		1			0		0		0			1		1		0			1		1		0				12	7	5	58%
10	vannesa urrego	3219492768			1		1		0			1		0		1			1		1		1			0		0		1				12	8	4	67%
11	miguel cardenas	3114296848			1		1		1			0		1		0			1		1		1			1		1		0				12	9	3	75%
12	deissy urrego	3228337065			1		0		0			1		1		1			0		0		0			0		1		0				12	5	7	42%
13	ingrid gonzales	3219306796			1		0		1			0		0		0			1		1		1			1		1		1				12	8	4	67%
14	leticia linares	3182528021			1		0		0			1		1		1			1		1		1			0		1		0				12	8	4	67%
15	javier linares	3144324446			1		0		1			0		0		0			1		1		1			1		1		1				12	8	4	67%
16	yuliana gonzales	3222658014			1		0		1			1		1		1			1		1		1			0		0		1				12	9	3	75%
17	yina reyes	3209091989			1		1		1			0		1		1			1		0		0			1		1		1				12	9	3	75%
18	yeison aguilera				1		1		0			1		1		1			0		1		1			1		1		0				12	9	3	75%
19	brayan bejarano	3133806675			1		1		0			1		1		1			1		0		0			1		1		1				12	9	3	75%
20	mariana martin	3138579831			0		1		1			1		1		1			0		1		1			1		1		1				12	10	2	83%



INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE / MODALIDAD:	FUTBOL DE SALON
MUNICIPIO:	UBALA
NOMBRE DEL FORMADOR:	SERGIO AGUILERA

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	OBSERVACIONES
2:00PM A 4:00 PM	GRUPO	INICIACION	INICIACION	INICIACION	PERFECCIONAMIENTO	INICIACION	
	SEDE DE TRABAJO	VRD SAN ISIDRO BAJO	VRD EL CARMELO	VRD SAN ISIBRO BAJO	VRD EL CARMELO	VRD EL CARMELO	
4:00 PM A 6:0O PM	GRUPO	FUNDAMENTACION	FUNDAMENTACION	PERFECCIONAMIENTO		FUNDAMENTACION	
	SEDE DE TRABAO	VRD SAN ISIDRO BAJO	VRD EL CARMELO	VRD SAN ISIDRO BAJO		VRD EL CARMELO	

NOMBRE MONITOR SERGIO DAVID AGUILERA

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		
FORMADOR	**Sergio David Aguilera garzón**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**Futbol de salón**	
MUNICIPIO	**UBALA**	
NIVEL	**INICIACION**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**COLISEO M/PAL**	**MES: DICIEMBRE**
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		



03/12/2022 TECNICA



11/12/2022 TECNICA



22-12-2022 TECNICA



12-12-2022FISICO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

CUNDINAMARCA ¡REGIÓN Que Progresa!

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		
FORMADOR	Sergio David Aguilera garzón	
DEPORTE/ DISCIPLINA	Futbol de salón	
MUNICIPIO	UBALA	
NIVEL	FUNDAMENTACION	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	COLISEO M/PAL	MES: DICIEMBRE
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		



04-12-2022 TECNICA INVIDIDUAL



06-12-2022 TECNICA INDIDIDUAL



10-12-2022 premiacion



13-12-2022 TECNICA

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

CUNDINAMARCA ¡REGIÓN Que Progresa!

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		
FORMADOR	Sergio David Aguilera garzón	
DEPORTE/ DISCIPLINA	Futbol de salón	
MUNICIPIO	UBALA	
NIVEL	PERFECCIONAMIENTO	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	COLISEO M/PAL	MES: DICIEMBRE

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



COORDINACION 10/12/2022



07-12-2022 día de las velitas



25-12-2022 FISICO



06-12-2022 remate



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**DICIEMBRE**		**MUNICIPIO: UBALA CUNDINAMARCA**		
LUGAR:				**ESCUELA DEL CARMELO**		**HORARIO DE PRACTICA:**	DE 2:00PM A 4:00PM	
NIVEL				**INICIACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**
CLASES				**DICIEMBRE**		**DICIEMBRE**		**DICIEMBRE**
DESARROLLO MENSUAL	**VALORES**	**VALORES SOCIALES**	RESPETO	X		X		X
			RESPONSABILIDAD	X		X		X
			COMPAÑERISMO	X				
			JUSTICIA			X		X
			COOPERACION	X				
			LEALTAD			X		
			TRABAJO EN EQUIPO	X		X		
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD					
			OBEDIENCIA			X		
			AUTODISCIPLINA	X				X
			PARTICIPACIÓN			X		X
			PERSEVERANCIA	X		X		
			AUTODOMINIO	X				X
			RECOMPENSA					
	PARTE INICIAL	**INICIO**	INTRODUCCIPON	X		X		
			MOVILIDAD ARTICULAR	X				X
			CALENTAMIENTO			X		X
	PARTE CENTRAL	**DESARROLLO MOTRIZ**	ACOPLAMIENTO	X				
			RITMO	X		X		
			EQUILIBRIO			X		X
			ORIENTACION	X				
			DIFERENCIACION			X		X
			REACCIÓN			X		
			ADAPTACIÓN	X				
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA			X		
			VELOCIDAD					X
			FLEXIBILIDAD	X		X		
			RESISTENCIA	X				X
		ELEMENTOS TÉCNICOS	CONTROL	X		X		
			PASE					X
			REGATE			X		
			CONDUCCION	X		X		X
		ELEMENTOS TÁCTICOS	CONCEPTOS DEFENCIVOS					
			CONCEPTOS OFENCIVOS	X		X		X
			CONCEPTOS GENERALES					
			TRANCICIONES RAPIDAS EN ATAQUE	X				
			TRABAJO EN EQUIPO			X		X
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	X				X
			JUEGOS TRADICIONALES	X				
			ACTIVIDADES ARTISTICAS					X
			CIRCUITOS RECREATIVOS	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:



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

Fecha: 05"12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 3:30 PM**	**N° de sesión: 361**	**N° de semana: 38**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 6 A 8 AÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon
Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 07"12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 3:30 PM**	**N° de sesión: 362**	**N° de semana: 38**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 6 A 8 AÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon
Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 09"12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 3:30 PM**	**N° de sesión: 363**	**N° de semana: 38**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 6 A 8 AÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon
Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 12"12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 3:30 PM**	**N° de sesión: 364**	**N° de semana: 39**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 6 A 8 AÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon
Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 14"12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 3:30 PM**	**N° de sesión: 365**	**N° de semana: 39**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 6 A 8 AÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon
Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 16"12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 3:30 PM**	**N° de sesión: 366**	**N° de semana: 39**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 6 A 8 AÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon
Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 19"12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 3:30 PM**	**N° de sesión: 367**	**N° de semana: 40**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 6 A 8 AÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon
Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 21"12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 3:30 PM**	**N° de sesión: 368**	**N° de semana: 40**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 6 A 8 AÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon
Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 23"12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 3:30 PM**	**N° de sesión: 369**	**N° de semana: 40**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 6 A 8 AÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon
Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**NOVIEMBRE**	**MUNICIPIO: UBALA CUNDINAMARCA**	
LUGAR:				**ESCUELA DEL CARMELO**	**HORARIO DE PRACTICA:**	DE 2:00PM A 4:00PM
NIVEL				**INICIACIÓN**	**FUNDAMENTACIÓN X**	**PERFECCIONAMIENTO**
CLASES				**NOVIEMBRE**	**NOVIEMBRE**	**NOVIEMBRE**
DESARROLLO MENSUAL	**VALORES**	**VALORES SOCIALES**	RESPETO			
			RESPONSABILIDAD	X	X	X
			COMPAÑERISMO	X		
			JUSTICIA		X	X
			COOPERACION	X		
			LEALTAD		X	X
			TRABAJO EN EQUIPO		X	X
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD	X		
			OBEDIENCIA	X	X	X
			AUTODISCIPLINA	X	X	X
			PARTICIPACIÓN			X
			PERSEVERANCIA	X	X	
			AUTODOMINIO			X
			RECOMPENSA		X	
	PARTE INCIAL	**INICIO**	INTRODUCCIPON	X	X	
			MOVILIDAD ARTICULAR	X		X
			CALENTAMIENTO		X	
	PARTE CENTRAL	**DESARROLLO MOTRIZ**	ACOPLAMIENTO	X		
			RITMO		X	
			EQUILIBRIO			X
			ORIENTACION	X		
			DIFERENCIACION	X	X	X
			REACCIÓN		X	
			ADAPTACIÓN	X		
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA		X	
			VELOCIDAD		X	X
			FLEXIBILIDAD	X	X	
			RESISTENCIA	X		X
		ELEMENTOS TÉCNICOS	CONTROL		X	
			PASE	X		X
			REGATE		X	
			CONDUCCION	X		X
		ELEMENTOS TÁCTICOS	CONCEPTOS DEFENCIVOS			
			CONCEPTOS OFENCIVOS		X	X
			CONCEPTOS GENERALES		X	
			TRANCICIONES RAPIDAS EN ATAQUE	X		
			TRABAJO EN EQUIPO		X	X
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	X		X
			JUEGOS TRADICIONALES	X		
			ACTIVIDADES ARTISTICAS			X
			CIRCUITOS RECREATIVOS	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:



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

Fecha: 05'12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 2:00 PM**	**N° de sesión: 370**	**N° de semana: 38**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 9 A 12 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon

Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			BALONES MEDICINALES
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

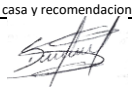
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 06'12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 2:00 PM**	**N° de sesión: 371**	**N° de semana: 38**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 9 A 12 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon

Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			BALONES MEDICINALES
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

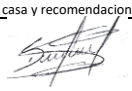
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 08'12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 2:00 PM**	**N° de sesión: 372**	**N° de semana: 38**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 9 A 12 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon

Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			BALONES MEDICINALES
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

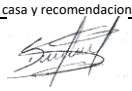
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 12'12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 2:00 PM**	**N° de sesión: 373**	**N° de semana: 39**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 9 A 12 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon

Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			BALONES MEDICINALES
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

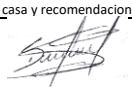
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 13'12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 2:00 PM**	**N° de sesión: 374**	**N° de semana: 39**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 9 A 12 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon

Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			BALONES MEDICINALES
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

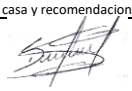
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 15'12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 2:00 PM**	**N° de sesión: 375**	**N° de semana: 39**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 9 A 12 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon

Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			BALONES MEDICINALES
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

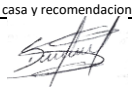
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 19'12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 2:00 PM**	**N° de sesión: 376**	**N° de semana: 40**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 9 A 12 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon

Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			BALONES MEDICINALES
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

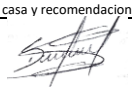
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 20'12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 2:00 PM**	**N° de sesión: 377**	**N° de semana: 40**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 9 A 12 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon

Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			BALONES MEDICINALES
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

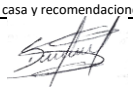
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 22'12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 2:00 PM**	**N° de sesión: 378**	**N° de semana: 40**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 9 A 12 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon

Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			BALONES MEDICINALES
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

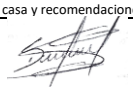
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**DICIEMBRE**		**MUNICIPIO: UBALA CUNDINAMARCA**		
LUGAR:				**ESCUELA DEL CARMELO**		**HORARIO DE PRACTICA:**	DE 2:00PM A 4:00PM	
NIVEL				**INICIACIÓN**		**FUNDAMENTACIÓN**	**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
CLASES				**DICIEMBRE**		**DICIEMBRE**	**DICIEMBRE**	
DESARROLLO MENSUAL	**VALORES**	**VALORES SOCIALES**	RESPETO					
			RESPONSABILIDAD	X		X	X	
			COMPAÑERISMO	X			X	
			JUSTICIA			X	X	
			COOPERACION	X				
			LEALTAD			X	X	
			TRABAJO EN EQUIPO			X	X	
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD	X				
			OBEDIENCIA			X		
			AUTODISCIPLINA	X			X	
			PARTICIPACIÓN				X	
			PERSEVERANCIA	X		X		
			AUTODOMINIO	X		X	X	
			RECOMPENSA				X	
	PARTE INICIAL	**INICIO**	INTRODUCCIPON	X		X		
			MOVILIDAD ARTICULAR	X		X	X	
			CALENTAMIENTO			X	X	
	PARTE CENTRAL	**DESARROLLO MOTRIZ**	ACOPLAMIENTO	X				
			RITMO				X	
			EQUILIBRIO			X	X	
			ORIENTACION	X		X		
			DIFERENCIACION				X	
			REACCIÓN	X		X		
			ADAPTACIÓN					
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA	X		X	X	
			VELOCIDAD	X		X	X	
			FLEXIBILIDAD					
			RESISTENCIA	X		X	X	
		ELEMENTOS TÉCNICOS	CONTROL	X		X		
			PASE				X	
			REGATE			X		
			CONDUCCION	X			X	
		ELEMENTOS TÁCTICOS	CONCEPTOS DEFENCIVOS					
			CONCEPTOS OFENCIVOS	X		X	X	
			CONCEPTOS GENERALES	X		X	X	
			TRANCICIONES RAPIDAS EN ATAQUE				X	
			TRABAJO EN EQUIPO			X	X	
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	X			X	
			JUEGOS TRADICIONALES					
			ACTIVIDADES ARTISTICAS				X	
			CIRCUITOS RECREATIVOS	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:



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

Fecha: 06'12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 3:30 PM**	**N° de sesión: 379**	**N° de semana: 38**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 13 A 16 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon

Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): generar la mejor tecnica con el balon

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			BALONES MEDICINALES
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

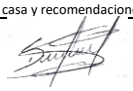
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 07'12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 3:30 PM**	**N° de sesión: 380**	**N° de semana: 38**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 13 A 16 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon
Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): generar la mejor tecnica con el balon

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			BALONES MEDICINALES
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

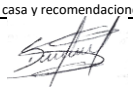
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 09'12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 3:30 PM**	**N° de sesión: 381**	**N° de semana: 38**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 13 A 16 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon

Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): generar la mejor tecnica con el balon

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			BALONES MEDICINALES
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

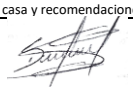
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 13'12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 3:30 PM**	**N° de sesión: 382**	**N° de semana: 39**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 13 A 16 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon
Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): generar la mejor tecnica con el balon

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			BALONES MEDICINALES
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

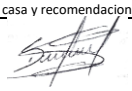
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 14'12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 3:30 PM**	**N° de sesión: 383**	**N° de semana: 39**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 13 A 16 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon
Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): generar la mejor tecnica con el balon

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			BALONES MEDICINALES
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

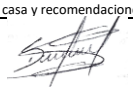
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 16'12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 3:30 PM**	**N° de sesión: 384**	**N° de semana: 39**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 13 A 16 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon

Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): generar la mejor tecnica con el balon

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			BALONES MEDICINALES
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

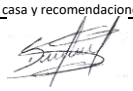
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 20'12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 3:30 PM**	**N° de sesión: 385**	**N° de semana: 40**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 13 A 16 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon

Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): generar la mejor tecnica con el balon

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			BALONES MEDICINALES
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

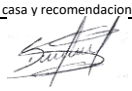
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 21'12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 3:30 PM**	**N° de sesión: 386**	**N° de semana: 40**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 13 A 16 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon

Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): generar la mejor tecnica con el balon

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			BALONES MEDICINALES
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

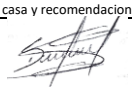
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:





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

Fecha: 23'12'22	**Lugar: EL CAMELO**	**Municipio: UBALA**	**Hora: 3:30 PM**	**N° de sesión: 387**	**N° de semana: 40**
Nombre del Formador: SERGIO DAVID AGUILERA GARZON			**N° de deportistas:**		**Edades: 13 A 16 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**

Objetivo General: generar una apropiacion hacia el nino de todos los contenidos del futbol de salon

Objetivo Especifico: determinar cuales son los factores mas determinantes del futbol por mediode formas jugadas

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): generar la mejor tecnica con el balon

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. presentacion del contenido	Introduccion a la clase	**x**	5'	
2. ejercicios pre calentamiento	llamado a lista	**x**	10'	
3. juegos pre deportivos	Movilidad Articular	**x**	5'	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. resistencia coorporal	Fuerza	Maxima		30'	**PLATILLOS**
2. resistencia a la fuerza		Explosiva		30'	**CAMPO DE JUEGO**
3.	Resistencia	Aerobica			BALONES MEDICINALES
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. cambios de direccion con obstaculos		Desplazamiento		30'	
7.		Reacciòn			
8'	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

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

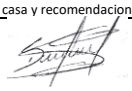
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5'		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5'		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA:



UBALÁ
Alcaldía Municipal

Ubalá
Liderazgo, Unión Y Compromiso

EL JEFE DE LA OFICINA DE DEPORTE, CULTURA Y TURISMO DE LA ALCALDIA DE UBALÀ

HACE CONSTAR:

Que **SERGIO DAVID AGUILERA GARZON** , identificado con cedula de ciudadanía No. 1.079.034.230 de Ubalà, presto sus servicios **DE APOYO A LA GESTION DE FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA CON EL MARCO DE PLAN DE DESARROLLO "CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"** como **FORMADOR DEPORTIVO DE FUTBOL DE SALON** durante el periodo comprendido entre el 01 de diciembre de 2022 al 23de diciembre de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo contrato.

La presente se expide a los 24 días del mes de diciembre de 2022.

WILDER LINARES MORERA
JEFE OFICINA DEPORTE, CULTURA Y TURISMO

EL JEFE DE LA OFICINA DE DEPORTE, CULTURA Y TURISMO DE LA ALCALDIA DE UBALÀ

CERTIFICADO DE CONSTANCIA
PAZ Y SALVO:

Que **SERGIO DAVID AGUILERA GARZON**, identificado con cedula de ciudadanía No. 1.079.034.230 de Ubalà, presto sus servicios **DE APOYO A LA GESTION DE FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA CON EL MARCO DE PLAN DE DESARROLLO "CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"** como **FORMADOR DEPORTIVO DE FUTBOL DE SALON**, cumpliendo sus obligaciones con número de contrato CPS 328 con fechas establecidas del 09/02/2022 al 23/12/2022 y quedando a paz y salvo con las actividades establecidas en su respectivo contrato.

La presente se expide a los 25 días del mes de diciembre del 2022

WILDER LINARES MORERA
Jefe Oficina Deporte, Cultura y Turismo

CIERRE DE ESCUELAS DE DEPORTE FORMATIVO 2022

INDEPORTES CUNDINAMARCA

Provincia: Guavio

Municipio: Ubalá

Presentado por:

Miller Adrian Ruiz

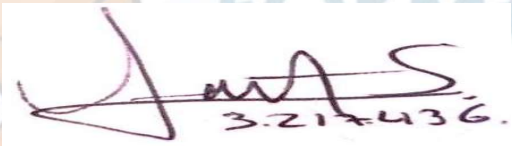
Arbey León

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

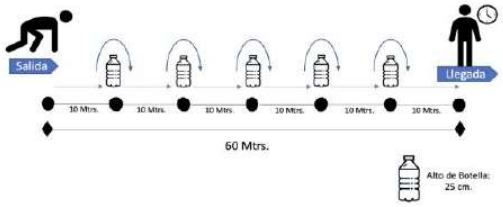
#DeporteQueProgresa

1RO CIRCUITO INICIACION

ESTACIONES PARA NIVEL INICIACION

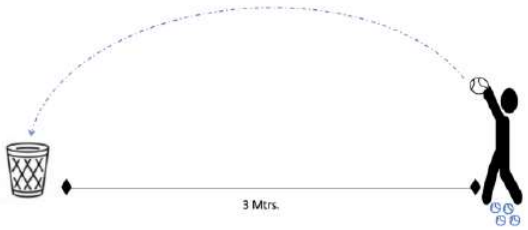
1. Estación N° 1. Carrera con obstáculo.
2. Estación N° 2. Lanzamientos.
3. Estación N° 3. Prueba de agilidad. .
4. Estación N° 4. Recepción de balón.
5. Estación N° 5. Carrera de relevos

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.

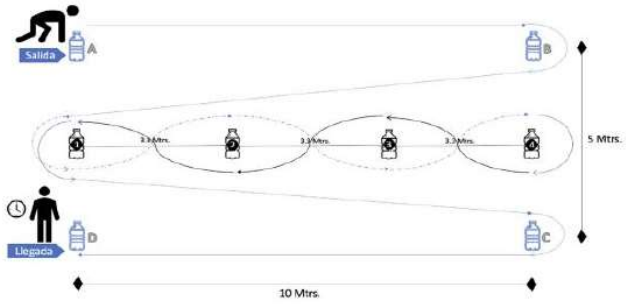


El puntaje para la estación 2 prueba de lanzamientos será de acuerdo al numero de pelotas encestada:
EJE : 1 cesta equivale 20 puntos para un total 100 puntos.

#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).

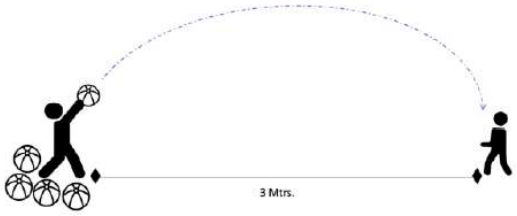


#DeporteQueProgresa

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.



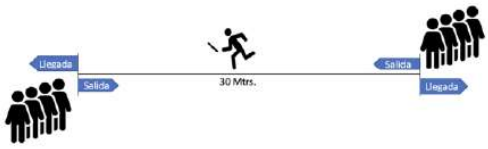
El puntaje para la estación 4 prueba de recepción será de acuerdo al numero de pelotas atrapadas:
EJE : 1 agarre equivale 20 puntos para un total 100 puntos.

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.

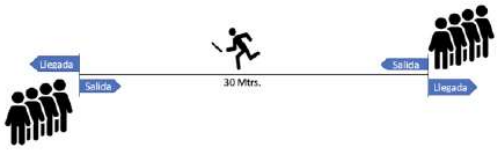
12.El participante procederá a patear un balón No 3 de futbol y tumbar 5 botellas de litro que estarán ubicada a 10 metros, el tiempo se detendrá cuando realice o termine los cinco intentos . *por cada pin o botella caída se otorgara cinco puntos adicional.* de lo contrario será penalizado restándole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

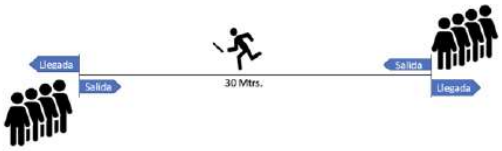
• 11.Para continuar con la prueba el participante se desplazará hasta el punto de lanzamiento, ubicado a 20 metros, en ella encontrará cuatro balones que deberá encentar en una caneca ubicada a 5 metros. *por cada d gol se otorgara cinco puntos , la prueba termina cuando realice 5 pateos y así continuara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

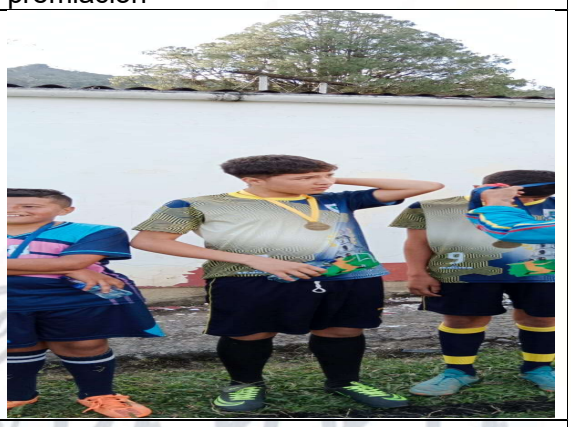
Es de gran importancia que se sigan realizando estas actividades ya que ellos lo ven como un premio al gran esfuerzo que vienen realizando en sus escuelas de formación y además se nota el desarrollo motriz que han tenido durante sus entrenamientos que en conclusión es el mayor objetivo que tenemos todos 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>

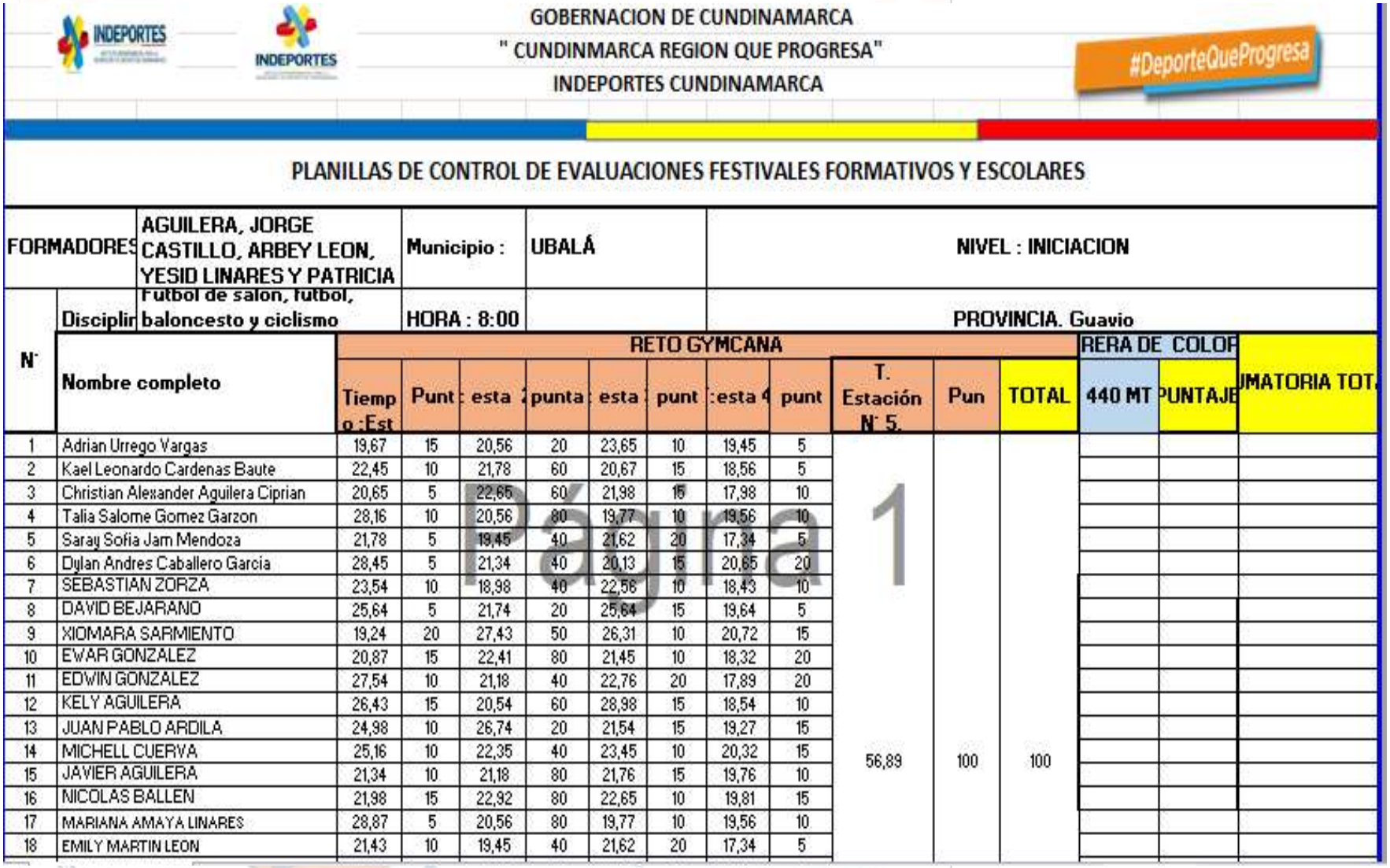
Elemento de consumo entregado a los beneficiarios	Elemento de consumo entregado a los beneficiarios
	
FOTO INICIACIÓN	FOTO INICIACIÓN
	
FOTO INICIACIÓN	FOTO INICIACIÓN
	

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

INDEPORTES

INDEPORTES

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