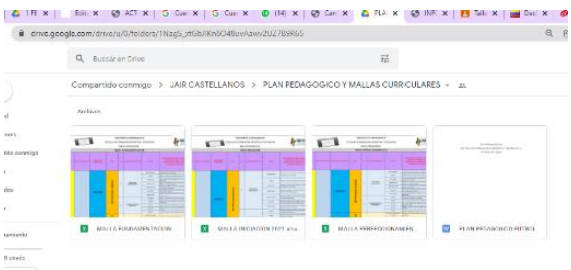
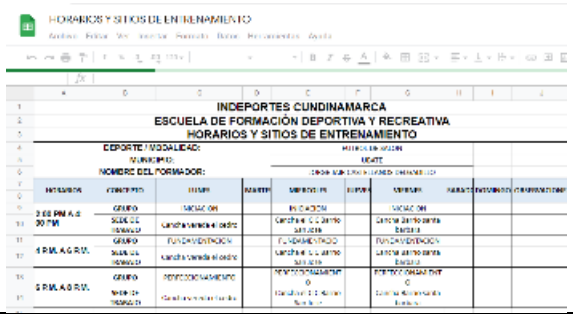
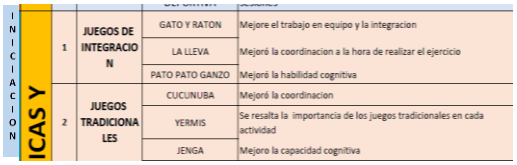
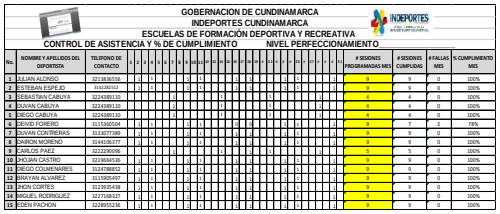
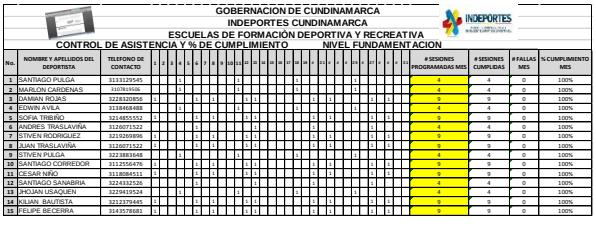
EVIDENCIAS INFORME 11 MES DE DICIEMBRE- CTO 134 -2022			
Nombre del contratista	Jorge Jair Castellanos Delgadillo		
Número de identificación	1076.665.851	**Tipo de documento**	C.C
Período informado	01/12/2022 AL 23/12/2022	**N° de Registro Presupuestal**	RES- 2022000111 de 24/01/2022 2022003272 de 9/08/2022

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

Obligaciones específicas:	Actividades realizadas:
1. Efectuar la organización, planeación, dirección y realización de las actividades que se requieran para la consecución de mínimo 53 niveles de formación en el deporte, en los niveles de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento, en el municipio asignado por el supervisor. El contratista será la persona responsable de adelantar y gestar los procesos de convocatoria e inscripción en los mencionados niveles, a través de los medios necesarios, involucrando a las Juntas de Acción Comunal, Instituciones Educativas, Resguardos Indígenas, personas en condición de discapacidad, población diversa y demás comunidades que se puedan beneficiar con el programa	 
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.	Anexo 01. Acta de Inicio Jair Castellanos  Anexo 02. Plan pedagógico Jair Castellanos Anexo 03 Malla pedagógico Jair Castellanos 

	Anexo 04. Horarios y sitios de trabajo Jair Castellanos Diciembre  HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO
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.	 INICIACION 1 JUEGOS DE INTEGRACION: GATO Y RATON — Mejore el trabajo en equipo y la integracion; LA LLEVA — Mejoró la coordinacion a la hora de realizar el ejercicio; PATO PATO GANZO — Mejoró la habilidad cognitiva 2 JUEGOS TRADICIONALES: CUCUNUBA — Mejoró la coordinacion; YERMIS — Se resalta la importancia de los juegos tradicionales en cada actividad; JENGA — Mejoro la capacidad cognitiva  FUNDAMENTACION 3 CONDUCCION: LARGO — Mejoro la potencia a la hora de rematar; CONDUCCION ALTERNA — Mejoro la conduccion del balon con borde interno y externo del pie; CON MIRADA AL FRENTE — Mejorar la conduccion con cualquier tiempo de choque con los compañeros ala hora de retirar los; EN DRIBLING — Se logro que el niño, niña y joven mejore la agilidad ala hora de conducir el balon entre sus adversarios; BORDE INTERNO — Mejoro la conduccion con el borde externo 4 RECEPCION: PASE POR PAREJAS — Logro que el niño, niña y joven recepcione el pase del compañero en las actividades grupales asignadas; DE SAQUE LATERAL — Mejorar la fuerza en los brazos; DE PASES AEREOS — Mejoro la tecnica a la hora de entregar un pase  PERFECCIONAMIENTO 3 CONDUCCION: LARGO — Mejoro la potencia a la hora de rematar; CONDUCCION ALTERNA — Mejoro la conduccion del balon con borde interno y externo del pie; CON MIRADA AL FRENTE — Mejorar la conduccion con cualquier tiempo de choque con los compañeros ala hora de retirar los; EN DRIBLING — Se logro que el niño, niña y joven mejore la agilidad ala hora de conducir el balon entre sus adversarios; BORDE INTERNO — Mejoro la conduccion con el borde externo 4 RECEPCION: PASE POR PAREJAS — Logro que el niño, niña y joven recepcione el pase del compañero en las actividades grupales asignadas; DE SAQUE LATERAL — Mejorar la fuerza en los brazos; DE PASES AEREOS — Mejoro la tecnica a la hora de entregar un pase; CONTROL ORIENTADO — Logro la recepcion de balón Anexo 5: asistencia iniciación Jair Castellanos Diciembre  GOBERNACION DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL PERFECCIONAMIENTO Anexo 6: asistencia fundamentación Jair Castellanos Diciembre  GOBERNACION DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL FUNDAMENTACION Anexo 7. Asistencia perfeccionamiento Jair Castellanos Diciembre

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL PERFECCIONAMIENTO

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	JULIAN ALONSO	3213836556						1						1	1																			9	9	0	100%
2	ESTEBAN ESPEJO	3142282512						1						1																				4	4	0	100%
3	SEBASTIAN CABUYA	3224389110				1						1																						4	4	0	100%
4	DUVAN CABUYA	3224389110				1						1																						4	4	0	100%
5	DIEGO CABUYA	3224389110				1						1																						4	4	0	100%
6	DEIVID FORERO	3115360504				1		1		1				1	1																			11	11	0	100%
7	DUVAN CONTRERAS	3133077389	1					1		1				1	1																			9	9	0	100%
8	DAIRON MORENO	3144106377	1					1		1				1	1																			9	9	0	100%
9	CARLOS PAEZ	3222290096				1						1																						4	4	0	100%
10	JHOJAN CASTRO	3219664536				1						1																						4	4	0	100%
11	DIEGO COLMENARES	3124788852				1						1																						4	4	0	100%
12	BRAYAN ALVAREZ	3115905497				1						1																						4	4	0	100%
13	JHON CORTES	3123935438				1						1																						4	4	0	100%
14	MIGUEL RODRIGUEZ	3227168327				1		1		1				1	1																			9	9	0	100%
15	EDEN PACHON	3228955236				1						1																						4	4	0	100%

Anexo 8. Evidencias Iniciación Jair Castellanos Diciembre



Anexo 9: evidencias fundamentación Jair Castellanos Diciembre



Anexo 10: evidencias perfeccionamiento Jair Castellanos Diciembre



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

Anexo 11: cobertura (Futbol de salón ubate) Jair Castellanos Diciembre

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 FUTBOL DE SALON UBATE

BENEFICIADO	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Masculino	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
6 AÑOS	2		2				0	0	0	0	0	0	0	0	2
7 AÑOS	3			3			0	0	0	0	0	0	0	0	3
8 AÑOS	3			3			0	0	0	0	0	0	0	0	3
9 AÑOS	6	1	2	4		1	0	0	0	0	0	0	0	0	7
10 AÑOS	3	1	3			1	0	0	0	0	0	0	0	0	4
11 AÑOS	4	1	2	2	1		0	0	0	0	0	0	0	0	5
12 AÑOS	4		4				0	0	0	0	0	0	0	0	4
13 AÑOS	2		2				0	0	0	0	0	0	0	0	2
14 AÑOS	5		5				0	0	0	0	0	0	0	0	5
15 AÑOS	4		4				0	0	0	0	0	0	0	0	4
16 AÑOS	3		3				0	0	0	0	0	0	0	0	3
17 AÑOS	1		1				0	0	0	0	0	0	0	0	1
TOTALES	42	3	30	12	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	45

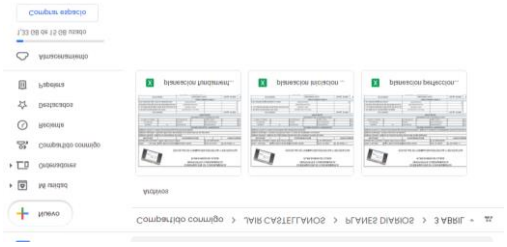
Anexo 12: seguimiento operación beneficiarios Jair Castellanos Diciembre

PROVINCIA	MUNICIPIO	FORMADOR(A) NOMBRES & APELLIDOS	DISCIPINA DEPORTIVA	BENEFICIARIO(A) NOMBRES & APELLIDOS
CUNDINAMARCA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	ADELIN MARIANA PINZON PRADA
CUNDINAMARCA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	OSMAR ANSELMO PINZON PRADA
CUNDINAMARCA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JHOJAN MATEO CONEJO
CUNDINAMARCA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	YESID ANDREY RINCON CRUZ
CUNDINAMARCA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JHONIER CAMILO NIETO LADINO
CUNDINAMARCA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	MICHAEL ESTEFFER ROBAYO
CUNDINAMARCA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	ALAN MATIAS ORTIZ RODRIGUEZ
CUNDINAMARCA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	AMAURY RAMO PAJARITO
CUNDINAMARCA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	DUVAN SAID TABACO RAMOS
CUNDINAMARCA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	YULEIMY SOFIA TRIVIÑO RINCON
CUNDINAMARCA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	SAMUEL SANTIAGO CORREDOR
CUNDINAMARCA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	ANDRES FELIPE TRASLVIÑA
CUNDINAMARCA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	NICOLAS DAVID SILVA CORTES
CUNDINAMARCA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	URIEL STIVEN RODRIGUEZ
CUNDINAMARCA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	DARWIN ARLEY GOMEZ PAEZ

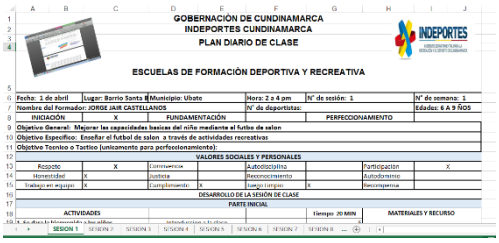
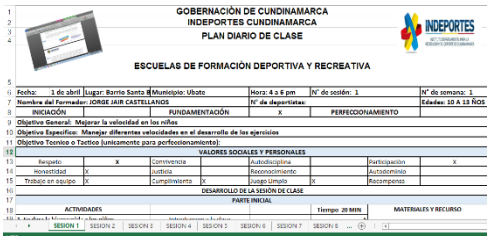
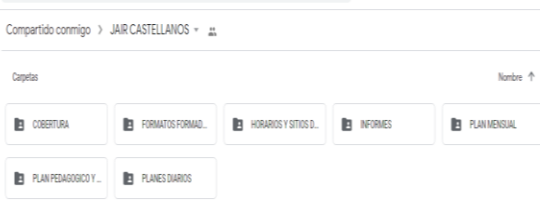
5. Utilizar adecuadamente la imagen y nombres de Indeportes Cundinamarca en todo momento, en cualquiera de sus actividades, resaltando el decoro que las mismas implican, con las evidencias de su adecuada utilización.

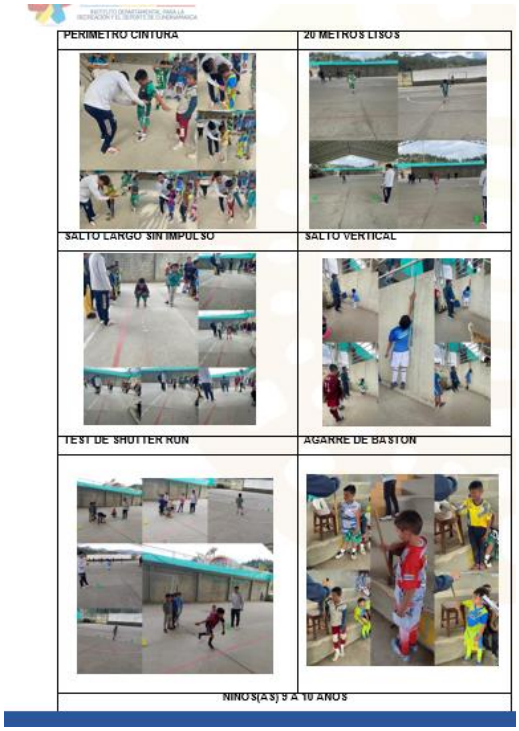


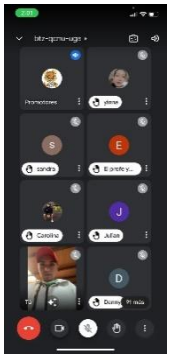
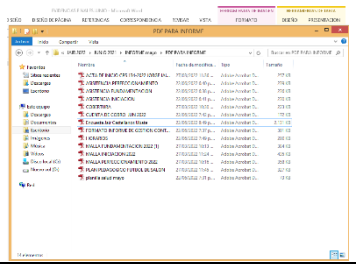
6. Preparar y ejecutar 9 sesiones de formación a la semana, mínimo 36 sesiones al mes, con las escuelas de formación a cargo. Cada sesión estará compuesta como mínimo por 2 horas, la distribución de las sesiones para cada nivel será concertado con el coordinador y/o supervisor del mismo.



Anexo 13: planes diarios iniciación Jair Castellanos Diciembre

	 GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA PLAN DIARIO DE CLASE ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA Anexo 14: planes diarios fundamentación Jair Castellanos Diciembre  GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA PLAN DIARIO DE CLASE ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA Anexo 15: planes diarios Perfeccionamiento Jair Castellanos Diciembre  GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA PLAN DIARIO DE CLASE ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
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.	 Compartido conmigo › JAIR CASTELLANOS Carpetas Nombre COBERTURA FORMATOS FORMAD... HORARIOS Y SITIOS D... INFORMES PLAN MENSUAL PLAN PEDAGOGICO Y... PLANES DIARIOS
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.	Anexo 16: Planeación mensual Diciembre  Drive Buscar en Drive Nuevo Compartido conmigo › JAIR CASTELLANOS › PLAN MENSUAL › 3 ABRIL Mi unidad Ordenadores Compartido conmigo Reciente Destacados Papelera Almacenamiento Archivos PLANEACION MENSU...

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.	
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	Anexo 17 : certificación del municipio mes de diciembre Jair Castellanos 
11. Apoyar a los demás componentes en las diferentes actividades que realicen en los municipios asignados por la Subgerencia Técnica.	Realicé la reunión con los formadores del municipio de ubaté, el día 9 de diciembre culminar detalles del festival deportivo y recreativo
12. Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.	Anexo 18: Asistencia a reunión de festival deportivo recreativo el 09 de diciembre.

	
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.	Anexo 19. Paz y salvo emitido por la administración Municipal 
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.	
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.	

ANEXO 1 OBLIGACION 2 ACTA DE INICIO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

ACTA DE INICIO - SECOP	
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS N° 134 DE 2022	
N° de contrato:	134 de 2022
Contratante:	INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA
Contratista:	JORGE JAIR CASTELLANOS DELGADILLO
Objeto:	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO "CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA", PARA EL CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES – CUNDINAMARCA
Valor:	ONCE MILLONES NOVECIENTOS NOVENTA Y OCHO MIL PESOS ($11.998.000) M/CTE
Municipio:	UBATÉ
Deporte o disciplina:	FUTBOL DE SALÓN
Plazo:	SIETE (07) MESES, contados a partir de la suscripción del acta de inicio, la cual se realizará una vez cumplidos los requisitos de ejecución del contrato.

El 09 de febrero de 2022, en la ciudad de Bogotá D.C se reunieron JORGE JAIR CASTELLANOS DELGADILLO identificado civilmente con cédula de ciudadanía N° 1076665851 y FLOR ANGELA GARZÓN SANCHEZ en calidad Técnico operativo, del Instituto Departamental para la Recreación y el Deporte de Cundinamarca, quien fue designada como supervisora del contrato No. 134 de 2022, con el fin de suscribir acta de inicio del contrato señalado a partir de la fecha de la suscripción del presente documento.

Para el efecto se han verificado por parte del supervisor(a) designado(a) los siguientes requisitos de ejecución contractualmente establecidos para dar inicio al presente contrato.

Registro Presupuestal	RES-2022000111	fecha de expedición: 24/ 01/ 2022
Afiliación a ARL	Positiva Compañía de Seguros S.A	fecha de cobertura: 01/ 02/ 2022
Póliza de garantías	N/A	fecha de aprobación:

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

Para la constancia se firma la presente por quienes en ella intervinieron, el día 09 de febrero de 2022.

FLOR ANGELA GARZÓN SANCHEZ Supervisora	**JORGE JAIR CASTELLANOS DELGADILLO** Contratista

PLAN PEDAGÓGICO
ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA
FUTBOL DE SALON

FEBRERO 14/2022

TABLA DE CONTENIDO

1. Titulo
2. Introducción
3. Justificación
4. Marco Legal
5. Objetivo general
6. Objetivos específicos
7. Población Objeto y cobertura
8. Caracterización del deporte
9. Estructura por niveles
   - 9.1 Etapas de enseñanza
   - 9.2 Etapa de Iniciación
   - 9.3 Etapa de fundamentación
   - 9.4 Etapa de perfeccionamiento
10. Temas y contenidos
11. Metodología de trabajo
    - Etapas de enseñanza-aprendizaje en la escuela deportiva futbol de salón del municipio de Ubaté
    - Etapa de iniciación entre edades de (6 a 8 años)
    - Etapa de fundamentación entre edades de (9 a 12 años)
    - Etapa de perfeccionamiento entre edades de (13 a 17 años)
12. Control seguimiento y evaluación
13. Cronograma de actividades

2. INTRODUCCIÓN

El entrenamiento deportivo, tiene como misión, la formación multilateral, e integral de los seres humanos, desde el punto de vista físico, recreativo, motriz, psicológico, cognitivo y axiológico, es por eso que este proceso es complejo y debe ser planificado y ejecutado cuidadosamente.

Es por ello, que a continuación se plantea un plan pedagógico donde se presentan unos objetivos de trabajo progresivo, así como también un proceso evolutivo por niveles de dificultad, teniendo en cuenta los procesos de aprendizaje de los niños. Enfocado a trabajar en la formación del ser humano como se ser integral, pensando en una construcción desde diferentes componentes, con la finalidad de instituir desde una totalidad, donde las cualidades físicas y motrices van de la mano de los componentes psicológicos, cognitivos y axiológicos.

El objetivo primordial es el de contribuir a la formación integral de los alumnos y alumnas que participan en las diferentes actividades programadas, orientadas a la mejora de las posibilidades ms y de adaptación, socialización, compañerismo, hábitos de vida y desde la consideración de que el aprendizaje de esta especialidad deportiva debe ser entendido, en los niveles de iniciación y en la práctica del futbol de salón a edades tempranas, como un medio para la consecución de determinadas intenciones y finalidades, más que como un fin en sí mismo.

Todo lo planteado anteriormente, se realizará por medio del juego y formas jugadas. Teniendo en cuenta las edades de los niños, su etapa de desarrollo y el método de enseñanza planteada por el instructor. A sí mismo, la recreación juega un papel muy importante en el desarrollo de este plan pedagógico.

El diseño de este plan ha sido propuesto para la disciplina de futbol de salón, concretamente para niños, niñas y jóvenes entre los 6 y 17 años del municipio de la provincia de Ubaté, Cundinamarca, dividido en tres niveles; iniciación de 6 a 9 años, fundamentación de 10 a 13 años y perfeccionamiento de 14 a 17 años.

3. JUSTIFICACIÓN

Es importante educar a los niños y jóvenes por el buen camino, inculcando valores que les permita conocer que hay un camino correcto que puede cambiar sus vidas, así mismo que deben aprovechar

su tiempo libre en el desarrollo de actividades deportivas que les permita crear hábitos saludables y alejarse de una vida sedentaria que dependa del uso de la tecnología; teniendo como base principal el compromiso y la unión familiar, razón por la cual se le da una relevancia importante a la familia en el que día a día puede interactuar con sus hijos.

Finalmente el objetivo es buscar que el alumno actué con autonomía, responsabilidad, respeto, libertad, honradez, eficiencia, creatividad y originalidad.

4. MARCO LEGAL

Las escuelas deportivas por ser un programa institucional de nivel nacional y departamental, cuentan con suficiente respaldo legal que garantizan su ejecución en cada uno de los municipios del departamento de Cundinamarca como alternativa para mejorar la calidad de vida en la población, Para el diseño de este plan pedagógico se tuvo en cuenta las siguientes leyes y artículos:

LEY 181 DE ENERO 18 DE 1995

La ley del deporte y la ley de la educación de 1994, para los respectivos fines. Según la constitución política de Colombia de 1991 en el articulo 52 se aborda la recreación y el deporte como un derecho fundamental en la sociedad.

El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano. El deporte y la recreación forman parte de la educación y constituyen gasto público social. Se reconoce el derecho de todas las personas ala recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. El estado fomentara estas actividades e inspeccionara, vigilara y controlara las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.

LEY 181 DE 1995

Por el 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.

ARTICULO 1. Los objetivos generales de la presente ley son el patrocinio, el fomento, la divulgación, la planificación, la coordinación, la ejecución y el asesoramiento de la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de la educación extra escolar de la niñez y la juventud en todos los niveles y testamentos sociales del país, en desarrollo del derecho de todas las personas a ejercitar el libre acceso a una formación física y espiritual adecuada. Así mismo, la implantación y fomento de la educación física para contribuir a la formación integral de la persona en todas sus edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad.

ARTICULO 2. El objetivo especial de la presente ley, es la creación del sistema legal del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, la educación extra escolar y la educación física.

ARTICULO 3. Para garantizar el acceso del individuo y de la comunidad al conocimiento y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo.

ARTICULO 4. Derechos sociales. El deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de una persona. Su fomento, desarrollo y practica son parte integrante del servicio público educativo y constituye gasto público social bajo los siguientes principios: universalidad, participación comunitaria, participación ciudadana, integración funcional, democratización y ética deportiva.

5. OBJETIVO GENERAL

Diseñar un plan pedagógico que desarrolle un ser integral por medio de componentes físicos, recreativos, motrices, psicológicos y cognitivos dirigidos a niños, niñas y jóvenes de 6 a 17 años por medio del juego y formas jugadas. Además brindar espacios recreo deportivos a niños y niñas de la provincia.

6. OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Identificar el nivel de condición física y técnica de los niños, niñas y jóvenes de la escuela de formación de futbol de salón.

- Desarrollar una planificación mediante ejercicios físicos técnicos y tácticos
- Ejecutar una planificación a partir de la fase diagnostica, mediante contenidos teóricos, físicos, técnicos, tácticos y psicosociales.
- Mejorar el trabajo técnico a nivel grupal y de equipo.
- Verificar los logros alcanzados en el tiempo propuesto.

7. POBLACION OBJETO Y COBERTURA

El diseño de este plan ha sido propuesto para la disciplina de futbol de salón, concretamente para niños, niñas y jóvenes entre los 6 y 17 años de la provincia de Ubaté Cundinamarca, dividido en tres niveles; iniciación de 6 a 9 años, fundamentación de 10 a 13 años y perfeccionamiento de 14 a 17 años.

8. CARACTERIZACION DEL DEPORTE

8.1 ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS Y RECREATIVAS

8.1.1 CONCEPTUALIZACIÓN:

Las escuelas deportivas son centros de carácter formativo donde los niños, niñas y jóvenes entre los 6 y 17 años, inician, fundamentan y especializan un deporte.

Las Escuelas Deportivas son estructuras curriculares de carácter pedagógico y procesos de formación deportiva organizada por ciclos, encargadas de contribuir a la formación de forma integral, relacionando componentes físicos, intelectuales, afectivos y sociales de los niños y jóvenes deportistas, propósito que se logra a través de programas sistemáticos que permiten adquirir una disciplina deportiva y de acuerdo con los intereses, elegir el deporte como salud, recreación y/o rendimiento.

La palabra recreación es escuchada hoy en cualquier parte, por la amplia variedad de su contenido que permite que cada quién la identifique de diferente forma, sobre la base de la multiplicidad de formas e intereses en el mundo moderno puede constituir formas de recreación. Es por eso que muchas veces se encuentra que lo que para unos es recreación, para otros no lo es, por ejemplo, el cuidado de los jardines para algunos resulta una actividad recreativa y para otros constituye su trabajo.

Para Joffre Dumazedier, destacado sociólogo francés dedicado a los estudios del tiempo libre, Recreación "es el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo, para descansar para divertirse o para desarrollar su información o su formación desinteresada, tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales. Es una definición esencialmente descriptiva, aunque popularmente conocida como la de las tres "D": Descanso, Diversión y Desarrollo.

8.1.2 OBJETIVOS DE LA ESCUELA DEPORTIVA Y RECREATIVA

- Estimular el desarrollo psicomotor de los niños, niñas y jóvenes, para el logro de una actividad sana y saludable para su vida.
- Incentivar el derecho al movimiento en los niños, niñas y jóvenes como posibilidad de expresión individual.
- Orientar trabajos interdisciplinarios e interinstitucionales para el fomento educativo, desarrollo investigativo, fortalecimiento de procesos técnicos y deportivos, que mejoren de la salud física y mental de las personas.
- Propiciar la práctica y la construcción de una cultura física.
- Facilitar el acceso a la práctica deportiva de calidad fuera de la comunidad escolar.
- Impulsar los procesos de maduración y ajuste social de los niños.
- Fomentar el desarrollo de los niños niñas y jovenes a través de la superación física y la competición.
- Facilitar conocimientos teóricos y técnicos sobre el futbol de salón
- Favorecer las relaciones sociales mediante la realización de actividades grupales que potencien el aprovechamiento del tiempo libre.

8.1.3 COMPONENTES BÁSICOS DE LA ESCUELA DEPORTIVA Y RECREATIVA

PROFESORES Y TÉCNICOS

El personal docente y técnico a cargo de los programas deberá ser integrado por pedagogos en las áreas de educación física, recreación y deportes, debidamente capacitados en el trabajo con niños.

IMPLEMENTACIÓN

Las Escuelas de Formación deportiva deberán contar con la implementación y material didáctico básico requerido para el desarrollo de los programas (esta adquisición es compromiso de cada escuela deportiva).

QUIENES PUEDEN HACER PARTE DE LA ESCUELA?

Podrán ingresar niños, niñas y jóvenes entre los seis (6) y diecisiete (17) años de edad, los cuales serán distribuidos en diferentes categorías teniendo en cuanta la edad.

FORMACIÓN INTEGRAL

Es un talento educativo que pretende no sólo instruir a los estudiantes con los saberes específicos de las ciencias sino, también, ofrecerles los elementos necesarios para que crezcan como personas buscando desarrollar todas sus características, condiciones y potencialidades.

Acodesi (2013) afirma:

La Formación Integral sirve, entonces, para orientar procesos que busquen lograr, fundamentalmente, la realización plena del hombre y de la mujer, desde lo que a cada uno de ellos les corresponde y es propio de su vocación personal. También, contribuye al mejoramiento de la calidad de vida del entorno social, puesto que ningún ser humano se forma para sí mismo y para mejorar él mismo, sino que lo hace en un contexto sociocultural determinado con el objeto igualmente de mejorarlo.

Es por ello, que uno de los objetivos de la escuela de formación deportiva y recreativa de futbol de salón, es formar a los niños y jóvenes desde la integralidad.

FUTBOL DE SALÓN

El futbol de salón es un deporte en el que se enfrentan dos equipos compuestos por cuatro jugadores de campo y un portero, y cuyo objetivo es marcar más goles que el contrario durante un periodo de juego que durá dos tiempos de 20 minutos (el tiempo se detiene cuando el balón no está en juego)

Quizás lo conozcas por futsal, (a alto nivel tiene una alta complejidad táctica: por sus espacios reducidos: el campo mide 40 metros por 20).

Si quieres saber algo de su historia:

El futbol de salón nació en Uruguay en 1930. Fue el profesor Juan Carlos Ceriani quién utilizando reglas del waterpolo, baloncesto, balonmano y fútbol, redacto el reglamento de este deporte. De salón hay que buscarlos en Uruguay en el año 1930. En aquella época el fútbol era una auténtica locura en las calles de Montevideo. Era la época en que la selección de Uruguay había obtenido el campeonato del mundo.

Fue el profesor Juan Carlos Ceriani el que se dió cuenta de que los niños jugaban al futbol en canchas de baloncesto al no haber campos de fútbol libres e intento solucionar el problema. Su gran acierto fue el acercar el futbol a una cancha pequeña destinada a otros deportes.

El fútbol de salón recreativo es una actividad que tiene como fin darle la posibilidad al deportista de jugar de una manera distinta, que sea divertida, se evidencia la adquisición de las habilidades deportivas en edades tempranas formando parte del empleo correcto del tiempo libre dentro de la comunidad, como una alternativa de contribución a la formación de los niños.

Además las actividades recreativas que aparecen en el futbol de salón están orientadas hacia diferentes direcciones desde la perspectiva fisiológica, técnica y táctica, peo siempre con el contexto del juego como una vía de recreación utilizando el tiempo libre

"El fútbol de salón es un deporte distinto al fútbol"

El "futbol de salón" como se le empezó a llamar causó sensación en Uruguay, desde donde pasó a Chile, Brasil, Argentina, Perú y España. Después se desarrolló en el resto del mundo.

El fútbol de salón es un deporte distinto al fútbol convencional, pues es una conjunción de varios deportes, incluido el fútbol por supuesto.

9. ESTRUCTURA POR NIVELES

9.1 ETAPA DE INICIACIÓN ENTRE EDADES DE (6 A 9 AÑOS)

OBJETIVO: Desarrollar una base psicomotriz amplia mediante la utilización de elementos propios del futbol de salón que permitan el desarrollo psicomotor de los niños y niñas a través de diferentes actividades recreativas.

9.2 ETAPA DE FUNDAMENTACIÓN ENTRE EDADES DE (9 A 13 AÑOS)

OBJETIVO: Lograr que los niños fortalezcan las habilidades psicomotoras a través de actividades recreativas y deportivas desarrolladas mediante el futbol de salón.

9.3 ETAPA DE PERFECCIONAMIENTO ENTRE EDADES DE (14 A 17 AÑOS)

OBJETIVO: Fundamentar técnicamente al niño en la disciplina de futbol de salón por medio actividades y ejercicios acordes a su desarrollo físico y cognitivo.

10. TEMAS Y CONTENIDOS DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA DE FUTBOL DE SALÓN DE LA PROVINCIA DE UBATE.

A continuación, se realiza un plan pedagógico dirigido a niños, niñas y jóvenes entre los 6 y 17 años, para la disciplina de futbol de salón del municipio de Ubaté. Este plan pedagógico va direccionado a tres fases fundamentales del trabajo en escuelas de formación deportivas y recreativas; la iniciación, la fundamentación y el perfeccionamiento.

Todo el desarrollo de este proceso se basa en la búsqueda de formar un ser integral, por medio de componentes físicos, técnicos, tácticos, y emocionales.

10.1 ETAPAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE EN LA ESCUELA DEPORTIVA FUTBOL DE SALÓN DEL MINICIPIO DE UBATE

Como se mencionó anteriormente, el proceso se realizará en tres fases: iniciación, fundamentación y perfeccionamiento, los cuales van enfocados de acuerdo a las etapas de desarrollo y necesidades de los niños, niñas y jóvenes deportistas.

10.2 ETAPA DE INICIACIÓN ENTRE EDADES DE (6 A 8 AÑOS)

OBJETIVO: Desarrollar una base psicomotriz amplia mediante la utilización de elementos propios del futbol de salón que permitan el desarrollo de diferentes actividades

CONTENIDO FISICO: Se desarrollara diferentes ejercicios y actividades que permita mejorar las siguientes capacidades:

- Flexibilidad
- Agilidad
- Equilibrio
- Velocidad

CONTENIDO TECNICO: Se desarrollaran diferentes ejercicios y actividades que permita al niño mejorar las diferentes técnicas:

- Control de balón
- Pase
- Conducción
- Técnica para patear

CONTENIDO TACTICO: Permite mejorar el proceso defensivo y ofensivo en los ejercicios del futbol de salón, en los cuales se desarrollará un trabajo tanto individual como grupal, mejorando el trabajo en equipo.

CONTENIDO TEÓRICO:

- Conocimiento del Reglamento
- Conocimiento de los fundamento técnicos y tácticos del futbol DE SALÓN

CONTENIDO PSICOSOCIAL

Características asociadas al componente intelectual, uso de valores dentro y fuera del campo, así como el trabajo e equipo.

10.3 ETAPA DE FUNDAMENTACIÓN ENTRE EDADES DE (9 A 13 AÑOS)

OBJETIVO: Fundamentar técnicamente al niño en la disciplina de futbol de salón por medio actividades y ejercicios acordes a su desarrollo físico y cognitivo.

CONTENIDO FISICO:

- Características asociadas a la velocidad, fuerza y coordinación
- Características asociadas a la resistencia, flexibilidad y condición general.
- Actividades de fuerza muscular y abdominal

CONTENIDO TÉCNICO:

Mejorar las habilidades de los niños, niñas y jovenes a la hora de desarrollar sus actividades y ejercicios ordenados por el instructor en el campo deportivo como pase, remate, dominio de balón, conducción de balón de un lado a otro, y manejo de las superficies del pie.

CONTENIDO TÁCTICO:

Patrón de juego dominante: ejercicios de recepción, atacar con precisión para encontrar líneas de pase, defender y mejorar la recuperación del balón, así como la posesión dentro de campo deportivo.

CONTENIDO TEÓRICO

Conocimiento de los fundamento técnicos y tácticos

CONTENIDO PSICOSOCIAL

Características asociadas al componente intelectual: aprender a comprender la necesidad de la existencia de reglas, uso de valores, trabajo el equipo, e higiene personal dentro y fuera del campo deportivo.

METODOLOGIA

Se pretende abordar las temáticas desde los gustos e intereses de los niños con juegos acordes a su edad y etapas de desarrollo, agregando una mayor complejidad en las actividades y ejercicios asignados por el instructor, buscando la adquisición de gestos y habilidades propias de la disciplina deportiva.

10.4 ETAPA DE PERFECCIONAMIENTO ENTRE EDADES DE (14 A 17 AÑOS)

OBJETIVO: Perfeccionar técnicamente al deportista en el futbol de salón de acuerdo con sus características de desarrollo y su gusto en particular.

CONTENIDO FISICO: Se desarrollaran diferentes ejercicios y actividades que iran aumentando de complejidad de acuerdo a la edad y desempeño de cada deportista que permita mejorar las siguientes capacidades:

- Velocidad
- Fuerza
- Coordinación

CONTENIDO TÉCNICO:

- Pase
- Definición
- Conducción
- Remate

- Técnicas agresivas de pase remate y definición: Pases largos a un solo toque, pases diagonales, superación de obstáculos a corta y larga distancia.
- Desarrollo de ejercicios para mejorar la potencia y profundidad con movimiento lineal, consistencia, dirección, conducción de balón y preparación en el remate.

CONTENIDO TÁCTICO:

Otras cualidades del patrón de juego: consistencia; conducción, ejercicios de pelota con balón detenido para tener más variedad y creatividad, control de la balón, desplazamiento hacia adelante y hacia atrás.

CONTENIDO TEÓRICO: (MATERIALES – ESPACIO – INDUMENTARIA)

- Conocimiento de la regla
- Conocimiento del juego a nivel Nacional e Internacional

CONTENIDO PSICOSOCIAL:

- Características asociadas a la confianza: el alumno empieza a pensar en el futbol de salón de forma positiva, formulación del auto concepto.
- Características asociadas al componente intelectual: aprender a comprender la necesidad de la existencia de reglas, uso de valores, trabajo el equipo, e higiene personal dentro y fuera del campo deportivo.
- Características asociadas al espíritu competitivo: período de diversión y aprendizaje.

METODOLOGIA:

Se pretende abordar las temáticas desde una etapa de perfeccionamiento donde los deportistas realicen actividades acordes a su edad y etapas de desarrollo, agregando una mayor complejidad en las formas jugadas, buscando la adquisición de gestos y habilidades propias de la disciplina deportiva.

PROPUESTA RECREATIVA

Durante el proceso formativo se tiene presente el enfoque recreativo, es por ello que se plantean las siguientes temáticas en el plan pedagógico y la malla curricular.

- Recreación deportiva
- Recreación al aire libre
- Recreación artística

ACTIVIDADES:

Se plantean diferentes actividades como:

- Desarrollo de juegos tradicionales
- Rondas infantiles
- Juegos lúdico – recreativos
- Manualidades
- Actividades de Interacción Social.

11. METODOLOGIA DE TRABAJO

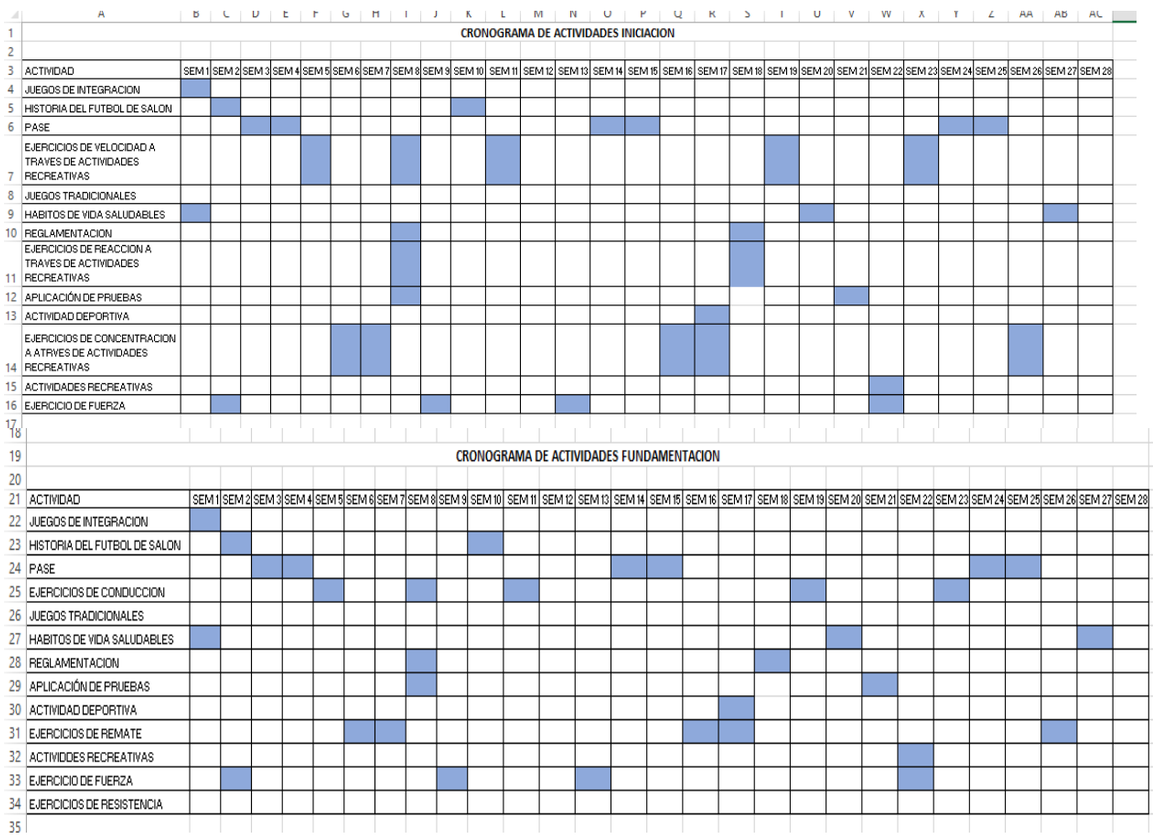
La Escuela Deportiva y recreativa de futbol de salón de la provincia de Ubaté, realizará un proceso estructurado de acuerdo a las necesidades y etapas de desarrollo de los niños, niñas y jóvenes. Las sesiones de entrenamiento se realizarán de forma presencial dividido de la siguiente manera: Presencial: 36 sesiones, para un total de 60 horas al mes. Cada sesión estará compuestas por veinte

(20) minutos de preparación, hora y treinta (1:30) minutos de formacion y diez (10) minutos de cierre, para un total de 2 horas como mínimo. Semanalmente cada grupo tendrá 2 horas de trabajo presencial.

12. CONTROL SEGUIMIENTO Y EVALUACION

El proceso de evaluación control y seguimiento de cada una de las categorías se realizará a través de la aplicación de pruebas físicas y técnicas teniendo en cuenta la capacidad de cada niño, niña y joven que participe en el proceso de formación. Dicha evaluación se realizará por medio de las actividades programadas en cada una de las sesiones, actividades de conocimiento, y aplicación de diferentes instrumentos que evalúen la experiencia y dificultad en cada uno de los ejercicios a realizar.

13. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES



CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES INICIACION

ACTIVIDAD	SEM 1	SEM 2	SEM 3	SEM 4	SEM 5	SEM 6	SEM 7	SEM 8	SEM 9	SEM 10	SEM 11	SEM 12	SEM 13	SEM 14	SEM 15	SEM 16	SEM 17	SEM 18	SEM 19	SEM 20	SEM 21	SEM 22	SEM 23	SEM 24	SEM 25	SEM 26	SEM 27	SEM 28
JUEGOS DE INTEGRACION																												
HISTORIA DEL FUTBOL DE SALON																												
PASE																												
EJERCICIOS DE VELOCIDAD A TRAVES DE ACTIVIDADES RECREATIVAS																												
JUEGOS TRADICIONALES																												
HABITOS DE VIDA SALUDABLES																												
REGLAMENTACION																												
EJERCICIOS DE REACCION A TRAVES DE ACTIVIDADES RECREATIVAS																												
APLICACIÓN DE PRUEBAS																												
ACTIVIDAD DEPORTIVA																												
EJERCICIOS DE CONCENTRACION A ATRVES DE ACTIVIDADES RECREATIVAS																												
ACTIVIDADES RECREATIVAS																												
EJERCICIO DE FUERZA																												

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES FUNDAMENTACION

ACTIVIDAD	SEM 1	SEM 2	SEM 3	SEM 4	SEM 5	SEM 6	SEM 7	SEM 8	SEM 9	SEM 10	SEM 11	SEM 12	SEM 13	SEM 14	SEM 15	SEM 16	SEM 17	SEM 18	SEM 19	SEM 20	SEM 21	SEM 22	SEM 23	SEM 24	SEM 25	SEM 26	SEM 27	SEM 28
JUEGOS DE INTEGRACION																												
HISTORIA DEL FUTBOL DE SALON																												
PASE																												
EJERCICIOS DE CONDUCCION																												
JUEGOS TRADICIONALES																												
HABITOS DE VIDA SALUDABLES																												
REGLAMENTACION																												
APLICACIÓN DE PRUEBAS																												
ACTIVIDAD DEPORTIVA																												
EJERCICIOS DE REMATE																												
ACTIVIDDES RECREATIVAS																												
EJERCICIO DE FUERZA																												
EJERCICIOS DE RESISTENCIA																												

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES PERFECCIONAMIENTO

ACTIVIDAD	SEM 1	SEM 2	SEM 3	SEM 4	SEM 5	SEM 6	SEM 7	SEM 8	SEM 9	SEM 10	SEM 11	SEM 12	SEM 13	SEM 14	SEM 15	SEM 16	SEM 17	SEM 18	SEM 19	SEM 20	SEM 21	SEM 22	SEM 23	SEM 24	SEM 25	SEM 26	SEM 27	SEM 28
JUEGOS DE INTEGRACION	■				■							■					■								■	■		
HISTORIA DEL FUTBOL DE SALON		■								■																		
PASE			■	■										■	■									■	■			
EJERCICIOS DE CONDUCCION					■			■			■								■				■					
JUEGOS TRADICIONALES																												
HABITOS DE VIDA SALUDABLES	■																			■						■		
REGLAMENTACION								■										■										
EJERCICIOS DE REMATE						■	■									■	■									■		
ACTIVIDADES RECREATIVAS																						■						
EJERCICIO DE FUERZA		■							■				■									■						
EJERCICIOS DE RESISTENCIA					■	■									■	■									■			
INTELIGENCIA EMOCIONAL						■																						
SISTEMA OFENSIVO																			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
EJERCICIOS DE ESTRATEGIA														■	■	■												
EJERCICIOS DE DEFINICION				■	■	■	■	■																				
APLICACIÓN DE PRUEBAS								■													■							
ACTIVIDAD DEPORTIVA																	■											



"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

NIVEL INICIACIÓN

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
		MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	Realiza ejercicios que permitan acoplar diferentes moviminetos corporales a traves del juego
						RITMO	Mejora el ritmo a traves de ejercicios de coordinacion
						EQUILIBRIO	Logra que los niños, niñas y jovenes se desplazen de un lado a otro saltando en un solo pie
						ORIENTACION	Mejora la orientacion a traves de ejercicios que permitan la ubicacion en tiempo y espacio
						DIFERENCIACION	Realiza actividades que permitan el desplazamiento caminando en diferentesvelocidades
						REACCIÓN	Logra que los niños, niñas y jovenes mejoren la reaccion a traves de juegos con lanzamientos de balon
						ADAPTACIÓN	Enseña a los niños, niñas y jovenes adaptarse a través de la realización de tareas motrices
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	Realiza actividades que permitan el desplazamiento caminando en diferentes direccciones
						CORRER	Enseña a los niños, niñas y jovenes a desplazarse a traves de diferentes velocidades
						SALTAR	Logra que los niños realicen ejercios de salto a pie junto
						ATRAPAR	Mejora la reaccion a traves de juegos de lanzamineto
						RODAR	Enseña los niños a rodar en diferentes direcciones

F U T B	I N I	FISICO	CAPACIDADES FISICAS	1	FUERZA	PLANCHA	Mejora en el niño, niña y jovenes la fuerza de brazos y piernas
						CARRERAS	Maximiza la velocidad a traves de carreras
						ABDOMINALES	Mejora la fuerza abdominal a traves de ejercicios repetitivos
				2	RESISTENCIA	FLEXIONES	Mejora la fuerza en piernas y brazos
						SALTAR LA CUERDA	Mide la resistencia a traves de cantidad de saltos realizados
				3	VELOCIDAD	CONDUCCION DE BALON	Aumenta la velocidad en conduccion de balon
						CARRERAS DE RELEVO	Mejora el tiempo en el deplazamiento
				4	FLEXIBILIDAD	ESTIRAMIENTO	Logra que el niño, niña y joven mejore la flexibilidad a traves de ejerciocios de estiramiento
		TECNICO	DESTREZAS	1	VELOCIDAD	JUEGO DE STOP	Permite que los niños, niñas y jovenes corran en diferentes velocidades
						LA LLEVA	Logra que el niño, niña y joven mejore el pase a larga distancia
						CONGELADOS	Permite realizar diferentes movimientos
				2	CONCENTRACION	JUEGO DE GOLOZA	Mejora la conduccion del balon con el borde interno
						JUEGO DE DOMINO	Logra la concentración
						LOTERIA	Mejora la capacidad cognitiva
				3	REACCION	JUEGO DE PERRITO	Mejora el trabajo en equipo y la integracion
						PONCHADOS	Mejora la reaccion al evadir un objeto
				1	HISTORIA DEL DEPORTE	INICIOS	Se enseña como iniciar la historia del futbol de salon
						DONDE SE JUGO POR PRIMERA VEZ EL FUTBOL DE	Motiva al niño,niña y joven a practicar el futbo de salon
						SITIOS DE DESARROLLO	Conoce algunos lugares donde se desarrollo el juego

O L D E S A L Ó N	C I A C I O N	TEORICO				INVENTORES	Conoce quien invento el futbol de salon
				2	REGLAMENTACION	JUGADORES	Aprende cuantos jugadores deben estar en cancha
						JUEGO LIMPIO	Se inculcó el juego limpo en todas las sesiones de trabajo
						INICIO Y REANUDACION DE JUEGO	Enseña tiempo de duracion del encuentro deportivo
						CAMBIOS	Enseña como se deben hacer los cambios durante el juego
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	CUMPLIMIENTO	Exige la participacion en todas las sesiones programadas
						TRANSPARENCIA	Utiliza correctamente los instrumentos utilizados en cada sesion
						IDENTIDAD POR EL MUNICIPIO Y DEPARTAMENTO	Enseña los simbolos del Municipio y departamento y hacerlos respetar
						TRABAJO EN EQUIPO	Exige el trabajo en equipo en todas las clases.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	RESPETO	Inculca el respeto a todo su entorno durante las sesiones
						HONESTIDAD	Enseña a los ninños la importancia de ser honestos
						TRABAJO EN EQUIPO	Reconoce el trabajo en equipo en cada actividad realizada
						DEDICACION	Realice las sesiones de clase a conciencia
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	Se logró que los niños tengan una buena higiene personal dentro y fuera del campo deportivo
						ALIMENTACIÓN	Solicite a los niños asistir bien alimentados a todas a las sesiones programadas
						PRESENTACION PERSONAL	Exigi a los niños, niñas y jovenes presentarse correctamente a las sesiones
						DESCANSO Y SUEÑO	Permite que el niños, niñas y jovenes tenga tiempos de descanso entre una y otra actividad
						EJERCICIO FISICO	Promueve el ejercicio en cada una de las actividades
						ACTITUD POSITIVA	Se recocnoce la actitud de cada uno de los compañeros

			DE	3	MOTIVACIÓN	ESFUERZO Y SUPERACIÓN	Se reconoce el esfuerzo que hace cada niño para mejorar en cada una de sus sesiiones
						ENTREGA	Se valoro la entrega en las sesiones de clase que se realizan
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	Enseñe al niño la forma correcta de concentrarse para realizar cada actividad
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	Enseñe el trabajo en equipo y juego limpio en todas las sesiones
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y	1	JUEGOS DE INTEGRACION	GATO Y RATON	Mejore el trabajo en equipo y la integracion
						LA LLEVA	Mejoró la coordinacion a la hora de realizar el ejercicio
						PATO PATO GANZO	Mejoró la habilidad cognitiva
				2	JUEGOS TRADICIONALES	CUCUNUBA	Mejoró la coordinacion
						YERMIS	Se resalta la importancia de los juegos tradicionales en cada actividad
						JENGA	Mejoro la capacidad cognitiva
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	Figuras de plastilina	Mejoro las habilidades psicomotoras
						Baile	Mejoro la capacidad auditiva
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	ENCOSTALADOS	Mejora la coordinacion a la hora de realizar el ejercicio
						ZIG ZAG	
						CIRCUITO CON BOMBAS DE AGUA	
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	Corazon de la piña	Mejora la accion motora
						Goloza	Mejora la capacidad cognitiva
						Puente esta quebrado	Maneja la coordinacion
						Juguemos en el bosque	Aumento la velocidad y la percepcion

FECHA DE ENTREGA	**14-Feb-22**

NOMBRES Y APELLIDOS DEL MONITOR	**JAIR CASTELLANOS DELGADILLO**

MUNICIPIO	**UBATE**



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

NIVEL FUNDAMENTACIÓN

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
		MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	Acopla difrentes moviminetos corporales a traves del juego
						RITMO	Mejora el ritmo a traves de ejercicios de coordinacion
						EQUILIBRIO	Se Logró que los niños se desplazaen de un lado a otro saltando en un solo pie
						ORIENTACION	Mejora la orientacion a traves de ejercicios que permitan la ubicacion en tiempo y espacio
						DIFERENCIACION	Realice actividades que permitan el desplazamiento caminando en diferentes velocidades
						REACCIÓN	Se logró que lo niños mejores la reaccion a traves de juegos con lanzaminetos de balon
						ADAPTACIÓN	Enseñe a los niños a adaptarse a través de la realización de tareas motrices
				3	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	Realiza desplazamiento caminando en diferentes velocidades
						CORRER	Mejora el desplazamiento en diferentes velocidades corriendo
						SALTAR	Se Logro que los niños realicen ejercios de salto a pie junto
						ATRAPAR	Mejora la reaccion a traves de juegos de lanzamineto y atrapada
						RODAR	Enseña los niños a rodar en diferentes direcciones

F U T		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	SALTOS A PIE JUNTO	Mejora la fuerza de brazos y piernas en a traves de difrentes ejercicios propuestos en cada sesion
						FLEXIONES DE PECHO	
						SENTADILLAS	Mejora la resistencia en las piernas
						TIJERAS	Fortalece la fuerza de piernas
				2	RESISTENCIA	SALTAR EN SOGA	Mejora la resistencia del deportista
						PLANCHAS	Aumento la resistencia en el area abdominal
				3	VELOCIDAD	CARRERAS	Se Logro que el niño mejore la velocidad en el desplazamiento
						SLALOM	Mejoro la velocidad sobrepasando obstaculos
						CON CONDUCCION DE BALON	Se logró que el niño, niña y joven mejore la velcoidad conduciendo el balon de un punto a otro
				4	FLEXIBILIDAD	ESTATICA	Se Mejoró la flexibilidad realizando ejercicios en sun solo punto
						ESTIRAMIENTO	Se Logro que el niño, niña y joven mejore la flexibilidad a traves de ejercicios de estiramiento
				1	PASE	EN UN SOLO TOQUE	Se Logro que el niño, niña y joven mejore la entrega de pases a un solo toque
						LINEAS DE PASE	Se Logro que el niño, niña y joven busque espacios para recibir el pase de sus compañeros
						DOS CONTRA DOS	Se mejoro la sobreposicion en el campo de juego
						PASE LARGO	Mejoro el control a la hora de recibir el pase
				2	REMATE	ZIG ZAG	Mejoro la fuerza y la conduccion a la hora de rematar
						A UNA DISTANCIA DE 10 MTS	Mejoro la potencia del disparo
						A TARVES DE UN PASE DE COMPAÑERO	Mejoro el trabajo en equipo

I B O L D E S A L O N	**F U N D A M E N T A C I O N**	**TECNICO**	**DESTREZAS**			LARGO	Mejoro la potencia a la hora de rematar
				3	CONDUCCION	CONDUCCION ALTERNA	Mejoro la conduccion del balon con borde interno y externo del pie
						CON MIRADA AL FRENTE	Mejoro la conduccion del balon manteniendo la frente en alto para evitar cualquier tiepo de choque con los compañeros ala hora de ralizar los ejercicios
						EN DRIBLING	Se logro que el niño, niña y joven mejore la agilidad ala hora de conducir el balon antee sus adversarios
						BORDE INTERNO	Mejoro la conduccion con el borde externo
				4	RECEPCION	PASE POR PAREJAS	Logro que el niño, niña y joven recepcione el pase del compañero en las actividades grupales asignadas
						DE SAQUE LATERAL	Mejorar la fueza en los brazos
						DE PASES AEREOS	Mejoro la tecnica a la hora de entregar un pase
						CONTROL ORIENTADO	Logro la recepcion de balón
		TEORICO		**1**	**HISTORIA DEL DEPORTE**	INICIOS	Se socializo como inicio la historia del futbol de salon
						DONDE SE JUGO POR PRIMERA VEZ EL FUTBOL DE SALON	Se motivo al niño, niña y joven a practicar el futbo de salon
						SITIOS DE DESARROLLO	Se socializo algunos lugares donde se desarrollo el juego
						INVENTORES	Se socializa quien invento el futbol de salon
				2	**REGLAMENTACION**	JUGADORES	Enseña cuantos jugadores deben estar en cancha
						JUEGO LIMPIO	Se Inculca el juego limpo en todas las sesiones de trabajo
						INICIO Y REANUDACION DE JUEGO	Enseña tiempo de duracion del encuentro deportivo
						CAMBIOS	Enseña como se deben hacer los cambios durante el juego
						CUMPLIMIENTO	Exige la participacion en todas las sesiones programadas

				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	TRANSPARENCIA	Utiliza correctamente los instrumentos utilizados en cada sesion
						IDENTIDAD POR EL MUNICIPIO Y DEPARTAMENTO	Enseña los simbolos del Municipio y departamento y hacerlos respetar
						TRABAJO EN EQUIPO	Exige el trabajo en equipo en todas las clases.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	RESPETO	Inculca el respeto a todo su entorno dutante las sesiones
						HONESTIDAD	Enseña a los ninños la importanci de ser honestos
						TRABAJO EN EQUIPO	Reconoce el trabajo en equipo da en cada actividad realizadas
						DEDICACION	Realice las sesiones de clase a conciencia
					HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	Se Logra que los niños tengan una buena higien personal dentro y fuera del campo deportivo
						ALIMENTACIÓN	Se solicita a los niños asistir bien alimentados a todas alas sesiones programdas
						PRESENTACION PERSONAL	Exige a los niños presentarse correctamente a las sesiones
						DESCANSO Y SUEÑO	Permite que el niños tenga tiempos de descanso entre una y otra actividad
				3		EJERCICIO FISICO	Promueve el ejercicio en cada una de las actividades
					MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	Reconoce la actitud de cada uno de los compañeros
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	Reconoce el esfuerzo que hace cada niño para mejorar en cada una de sus sesiiones
						ENTREGA	Valora las sesiones de clase que se realizan
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	Enseñar al niño la forma correcta de concenrarse para realizar cada actividad
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	Enseña el trabajo en equipo y juego limpio en todas las sesiones
				1	JUEGOS DE	CONGELADOS	Mejora la coordinacion a la hora de realizar el ejercicio
						LA LLEVA	Mejora el desplazamiento

		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	INTEGRACION	SALTAR LA CUERDA	Mejorar el salto a pie junto
						ESTATUA	Mejora las habilidades psicosociales
				2	JUEGOS TRADICIONALES	YERMIS	Recrea a los niños a traves de juegos tradicionales
						JENGA	Mejoro la capacidad coginitiva
						RANA	Mejoro la punteria
						TROMPO	Se aumento la coorinacion visomotora
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	Aerobicos	Mejoro la coordinacion
						Dibujo	Mejoro la motricidad fina
						Ejercicios al ritmo de la musica	Mejoro la capcacidad auditiva
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	CIRCUITO DE AROS	Aumento la dificultad de los ejercicio asignados en el desarrollo de circuitos
						ZIG ZAG	Mejora el desplazamineto con obstáculos
						CIRCUITO CON BOMBAS DE AGUA	Mejora la concentracion
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	ENCOSTALADOS	Mejora la velocidad sobre obstaculos
						ADIVINANZAS	Mejoro la capacidad cognitiva
						JUEGOS DE OBSTACULOS	Se fortaleció la superacion de obstaculos

FECHA DE ENTREGA	**14/Febrero/20222**

NOMBRES Y APELLIDOS DEL MONITOR	**JAIR CASTELLANOS**

MUNICIPIO	UBATÉ



"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL PERFECCIONAMIENTO

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
		MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	Realice ejercicios que permitan acoplar diferentes movimientos corporales a traves de ejercicios con balon
						RITMO	Mejoró el ritmo a traves de ejercicios de coordinacion
						EQUILIBRIO	Se logró que los deportistad se desplazaen de un lado a otro saltando en un solo pie
						ORIENTACION	Mejoró la orientacion a traves de ejercicios que permitan la ubicacion en tiempo y espacio
						DIFERENCIACION	Realicer actividades que permitan el desplazamiento en diferentes velocidades
						REACCIÓN	Se logró que lo deportistas mejores la reaccion a traves de juegos con lanzamientos de balon
						ADAPTACIÓN	Enseñe a los deportistas a adaptarse a través de la realización deejercicios
					PATRONES	CAMINAR	Realice actividades que le permitan el desplazamiento caminando en diferentes velocidades
						CORRER	Se logro que los deportistas corran de un lado a otro en diferentes velocidades

				6	**BASICOS DE MOVIMIENTO**	SALTAR	Se logro que los deportistas realicen ejercios de salto a pie junto de un aldo a otro
						ATRAPAR	Mejoró la reaccion a traves de juegos de lanzamineto y atrapada
						RODAR	Mejoró el desplazamiento de un lado a otro a traves de botes
		FISICO	**CAPACIDADES FISICAS BASICAS**	**1**	**FUERZA**	SENTADILLA CON BANDAS ELASTICAS	Mejoró la fuerza de piernas y brazos en todas las actividades aseignadas
						BURPEE	Mejoro la fuerza de brazos y piernas
						CABALLITO	Mejorór las acciones motrices
						CARRETILLA	Mejoró la fuerza en los brazos
				2	**RESISTENCIA**	TITERES	Se mejoro la resistencia y velocidad atraves de obstaculos manteniendo ritmo para recuperar hasta llegar a una posición inicial.
						SALTOS CON SENTADILLA	
				3	**VELOCIDAD**	EJERCICIOS DE VELOCIDAD Y REACCION	Se logro realizar desplazamientos explosivos en el menor tiempo bien sea en distancias cortas o largas
						CARRERAS DE RELEVOS	
						CONDUCCION DE BALON EN GRUPOS	
				4	**FLEXIBILIDAD**	ESTIRAMIENTO POR PAREJAS	Mejoró la flexibilidad en el deportista
						LIMBO	
				1	PASE	ESPACIO REDUCIDO	Aumento la rapidez en los pases
						UNA SOLA INTENCION	Aumento la capacidad mental
						POR PAREJAS	Se mejoro la precision al entregar el pase

						A UN SOLO TOQUE CON UN RECUPERADOR	Mejoró el trabajo en equipo
				2	CONDUCCION	CIRCUITO DE OBSTACULOS	Se logro superar obstáculos de resistencia y velocidad
						POR PAREJAS	Mejoró el trabajo en equipo
						CON PLANTA DE PIE	Mejoró las habilidades psicomotoras
						DE ESPALDAS	Mejoró el desplazamiento
						CON MIRADA AL FRENTE	Mejoró la habilidad visomotriz
				3	DEFINICION	UNO CONTRA UNO	Mejoró la defensa encampo propio
						DOS CONTRA UNO	Mejora la perfilacion a la hora de defender
						DRIBLANDO AL PORTERO	Mejoró la definicion a traves del dribling
						BALON EN MOVIMIENTO	Mejora la capcidad psicomotora
				4	REMATE	DE CABEZA	Mejoró la definicion
						DE VOLEA	Mejoró la fuerza de piernas
						DE TIRO DE CASTIGO	Mejoro la tecnica a la hora de definir
						RECIBIENDO UN PASE DE PIVOT	Mejoro la definicion utilizando el pivot
				1	SISTEMA DEFENSIVO	MARCA INDIVIDUAL	Mejoro la tactica defensiva
						MARCACION EN ROMBO	
						MARCACION MIXTA	
						MARCACION ZONAL	
						SALIDA DE TRES	Mejoro el desplazamiento

TECNICO

DESTREZAS

U T B O L D E S A L O N	**R F E C C I O N A M I E N T O**	**TACTICO**		**2**	SISTEMA OFENSIVO	SALIDA DE 2 UTILIZANDO ROTACION DE TODOS LOS JUGADORES	Se Fotaleció la rotacion en la cancha
						BUSCAR LINEA DE PASE	Mejoro los moviminetos a la hora de atacar
				3	ESTRATEGIA	JUGADAS DE TIRO LIBRE	Mejoro las estrategias de balon detenido
						JUGADAS DE TIRO DE ESQUINA	
						JUGADAS PARA SALIR DE LA PRESION DEL RIVAL	Mejoraron las salidas evadiendo la marca del rival
						CONTRAATAQUE	Se Mejoró la salida con velocidad
		TEORICO		**1**	**HISTORIA DEL DEPORTE**	INICIOS	El deportista aprendio como inicia la historia del futbol de salon
						DONDE SE JUGO POR PRIMERA VEZ EL FUTBOL DE SALON	Se motivo al niño, niña y joven a practicar el futbo de salon
						SITIOS DE DESARROLLO	Se dio a Conocer algunos lugares donde se desarrollo el juego
						INVENTORES	Se socializó quien invento el futbol de salon
				2	**REGLAMENTACION**	JUGADORES	Enseñe cuantos jugadores deben estar en cancha
						JUEGO LIMPIO	Inculque el juego limpo en todas las sesiones de trabajo
						INICIO Y REANUDACION DE JUEGO	Se Enseño tiempo de duracion del encuentro deportivo

						CAMBIOS	Enseñe como se deben hacer los cambios durante el ejuego
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	CUMPLIMIENTO	Exigi la participacion en todas las sesiones programadas
						TRANSPARENCIA	Utilice correctamente los instrumentos utilizados en cada sesion
						IDENTIDAD POR EL MUNICIPIO Y DEPARTAMENTO	Socialice los simbolos del Municipio y departamento y hacerlos respetar
						TRABAJO EN EQUIPO	Exigí el trabajo en equipo en todas las clases.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	RESPETO	Inculque el respeto a todo su entorno dutante las sesiones
						HONESTIDAD	Enseñe a los ninños la importanci de ser honestos
						TRABAJO EN EQUIPO	Se reconoce el trabajo en equipo da en cada actividad realizada
						DEDICACION	Realice las sesiones de clase a conciencia
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	Logre que los niños tengan una buena higien personal dentro y fuera del campo deportivo
						ALIMENTACIÓN	Solicite a los niños asistir bien alimentados a todas alas sesiones programdas
						PRESENTACION PERSONAL	Exige a los niños, niñas y jovenes a presentarse correctamente a las sesiones
						DESCANSO Y SUEÑO	Permite que el niños, niñas y jovenes tenga tiempos de descanso entre una y otra actividad
						EJERCICIO FISICO	Se Promueve el ejercicio en cada una de las actividades
						ACTITUD POSITIVA	Se reconoce la actitud de cada uno de los compañeros

				3	MOTIVACIÓN	ESFUERZO Y SUPERACIÓN	Se reconoce el esfuerzo que hace cada niño para mejorar en cada una de sus sesiiones
						ENTREGA	Valora las sesiones de clase que se realizan
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	Enseña al deportista la forma correcta de concenrarse para realizar cada actividad
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	Enseña el trabajo en equipo y juego limpio en todas las sesiones
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	CONGELADOS	Mejora la coordinacion a la hora de realizar el ejercicio
						LA LLEVA	Mejora la acciones motriz
						SALTAR LA CUERDA	Mejora la fuerz de piernas
						ESTATUA	Mejora la habilidad corporal
				2	JUEGOS TRADICIONALES	YERMIS	Recrea a los deportistas a traves de juegos tradicionales
						JENGA	Mejora la capacidad cognitiva
						RANA	Mejora la habilidad para lanzar
						CUCUNUBA	El niño desarrolla habilidades psicomotoras
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	Motricidad fina	Mejora de destreza manual
						Enhebrar aguja	Estimula la vision y la capacidad psicomotor
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	CIRCUITO DE AROS	Aumenta la dificultad de los ejercicio asignados en el desarrollo de cicuitos
						ZIG ZAG	
						CIRCUITO CON CONOS	
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	ENCOSTALADOS	Se integro a los deportistas a traves del f estival recreativo que permita de cambio de actividades
						MARAÑA	

						JUEGOS DE OBSTACULOS	

FECHA DE ENTREGA	**14-Feb-22**

NOMBRES Y APELLIDOS DEL	**Jair Castellanos Delgadillo**

MUNICIPIO	**Ubate**



ANEXO 4 OBLIGACION 2

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

DEPORTE / MODALIDAD: FUTBOL DE SALON

MUNICIPIO: UBATE

NOMBRE DEL FORMADOR: JORGE JAIR CASTELLANOS DELGADILLO

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	OBSERVACIONES
2:00 PM A 4: 00 PM	GRUPO	INICIACION		INICIACION		INICIACION			
	SEDE DE TRABAJO	Barrio Santa Barbara		Barrio San Jose		Barrio Santa Barbara			
4 P.M. A 6 P.M.	GRUPO	FUNDAMENTACION		FUNDAMENTACIO		FUNDAMENTACION			
	SEDE DE TRABAJO	Barrio Santa Barbara		Barrio San Jose		Barrio Santa Barbara			
6 P.M. A 8 P.M.	GRUPO	PERFECCIONAMIENTO		PERFECCIONAMIENTO		PERFECCIONAMIENTO			
	SEDE DE TRABAJO	Barrio Santa Barbara		Barrio San Jose		Barrio Santa Barbara			

NOMBRE MONITOR JORGE JAIR CASTELLANOS

OBLIGACION 3 ANEXO 5



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
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	DILAN ROJAS	3222420080		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1								10	10	0	100%
2	JEREMY PEDRAZA	3044523500		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1								10	10	0	100%
3	CRISTIAN SANTANA	3219697110		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1								10	10	0	100%
4	MICHAEL ROBAYO	3174875885		1			1				1			1				1			1				1								7	7	0	100%
5	MARIANA RINCON	3208244761		1			1				1			1				1			1				1								7	7	0	100%
6	MATIAS ORTIZ	3134423397		1			1				1			1				1			1				1								7	7	0	100%
7	JOSEPH SAENZ	3042445029							1							1							1										3	3	0	100%
8	JOHAN SAENZ	3042445029		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1								10	10	0	100%
9	NICOLAS USAQUEN	3123398560		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1								10	10	0	100%
10	CAMILO NIETO	3008630305		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1								10	10	0	100%
11	YESID RINCON	3142396644		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1								10	10	0	100%
12	DILAN RODRIGUEZ	3112690902		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1								10	10	0	100%
13	YEIKOL CHAVEZ	3208134061		1			1				1			1				1			1				1								7	7	0	100%
14	DEIMY YULIANA NIÑO	3209756268		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1								10	10	0	100%
15	JAIIDER SANTANA	3125818343		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1								10	10	0	100%
16																																					
17																																					
18																																					
19																																					
20																																					
21																																					#¡DIV/0!

0

OBLIGACION 3 ANEXO 6



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	JOHAN RINCON	3102710905		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1									10	10	0	100%
2	MARLON CARDENAS	3107819506		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1									10	10	0	100%
3	DAMIAN ROJAS	3228320856		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1									10	10	0	100%
4	SANTIAGO CONTRERAS	3232206846		1			1				1			1				1			1				1									7	7	0	100%
5	SOFIA TRIBIÑO	3214855552		1			1				1			1				1			1				1									7	7	0	100%
6	ANDRES TRASLAVIÑA	3126071522		1			1				1			1				1			1				1									7	7	0	100%
7	STIVEN RODRIGUEZ	3219269896							1							1							1											3	3	0	100%
8	JUAN TRASLAVIÑA	3126071522		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1									10	10	0	100%
9	ERICK PEDRAZA	3105626660		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1									10	10	0	100%
10	JUAN CAMILO CASAS	3212078093		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1									10	10	0	100%
11	CESAR NIÑO	3118084511		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1									10	10	0	100%
12	SANTIAGO SANABRIA	3224332526		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1									10	10	0	100%
13	JHOJAN USAQUEN	3229419524		1			1				1			1				1			1				1									7	7	0	100%
14	KILIAN BAUTISTA	3212379445		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1									10	10	0	100%
15	FELIPE BECERRA	3143578681		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1									10	10	0	100%
16																																					
17																																					
18																																					
19																																					
20																																					
21																																					

OBLIGACION 3 ANEXO 7



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

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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	JULIAN ALONSO	3213836556		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1									10	10	0	100%
2	NEIBER PEDRAZA	3043267448		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1									10	10	0	100%
3	JULIAN PEDRAZA	3224364479		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1									10	10	0	100%
4	SANTIAGO QUINTERO	3005971454		1			1				1			1				1			1				1									7	7	0	100%
5	BRANDON CHAVEZ	3226768457		1			1				1			1				1			1				1									7	7	0	100%
6	DEIVID FORERO	3115360504		1			1				1			1				1			1				1									7	7	0	100%
7	DUVAN CONTRERAS	3133077389							1							1							1											3	3	0	100%
8	DAIRON MORENO	3144106377		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1									10	10	0	100%
9	ALEXANDER PULGA	3105762488		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1									10	10	0	100%
10	WALTER MORENO	3224349733		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1									10	10	0	100%
11	DIEGO COLMENARES	3124788852		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1									10	10	0	100%
12	PAUL PAJARITO	3134580180		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1									10	10	0	100%
13	DIEGO CASAS	3124317437		1			1				1			1				1			1				1									7	7	0	100%
14	MIGUEL RODRIGUEZ	3227168327		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1									10	10	0	100%
15	EDEN PACHON	3228955236		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1									10	10	0	100%
16																																					
17																																					
18																																					
19																																					
20																																					
21																																					

ANEXO 8 OBLIGACIÓN 3

EVIDENCIAS INICIACIÓN

<table>
<tr><th colspan="3">FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA INICIACIÓN</th></tr>
<tr><td>FORMADOR</td><td colspan="2">JAIR CASTELLANOS</td></tr>
<tr><td>No DE CONTRATO</td><td colspan="2">134 DE 2022</td></tr>
<tr><td>MUNICIPIO</td><td colspan="2">UBATE CUND</td></tr>
<tr><td>DEPORTE/ DISCIPLINA</td><td colspan="2">FUTBOL DE SALON</td></tr>
<tr><td>SITIO DE ENTRENAMIENTO</td><td></td><td>MES: DICIEMBRE</td></tr>
<tr><td>INICIACION
</td><td colspan="2">INICIACION
</td></tr>
<tr><td>INICIACION</td><td colspan="2">INICIACION</td></tr>
<tr><td></td><td colspan="2"></td></tr>
</table>

ANEXO 9 OBLIGACIÓN 3

EVIDENCIAS FUNDAMENTACIÓN

<table>
<tr><th colspan="3">FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA FUNDAMENTACION</th></tr>
<tr><td>FORMADOR</td><td colspan="2">JAIR CASTELLANOS</td></tr>
<tr><td>No DE CONTRATO</td><td colspan="2">134 DE 2022</td></tr>
<tr><td>MUNICIPIO</td><td colspan="2">UBATE</td></tr>
<tr><td>DEPORTE/ DISCIPLINA</td><td colspan="2">FUTBOL DE SALON</td></tr>
<tr><td>SITIO DE ENTRENAMIENTO</td><td>BARRIO SAN JOSE

BARRIO STA BARBARA</td><td>MES: DICIEMBRE</td></tr>
<tr><td>FUNDAMENTACION

</td><td colspan="2">FUNDAMENTACION

</td></tr>
<tr><td>FUNDAMENTACION

</td><td colspan="2">FUNDAMENTACION

</td></tr>
</table>

ANEXO 10 OBLIGACIÓN 3

EVIDENCIAS PERFECCIONAMIENTO

<table>
<tr><td colspan="4">FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA PERFECCIONAMIENTO</td></tr>
<tr><td>FORMADOR</td><td colspan="3">JAIR CASTELLANOS</td></tr>
<tr><td>No DE CONTRATO</td><td colspan="3">134 DE 2022</td></tr>
<tr><td>MUNICIPIO</td><td colspan="3">UBATE</td></tr>
<tr><td>DEPORTE/ DISCIPLINA</td><td colspan="3">FUTBOL DE SALON</td></tr>
<tr><td>SITIO DE ENTRENAMIENTO</td><td>BARRIO SAN JOSE

BARRIO STA BARBARA</td><td colspan="2">MES: DICIEMBRE</td></tr>
<tr><td colspan="2">PERFECCIONAMIENTO
</td><td colspan="2">PERFECCIONAMIENTO
</td></tr>
<tr><td colspan="2">PERFECCIONAMIENTO</td><td colspan="2">PERFECCIONAMIENTO</td></tr>
<tr><td colspan="2"></td><td colspan="2"></td></tr>
</table>

ANEXO 11 COBERTURA FUTBOL DE SALON



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

ENEFICIADO	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Masculino	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
6 AÑOS	2		2				0	0	0	0	0	0	0	0	2
7 AÑOS	3			3			0	0	0	0	0	0	0	0	3
8 AÑOS	3			3			0	0	0	0	0	0	0	0	3
9 AÑOS	6	1	2	4		1	0	0	0	0	0	0	0	0	7
10 AÑOS	3	1	3			1	0	0	0	0	0	0	0	0	4
11 AÑOS	4	1	2	2	1		0	0	0	0	0	0	0	0	5
12 AÑOS	4		4				0	0	0	0	0	0	0	0	4
13 AÑOS	2		2				0	0	0	0	0	0	0	0	2
14 AÑOS	5		5				0	0	0	0	0	0	0	0	5
15 AÑOS	4		4				0	0	0	0	0	0	0	0	4
16 AÑOS	3		3				0	0	0	0	0	0	0	0	3
17 AÑOS	3		3				0	0	0	0	0	0	0	0	3
TOTALES	42	3	30	12	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	45

PROVINCIA	MUNICIPIO	FORMADOR(A) NOMBRES & APELLIDOS	DISCIPINA DEPORTIVA	BENEFICIARIO(A) NOMBRES & APELLIDOS	BENEFICIARIO(A) N° DOCUMENTO	BENEFICIARIO(A) NACIONALIDAD	RANGO DE EDAD PRIMERA INFANCIA (ENTRE LOS 0 A LOS 5 AÑOS) INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS) ADOLESCENTE (ENTRE LOS	BENEFICIARIO(A) DIRECCIÓN DE DOMICILIO	RH	EPS	SEXO FEMENINO MASCULINO INTERSEXUAL	ORIENTACIÓN SEXUAL HOMOSEXUAL BISEXUAL HETEROSEXUAL TRANSEXUAL	IDENTIFICACIÓN DE GÉNERO CISGÉNERO-TRANSGÉNERO	VULNERABILIDAD EN SITUACIÓN DE DESPLAZAMIENTO CONFLICTO ARMADO EN CONDICIÓN	DISCAPACIDAD FÍSICA VISUAL AUDITIVA INTELECTUAL PSICOSOCIAL SORDOCEGUERA	GRUPO ETNICO INDIGENAS AFROCOLOMBIANOS/NEGRITUDES PALEQUERO ROOM RAIZAL OTROS	LENGUAS CASTELLANO INDÍGENA CRIOLLA ROMANÍ SEÑAS LENGUA EXTRANJERA	SECTOR DE RESIDENCIA URBANO RURAL	ACUDIENTE NOMBRES & APELLIDOS	ACUDIENTE TELEFONO MOVIL	ACUDIENTE CORREO
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	ADELIN MARIANA PINZON PRADA	1076657663	COLOMBIANA	INFANCIA	VEREDA EL CEDRO	O+	FAMISANAR	FEMENINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	FANNY RUBIELA PRADA	3213390594	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	OSMAR ANSELMO PINZON PRADA	1076657663	COLOMBIANA	INFANCIA	VEREDA EL CEDRO	O+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	FANNY RUBIELA PRADA	3213390594	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JHOJAN MATEO CONEJO	1171964125	COLOMBIANA	INFANCIA	SANTA BARBARA	O+	CONVIDA	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	KARET LORENA CONEJO	3012899747	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	YESID ANDREY RINCON CRUZ	1171964182	COLOMBIANA	INFANCIA	VEREDA LAS BRISAS	O+	COMPENSAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	FLOR ALBA CRUZ ESPEJO	3142396644	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JHONIER CAMILO NIETO LADINO	1076662184	COLOMBIANA	INFANCIA	BARRIO CALDERITAS	O+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	DANNY LIZETH LADINO	3008630305	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	MICHAEL ESTEFFER ROBAYO DELGADO	1171964045	COLOMBIANA	INFANCIA	BARRIO CALDERITAS	O+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	LUCY MARGOT DELGADO	3174875485	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	ALAN MATIAS ORTIZ RODRIGUEZ	1076668619	COLOMBIANA	INFANCIA	BARRIO VIENTO LIBRE	O+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	YULY ANDREA RODRIGUEZ	3134423397	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	AMAURY RAMO PAJARITO	1077341174	COLOMBIANA	INFANCIA	BARRIO VIENTO LIBRE	O+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	DORALI PAJARITO PACHON	3107747702	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	DUVAN SAID TABACO RAMOS	1177963671	COLOMBIANA	INFANCIA	BARRIO VIENTO LIBRE	O+	CONVIDA	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	LEIDY MARISOL RAMOS	3204776627	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	YULEIMY SOFIA TRIVIÑO RINCON	1076652288	COLOMBIANA	ADOLESCENTE	BARRIO CALDERITAS	O+	NO REGISTRA	FEMENINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	MIRIAM YANETH RINCON	3214855552	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	SAMUEL SANTIAGO CORREDOR MARTINEZ	1171963771	COLOMBIANA	ADOLESCENTE	BARRIO EL CERRITO	O+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	SANDRA MILENA MARTINEZ SANCHEZ	3112557466	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	ANDRES FELIPE TRASLAVIÑA RINCON	1077115479	COLOMBIANA	ADOLESCENTE	CALLE 8 1D 20	B+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	MARTHA CECILIA RINCON	3126071522	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	NICOLAS DAVID SILVA CORTES	1076657366	COLOMBIANA	ADOLESCENTE	CLL 12 8 75	O+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	GLORIA YANETH CORTES ROJAS	3112018993	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	URIEL STIVEN RODRIGUEZ USAQUEN	1076656941	COLOMBIANA	ADOLESCENTE	SANTA BARBARA	A+	CONVIDA	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	LUJZ MIRIAM USAQUEN	3224459265	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	DARWIN ARLEY GOMEZ PAEZ	1076656726	COLOMBIANA	ADOLESCENTE	CRA 7 1 51	O+	CONVIDA	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	LEIDY OMAIRA PAEZ PALOMARES	3204665728	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JOHAN ESNEIDER RINCON BALLEN	1077114214	COLOMBIANA	ADOLESCENTE	BARRIO VIENTO LIBRE	B+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	ANGELA BAILLEN RODRIGUEZ	3102710905	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	EDWIN ALEJANDRO AVILA VARGAS	1034665818	COLOMBIANA	ADOLESCENTE	VEREDA EL CEDRO	O+	NO REGISTRA	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	DIANA VARGAS	3138468488	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	CESAR FABIAN NIÑO BENAVIDES	1077114715	COLOMBIANA	ADOLESCENTE	BARRIO VIENTO LIBRE	A+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	MARTHA CECILIA RINCON	3126071522	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JOHAN ANDREY USAQUEN CONTRERAS	1077714367	COLOMBIANA	ADOLESCENTE	BARRIO VIENTO LIBRE	O+	NO REGISTRA	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	MARIA CONTRERAS	3123358960	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	KEVIN YESID ARIAS FORERO	1016912861	COLOMBIANA	ADOLESCENTE	VEREDA LAS BRISAS	A+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	LUIS FERNANDO ARIAS	NO TIENE	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	FREDY YESID PEÑA GARCIA	1076661596	COLOMBIANA	ADOLESCENTE	BARRIO CALDERITAS	A+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	ANGELICA YANIRA GARCIA	3124096468	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JOHAN SEBASTIAN DAZA TORO	1108254447	COLOMBIANA	JUVENTUD	SANTA BARBARA	O+	EMMSANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	ALICIA DAZA MADROÑERO	3123237322	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	EDWIN ARLEY PACHON FANDIÑO	1024489049	COLOMBIANA	JUVENTUD	CALLE 1I 7H 38	B+	CONVIDA	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	JAIME PACHON	3228955236	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	WALTER ESTEBAN MORENO FORERO	1077113354	COLOMBIANA	JUVENTUD	VIENTO LIBRE	O+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	SANDRA FORERO MATEUS	3144106377	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	DAIRON MORENO FORERO	1077112935	COLOMBIANA	JUVENTUD	VIENTO LIBRE	O+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	SANDRA FORERO MATEUS	3144106377	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	MARLON DAVID CARDENAS TRIVIÑO	1077340794	COLOMBIANA	ADOLESCENTE	VIENTO LIBRE	O+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	PAOLA ANDREA TRIVIÑO	3107819500	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JUAN DIEGO CASAS MARTINEZ	1072364824	COLOMBIANA	JUVENTUD	VIENTO LIBRE	O+	NO TIENE	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	LEIDY MARTINEZ	3124317437	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	HECTOR ANDRES CORREDOR PRADA	1076650603	COLOMBIANA	JUVENTUD	BARRIO SAN JOSE	A+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	MARGARITA PRADA	3213211662	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	DIEGO ALEJANDRO COLMENARES	1055272714	COLOMBIANA	JUVENTUD	BARRIO SAN JOSE	A+	SANITAS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	SANDRA PATRICIA MERCHAN	3124788852	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	DUVAN FELIPE CON TRERAS CASTIBLANCO	1076647947	COLOMBIANA	JUVENTUD	BARRIO SAN JOSE	A+	CONVIDA	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	MARTHA LILIANA CASTIBLANCO	3133077389	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	SERGIO SANTIAGO VARGAS	1076340662	COLOMBIANA	JUVENTUD	BARRIO SAN JOSE	O+	CONVIDA	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NANCY MARCELA MELO MELO	3224768098	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	DAVID FLORES ROCHA	1077340238	COLOMBIANA	JUVENTUD	VDA CHIRCALES	A+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	EDWIN JAVIER FLOREZ	3142595143	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JESION ALEJANDRO CORTES OSORIO	1053324321	COLOMBIANA	JUVENTUD	BARRIO SAN JOSE	O+	ECOOPSOS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NUBIA FABIOLA OSORIO	3112053133	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JOHAN ALEJANDRO MONDRAGON CASTRO	1071113287	COLOMBIANA	JUVENTUD	BARRIO SAN JOSE	A+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	GLORIA LUZ CASTRO	3219664536	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	MIGUEL ANTONIO RODRIGIEZ SARMIENTO	10766522149	COLOMBIANA	JUVENTUD	VIENTO LIBRE	O+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	NANCY SARMIENTO	3143563551	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	DEIVI STIP FORERO PAJARITO	1076653080	COLOMBIANA	JUVENTUD	VIENTO LIBRE	O+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NIDIA PAJARITO	3125360504	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	MARLON JAIR BAUTISTA FUENTES	1048821860	COLOMBIANA	ADOLESCENTE	BARRIO SAN JOSE	O+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	DIANA MARTIZA ALCANTAR	3209528626	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	KILIAN FERNANDO BAUTISTA FUENTES	10522398419	COLOMBIANA	ADOLESCENTE	BARRIO SAN JOSE	O+	NO REGISTRA	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	DIANA MARTIZA ALCANTAR	3209528626	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JUAN SEBASTIAN TRASLAVIÑA RINCON	1077340763	COLOMBIANA	ADOLESCENTE	BARRIO SAN JOSEE	B+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	MARTA CECILIA RINCON	3126071522	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	DIVIER NICOLAS USAQUEN	1077115638	COLOMBIANA	INFANCIA	VIENTO LIBRE	O+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	MARIA CONTRERAS SANCHEZ	3123398560	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	SANTIAGO GOMEZ	1003844563	COLOMBIANA	INFANCIA	VDA GUATANCUY	A+	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	LUZ MABEL VIRGUEZ VELEZ	3134943196	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JOHAN ANDRES SAENZ MURCIA	1171964505	COLOMBIANA	INFANCIA	BARRO SAN JOSE	O+	COMPENSAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	CINDY MURCIA	3042445029	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JOSEPH STIF SAEZN MURCIA	1076665824	COLOMBIANA	INFANCIA	BARRIO SAN JOSE	O+	COMPENSAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	CINDY MURCIA	3042445029	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JAIDER ARLEY SANTANA GARCIA	1076665134	COLOMBIANA	INFANCIA	BARRIO EL NORTE	O+	COMPENSAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	EDGAR SANTANA PERAZA	3125818343	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	DILAN ROJAS PAJARITO	1076665727	COLOMBIANA	INFANCIA	VIENTO LIBRE	O+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	ELIZABETH PAJARITO	3133210399	NO TIENE
A DE SAN DIEGO DE UBA	UBATE	JORGE JAIR CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	PAULJERMY PAJARITO CHAVEZ	1077340536	COLOMBIANA	JUVENTUD	VIENTO LIBRE	O+	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	RURAL	MARISOL CHAVEZ	3144341401	NO TIENE

OBLIGACION 6 ANEXO 13 PLANES DIARIO INICIACION



GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:02-dic	**Lugar: Barrio Santa Ba**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 2 A 4 PM**	**N° de sesión: 108**	**N° de semana: 1**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**		**Edades: 6 A 9 AÑOS**

INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**			
Objetivo General: Integrar a los deportistas a traves de actividades							
Objetivo Especifico: Realizar juegos didacticos en las sesiones de clase							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se dara la benvenida a los niños	Introduccion a la clase		5 min	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		10 min	
4. Se relizarz juego de pato pato ganzo	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**S Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMAN**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. Realizar juego de la lleva		Desplazamiento	**X**	15	
7. Realizar actividad de ponchados		Reacciòn		15	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2. Realizar ejercicios de coordinacion	Ritmo		20	
3. Realizar saltos a pie junto	Equilibrio		10	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.Encuentro deportivo	Patrones Basicos de Movimiento		30	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				**material humano, balon,platillos**
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: jair castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 05-dic	**Lugar: Barrio Santa Ba**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 2 A 4 PM**	**N° de sesión: 109**	**N° de semana: 1**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**		**Edades: 6 A 9 AÑOS**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Integrar las escuelos de formacion a traves de evento deportivo

Objetivo Especifico: Realizar juegos didacticos(memoria) en las sesiones de clase

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se dara la benvenida a los niños	Introduccion a la clase		5 min	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		10 min	
4. Se relizarz juego de pato pato ganzo	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMANO, SILVATO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. Realizar juego de la lleva		Desplazamiento	**X**	15	
7. Realizar actividad de ponchados		Reacciòn		15	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2. Realizar ejercicios de coordinacion	Ritmo		20	
3. Realizar saltos a pie junto	Equilibrio		10	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.Encuentro deportivo	Patrones Basicos de Movimiento		30	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				**material humano, balon,platillos**
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: jair castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 07-12	**Lugar:Barrio San Jose**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 2 a 4 pm**	**N° de sesión: 110**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**		**Edades: 6 A 9 AÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar la coordinacion en el desarrollo de los ejercicios

Objetivo Especifico: Realizar actividades coordinativas

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se explicara a los niños la metodología a	Introduccion a la clase		5 min	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5 min	
4. Se realizará juego del gato y el ratón	Calentamiento		5 min	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMAN**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5. Realizar ejercicio de zig-zag	Velocidad	Maxima		20	
6. Realizar ejercicios de slalom		Desplazamiento		20	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO platillos, tizas, pito, escalera, material humano**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3. Realizar saltos en un solo pie alternando la pierna	Equilibrio		20	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6. Realizar ejercicios con escalera de agilidad y	Reacción		30	
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				**material humano, balon,platillos**
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 09-dic	**Lugar: Barrio Santa Ba**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 2 a 4 pm**	**N° de sesión: 111**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**		**Edades: 6 A 9 AÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Mejorar la coordinacion en el desarrollo de los ejercicios					
Objetivo Especifico: Realizar actividades coordinativas					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se explicara a los niños la metodología a	Introduccion a la clase		5 min	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5 min	
4. Se realizará juego del gato y el ratón	Calentamiento		5 min	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**S Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMAN**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5. Realizar ejercicio de zig-zag	Velocidad	Maxima		20	
6. Realizar ejercicios de slalom		Desplazamiento		20	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO platillos, tizas, pito, escalera, material humano**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3. Realizar saltos en un solo pie alternando la	Equilibrio		20	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6. Realizar ejercicios con escalera de agilidad y	Reacción		30	
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				**material humano, balon,platillos**
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 12-dic	**Lugar: Barrio Santa Ba**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 2 a 4 pm**	**N° de sesión: 112**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**		**Edades: 6 A 9 AÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Mejorar la coordinacion en el desarrollo de los ejercicios					
Objetivo Especifico: Realizar actividades coordinativas					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se explicara a los niños la metodología a	Introduccion a la clase		5 min	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5 min	
4. Se realizará juego del gato y el ratón	Calentamiento		5 min	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMAN**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5. Realizar ejercicio de zig-zag	Velocidad	Maxima		20	
6. Realizar ejercicios de slalom		Desplazamiento		20	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO platillos, tizas, pito, escalera, material humano**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3. Realizar saltos en un solo pie alternando la	Equilibrio		20	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6. Realizar ejercicios con escalera de agilidad y	Reacción		30	
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				**material humano, balon,platillos**
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14-dic	**Lugar: Barrio San Jose**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 2 a 4 pm**	**N° de sesión: 113**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas: 21**		**Edades: 6 A 9 AÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Realizar festival deportivo escolar

Objetivo Especifico: Realizar las diferentes pruebas del festival escolar

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se dara la bienvenida a los niños	Introduccion a la clase		5	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5	
4. Se realizará juego de ponchados	Calentamiento		5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMANO, SILVATO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. Se realizara la ejecucion de las pruebas del festival escolar deportivo	Fuerza	Maxima		80 min	
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica	**X**		
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn	**x**		
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4. Entrega de refrigerios	Orientación		10 min	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento	X		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				**material humano, balon,platillos**
2				
3				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Agradecimiento a los niños por la asistencia al		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2. Entrega de almuerzos		5 min	Se enfatizara el valor del respeto	

FIRMA FORMADOR: Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 16-dic	**Lugar: Barrio Santa Ba**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 2 a 4 pm**	**N° de sesión: 114**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas: 21**		**Edades: 6 A 9 AÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar la resistencia en los niños atraves de los ejercicios propuestos

Objetivo Especifico: Realizar ejercicios de resistencia

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se dara la bienvenida a los niños	Introduccion a la clase		5	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5	
4. Se realizará juego de ponchados	Calentamiento		5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOs PLATILLOS, MATERIAL HUMANO, SILVATO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. Realizar la ronda el corazon de la piña	Resistencia	Aerobica		10	
4.		Anaerobica			
5. Realizar dominadas de un punto a otro	Velocidad	Maxima		20	
6.		Desplazamiento			
7. Los niños deben saltar a pie junto		Reacciòn	**x**	20	
	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO RECURSO HUMANO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3 Dirigirse en 4 apoyos a lo ancho de la cancha	Equilibrio		20	
4	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8. Los niños deben realizar encuentro deportivo	Patrones Basicos de Movimiento		20	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 19-dic	**Lugar: Barrio Santa Ba**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 2 a 4 pm**	**N° de sesión: 115**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas: 21**		**Edades: 6 A 9 AÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar la resistencia en los niños atraves de los ejercicios propuestos

Objetivo Especifico: Realizar ejercicios de resistencia

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se dara la bienvenida a los niños	Introduccion a la clase		5	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5	
4. Se realizará juego de ponchados	Calentamiento		5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOs PLATILLOS, MATERIAL HUMANO, SILVATO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. Realizar la ronda el corazon de la piña	Resistencia	Aerobica		10	
4.		Anaerobica			
5. Realizar dominadas de un punto a otro	Velocidad	Maxima		20	
6.		Desplazamiento			
7. Los niños deben saltar a pie junto		Reacciòn	**x**	20	
	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO RECURSO HUMANO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3 Dirigirse en 4 apoyos a lo ancho de la cancha	Equilibrio		20	
4	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8. Los niños deben realizar encuentro deportivo	Patrones Basicos de Movimiento		20	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 21-dic	**Lugar: Barrio San Jose**	**Municipio: Ubate**		**Hora: 2 A 4 PM**	**N° de sesión: 116**		**N° de semana: 4**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS				**N° de deportistas: 21**			**Edades: 6 A 9 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: Mejorar la concentracion en el desarrollo de las actividades							
Objetivo Especifico: Realizar juegos didacticos(memoria) en las sesiones de clase							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se dara la benvenida a los niños	Introduccion a la clase		5 min	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		10 min	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**S Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMAN**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. Los niños deben superar obstaculos en	Resistencia	Aerobica		10	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. Los niños deben sentarse en el campo		Desplazamiento	**X**	20	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo	X		
	Equilibrio	X	30	
4. se realizara ronda infantil pato pato ganzo	Orientación		20	
5. Los niños deben identificar parejas de fichas del juego de memoria	Diferenciación		30	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				**material humano, balon,platillos**
2.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 23/dic	**Lugar: Barrio Santa Ba**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 2 A 4 PM**	**N° de sesión: 117**	**N° de semana: 4**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**		**Edades: 6 A 9 AÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar la concentracion en el desarrollo de las actividades
Objetivo Especifico: Realizar juegos didacticos(memoria) en las sesiones de clase
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se dara la benvenida a los niños	Introduccion a la clase		5 min	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		10 min	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMAN**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. Los niños deben superar obstaculos en	Resistencia	Aerobica		10	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. Los niños deben sentarse en el campo		Desplazamiento	**X**	20	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**			**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento				
2.	Ritmo		X		
	Equilibrio		X	30	
4. se realizara ronda infantil pato pato ganzo	Orientación			20	
5. Los niños deben identificar parejas de	Diferenciación			30	
6.	Reacción				
7.	Adaptación				
8.	Patrones Basicos de Movimiento				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				**material humano, balon,platillos**
2.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 2 DICIEMBRE	**Lugar: Barrio Santa Ba**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 4 a 6 pm**	**N° de sesión: 108**	**N° de semana: 1**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**		**Edades: 10 A 13 ÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar la conduccion del balon a traves de ejercicios propuestos

Objetivo Especifico: Realizar juegos didacticos(memoria) en las sesiones de clase

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se dara la benvenida a los niños	Introduccion a la clase		5 min	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		10 min	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**S Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMAN**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. Realizar actividad de cogidas 1 contra 1	Resistencia	Aerobica		10	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. Realizar ejercicios de conduccion en zig-zag		Desplazamiento	**X**	20	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3. Conducir el balon de un lado a otro de la cancha con la planta del pie	Equilibrio		20	
	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Conducir el balon de diferentes formas tenien			**20**	**material humano, balon,platillos**
8. Reallzar encuentro deportivo			**20**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 5 DE DIC	**Lugar: Barrio Santa Ba**	**Municipio: Ubate**		**Hora: 4 a 6 pm**	**N° de sesión: 109**		**N° de semana: 1**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS				**N° de deportistas:**			**Edades: 10 A 13 ÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**x**	**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General: Mejorar la conduccion del balon a traves de ejercicios propuestos

Objetivo Especifico: Realizar juegos didacticos(memoria) en las sesiones de clase

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se dara la benvenida a los niños	Introduccion a la clase		5 min	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		10 min	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMAN**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. Realizar actividad de cogidas 1 contra 1	Resistencia	Aerobica		10	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. Realizar ejercicios de conduccion en zig-zag		Desplazamiento	**X**	20	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3. Conducir el balon de un lado a otro de la cancha con la planta del pie	Equilibrio		20	
	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Conducir el balon de diferentes formas tenien			**20**	**material humano, balon,platillos**
8. Realizar encuentro deportivo			**20**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 7 DIC	**Lugar: Barrio San Jose**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 2 A 4 PM**	**N° de sesión: 110**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**		**Edades: 10 A 13 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar la tecnica de pase en el futbol de salon

Objetivo Especifico: Enseñar las diferentes clases de pase

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se dara la benvenida a los niños	Introduccion a la clase		5 min	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5 min	
4. Se realizará juego del la lleva	Calentamiento		5 min	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMANO, SILVATO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. Reazlizar sentadillas con saltos	Fuerza	Maxima		5 min	
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4. los niños deberán realizar ejercicios de salto		Anaerobica	**X**	5 min	
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7. Mejorar la reaccion a traves de lanzamiento d		Reacciòn	**x**	10 min	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Realizar diferentes movimientos corporales	Acoplamiento		10 min	
2.	Ritmo	X		
3. Los niños debern saltar en un solo pie	Equilibrio	X	10 min	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8. Realizar ejercicios en desplazamiento de espa	Patrones Basicos de Movimiento		10	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Los niños deben conducir el balon de un punto a otro haciendo pase a su compañero	**x**		**20 min**	**material humano, balon,platillos**
2.Los niños deben buscar linea de pase para recibir el balon	**x**		**20 min**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 09 DE DIC	**Lugar: Barrio Santa Ba**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 2 A 4 PM**	**N° de sesión: 111**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**		**Edades: 10 A 13 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar la tecnica de pase en el futbol de salon

Objetivo Especifico: Enseñar las diferentes clases de pase

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se dara la benvenida a los niños	Introduccion a la clase		5 min	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5 min	
4. Se realizará juego del la lleva	Calentamiento		5 min	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMANO, SILVATO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. Reazlizar sentadillas con saltos	Fuerza	Maxima		5 min	
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4. los niños deberán realizar ejercicios de salto		Anaerobica	**X**	5 min	
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7. Mejorar la reaccion a traves de lanzamiento c		Reacciòn	**x**	10 min	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Realizar diferentes movimientos corporales	Acoplamiento		10 min	
2.	Ritmo	X		
3. Los niños debern saltar en un solo pie	Equilibrio	X	10 min	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8. Realizar ejercicios en desplazamiento de espa	Patrones Basicos de Movimiento		10	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Los niños deben conducir el balon de un punto a otro haciendo pase a su compañero	**x**		**20 min**	**material humano, balon,platillos**
2.Los niños deben buscar linea de pase para recibir el balon	**x**		**20 min**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 12 DE DICI	**Lugar: Barrio Santa Ba**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 2 A 4 PM**	**N° de sesión: 112**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**		**Edades: 10 A 13 ÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar la tecnica de pase en el futbol de salon

Objetivo Especifico: Enseñar las diferentes clases de pase

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se dara la benvenida a los niños	Introduccion a la clase		5 min	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5 min	
4. Se realizará juego del la lleva	Calentamiento		5 min	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMANO, SILVATO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. Reazlizar sentadillas con saltos	Fuerza	Maxima		5 min	
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4. los niños deberán realizar ejercicios de salto		Anaerobica	**X**	5 min	
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7. Mejorar la reaccion a traves de lanzamiento d		Reacciòn	**x**	10 min	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Realizar diferentes movimientos corporales	Acoplamiento		10 min	
2.	Ritmo	X		
3. Los niños debern saltar en un solo pie	Equilibrio	X	10 min	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8. Realizar ejercicios en desplazamiento de espa	Patrones Basicos de Movimiento		10	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Los niños deben conducir el balon de un punto a otro haciendo pase a su compañero	**x**		**20 min**	**material humano, balon,platillos**
2.Los niños deben buscar linea de pase para recibir el balon	**x**		**20 min**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14 DE DIC	**Lugar: Cancha de fut**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 2 A 4 PM**	**N° de sesión: 113**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**		**Edades: 10 A 13 AÑOS**

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

Objetivo General: Realizar festival deportivo escolar

Objetivo Especifico: Realizar las diferentes pruebas del festival escolar

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se dara la benvenida a los niños	Introduccion a la clase		5 min	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5 min	
4. Se realizará juego del la lleva	Calentamiento		5 min	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMANO, SILVATO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. Se realizara la ejecucion de las pruebas del festival escolar deportivo	Fuerza	Maxima		80 min	
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica	**X**		
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn	**x**		
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4. Entrega de refrigerios	Orientación		10 min	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento	X		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				**material humano, balon,platillos**
2				
3				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Agradecimiento a los niños por la asistencia al festival		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2. Entrega de almuerzos		5 min	Se enfatizara el valor del respeto	

FIRMA FORMADOR: Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 16-Dec	**Lugar:** Barrio Santa Ba	**Municipio:** Ubate	**Hora:** 4 a 6 PM	**N° de sesión:** 114	**N° de semana:** 3
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**		**Edades:** 10 A 13 AÑOS

INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Mejorar el control de balon

Objetivo Especifico: Realizar diferentes ejercicios de control de balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Se dara la benvenida a los niños	Introduccion a la clase		5 min	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5 min	
4. Se realizará juego del la lleva	Calentamiento		5 min	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMANO, SILVATO
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima		5 min	
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4. los niños deberán realizar ejercicios de salto		Anaerobica	X	5 min	
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7. Mejorar la reaccion a traves de lanzamiento		Reacciòn	x	10 min	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Realizar diferentes movimientos corporales	Acoplamiento		10 min	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8. Realizar encuentro deportivo	Patrones Basicos de Movimiento	X	20	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Se ubicaran por parejas y uno de los niños realizara saque y el otro controlara el balon			20 min	material humano, balon,platillos
2 Se ubicaran por parejas realizando pases cortos y deberan controlar el balon con la			20 min	
3				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 19-Dec	**Lugar:** Barrio Santa Ba	**Municipio:** Ubate	**Hora:** 4 a 6 PM	**N° de sesión:** 115	**N° de semana:** 3
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**		**Edades:** 10 A 13 AÑOS

INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Mejorar el control de balon

Objetivo Especifico: Realizar diferentes ejercicios de control de balon

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Se dara la benvenida a los niños	Introduccion a la clase		5 min	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5 min	
4. Se realizará juego del la lleva	Calentamiento		5 min	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMANO, SILVATO
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima		5 min	
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4. los niños deberán realizar ejercicios de salto de cuerda		Anaerobica	X	5 min	
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7. Mejorar la reaccion a traves de lanzamiento		Reacciòn	x	10 min	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Realizar diferentes movimientos corporales	Acoplamiento		10 min	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8. Realizar encuentro deportivo	Patrones Basicos de Movimiento	X	20	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Se ubicaran por parejas y uno de los niños realizara saque y el otro controlara el balon			20 min	material humano, balon,platillos
2 Se ubicaran por parejas realizando pases cortos y deberan controlar el balon con la			20 min	
3				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 21-dic	**Lugar: Barrio San Jose**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 4 a 6 PM**	**N° de sesión: 116**		**N° de semana: 4**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**			**Edades: 10 A 13 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: Mejorar el uno contra uno en el campo de juego						
Objetivo Especifico: Mejorar el manejo de balon mediante diferentes ejercicios						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se explicara a los niños la metodología a	Introduccion a la clase		5 min	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5 min	
4. Se realizarán ejercicios de calentamiento	Calentamiento		5 min	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMANO, SILVATO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. Realzar saltos a pie junto	Fuerza	Maxima	**x**	15 min	
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. Los niños deben conducir el balon por		Desplazamiento	**X**	15 min	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2. Realizar ejercicios de coordinacion	Ritmo	X	10	
3.	Equilibrio	X		
4. Los niños deben ubicarse en la posicion correc	Orientación		10	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8. Dar a conocer a los niños quiemes fueron los	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Realizar ejercicios de uno contra uno	**x**		**10 min**	**material humano, balon,platillos**
2. Realizar jugadas con balón detenido	**x**		**20 min**	
3.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: JAIR CASTELLANOS



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 23-dic	**Lugar: Barrio Santa Ba**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 4 a 6 PM**	**N° de sesión: 117**		**N° de semana: 4**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**			**Edades: 10 A 13 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General: Mejorar el uno contra uno en el campo de juego

Objetivo Especifico: Mejorar el manejo de balon mediante diferentes ejercicios

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se explicara a los niños la metodología a	Introduccion a la clase		5 min	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5 min	
4. Se realizarán ejercicios de calentamiento	Calentamiento		5 min	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMANO, SILVATO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. Realzar saltos a pie junto	Fuerza	Maxima	**x**	15 min	
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. Los niños deben conducir el balon por		Desplazamiento	**X**	15 min	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2. Realizar ejercicios de coordinacion	Ritmo	X	10	
3.	Equilibrio	X		
4. Los niños deben ubicarse en la posicion correc	Orientación		10	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8. Dar a conocer a los niños quiemes fueron los	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Realizar ejercicios de uno contra uno	**x**		**10 min**	**material humano, balon,platillos**
2. Realizar jugadas con balón detenido	**x**		**20 min**	
3.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: Jair Castellanos

OBLIGACION 6 ANEXO 15 PLANES DIARIOS PERFECCIONAMIENTO



GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 02-dic	**Lugar: Barrio Santa Ba**	**Municipio: Ubate**		**Hora: 6 a 8 PM**	**N° de sesión: 108**		**N° de semana: 1**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS				**N° de deportistas: 18**			**Edades: 14 a 17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: Mejorar el sistema de marcacion a traves de diferentes ejercicios.							
Objetivo Especifico: Realizar diferentes ejercicios de marcacion							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Enseñar diferentes formas de marcacion en el campo deportivo							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se dara la benvenida a los niños	Introduccion a la clase		2 min	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		3 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5 min	
4. S e jugara a la lleva en cadenita	Calentamiento		10 min	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**S Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMAN**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. Realizar ejercicios de sentadillas	Fuerza	Maxima		10	
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica		10	
5.	Velocidad	Maxima			
6. A la voz de mando del instructor intercambiar ejercicios de velocidad		Desplazamiento	**X**		
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6. Realizar series de abdominales	Reacción		20	
7.	Adaptación			
8. Realzar encuentro deportivo	Patrones Basicos de Movimiento		20	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Realizar ejercicios de marcacion individual	**x**		**20**	**material humano, balon,platillos**
2. Realizar ejercicios de marcacion en rombo	**x**		**10**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: jair castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 05-dic	**Lugar: Barrio Santa Ba**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 6 a 8 PM**	**N° de sesión: 109**	**N° de semana: 1**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas: 18**		**Edades: 14 a 17 años**

INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Mejorar el sistema de marcacion a traves de diferentes ejercicios.
Objetivo Especifico: Realizar diferentes ejercicios de marcacion
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Enseñar diferentes formas de marcacion en el campo deportivo

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se dara la benvenida a los niños	Introduccion a la clase		2 min	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		3 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5 min	
4. S e jugara a la lleva en cadenita	Calentamiento		10 min	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**S Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMAN**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. Realizar ejercicios de sentadillas	Fuerza	Maxima		10	
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica		10	
5.	Velocidad	Maxima			
6. A la voz de mando del instructor intercambiar ejercicios de velocidad		Desplazamiento	**X**		
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6. Realizar series de abdominales	Reacción		20	
7.	Adaptación			
8. Realzar encuentro deportivo	Patrones Basicos de Movimiento		20	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Realizar ejercicios de marcacion individual	**x**		**20**	**material humano, balon,platillos**
2. Realizar ejercicios de marcacion en rombo	**x**		**10**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: jair castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 07-12	**Lugar:Barrio San Jose**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 6 a 8 PM**	**N° de sesión: 110**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**		**Edades: 14 A 17 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**x**

Objetivo General: Fortalecer capacidades basicas en el futbol de salon

Objetivo Especifico: Mejorar la conduccion fuerza y velocidad

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Mejorar y fortalecer las habilidades técnicas y tácticas del futbol de salon

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se explicara a los niños la metodología a	Introduccion a la clase			
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5 min	
4. Se realizarán ejercicios de calentamiento	Calentamiento		5 min	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMAN**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4. los deportistas deben realizar ejercicios de		Anaerobica	**X**	15 min	
5.	Velocidad	Maxima			
6. Los deportistas deben realizar carreras de		Desplazamiento	**X**	15 min	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2. Realizar ejercicios de coordinacion	Ritmo	X	15 min	
3.	Equilibrio	X		
4. Realizar ejercicios dque permitan ubicarse	Orientación		10 min	
5. Realizar ejercicios de cambio de velocidad	Diferenciación		5 min	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Realizar encuentro deportivo	**x**		**20 min**	**material humano, balon,platillos**
2. Realizar ejercicios con salida de dos		**x**	**10 min**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 09-dic	**Lugar: Barrio Santa Ba**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 6 a 8 PM**	**N° de sesión: 111**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**		**Edades: 14 A 17 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**x**

Objetivo General: Fortalecer capacidades basicas en el futbol de salon

Objetivo Especifico: Mejorar la conduccion fuerza y velocidad

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Mejorar y fortalecer las habilidades técnicas y tácticas del futbol de salon

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se explicara a los niños la metodología a	Introduccion a la clase			
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5 min	
4. Se realizarán ejercicios de calentamiento	Calentamiento		5 min	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMAN**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4. los deportistas deben realizar ejercicios de		Anaerobica	**X**	15 min	
5.	Velocidad	Maxima			
6. Los deportistas deben realizar carreras de		Desplazamiento	**X**	15 min	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2. Realizar ejercicios de coordinacion	Ritmo	X	15 min	
3.	Equilibrio	X		
4. Realizar ejercicios dque permitan ubicarse	Orientación		10 min	
5. Realizar ejercicios de cambio de velocidad	Diferenciación		5 min	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Realizar encuentro deportivo	**x**		**20 min**	**material humano, balon,platillos**
2. Realizar ejercicios con salida de dos		**x**	**10 min**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 12-dic	**Lugar: Barrio Santa Ba**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 6 a 8 PM**	**N° de sesión: 112**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**		**Edades: 14 A 17 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**x**

Objetivo General: Fortalecer capacidades basicas en el futbol de salon

Objetivo Especifico: Mejorar la conduccion fuerza y velocidad

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Mejorar y fortalecer las habilidades técnicas y tácticas del futbol de salon

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se explicara a los niños la metodología a	Introduccion a la clase			
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5 min	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5 min	
4. Se realizarán ejercicios de calentamiento	Calentamiento		5 min	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMAN**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4. los deportistas deben realizar ejercicios de		Anaerobica	**X**	15 min	
5.	Velocidad	Maxima			
6. Los deportistas deben realizar carreras de		Desplazamiento	**X**	15 min	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2. Realizar ejercicios de coordinacion	Ritmo	X	15 min	
3.	Equilibrio	X		
4. Realizar ejercicios dque permitan ubicarse	Orientación		10 min	
5. Realizar ejercicios de cambio de velocidad	Diferenciación		5 min	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Realizar encuentro deportivo	**x**		**20 min**	**material humano, balon,platillos**
2. Realizar ejercicios con salida de dos		**x**	**10 min**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14-dic	**Lugar: Barrio San Jose**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 8am a 2pm**	**N° de sesión: 113**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**		**Edades: 14 A 17 AÑOS**

INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**x**

Objetivo General: Realizar festival deportivo escolar
Objetivo Especifico: Realizar las diferentes pruebas del festival escolar
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se dara la bienvenida a los niños	Introduccion a la clase		5	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5	
4. Se realizará juego de ponchados	Calentamiento		5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO PLATILLOS, MATERIAL HUMANO, SILVATO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. Se realizara la ejecucion de las pruebas del	Fuerza	Maxima		80 min	
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica	**X**		
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn	**x**		
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4. Entrega de refrigerios	Orientación		10 min	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento	X		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				**material humano, balon,platillos**
2				
3				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Agradecimiento a los niños por la asistencia al		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2. Entrega de almuerzos		5 min	Se enfatizara el valor del respeto	

FIRMA FORMADOR: Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 16-dic	**Lugar: Barrio Santa Ba**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 6 a 8 PM**	**N° de sesión: 114**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**		**Edades: 14 A 17 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**x**

Objetivo General: Mejorar el sistema ofensivo dentro del campo deportivo

Objetivo Especifico: Realiza ejercicios de defensa

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Mejorar y fortalecer las habilidades técnicas y tácticas del futbol de salon

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se explicará la metodologia a trabajar	Introduccion a la clase		5	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		10	
4. Se realizará juego de la lleva	Calentamiento		10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOs PLATILLOS, MATERIAL HUMANO, SILVATO,CUERDA Y CRONOMETRO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4. los deportistas deben saltar la cuerda por un tiempo deteminado		Anaerobica	**x**	15 min	
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento	**x**		
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2. Realizar ejercicios de coordinacion	Ritmo		10	
3. Los deportistas deben mantenerse en posicion	Equilibrio		10	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6. Mejorar la reaccion a traves de lanzamiento d	Reacción		10	
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Los depostistas deben realizar ejercicios con salida de tres	**x**		**20 min**	**material humano, balon,platillos**
2.Los deportistas deben realizar ejercicios con una salida de dos con rotacion	**x**		**20 min**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 19-dic	**Lugar: Barrio Santa Ba**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 6 a 8 PM**	**N° de sesión: 115**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**		**Edades: 14 A 17 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**x**

Objetivo General: Mejorar el sistema ofensivo dentro del campo deportivo

Objetivo Especifico: Realiza ejercicios de defensa

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Mejorar y fortalecer las habilidades técnicas y tácticas del futbol de salon

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se explicará la metodologia a trabajar	Introduccion a la clase		5	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		10	
4. Se realizará juego de la lleva	Calentamiento		10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOs PLATILLOS, MATERIAL HUMANO, SILVATO,CUERDA Y CRONOMETRO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4. los deportistas deben saltar la cuerda por		Anaerobica	**x**	15 min	
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento	**x**		
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2. Realizar ejercicios de coordinacion	Ritmo		10	
3. Los deportistas deben mantenerse en posicion	Equilibrio		10	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6. Mejorar la reaccion a traves de lanzamiento d	Reacción		10	
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Los depostistas deben realizar ejercicios con salida de tres	**x**		**20 min**	**material humano, balon,platillos**
2.Los deportistas deben realizar ejercicios con una salida de dos con rotacion	**x**		**20 min**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 21-dic	**Lugar: Barrio San Jose**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 6 a 8 PM**	**N° de sesión: 116**	**N° de semana: 4**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas:**		**Edades: 14 A 17 AÑOS**

INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**x**

Objetivo General: Mejorar la entrega de pase en espacio reducido

Objetivo Especifico: Realizar diferentes ejercicios de pase en grupos

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Mejorar la tecnica de pase a primera intención

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se explicará la metodologia a trabajar	Introduccion a la clase		5	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5	
4. Se realizará vuletas a la cancha trotando	Calentamiento		10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOs PLATILLOS, MATERIAL HUMANO, SILVATO,CUERDA Y CRONOMETRO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. Realizar series de sentadillas con salto	Fuerza	Maxima	**X**	5	
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4. los deportistas deben saltar la cuerda por un tiempo deteminado		Anaerobica	**x**	5 min	
5.	Velocidad	Maxima			
6. Los deportistas deben correr a maxima velocidad de un lado a otro		Desplazamiento	**x**	10 min	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2. Realizar ejercicios de coordinacion	Ritmo		10	
3. Los deportistas deben mantenerse en posicion	Equilibrio		10	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6. Mejorar la reaccion a traves de lanzamiento d	Reacción		10	
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Realizar encuentro deportivo	**x**		**20 min**	**material humano, balon,platillos**
2.Los deportistas deben realizar pases a una sola intencion en un espacio reducido	**x**		**20 min**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: Jair Castellanos



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 23/dic	**Lugar: Barrio Santa Ba**	**Municipio: Ubate**	**Hora: 6 a 8 PM**	**N° de sesión: 117**	**N° de semana: 4**
Nombre del Formador: JORGE JAIR CASTELLANOS			**N° de deportistas: 18**		**Edades: 14 A 17 AÑOS**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**x**

Objetivo General: Mejorar la entrega de pase en espacio reducido

Objetivo Especifico: Realizar diferentes ejercicios de pase en grupos

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Mejorar la tecnica de pase a primera intención

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Se explicará la metodologia a trabajar	Introduccion a la clase		5	
2. Se realizará llamado a lista antes de iniciar la	llamado a lista		5	
3.Se efectuaran ejercicios de movilidad	Movilidad Articular		5	
4. Se realizará vuletas a la cancha trotando	Calentamiento		10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOs PLATILLOS, MATERIAL HUMANO, SILVATO,CUERDA Y CRONOMETRO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. Realizar series de sentadillas con salto	Fuerza	Maxima	**X**	5	
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4. los deportistas deben saltar la cuerda por un tiempo deteminado		Anaerobica	**x**	5 min	
5.	Velocidad	Maxima			
6. Los deportistas deben correr a maxima velocidad de un lado a otro		Desplazamiento	**x**	10 min	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2. Realizar ejercicios de coordinacion	Ritmo		10	
3. Los deportistas deben mantenerse en posicion	Equilibrio		10	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6. Mejorar la reaccion a traves de lanzamiento d	Reacción		10	
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Realizar encuentro deportivo	**x**		**20 min**	**material humano, balon,platillos**
2.Los deportistas deben realizar pases a una sola intencion en un espacio reducido	**x**		**20 min**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5 min	Se realizaran ejercicios de estiramiento	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2 min	Se enfatizara el valor del respeto	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		3 min	Se aclararán dudas sobre los ejercicios	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: Jair Castellanos



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**DICIEMBRE**	**MUNICIPIO: UBATE**	
LUGAR:				Polideportivo Municipal - Barrio Viento Libre y Barrio San Jose	**HORARIO DE PRACTICA:**	2:00 PM A 8:00 PM
NIVEL				**INICIACIÒN**	**FUNDAMENTACIÒN**	**PERFECCIONAMIENTO**
CLASES				**DICIEMBRE**	**DICIEMBRE**	**DICIEMBRE**
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	X	X	X
			RESPONSABILIDAD	X	X	X
			COMPAÑERISMO	X	X	X
			JUSTICIA			
			COOPERACION			
			LEALTAD			
			TRABAJO EN EQUIPO	X	X	X
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD	X	X	X
			OBEDIENCIA	X	X	X
			AUTODISCIPLINA	X	X	X
			PARTICIPACIÓN	X	X	X
			PERSEVERANCIA	X	X	X
			AUTODOMINIO			
			RECOMPENSA			
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON		X	X
			MOVILIDAD ARTICULAR		X	X
			CALENTAMIENTO	X	X	X
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO			
			RITMO	X	X	X
			EQUILIBRIO	X	X	X
			ORIENTACION	X	X	X
			DIFERENCIACION		X	X
			REACCIÓN		X	X
			ADAPTACIÓN		X	X
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA		X	X
			VELOCIDAD	X	X	X
			FLEXIBILIDAD		X	X
			RESISTENCIA		X	X
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE		X	X
			CONDUCCION		X	X
			REMATE		X	X
			DEFINICION			X
		ELEMENTOS TACTICOS	MARCACION EN ROMBO			X
			SALIDA DE TRES			X
			JUGADAS DE TIRO LIBRE			X
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	X	X	X
			JUEGOS TRADICIONALES	X	X	X
			ACTIVIDADES ARTISTICAS			
			CIRCUITOS RECREATIVOS	X	X	X
			FESTIVALES RECREATIVOS	X	X	X
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	X	X	X
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	X	X	X

FIRMA FORMADOR:

JORGE JAIR CASTELLANOS DELGADILLO

Tipo Documento	CONSTANCIA	VERSIÓN	2022
Nombre Documento	CONSTANCIA	TRD	111-30-09
		PÁGINA	Página 1 de 1

LA SECRETARIA DE RECREACION Y DEPORTES DE UBATE

HACE CONSTAR:

Que JORGE JAIR CASTELLANOS, identificado con la Cédula de Ciudadanía No. 1.076.665.851 de Ubaté presto sus servicios como **MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE FUTBOL DE SALON,** durante el período comprendido entre **el 01 de DICIEMBRE al 23 de DICIEMBRE de 2022,** cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato.

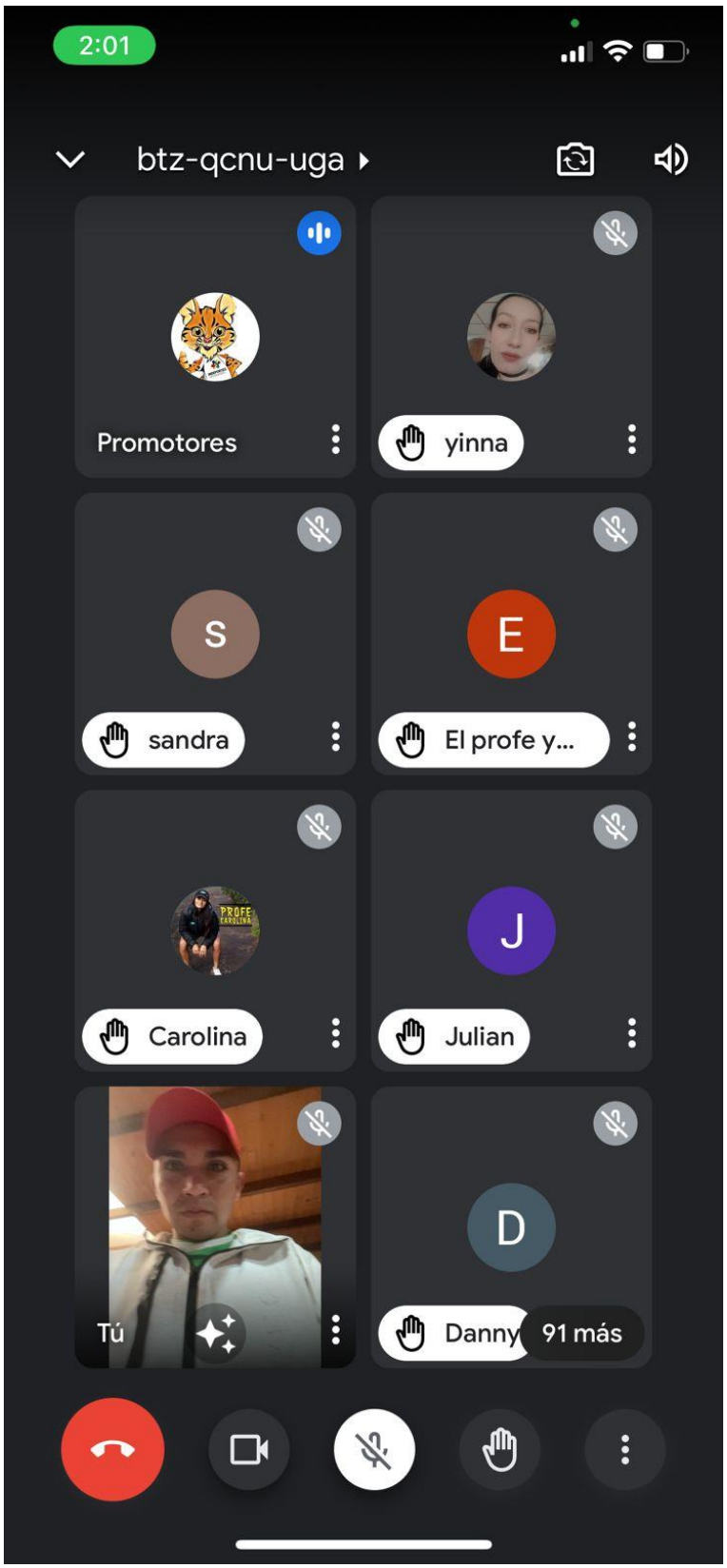
La presente se expide a los 26 días del mes de diciembre de 2022.

KATHERINE ANDREA OCAMPO DELGADO
Secretaria de Recreación y Deportes

SERVIDOR PÚBLICO	ELABORADO	REVISADO	APROBADO
Nombres	ISABEL GUZMAN	KATHERINE ANDREA OCAMPO DELGADO	KATHERINE ANDREA OCAMPO DELGADO
Cargo	AUX. ADMINISTRATIVO	SECRETARIA DE RECREACION Y DEPORTES	SECRETARIA DE RECREACION Y DEPORTES
Fecha	DICIEMBRE 26 DE 2022	DICIEMBRE 26 2022	DICIEMBRE 26 DE 2022
FIRMA			

Powered by CamScanner

ANEXO 18. ASISTENCIA A CAPACITACION PROGRMADA EL 09 DE DICIEMBRE



Tipo Documento	COMUNICACIONES ENVIADAS	Código SGC	
		VERSIÓN	2022
Nombre Documento	OFICIO	TRD	
		PÁGINA	Página

FORMATO ACTA DE ENTREGA Y/O DEVOLUCIÓN DE ELEMENTOS SECRETARIA RECREACIÓN Y DEPORTES

Tipo de novedad: (Marcar con una X según el tipo de novedad por el que se realizará la entrega)

[ ] Entrega [X] Devolución [ ] Traslado

A los 16 Días del mes de diciembre de 2022, Se reunieron las siguientes personas:

Por parte de **SECRETARIA DE RECREACION Y DEPORTES.**

Nombre: Katherine Ocampo
Cargo: Secretaria Recreación y Deporte

Por parte **INSTRUCTOR – INDEPORTES CUNDINAMARCA**

Nombre: JORGE JAIR CASTELLANOS
C.C. Nº 1.076.665.851
Celular: 312 641 87 04

Con el propósito de realizar la **DEVOLUCIÓN** de la implementación deportiva que fue entregada bajo acta No de fecha 03 de marzo del 2022, para el funcionamiento de las Escuelas de Formación Deportivas o programas de aprovechamiento del tiempo libre.

Cantidad	Elemento	Estado	Observación
15	Conos	Bueno	
1	Escalera	Bueno	
5	Petos	Bueno	

El instructor queda a **PAZ Y SALVO** con la devolución y revisión de la implementación deportiva.

Para constancia firma:

1076.665.854

INSTRUCTOR Firma – Numero Identificación

KATHERINE ANDREA OCAMPO
Secretaria de Recreación y Deportes

SERVIDOR PÚBLICO	ELABORADO	REVISADO	APROBADO
Nombres	HERNANDO ALARCON RODRIGUEZ	KATHERINE ANDREA OCAMPO	KATHERINE ANDREA OCAMPO
Cargo	TEC - ADMINISTRATIVO	SECRETARIA DEPORTES	SECRETARIA DEPORTES
Fecha	16 de diciembre de 2022	16 de diciembre de 2022	16 de diciembre de 2022
Firma			