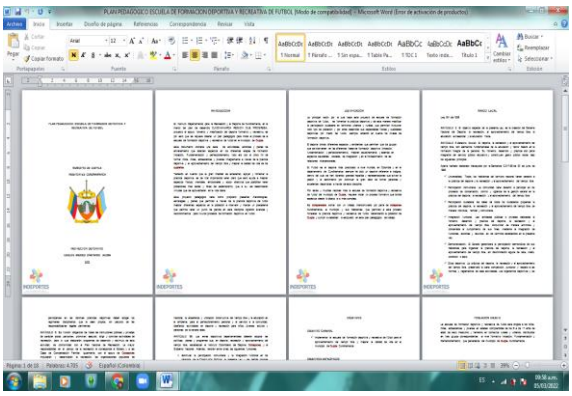
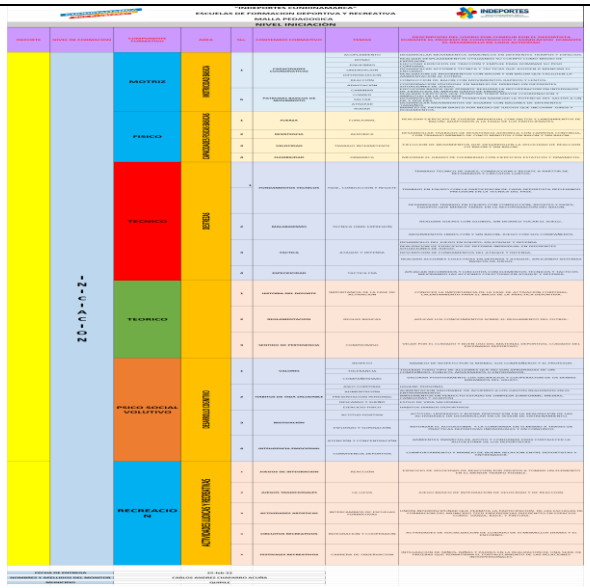
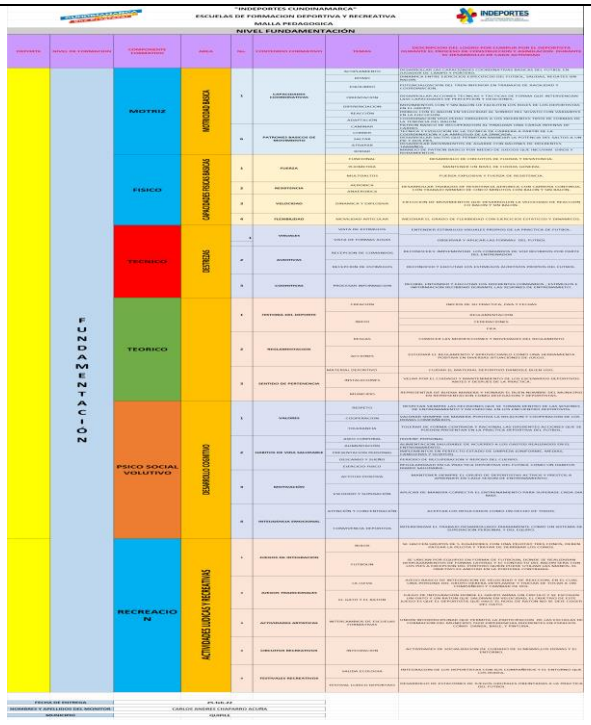
<table>
<tr><th colspan="4">EVIDENCIAS INFORME 05 MES DE DICIEMBRE - CTO 1141 -2022</th></tr>
<tr><td>Nombre del contratista</td><td colspan="3">CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA</td></tr>
<tr><td>Número de identificación</td><td>1.069.584.122</td><td>Tipo de documento</td><td>C.C</td></tr>
<tr><td>Período informado</td><td>01/12/2022 al 22/12/2022</td><td>N° de Registro Presupuestal</td><td>2022002533</td></tr>
<tr><td colspan="4">Objeto del Contrato: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO “CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA”, PARA EL CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES – CUNDINAMARCA.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Obligaciones específicas:</td><td colspan="2">Actividades realizadas:</td></tr>
<tr><td colspan="2">1. Efectuar la organización, planeación, dirección y realización de las actividades que se requieran para la consecución de mínimo 3 niveles de formación en el deporte, en los niveles de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento, en el municipio asignado por el supervisor. El contratista será la persona responsable de adelantar y gestar los procesos de convocatoria e inscripción en los mencionados niveles, a través de los medios necesarios, involucrando a las Juntas de Acción Comunal, Instituciones Educativas, Resguardos Indígenas, personas en condición de discapacidad, población diversa y demás comunidades que se puedan beneficiar con el programa.</td><td colspan="2">Grupo Iniciación:

Grupo Fundamentación:

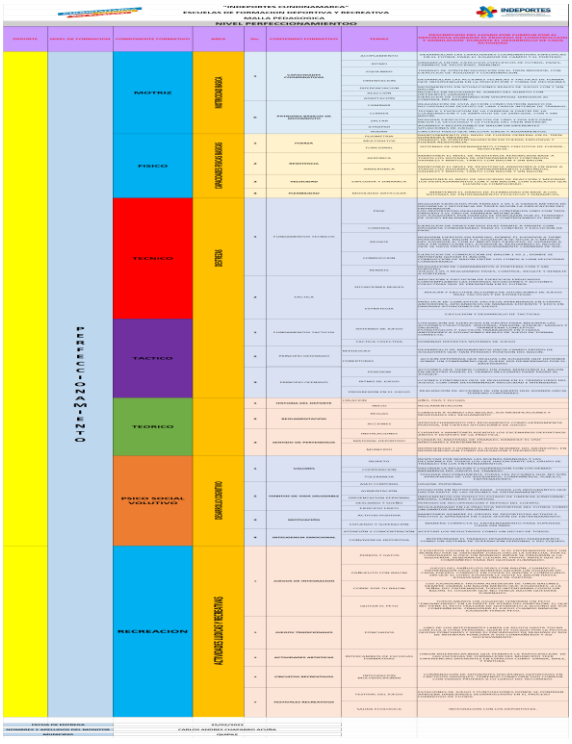
Grupo Perfeccionamiento:
</td></tr>
</table>

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.	PLAN PEDAGOGICO ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA DE FUTBOL MUNICIPIO DE QUIPILE INDEPORTES CUNDINAMARCA INSTRUCTOR DEPORTIVO CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA 2022  **Evidencia Plan Pedagógico:** https://docs.google.com/document/d/1h8wW0wNrmsLAof3nKuo1VjOL5QZhG2Jx/edit?usp=sharing&ouid=105382016697239686394&rtpof=true&sd=true
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.	 **Iniciación** https://docs.google.com/spreadsheets/d/1_Czjto_r-cl5UE7vqtLqjBZVdpLdylRK/edit?usp=sharing&ouid=105382016697239686394&rtpof=true&sd=true



Fundamentación

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1KygTI-RJoioVPt8b_0JjzMyzSUEtkJ0Q/edit?usp=sharing&ouid=105382016697239686394&rtpof=true&sd=true

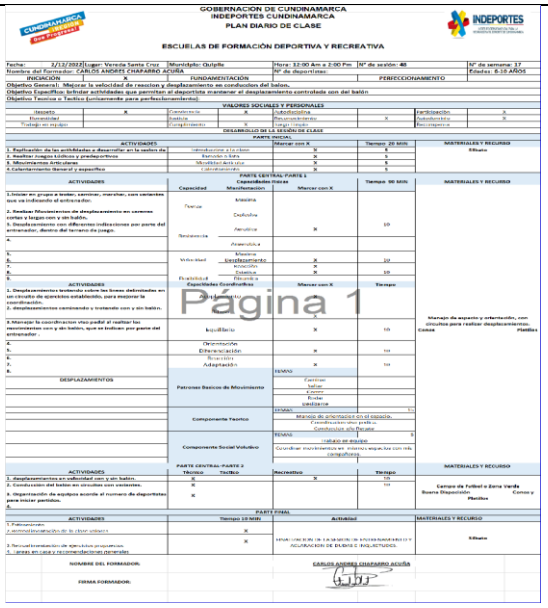
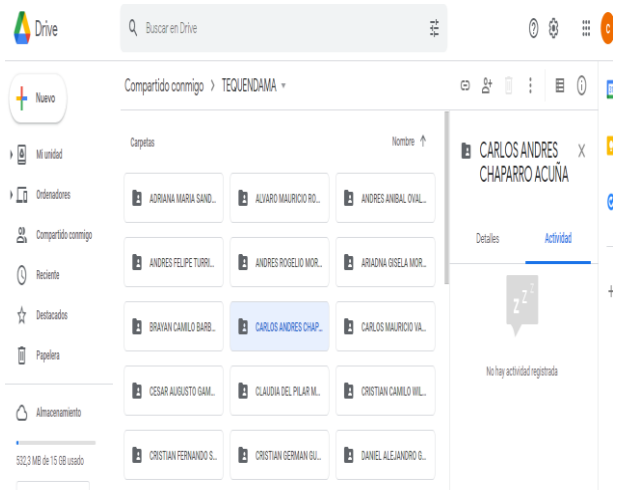


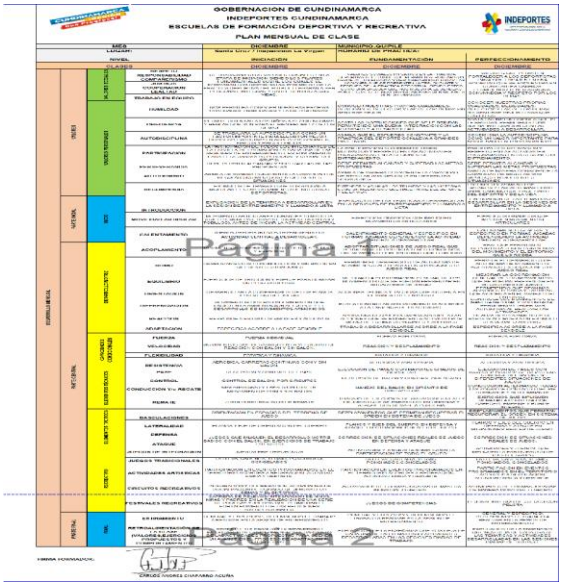
Perfeccionamiento

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1lxUYWimapttJI7NHoV4ISaRMnx9ruEtP/edit?usp=sharing&ouid=105382016697239686394&rtpof=true&sd=true

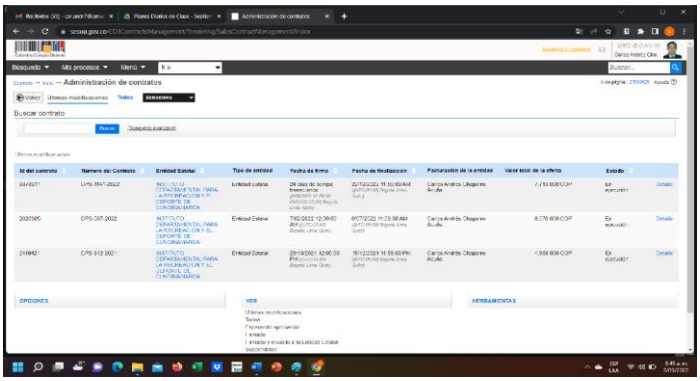
4. Para deportes en conjunto, tener una cobertura mínima de 15 personas por grupo o una cobertura global mínima de 45 beneficiados activos, sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los que se encuentren; y, para deportes individuales tener una cobertura mínima de 10 personas por grupo o mínimo una cobertura global de 30 beneficiados activos sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los que se encuentren. De todo lo anterior, deberá tener los soportes respectivos organizados por sesiones, actividades y niveles de formación.	INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO FÚTBOL / QUIPILE / CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA **Evidencia Tabla de Cobertura Poblacional:** https://docs.google.com/spreadsheets/d/1IaGf4scJRd_94lJbtykJ3__M-g4T5o7v/edit?usp=share_link&ouid=105382016697239686394&rtpof=true&sd=true
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.	Ejecute las planeaciones de las sesiones diarias de entrenamiento correspondientes para el mes de Diciembre, haciendo énfasis en el trabajo de los fundamentos técnicos del futbol (pase, control, conducción, regate y remate), cumpliendo con el desarrollo de las sesiones diarias programadas.

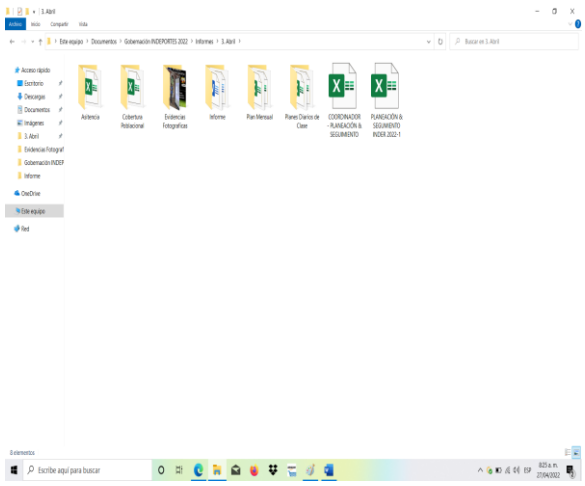
BENEFICIADOS	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES							
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Mesculino	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
5 AÑOS	3			3											3
6 AÑOS	2	2		1		2									4
7 AÑOS	3			3											3
8 AÑOS		3				3									3
9 AÑOS	2			2											2
10 AÑOS	3	4		3		4									7
11 AÑOS		1				1									1
12 AÑOS	5	1		3		1									6
13 AÑOS	5	1		5		1									6
14 AÑOS	3	2		3		2									5
15 AÑOS	6	1		6		1									7
16 AÑOS	1	1		1		1									2
17 AÑOS	1			1											1
TOTALES	35	16	0	29	0	16									51

	 GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA PLAN DIARIO DE CLASE ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA Página 1 **Evidencia Planes Diarios Diciembre:** **Planes diarios de clase Iniciación:** https://docs.google.com/spreadsheets/d/1CqHAV49wOYdPT6MZnEIN7sKVLZ6BhCyA/edit?usp=share_link&ouid=105382016697239686394&rtpof=true&sd=true **Planes Diarios de Clase Fundamentación:** https://docs.google.com/spreadsheets/d/1dPdLly-tatA3spCuDLbq-egdF1UnTa5Z/edit?usp=share_link&ouid=105382016697239686394&rtpof=true&sd=true **Planes Diarios de Clase Perfeccionamiento:** https://docs.google.com/spreadsheets/d/1KcOjFcm2TmaOK8R9idBkBjdVAuG8yAgg/edit?usp=share_link&ouid=105382016697239686394&rtpof=true&sd=true
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.	 Drive Buscar en Drive Compartido conmigo › TEQUENDAMA Nuevo Mi unidad Ordenadores Compartido conmigo Reciente Destacados Papelera Almacenamiento 532,3 MB de 15 GB usado Carpetas Nombre ADRIANA MARIA SAND... ALVARO MAURICIO RO... ANDRES ANIBAL OVAL... ANDRES FELIPE TURRI... ANDRES ROGELIO MOR... ARIADNA GISELA MOR... BRAYAN CAMILO BARB... CARLOS ANDRES CHAP... CARLOS MAURICIO VA... CESAR AUGUSTO GAM... CLAUDIA DEL PILAR M... CRISTIAN CAMILO WI... CRISTIAN FERNANDO S... CRISTIAN GERMAN GU... DANIEL ALEJANDRO G... CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA Detalles Actividad No hay actividad registrada **Evidencia Mes de Diciembre:** https://drive.google.com/drive/folders/1FTv97_JAlxXcE3t85fiIxkntwMkBzh-M?usp=share_link

8. Presentar la planeación de las sesiones mensuales de clase antes del inicio de cada mes, al respectivo supervisor, describiendo los objetivos, aspectos físicos, técnicos y evaluativos a tener en cuenta, así como los métodos empleados en ellas.	 GOBERNACION DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA PLAN MENSUAL DE CLASE Pagina 1 Pagina 2 Se realizó el plan mensual correspondiente para el mes de Diciembre para cada nivel de formación (Iniciación, Fundamentación y Perfeccionamiento), teniendo en cuenta los parámetros establecidos dentro del plan pedagógico y la malla curricular. **Evidencia Planes Mensuales mes de Diciembre:** https://docs.google.com/spreadsheets/d/1Bgb1zGg9rZU--Wl9g5an1OnOYyMCOtyG/edit?usp=share_link&ouid=105382016697239686394&rtpof=true&sd=true **Evidencia Planes Diarios Diciembre:** **Planes diarios de clase Iniciación:** https://docs.google.com/spreadsheets/d/1CqHAV49wOYdPT6MZnEIN7sKVLZ6BhCyA/edit?usp=share_link&ouid=105382016697239686394&rtpof=true&sd=true **Planes Diarios de Clase Fundamentación:** https://docs.google.com/spreadsheets/d/1dPdLly-tatA3spCuDLbq-egdF1UnTa5Z/edit?usp=share_link&ouid=105382016697239686394&rtpof=true&sd=true **Planes Diarios de Clase Perfeccionamiento:** https://docs.google.com/spreadsheets/d/1KcOjFcm2TmaOK8R9idBkBjdVAuG8yAqq/edit?usp=share_link&ouid=105382016697239686394&rtpof=true&sd=true
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.	Durante el mes de Diciembre no se realizó la aplicación de las pruebas físicas y test puesto que se realizaron durante el mes de octubre empleando cada uno de los parámetros y características establecidas para evidenciar los avances de la población vinculada a la escuela de formación deportiva de futbol del municipio de Quipile.

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.	 TRABAJEMOS POR QUIPILE Departamento de Cundinamarca Alcaldía Municipal de Quipile Nit. 899999431-0 LA JEFE DE DESARROLLO ECONOMICO Y SOCIAL DEL MUNICIPIO DE QUIPILE HACE CONSTAR: Que **CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA**, identificado con la Cédula de Ciudadanía No. 1.069.584.122 de Cachipay presto sus servicios como **MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE FUTBOL**, durante el periodo comprendido entre el 01 de diciembre al 21 de diciembre del 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato. La presente se expide a veintiuno los (21) de diciembre de 2022. Cordialmente, BIBIANA ANDREA RODRÍGUEZ ORTIZ Jefe de Desarrollo Económico y Social Proyectó: Paola Andrea Castañeda, Aux. administrativo Revisó: Bibiana Andrea Rodríguez Ortiz, Jefe de desarrollo económico y social Ruta Documento: Certificación Aprobación: Bibiana Andrea Rodríguez Ortiz, Jefe de desarrollo económico y social TRABAJEMOS DE LA MANO POR QUIPILE Palacio Municipal Av 2 No 2-39 www.quipile-cundinamarca.gov.co e-mail: alcaldia@quipile-cundinamarca.gov.co Código Postal 253030 **Evidencia Certificación de Cumplimiento:** https://drive.google.com/file/d/1QuO15XjQRk3ay9vmYtd5VnT7ckaGeU7F/view?usp=share_link
11. Apoyar a los demás componentes en las diferentes actividades que realicen en los municipios asignados por la Subgerencia Técnica.	Participe activamente en la Inauguración de los Juegos Deportivos y Paradeportivos de Cundinamarca, realizada el día viernes 02 de diciembre en la Concha Acustica del municipio de Chía, donde brindamos apoyo y acompañamiento todos los formadores deportivos del departamento. Participe en la Reunión General con los formadores de la provincia del Tequendama, desarrollada el día lunes 05 de Diciembre a las 7:00 pm por medio de la plataforma meet, donde se aclararon dudas, inquietudes y se tuvieron en cuenta sugerencias para el desarrollo de los lineamientos y tiempos de entregas del informe de diciembre, informe final e informe del festival deportivo formativo y escolar del municipio de Quipile. Participe en la reunión interna de formadores deportivos de Indeportes del Municipio de Quipile el día 09 de Diciembre vía WhatsApp, con el fin de ultimar detalles y compromisos para el desarrollo del festival formativo del municipio de Quipile. Participe en la realización del Festival formativo y recreativo del municipio de Quipile, donde se desarrollaron actividades recreo - deportivas y se dio por finalizado en proceso formativo para el año 2022.
12. Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.	Durante el mes de Diciembre participe activamente en las reuniones y capacitaciones realizadas por INDEPORTES Cundinamarca: ● Participe activamente en la Inauguración de los Juegos Deportivos y Paradeportivos de Cundinamarca, realizada el día viernes 02 de diciembre en la Concha Acústica del municipio de Chía, donde brindamos apoyo y

	acompañamiento todos los formadores deportivos del departamento. ● Participe en la Reunión General con los formadores de la provincia del Tequendama, desarrollada el día lunes 05 de Diciembre a las 7:00 pm por medio de la plataforma meet, donde se aclararon dudas, inquietudes y se tuvieron en cuenta sugerencias para el desarrollo de los lineamientos y tiempos de entregas del informe de diciembre, informe final e informe del festival deportivo formativo y escolar del municipio de Quipile. ● Participe en la reunión interna de formadores deportivos de Indeportes del Municipio de Quipile el día 09 de Diciembre vía WhatsApp, con el fin de ultimar detalles y compromisos para el desarrollo del festival formativo del municipio de Quipile. ● Participe en la realización del Festival formativo y recreativo del municipio de Quipile, donde se desarrollaron actividades recreo - deportivas y se dio por finalizado en proceso formativo para el año 2022.
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.	Durante el mes de Diciembre no se trasladaron documentos al archivo del instituto, por lo cual no se diligencio el formato Único de Inventario Documental (FUID).
14. Consolidar y presentar a través de la plataforma SECOP II; informe de ejecución contractual con sus respectivos soportes y evidencias; de acuerdo con la forma de pago, condiciones técnicas y/o productos establecidos.	

	INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO DEPORTE / MODALIDAD: FUTBOL MUNICIPIO: QUIPILE NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA HORARIOS / CONCEPTO / LUNES / MARTES / MIERCOLES / JUEVES / VIERNES / SABADO / DOMINGO / OBSERVACIONES 7:00 AM A 9; 00 AM — GRUPO SEDE DE TRABAJO 9:30 AM A 11:30 AM — GRUPO: INICIACION / INICIACION / INICIACION SEDE DE TRABAO: SANTA CRUZ / SANTA CRUZ / SANTA CRUZ 2:00 P.M. A 4 :00 P.M. — GRUPO: FUNDAMENTACION / FUNDAMENTACION / FUNDAMENTACION SEDE DE TRABAJO: INSPECCION DE LA VIRGEN / INSPECCION DE LA VIRGEN / INSPECCION DE LA VIRGEN 4:00 P.M. A 6 P.M. — GRUPO: PERFECCIONAMIENTO / PERFECCIONAMIENTO / PERFECCIONAMIENTO SEDE DE TRABAJO: INSPECCION DE LA VIRGEN / INSPECCION DE LA VIRGEN / INSPECCION DE LA VIRGEN NOMBRE MONITOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA **Evidencias Plataforma Drive:** https://drive.google.com/drive/folders/1FTv97_JAlxXcE3t85fiIxkntwMkBzh-M?usp=share_link
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.	

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

DEPORTE / MODALIDAD: FUTBOL

MUNICIPIO: QUIPILE

NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	OBSERVACIONES
7:00 AM A 9; 00 AM	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								
12:00 AM A 02:00 PM	GRUPO	INICIACION	INICIACION			INICIACION			
	SEDE DE TRABAO	SANTA CRUZ	SANTA CRUZ			SANTA CRUZ			
2:00 P.M. A 4 :00 P.M.	GRUPO	FUNDAMENTACION	FUNDAMENTACION			FUNDAMENTACION			
	SEDE DE TRABAJO	INSPECCION DE LA VIRGEN	INSPECCION DE LA VIRGEN			INSPECCION DE LA VIRGEN			
4:00 P.M. A 6 P.M.	GRUPO	PERFECCIONAMIENTO	PERFECCIONAMIENTO			PERFECCIONAMIENTO			
	SEDE DE TRABAJO	INSPECCION DE LA VIRGEN	INSPECCION DE LA VIRGEN			INSPECCION DE LA VIRGEN			

NOMBRE MONITOR CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA



INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO

FÚTBOL / QUIPILE / CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

BENEFICIADOS	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Masculino	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
5 AÑOS	3			3											3
6 AÑOS	2	2		1		2									4
7 AÑOS	3			3											3
8 AÑOS		3				3									3
9 AÑOS	2			2											2
10 AÑOS	3	4		3		4									7
11 AÑOS		1				1									1
12 AÑOS	5	1		3		1									6
13 AÑOS	5	1		5		1									6
14 AÑOS	3	2		3		2									5
15 AÑOS	6	1		6		1									7
16 AÑOS	1	1		1		1									2
17 AÑOS	2			2											2
TOTALES	35	16	0	29	0	16									51

TABLA DE PLANEACIÓN Y SEGUIMIENTO DE LA COBERTURA POBLACIONAL

Documento	Nombre	Género	Provincia	Municipio	Dirección	ctor de residenc	Email	Tipo de documento	che de nacimier	Deporte	Categoría	RH	EPS
5780227	[illegible]	MASC	[illegible]	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	desarrollosocial@quicie-	MIGRACION	07-11-2017	FUTBOL	INICIACION	A+	EN TRAMITE
1017438822	JUAN SEBASTIAN TORRES LEGUIZAMON	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Registro Civil	23-12-2016	FUTBOL	INICIACION	A+	CAPITAL SALUD
1105426413	JULIETH ESTEFANI OVALLE CASALLAS	FEM	TEQUENDAMA	QUIMBI	SANTA CRUZ	RURAL	desarrollosocial@quicie	Registro Civil	30 08 2010	FUTBOL	INICIACION	O	CONVIDA
1094805676	[illegible]	MASC	[illegible]	QUIMBI	SANTA CRUZ	RURAL	social@quicie-ndirama	Registro Civil	14-06-2016	[illegible]	INICIACION	O+	CONVIDA
1105426389	JUAN JOSE CASTRO GONZALEZ	FEM	TEQUENDAMA	QUIMBI	SANTA CRUZ	RURAL	desarrollosocial@quicie-	Registro Civil	14-08-2010	FUTBOL	INICIACION	O+	CONVIDA
6435941	XAVIER ALESSANDRO OVALLES RIVERO	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	SANTA CRUZ	RURAL	desarrollosocial@quicie	MIGRACION	23 07 2015	FUTBOL	INICIACION	O	EN TRAMITE
1195455531	[illegible]	MASC	[illegible]	QUIMBI	SANTA CRUZ	RURAL	desarrollosocial@quicie-	Registro Civil	17-07-2015	[illegible]	INICIACION	O+	CONVIDA
1030607034	KEVIN FELIPE RIVERA ORTIZ	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	SANTA CRUZ	RURAL	desarrollosocial@quicie-	REGISTRO CIVIL	20-05-2014	FUTBOL	INICIACION	O+	CONVIDA
1112049022	ALBERT SANTIAGO VARGAS GONZALEZ	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	31 08 2014	FUTBOL	INICIACION	O	CONVIDA
1195443434	[illegible]	[illegible]	[illegible]	QUIMBI	SANTA CRUZ	RURAL	desarrollosocial@quicie-	Registro Civil	27-12-2013	[illegible]	INICIACION	O+	CONVIDA
1072128941	LUISA FERNANDA CARDENAS RODRIGUEZ	FEM	TEQUENDAMA	QUIMBI	SANTA CRUZ	RURAL	desarrollosocial@quicie-	Registro Civil	15-11-2013	FUTBOL	INICIACION	O+	CONVIDA
1105464839	YURITACILA MENDOZA SOLER	FEM	TEQUENDAMA	QUIMBI	SANTA CRUZ	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	28 08 2013	FUTBOL	INICIACION	O	CONVIDA
1094805577	[illegible]	[illegible]	[illegible]	QUIMBI	SANTA CRUZ	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	04-06-2013	[illegible]	INICIACION	O-	CONVIDA
1012719904	SANTIAGO PAEDA GARCIA	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	09-12-2012	FUTBOL	INICIACION	A+	CAPITAL SALUD
1072428820	JUAN SEBASTIAN LEGUIZAMON CORTES	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	27 05 2012	FUTBOL	INICIACION	O	CONVIDA
1078076589	[illegible]	[illegible]	[illegible]	QUIMBI	SANTA CRUZ	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	15-11-2011	[illegible]	INICIACION	O-	CONVIDA
1105463041	GISETH VALENTINA CANO GALINDO	FEM	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	12 09 2011	FUTBOL	INICIACION	O	CONVIDA
1072448205	CAMILO ANDRES CARDENAS RODRIGUEZ	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	SANTA CRUZ	RURAL	desarrollosocial@quicie	Tarjeta de Identidad	07 09 2011	FUTBOL	INICIACION	O	CONVIDA
1078076567	[illegible]	MASC	[illegible]	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	27-04-2011	[illegible]	INICIACION	O-	CONVIDA
1094805378	ELISBETH CAROLINA BOLAÑO GONZALEZ	FEM	TEQUENDAMA	QUIMBI	SANTA CRUZ	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	07 07 2011	FUTBOL	INICIACION	O	CONVIDA
1073433791	DULCE MARIA NARVAEZ LOPEZ	FEM	TEQUENDAMA	QUIMBI	SANTA CRUZ	RURAL	desarrollosocial@quicie	Tarjeta de Identidad	05-05-2011	FUTBOL	INICIACION	O	CONVIDA
1071914381	YENIFER NATALIA GONZALEZ LEGUIZAMON	FEM	TEQUENDAMA	QUIMBI	LIBANO	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	21-08-2010	FUTBOL	INICIACION	A+	CONVIDA
1068004590	[illegible]	[illegible]	[illegible]	QUIMBI	SANTA CRUZ	RURAL	desarrollosocial@quicie-	Tarjeta de Identidad	21 07 2009	[illegible]	FUNDAMENTACION	O+	SISBENIZADO
1071924783	JHONNY FAUSTINO MUÑOZ CARRILLO	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	27 01 2009	FUTBOL	FUNDAMENTACION	O	NUEVA EPS
1093483583	SERGIO CASTAÑEDA FLOREZ	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	18 12 2008	FUTBOL	FUNDAMENTACION	O	CONVIDA
1072425608	RAFAEL YURLEY CANO GALINDO	[illegible]	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	29-09-2008	[illegible]	FUNDAMENTACION	O-	CONVIDA
1071914505	[illegible]	MASC	[illegible]	QUIMBI	LIBANO	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	24-09-2008	[illegible]	FUNDAMENTACION	O+	CONVIDA
1072425577	[illegible]	MASC	[illegible]	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	25-09-2008	[illegible]	FUNDAMENTACION	O-	CONVIDA
1072425370	OSCAR STIVEN CARDENAS SILVA	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	VEREDA SAN NICOLAS	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	07-09-2008	FUTBOL	PERFECCIONAMIENTO	O+	CONVIDA
1072109837	BRAYAN ANDRES PINZON MOLINA	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	24-07-2008	FUTBOL	FUNDAMENTACION	O-	CONVIDA
1071914301	JUAN SEBASTIAN GONZALEZ GONZALEZ	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	01 05 2008	FUTBOL	FUNDAMENTACION	O	CONVIDA
1023378207	NICOLE SOFIA MORENO CANO	FEM	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	20 12 2007	FUTBOL	PERFECCIONAMIENTO	A1	CONVIDA
1072424562	CARLOS JOSE MARTINEZ MORENO	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	20 10 2007	FUTBOL	PERFECCIONAMIENTO	O	NUEVA EPS
1078658761	[illegible]	[illegible]	[illegible]	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	04-06-2007	[illegible]	PERFECCIONAMIENTO	O-	SANITAS I-S
1072427365	LUIS MIGUEL MANRIQUE CASALLAS	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	04-06-2007	[illegible]	PERFECCIONAMIENTO	O-	CONVIDA
1078078916	[illegible]	MASC	[illegible]	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	06-06-2007	[illegible]	PERFECCIONAMIENTO	A+	SALUD TOTAL
1072425783	FRANCISCO APOLINAR CARDENAS	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	VEREDA SAN NICOLAS	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	13-06-2007	FUTBOL	PERFECCIONAMIENTO	O+	CONVIDA
1072429363	MAYCOL EDUARDO MENDOZA SOLER	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	08-06-2007	FUTBOL	PERFECCIONAMIENTO	O-	CONVIDA
1093483082	EDER CASTAÑEDA FLOREZ	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	17 11 2006	FUTBOL	PERFECCIONAMIENTO	A1	CONVIDA
1072423407	SALMA MILETH VARGAS AVILA	FEM	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	05 11 2006	FUTBOL	PERFECCIONAMIENTO	A1	FAMISANAR
1072429431	JUAN ESTEBAN RODRIGUEZ JIMENEZ	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	20 09 2006	FUTBOL	PERFECCIONAMIENTO	O	CONVIDA
1072429419	[illegible]	MASC	[illegible]	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	25-05-2006	[illegible]	PERFECCIONAMIENTO	O-	CAMPANA I
1072427377	[illegible]	MASC	[illegible]	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	25-05-2006	[illegible]	PERFECCIONAMIENTO	O-	CONVIDA
1072429499	[illegible]	MASC	[illegible]	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	24-05-2006	[illegible]	PERFECCIONAMIENTO	O-	CONVIDA
1072422421	LUISA FERNANDA MUÑOZ CARRILLO	FEM	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	05-01-2006	FUTBOL	PERFECCIONAMIENTO	O-	NUEVA EPS
1072422011	KEVIN CAMILO RODRIGUEZ JIMENEZ	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	07-05-2005	FUTBOL	PERFECCIONAMIENTO	O-	CONVIDA
20388304	JOSE ALDEMAR MUÑOZ CARRILLO	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	14 11 2004	FUTBOL	PERFECCIONAMIENTO	O	NUEVA EPS
1072430036	JOLBER ALEXANDER TELLEZ	MASC	TEQUENDAMA	QUIMBI	LA VIRGEN	RURAL	social@quicie-ndirama	Tarjeta de Identidad	12 12 1995	FUTBOL	PERFECCIONAMIENTO	O	FAMISANAR

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DE LAS SESIONES DESARROLLADAS

FORMATO DE ACTIVIDADES – EVIDENCIA FOTOGRAFICA	
FORMADOR	CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA
DEPORTE	FUTBOL
MUNICIPIO	QUIPILE
NIVEL	INICIACIÓN
SITIO DE ENTRENAMIENTO	SANTA CRUZ
EVIDENCIA FOTOGRAFICA	DESCRIPCION ACTIVIDADES/NOVEDADES
	Juegos predeportivos
	Desarrollo de fundamentos técnicos por medio de circuitos.
	Realización de actividades que implican el desarrollo de los fundamentos técnicos en situaciones reales de juego.
	Ejercicios dinámicos de Activación y recuperación.

FORMATO DE ACTIVIDADES – EVIDENCIA FOTOGRAFICA	
FORMADOR	CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA
DEPORTE	FUTBOL
MUNICIPIO	QUIPILE
NIVEL	FUNDAMENTACIÓN
SITIO DE ENTRENAMIENTO	LA VIRGEN
EVIDENCIA FOTOGRAFICA	DESCRIPCION ACTIVIDADES/NOVEDADES
	Actividades lúdicas para el fortalecimiento de los fundamentos técnicos.
	Circuitos de actividades recreo deportivas y de coordinación.
	Actividad de conducción y dominio del balón ante estímulos auditivos.
	Fortalecimiento y mejora de las capacidades coordinativas.

FORMATO DE ACTIVIDADES – EVIDENCIA FOTOGRAFICA	
FORMADOR	CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA
DEPORTE	FUTBOL
MUNICIPIO	QUIPILE
NIVEL	PERFECCIONAMIENTO
SITIO DE ENTRENAMIENTO	LA VIRGEN
EVIDENCIA FOTOGRAFICA	DESCRIPCION ACTIVIDADES/NOVEDADES
	Fase inicial de Calentamiento.
	Actividad de elongación y recuperación.
	Trabajo específico remate a portería.
	Actividad de conducción del balón en espacios reducidos.

EVIDENCIA FOTOGRAFICA USO DE IMAGEN INSTITUCIONAL



PLAN MENSUAL MES DE DICIEMBRE

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

MES				DICIEMBRE	MUNICIPIO:QUIPILE	
LUGAR:				Santa Cruz / Inspección La Virgen	HORARIO DE PRACTICA:	
NIVEL				INICIACIÓN	FUNDAMENTACIÓN	PERFECCIONAMIENTO
CLASES				DICIEMBRE	DICIEMBRE	DICIEMBRE
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO RESPONSABILIDAD COMPAÑERISMO JUSTICIA COOPERACION LEALTAD	SE TRABAJARA ESTOS VALORES SOCIALES EN LA CLASE A TRAVES DE INDICACIONES SENCILLAS Y FUNDAMENTALES SOBRE LOS CUALES SE FORMARAN LOS DEPORTISTAS POR MEDIO DE LA PRACTICA DE POSEER EL CONOCIMIENTO DE CANCHAS EN EL PERSONAL, INTERNAS Y PARA EL DESARROLLO A SUS VIDAS.	VALORES SOCIALES IMPLICITOS EN LA PRACTICA DEPORTIVA EL CUAL QUE PERMITA ACTUAR CON RESPETO, QUE VIVA Y RESPONSABILICE SOBRE LAS ACCIONES QUE SE PRESENTAN ANTES, DURANTE Y DESPUES DE LA ACTIVIDAD FISICA, RESPETO CON UNA TRIBU A QUE NOS ENFRENTAREMOS, RESPETO DE LOS DEMAS INTEGRANTES DE NUESTRO EQUIPO, RESPETO A NUESTRO ENTRENADOR	VALORES QUE TENDREMOS EN FORTALECER A LOS DEPORTISTAS PARA QUE ENCAJEN EN UNA SOCIEDAD QUE SE ENCUENTRA EN CONSTANTE CAMBIOS PERMITIENDO TENER ARMONIA, CONVIVENCIA Y RESPETO POR LOS DEMAS
			TRABAJO EN EQUIPO			
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD	NOS PERMITIRA RECONOCER NUESTRAS FORTALEZAS CUALIDADES Y DEBILIDADES Y TAMBIEN LOS DE MIS COMPAÑEROS	CONOCER NUESTRAS PROPIAS CUALIDADES, DEBILIDADES, DEFECTOS Y LAS DE LOS DEMAS SIN SENTIRSE MEJOR O MAS QUE NADIE O SER	CONOCER LAS FORTALEZAS Y DEBILIDADES CUALIDADES, DEBILIDADES, DEFECTOS Y LAS DE LOS DEMAS SIN SENTIRSE MEJOR O MAS QUE NADIE O SER
			OBEDIENCIA	PERMITE QUE NUESTRA CONDUCTA SE AJUSTE A NORMAS Y REGLAS QUE SON PARA EL BIEN PROPIO Y DE LOS DEMAS	ACATA LAS INSTRUCCIONES QUE SE LE BRINDAN, PERMITIENDO UNA BUENA INTERACCION CON LAS ACTIVIDADES A DESARROLLAR.	ACATA LAS INSTRUCCIONES QUE SE LE BRINDAN, PERMITIENDO UNA BUENA INTERACCION CON LAS ACTIVIDADES A DESARROLLAR.
			AUTODISCIPLINA	SE TRABAJARA LA AUTODISCIPLINA COMO UN FACTOR IMPORTANTE PARA EL VALOR UN MEJOR PROCESO EVOLUTIVO EN ASPECTOS SOCIALES, FISICOS Y PSICOLOGICOS.	ASIMILA QUE EL ESFUERZO CONSTANTE Y LA DISCIPLINA LE PODRA OBTENER LO QUE UNA QUIERA	CONDICIONA LA AUTODISCIPLINA COMO UN FACTOR IMPORTANTE PARA EL VALOR UN MEJOR PROCESO EVOLUTIVO EN ASPECTOS SOCIALES, FISICOS Y PSICOLOGICOS.
			PARTICIPACIÓN	LA PARTICIPACION DE TODOS LOS INTEGRANTES DE LA ESCUELA DE FORMACION INICIA DESDE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO PARA EL DESARROLLO PERSONAL Y GENERAL DEL DEPORTE	LA PARTICIPACION NOS PERMITE TENER MOTIVACION Y RESPETO EN LAS ACTIVIDADES PROGRAMADAS EN LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO	LA PARTICIPACION NOS PERMITE TENER MOTIVACION Y RESPETO EN LAS ACTIVIDADES PROGRAMADAS EN LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO
			PERSEVERANCIA	TENER LA PERSEVERANCIA PARA LOGRAR LAS METAS PROPIAS	DEBE PERMITIR ALCANZAR Y SUPERAR LAS METAS PROPUESTAS	DEBE PERMITIR ALCANZAR Y SUPERAR LAS METAS PROPUESTAS
			AUTODOMINIO	ASIMILA DE MANERA CONSCIENTE LA CAPACIDAD DE REGULAR SUS IMPULSOS EN DIFERENTES SITUACIONES	ASIMILA DE MANERA CONSCIENTE LA CAPACIDAD DE REGULAR SUS IMPULSOS EN DIFERENTES SITUACIONES	ASIMILA DE MANERA CONSCIENTE LA CAPACIDAD DE REGULAR SUS IMPULSOS EN DIFERENTES SITUACIONES
			RECOMPENSA	ESTIMULOS DE TRABAJO QUE NOS AYUDARA A MOTIVARLOS Y COMO CAMBIO DE LOS MEJORES DEPORTISTAS	ENTENDER Y ASIMILAR LOS TRIUNFOS Y LAS VICTORIAS COMO UN MECANISMO QUE HACE PARTE DEL DEPORTE Y DE LA VIDA	ENTENDER Y ASIMILAR LOS TRIUNFOS Y LAS VICTORIAS COMO UN MECANISMO QUE HACE PARTE DEL DEPORTE Y DE LA VIDA
	PARTE INICIAL	INICIO	INTRODUCCION	EXPLICACION DE LA TEMATICA A DESARROLLAR EN LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO Y LLAMADO A LISTA	EXPLICACION DE LAS TEMATICAS A DESARROLLAR EN LA SESIONES DE ENTRENAMIENTO Y LLAMADO A LISTA	EXPLICACION DE LAS TEMATICAS A DESARROLLAR EN LA SESIONES DE ENTRENAMIENTO Y LLAMADO A LISTA
			MOVILIDAD ARTICULAR	MOVIMIENTO ARTICULARES DURANTE 10 MINUTOS (CUELLO, MUÑECAS, BRAZOS, TRONCO, RODILLAS Y TOBILLOS) ANTES DE INICIAR LA ACTIVIDAD CENTRAL	EJERCICIOS DINAMICOS QUE IMPLIQUEN MOVIMIENTOS ARTICULARES	EJERCICIOS DINAMICOS QUE IMPLIQUEN MOVIMIENTOS ARTICULARES
			CALENTAMIENTO	JUEGOS PREDEPORTIVOS DEPENDIENDO LA ACTIVIDAD CENTRAL A DESARROLLAR.	CALENTAMIENTO GENERAL Y ESPECIFICO EN FORMAS JUGADAS DEPENDIENDO LA ACTIVIDAD CENTRAL A DESARROLLAR	CALENTAMIENTO GENERAL Y ESPECIFICO EN FORMAS JUGADAS DEPENDIENDO LA ACTIVIDAD CENTRAL A DESARROLLAR
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	MOVIMIENTOS APROPIADOS EN DIFERENTES SENTIDOS Y SITUACIONES	ACTIVIDADES DIVERSIFICADAS QUE PERMITAN AL DEPORTISTA TENER CONSCIENCIA DEL MOVIMIENTO Y EL ENTORNO QUE LO RODEA	REALIZAR EJERCICIOS DE DESPERTAR TRUES CONSCIENCIA DEL MOVIMIENTO Y EL ENTORNO QUE LO RODEA
			RITMO	DESPLAZAMIENTOS CONTINUOS CON Y SIN BALON EN DIFERENTES SITUACIONES	PERMITIR EL DESARROLLO DE AUTONOMIA DE MOVIMIENTOS ADECUADOS EN SITUACIONES DE JUEGO REAL	PERMITIR EL DESARROLLO DE AUTONOMIA DE MOVIMIENTOS ADECUADOS EN SITUACIONES DE JUEGO REAL
			EQUILIBRIO	EJERCICIOS DE TRACCION Y EMPUJE PARA DOMINAR EL TU SU CUERPO EN EL	MEJORAR LA COORDINACION DE LOS MOVIMIENTOS QUE SE PUEDAN PRESENTAR EN SITUACIONES DE JUEGO	MEJORAR LA COORDINACION GENERAL DE LOS MOVIMIENTOS QUE SE PUEDAN PRESENTAR EN SITUACIONES DE JUEGO
			ORIENTACION	DESARROLLAR LA CONCIENCIA DE LOS ESPACIOS POR MEDIO DEL JUEGO	ACCIONES TECNICA Y TACTICAS QUE AYUDEN A UN EL MANEJO DEL ENTORNO	IMPLEMENTACION CON EL ANIMO ACCIONES TECNICA Y TACTICAS QUE AYUDEN A UN EL MANEJO DEL ENTORNO
			DIFERENCIACION	MOVIMIENTOS CON BALON Y SIN BALON QUE FACILITEN LA AMBIENTACION AL TECNICA Y EL DESARROLLO DE MOVIMIENTOS ARMONICOS	BUSCA CONTROLAR SUS MOVIMIENTOS ACORDES A LA EJECUCION DE LA ACTIVIDAD	CONTROLA SUS MOVIMIENTOS DE MANERA NATURAL Y VOLUNTARIA PERMITIENDO TENER UNA AUTONOMIA AL REALIZAR LAS ACTIVIDADES
			REACCION	DE SEGUN DE ESTIMULOS VISUALES Y AUDITIVOS	APLICA UNA RESPUESTA RAPIDA ACORDE A LAS ACCIONES QUE SE PRESENTAN EN EL ACTIVIDAD POR MEDIO DE ESTIMULOS VISUALES Y AUDITIVOS	REALIZA DESPLAZAMIENTOS DE RAPIDOS ACORDES A UN ESTIMULO AGRADABLE O AUDITIVO
			ADAPTACIÓN	ESPECIFICA ACORDE A LA FASE SENSIBLE	TRABAJO A DESARROLLARSE ACORDE A LA FASE SENSIBLE	ESPECIFICA ACORDE A LA FASE SENSIBLE
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA	FUERZA RESISTIDA	FUERZA EXPLOSIVA	FUERZA EXPLOSIVA
			VELOCIDAD	MOVIMIENTOS QUE DESARROLLEN LA VELOCIDAD DE REACCION CON BALON Y SIN BALON.	REACCION Y DESPLAZAMIENTO	REACCION Y DESPLAZAMIENTO
			FLEXIBILIDAD	ESTATICA Y DINAMICA	ESTATICA Y DINAMICA	ESTATICA Y DINAMICA
			RESISTENCIA	ALTO RITMO, CARGA (60% CON TIEMPOS CON Y SIN BALON	AEROBICA Y ANAEROBICA	AEROBICA Y ANAEROBICA
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE	RECEPCION Y CONTROL DE LA PASE	EJECUCION DE PASES CON MAYOR SEGUIMIENTO DE PRECISION	EJECUCION DE PASES CON MAYOR PORCENTAJE DE PRECISION
			CONTROL	CONTROL ORIENTADO EN CIRCULOS	RECEPCION DE BALON Y CONTROL ORIENTADO	CONTROL ORIENTADO EN DIFERENTES POSICIONES DE JUEGO
			CONDUCCION Y/o REGATE	MANEJABILIDAD Y EXPRESION LIBRE DE MOVIMIENTOS CON Y SIN BALON	MANEJO DE LA BALON EN RELACION DE OBSTACULOS	CONDUCCION ALTERNANDO TODAS LAS ZONAS DE CONTACTO DEL PIE DOMINANTE Y NO DOMINANTE
			REMATE	JUEGOS RECREATIVOS DE REMATE	TRABAJO DE LA EJECUCION DE SITUACIONES REALES DE JUEGO QUE SE PRESENTAN EN DEFENSA Y ATAQUE CON REMATE A PORTERIA	EJERCICIOS QUE IMPLIQUEN LA MEJORA A LA EJECUCION DE UN GOL CON EL EMPLEO DE TODO EL INTERIOR
		ELEMENTOS TÁCTICOS	BASCULACIONES	ORIENTACION EN ESPACIOS DEL TERRENO DE JUEGO	DESPLAZAMIENTOS QUE PERMITAN RECUPERAR EL ORDEN EN SITUACION DE JUEGO	DESPLAZAMIENTOS QUE FLUIMEN EL CONTROL EN SITUACION DE JUEGO
			LATERALIDAD	PLANOS Y EJES DE SITUACION DE CUERPO	PLANOS Y EJES DEL CUERPO EN DEFENSA Y ATAQUE EN SITUACION DE JUEGO	PLANOS Y EJES DEL CUERPO EN DEFENSA Y ATAQUE EN SITUACION REAL DE JUEGO
			DEFENSA	JUEGOS QUE IMLIQUEN EL DESARROLLO MOTRIZ TANTO CONTROL EN EL DESARROLLO DE TRABAJO EN EQUIPO	CORRECCION DE SITUACIONES REALES DE JUEGO EN DEFENSA Y ATAQUE	CORRECCION DE SITUACIONES REALES DE JUEGO
			ATAQUE			
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	JUEGOS PRE DEPORTIVOS	ACTIVIDADES Y JUEGOS QUE IMPLIQUEN LA PARTICIPACION DE TODO EL GRUPO	ACTIVIDADES Y JUEGOS QUE IMPLIQUEN LA PARTICIPACION DE TODO EL GRUPO
			JUEGOS TRADICIONALES	TA TE VA, CARRETA, YERMIS, CONGELADOS	TA TE VA, CARRETA, YERMIS, PORCHADOS,CONGELADOS	TA TE VA, CARRETA YERMIS, PORCHADOS, CONGELADOS
			ACTIVIDADES ARTISTICAS	PARTICIPACION EN EVENTOS PROGRAMADOS EN EL TERRITORIO ACORDE A LA EDAD ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE	PARTICIPACION EN EVENTOS PROGRAMADOS EN EL TERRITORIO ACORDE A LA EDAD ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE	PARTICIPACION EN EVENTOS PROGRAMADOS EN EL TERRITORIO ACORDE A LA EDAD ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE
			CIRCUITOS RECREATIVOS	INTEGRACIÓN Y COOPERACIÓN, ACTIVIDADES DE COORDINACIÓN DE CUIDADO DE SI MISMO (DE MI MISMO Y LOS DEMÁS)	ACTIVIDADES DE FORMAS JUGADAS DE MANERA INDIVIDUAL O GRUPAL.	ACTIVIDADES DE FORMAS JUGADAS DE MANERA INDIVIDUAL O GRUPAL.
			FESTIVALES RECREATIVOS	CAMBIO DE TECNICOS, INTEGRACIÓN DE NIÑOS, NIÑAS Y PADRES EN LA REALIZACIÓN DE UNA SERIE DE PRUEBAS Y JUEGOS QUE PERMITIRAN EL FORTALECIMIENTO DE LAS RELACIONES INTERPERSONALES	JUEGOS DE CONTEXTO	FESTIVAL INTERNO DE JUEGOS CON PELOTA
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	GENERAL Y ESPECIFICO, DEPENDIENDO EL TRABAJO A REALIZARSE EN LA SESION DE ENTRENAMIENTO	GENERAL Y ESPECIFICO DE LA SESION DE ENTRENAMIENTO	GENERAL Y ESPECIFICO, DEPENDIENDO EL TRABAJO A REALIZARSE EN LA SESION DE ENTRENAMIENTO
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	SE REALIZA CON EL FIN DE EVALUAR EL NIVEL DE APRENDIZAJE Y EL GRADO DE DIFICULTAD DE LAS ACTIVIDADES PROPUESTAS PARA OBTENER UN AVANCE EN EL PROCESO DE ADAPTACION AL MEDIO	EXPLICACION DE LA ENSEÑANZA QUE NOS DEJA DE DATA UNA DE LAS ACTIVIDADES Y ACOMPAÑAR EL TRABAJO REALIZADO EN EL TRABAJO.	RETROALIMENTACION DE LA SESION PARA QUE NOS DE LA IDEA PARA EVALUAR LAS TEMATICAS Y ACTIVIDADES DESARROLLADAS EN LAS SESIONES DURANTE EL TRABAJO

Página 1

Página 2

FIRMA FORMADOR:

CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

PLANES DIARIOS INICIACIÓN – DICIEMBRE

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 2/12/2022	Lugar: Vereda Santa Cruz	Municipio: Quipile	Hora: 12:00 Am a 2:00 Pm	N° de sesión: 48	N° de semana: 17
Nombre del Formador: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA			N° de deportistas:		Edades: 6-10 AÑOS
INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Mejorar la velocidad de reaccion y desplazamiento en conduccion del balon.
Objetivo Especifico: brindar actividades que permitan al deportista mantener el desplazamiento controlada con del balón
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES		Marcar con X	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Explicación de las actividades a desarrollar en la sesion de	Introduccion a la clase	X	5	Silbato
2. Realizar Juegos Lúdicos y predeportivos	llamado o lista	X	5	
3. Movimientos Articulares	Movilidad Articular	X	5	
4. Calentamiento General y especifico	Calentamiento	X	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas		Marcar con X	Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestación			
1. Iniciar en grupo a trotar, caminar, marchar, con variantes que va indicando el entrenador. 2. Realizar Movimientos de desplazamiento en carreras cortas y largas con y sin balón. 3. Desplazamiento con diferentes indicaciones por parte del entrenador, dentro del terrano de juego.	Fuerza	Maxima		10	
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica	X		
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento	X	10	
7.		Reacción	X		
8.	Flexibilidad	Estatica	X	10	
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con X	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Desplazamientos trotando sobre las lineas delimitadas en un circuito de ejercicios establecido, para mejorar la coordinación. 2. desplazamientos caminando y trotando con y sin balón.	Acoplamiento	X		
	Ritmo	X		Manejo de espacio y orientación, con circuitos para realizar desplazamientos.
3. Manejar la coordinacion viso pedal al realizar los movimientos con y sin balón, que se indican por parte del entrenador .	Equilibrio	X	10	Conos Platillos
4.	Orientación			
5.	Diferenciación	X	10	
6.	Reacción			
7.	Adaptación	X	10	
8.		TEMAS		
DESPLAZAMIENTOS	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar		
		Saltar		
		Correr		
		Rodar		
		Deslizarse		
		TEMAS	15	
	Componente Teorico	Manejo de orientacion en el espacio.		
		Coordinacion viso pedica.		
		Conduccion y/o Regate		
		TEMAS	5	
	Componente Social Volutivo	Trabajo en equipo		
		Coordinar movimientos en mismos espacios con mis compañeros.		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. desplazamientos en velocidad con y sin balón.	X		X	10	
2. Conducción del balón en circuitos con variantes.	X			10	Campo de Futbol o Zona Verde
3. Organización de equipos acorde al numero de deportistas para iniciar partidos.	X				Buena Dispocisión Conos y Platillos
4.					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1. Estiramiento 2. Retroalimentación de la clase valores	X	FINALIZACION DE LA SESION DE ENTRENAMIENTO Y ACLARACION DE DUDAS E INQUIETUDES.	Silbato
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos 4. Tareas en casa y recomendaciones generales	X		

NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

FIRMA FORMADOR:

Página 1

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 5/12/2022	Lugar: Vereda Santa Cruz	Municipio: Quipile	Hora: 12:00 Am a 2:00 Pm	N° de sesión: 49	N° de semana: 18
Nombre del Formador: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA			N° de deportistas:		Edades: 6-10 AÑOS
INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Mejorar la velocidad de reaccion y desplazamiento en conduccion del balon.					
Objetivo Especifico: brindar actividades que permitan al deportista mantener el desplazamiento controlada con del balón					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES		Marcar con X	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Explicación de las actividades a desarrollar en la sesión de	Introduccion a la clase	X	5	Silbato
2. Control de Asistencia de los deportistas.	llamado a lista	x	5	
3. Movimientos Articulares con dinamicas.	Movilidad Articular	X	5	
4. General	Calentamiento	x	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con X		
1. Desplazamientos: fase de adaptación y reconocimiento del espacio trotando por los diferentes circuitos establecidos para la practica de conducción de balón.	Fuerza	Maxima			
2.Desplazamientos cortos y largos con conducción de balón, con estimulos auditivos y visuales.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica	X	10	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento	X	10	
7.		Reacciòn	X		
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con X	Tiempo	
1. Conduccion de balón por las lineas que delimitan el circuito.	Acoplamiento			
2.Desplazamientos tocando diferentes partes del cuerpo y con variantes.	Ritmo	X		
3. Movimientos que impliquen el manejo de la coordinacion viso pedica con y sin balón.	Equilibrio	X	10	Platillos, conos y silbato.
4. Juego de velocidad de reacción entre compañeros ante un estimulo auditivo.	Orientación			
5.	Diferenciación	X	10	
6.	Reacción			
7.	Adaptación	X	10	
8.	Patrones Basicos de Movimiento	ILMAS		
		Caminar Correr Rodar		
		Girar		
	Componente Teorico	TEMAS		
		Coordinación Manejo del Espacio y Orientación. Conducción de Balón.		
	Componente Social Volutivo	ILMAS		
		Compañerismo		
		Respeto por el trabajo y esfuerzo de mis compañeros.		

Página 1

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Manejo y conducción de balón de forma libre, con estimulos auditivos y visuales.	X		X	10	Zona Verde Conos Platillos
2. Conducción del Balón, en Zig-Zag, en circuito.	X		X	10	
3. Partidos 3 vs 3 con comodin.	X		X	10	
4.					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	X	5	Individual	
2.Retroalimentación de la clase valores	X	5	Finalizacion de la sesion de Entrenamiento y Aclaracion de Dudas e Inquietudes.	
3.Retroalimentación de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 6/12/2022	Lugar: Vereda Santa Cruz	Municipio: Quipile	Hora: 12:00 Am a 2:00 Pm	N° de sesión: 50	N° de semana: 18
Nombre del Formador: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA			N° de deportistas:		Edades: 6-10 AÑOS
INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Mejorar la velocidad de reaccion y desplazamiento en conduccion del balon.					
Objetivo Especifico: Brindar actividades que permitan tener mayor control en la conducción del balón.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES		Marcar con X	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1.Explicación del Trabajo y actividades a realizar.	Introduccion a la clase	X	5	Platillos, conos y Silbato.
2. Control de asistencia de los deportistas.	llamado a lista	X	5	
3.Movimientos Articulares con dinamicas que impliquen diferentes desplazamientos en un area delimitada.	Movilidad Articular	X	5	
4. General y especifico.	Calentamiento	X	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con X		
1.Realizar desplazamientos en un espacio determinado con el balon en conducción.	Fuerza	Maxima			Zona verde, Conos, Balones, Silbato y Aros
2. Actividad denominada congelados: en parejas deberan tocar una parte del cuerpo que ira indicando el instructor.		Explosiva			
3. Conducción de balón de un punto A desplazandose a un punto B, teniendo en cuenta las indicaciones que se vayan presentando.	Resistencia	Aerobica	X	10	
4. Conducción de balón en parejas con pase incluido, entre		Anaerobica			
5.		Maxima			
6.	Velocidad	Desplazamiento	X	10	
7.		Reacciòn	X	5	
8.		Estatica	X	5	
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con X	Tiempo
1. Realizar trabajo de conducción, control y pase en parejas a corta y mediana distancia.	Acoplamiento		
2. Desarrollar trabajo de conducción y pase por grupos en la dinamica de pase, control y pase., denominado RONDO.	Ritmo	X	10
3.	Equilibrio		
4.	Orientación	X	
5.	Diferenciación	X	
6.	Reacción		
7.	Adaptación	X	
8.	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
		Correr	
		Caminar	
		Trotar	
	Componente Teorico	TEMAS	10
		Manejo de Coordiacion viso manual y Viso podica.	
		Conducción	
		Pase	
	Componente Social Volutivo	TEMAS	5
		Compañerismo	
		Trabajo en Equipo	
		Respeto	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Técnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Partidos por equipos dependiendo la cantidad de deportistas.	X		X	10	Zona Verde, Aros, Conos, Platillos, Balones.
2. Conducción de balón de manera controlada por un circuito establecido.				10	
	X		X	10	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marca con X	Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	X	5	De manera individual.	
2.Retroalimentación de la clase valores	X	5	Finalizacion de la sesion de Entrenamiento y Aclaracion de Dudas e Inquietudes.	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

FIRMA FORMADOR:

Página 1

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 9/12/2022	Lugar: Vereda Santa Cruz	Municipio: Quipile	Hora: 12:00 Am a 2:00 Pm	N° de sesión: 51	N° de semana: 18
Nombre del Formador: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA			N° de deportistas:		Edades: 6-10 AÑOS
INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Mejorar la velocidad de reaccion entrenando la concentracion y conduccion del balon.					
Objetivo Especifico: Generar en los deportistas el deseo de mantener el balón dominado y realizar desplazamientos por el terreno de juego.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES		Marcar con X	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Explicación de la actividad a desarrollar.	Introduccion a la clase	X	5	Platillos, Conos y Silbato.
2. Control de asistencia de los deportistas.	llamado a lista	X	5	
3. Movimientos Articulares con dinamicas que impliquen diferentes desplazamientos en un area delimitada.	Movilidad Articular	X	5	
4. Especifico.	Calentamiento	X	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestación	Marcar con X		
1.Carreras y desplazamientos mediante estimulos auditivos y Visuales	Fuerza	Maxima	X	5	
2. Carrera con desplzamaintos en zigzag sin Balón.		Explosiva			
3.Carrera con Desplzamientos en zigzag con Balón.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima	X	5	
6.		Desplazamiento	X	5	
7.		Reacción	X	10	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica	X		
ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Marcar con X	Tiempo	
1.Estimulos auditivos y visuales para iniciar desplazamientos de carrera sin balón.	Acoplamiento				Conos, Platillos, Balones y Silbato
	Ritmo		X	5	
	Equilibrio				
	Orientación		X		
	Diferenciación				
	Reacción		X	5	
	Adaptación		X		
2. Conducción libre del Balón por diferentes Obstaculos.	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS	10	
			Caminar		
			Correr		
			Saltar		
3. Historia del Deporte.	Componente Teorico		TEMAS	10	
			Historia del Deporte		
4. Alimentacion y habitos saludables.	Componente Social Volutivo		Alimentación		
			Horas de sueño		
			Charla Motivacional.		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Técnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Desplazamientos en conducción de balón por un area determinado.	X		X	10	Conos, Platillos, Balones y Silbato
2. Conducción del balón por un area de conos y platillos establecidos.	X		X	10	
3. Partido dependiendo la cantidad de deportistas, con comodin en areas establecidas del terreno de juego.	X		X		
4.					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar con X	Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	X	5	Estiramiento por partes.	
2.Retroalimentación de la clase valores				
3.Retroalimentación de ejercicios propuestos	X	5	Finalizacion de la sesion de entrenamiento y Aclaracion de Dudas e Inquietudes.	
4. Tomas en casa y recomendaciones generales				

NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

FIRMA FORMADOR:

Página 1

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	12/12/2022	Lugar: Vereda Santa Cruz	Municipio: Quipile	Hora: 12:00 Am a 2:00 Pm	N° de sesión: 52		N° de semana: 19
Nombre del Formador: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA				N° de deportistas:			Edades: 6-10 AÑOS
INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN			PERFECCIONAMIENTO		

Objetivo General: Mejorar la velocidad de reaccion entrenando la concentracion y conduccion del balon.

Objetivo Especifico: Permitir el afianciamiento del niño al conducir el balón por un area determinada en situaciones reales de Juego.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES		Marcar con X	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Explicación de la actividad a desarrollar.	Introduccion a la clase	X	5	Silbato
2. Control de asistencia de los deportistas.	Llamado a lista	X	5	
3. Movimientos Articulares con dinamicas que impliquen diferentes desplazamientos en un area delimitada.	Movilidad Articular	X	5	
4. General y Especifico.	Calentamiento	X	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Físicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestación	Marcar con X		
1. Trabajo de la tecnica de Conducción de Balon por parejas en un area delimitada.	Fuerza	Maxima		10	Conos, Platillos, Balones, Petos y Silbato.
2.Conducción de balon y Pase en desplazamientos cortos (control y recepción) por parejas. (avanzo, controlo)		Explosiva		10	
3.	Resistencia	Aerobica	X	10	
4.		Anaerobica			
5.		Maxima			
6.	Velocidad	Desplazamiento	X		
7.		Reacción	X		
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con X	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Uso del Balon: Conducción de balón con diferentes Variantes.	Acoplamiento			Conos, Platillos, Balones, Petos y Silbato.
	Ritmo	X		
	Equilibrio			
	Orientación	X		
	Diferenciación			
	Reacción	X		
	Adaptación	X		
2. Trabajos conducción y pases cortos.	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	20	
		Caminar		
		Correr		
		Saltar		
		Patear		
3. Importancia del trabajo en equipo para cumplir un objetivo.	Componente Teorico	TEMAS	10	
		Importancia del trabajo en Equipo		
4. Alimentación: Hidratación, Comidas Sanas y descanso.		TEMAS	15 minutos	
	Componente Social Volutivo	Trabajo En Equipo		
		Convivencia.		
		Disciplina		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Congelados: Tocar al compañero con el balón, utilizando variantes.	X		X	10	Conos y Balones.
2. Conducción de balón hasta un area determinada y luego finaliza remate a porteria.					
3. Forma Jugada de Banquitas con diferentes variantes.					
4.					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	X	5	Estiramiento General	Silbato
2.Retroalimentación de la clase valores				
3.Retroalimentación de ejercicios propuestos	X	5	Finalizacion de la sesion de Entrenamiento y Aclaracion de Dudas e Inquietudes.	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

FIRMA FORMADOR:

Pagina 1

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**13/12/2022**	**Lugar: Vereda Santa Cruz**	**Municipio: Quipile**	**Hora: 12:00 Am a 2:00 Pm**	**N° de sesión: 53**	**N° de semana: 19**
Nombre del Formador: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA				**N° de deportistas:**		**Edades: 6-10 AÑOS**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General: Festival de formación escolar cierre de año niveles formativos escuela de futbol del municipio de Quipile

Objetivo Especifico: Realizar direfentes actividades que involucren la puesta en escena de las capacidades y cualidades de los deportistas.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES	Marcar con X		Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Explicación de la actividad a desarrollar.	Introduccion a la clase	X	5	Conos, Platillos y Silbato.
2. Control de asistencia de los deportistas.	llamado a lista	X	5	
3. Movimientos Articulares con dinamicas que impliquen diferentes desplazamientos en un area delimitada.	Movilidad Articular	X	5	
4. GEneral y Especifico.	Calentamiento	X	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con X		
1. Bienvenida a las delegaciones: Recreación y Juegos pre-deportivos. 2. Reto GYNCANA (Circuito de habilidades): participan los niveles deportivos	Fuerza	Maxima		10	Balones, Petos, Conos y Silbato
		Explosiva	X	10	
	Resistencia	Aerobica	X	10	
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacción	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con X	Tiempo	
1. Festivales deportivos: Juegos de pelota, Juegos de Marca, Combate y presición.	Acoplamiento		5	
2. Explosión de Colores: Carrera de Colores por Niveles, Lluvia de Espuma, Clausura y oramlación.	Ritmo	X	5	
	Equilibrio	X		
	Orientación	X		
	Diferenciación Reacción Adaptación	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	10	
		Caminar		
		Correr		
		Saltar		
		Patear		
		Atrapar		
	Componente Teorico	TEMAS	10	
		Conducción		
		Tecnica del Paso		
		Control y Recepción		
	Componente Social Volutivo	TEMAS	15 Minutos	
		Compañerismo		
		Trabajo en equipo		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Finalizacion del proceso formativo 2022, palabras de despedida y compartir.			X	5 Minutos	Balones, Petos, Conos y Silbato
	X				
	X			10	
	X			10	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar con X	Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	X	5	Estiramiento general	Silbato
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	X	5	Charla sobre las actividades desarrolladas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

FIRMA FORMADOR:

Página 1

PLANES DIARIOS – FUNDAMENTACIÓN

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 2/12/2022	Lugar: La Virgen	Municipio: Quipile	Hora: 2:00 Pm a 4:00 Pm	N° de sesión: 48	N° de semana: 17
Nombre del Formador: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA			N° de deportistas:		Edades: 11 -13 AÑOS
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	x	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Permitir el desarrollo de los fundamentos técnicos del futbol

Objetivo Especifico: fortalecer los fundamentos tecnicos haciendo enfasis en el trabajo en equipo.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES	Marcar con X	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Explicación de la actividad a desarrollar.	Introduccion a la clase X	5	Platillos, Conos y Silbato.
2. Control de asistencia de los deportistas.	llamado a lista X	5	
3. Movimientos Articulares con dinamicas que impliquen	Movilidad Articular X	5	
4. General y Especifico.	Calentamiento X	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestación	Marcar con X		
1. Carreras de relevos en equipos con y sin balon.	Fuerza	Maxima		10	
2. Forma jugada de ataque y defensa 1 vs 1 con un comodin.		Explosiva	X	10	
3. realizar desplazamientos que indiquen movimientos del balon con las diferentes supercifies de contacto.	Resistencia	Aerobica	X	10	
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacción	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con X	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. realizar ejercicios de desplazamientos en un area determinada.	Acoplamiento		10	
2. juegos pre deportivos que impliquen constante	Ritmo		10	
3.Estimulos para iniciar carreras y desplazamientos en velocidad con y sin balón.	Equilibrio	X	10	Platillos, Conos y Silbato.
	Orientación			
	Diferenciación			
	Reacción			
	Adaptación	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
		Caminar		
		Saltar		
		Correr		
		Rodar		
		Deslizarce		
4. Explicación del Reglameto	Componente Teorico	TEMAS	10	
		Reglamento basico		
		Importancia de los fundamentos tecnicos		
5. Dialogo sobre Habitos Saludables e higiene personal.	Componente Social Volutivo	TEMAS	5	
		Alimentación		
		Horas de Sueño		
		Aseo Personal		

Página 1

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tecnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Partidos por equipos, rotando los rivales.		X		10	
2. Ejercicio de Ataque y defensa 4 vs 2 y remate a porteria.	X	X		10	Campo de Futbol o Zona Verde
3. Partido dependiendo la cantidad de deportistas			X		Conos y Platillos y Silbato
4.					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar con X	Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1. Estiramiento	X	5		
2. Retroalimentación de la clase valores	X	5		
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos	X	5	FINALIZACION DE LA SESION DE ENTRENAMIENTO Y ACLARACION DE DUDAS E INQUIETUDES.	Silbato
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 5/12/2022	Lugar: La Virgen	Municipio: Quipile	Hora: 2:00 Pm a 4:00 Pm	N° de sesión: 49	N° de semana: 18
Nombre del Formador: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA			N° de deportistas:		Edades: 11-13 AÑOS
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	x	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Permitir el desarrollo de los fundamentos técnicos del futbol

Objetivo Especifico: Realizar ejercicios orientados a fortalecer el fundamento tecnico del pase, conducción, regate, remate y cabeceo.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES		Marcar con X	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Explicación de la actividad a desarrollar.	Introduccion a la clase	X	5	
2. Control de asistencia de los deportistas.	Llamado a lista	X	5	Platillos, Conos y Silbato.
3. Movimientos Articulares con dinamicas que impliquen difer	Movilidad Articular	X	5	
4. General y Especifico.	Calentamiento	X	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestación	Marcar con X		
1. Juegos predeportivos teniendo en cuenta el balon como factor primordial.	Fuerza	Maxima		10	
2. Conducción de balon por medio de circuitos de platillos, conos y estacas.		Explosiva	X	10	
3. Ejercicio de velocidad de desplzamiento sin balón de un punto A llegando a un punto B, realizando un pase por medio de una referencia (conos), donde la devuelven el balon y remata a porteria.	Resistencia	Aerobica		15	
4.		Anaerobica	X		
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento	X		
7.		Reacción	X		
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con X	Tiempo	
1. Juego Libre por equipo dependiendo la cantidad de deportistas, aplicando los fundamentos tecnicos de conducción, Pase, recepciòny remate.	Acoplamiento			
	Ritmo			
	Equilibrio	X	10	Platillos, Conos y Silbato.
	Orientación			
	Diferenciación	X	10	
	Reacción			
	Adaptación	X	10	
4. trabajo en Situaciones reales de juego.	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
		Caminar		
		Correr		
		Rodar		
		Girar		
		Patear		
	Componente Teorico	TEMAS		
		Ataque		
		Defensa		
5. Valores	Componente Social Volutivo	TEMAS	5	
		Compañerismo		
		Respeto por el trabajo y esfuerzo de mis compañeros.		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Reconduccion de balon en un circuito.	X			10	Zona Verde Conos
2. Partido 5 Vs 5 con dos comodines.	X		X	10	Platillos
3. Rey del cuadro.	X		X		
4.					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar con X	Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1. Estiramiento	X	5	Individual	
2. Retroalimentación de la clase valores	X	5	Finalizacion de la sesion de Entrenamiento y Aclaracion de Dudas e Inquietudes.	Silbato
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos	X	5		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

FIRMA FORMADOR:

Página 1

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 6/12/2022	Lugar: La Virgen	Municipio: Quipile	Hora: 2:00 Pm A 4:00 Pm	N° de sesión: 50		N° de semana: 18
Nombre del Formador: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA			N° de deportistas:			Edades: 11 - 13 AÑOS
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO		

Objetivo General: Trabajar las habilidades tecnicas del deportista mediante ejercicios pre-deportivos.
Objetivo Especifico: Desarrollar el mejoramiento de la capacidad de reacción en situaciones reales de Juego.
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES		Marcar con X	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Explicación de la actividad a desarrollar.	Introduccion a la clase	X	5	
2. Control de asistencia de los deportistas.	Llamado a lista	X	5	
3. Movimientos Articulares con dinamicas que impliquen diferentes desplazamientos en un area delimitada.	Movilidad Articular	X	5	Platillos, Conos y Silbato.
4. General y Especifico.	Calentamiento	X	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestación	Marcar con X		
1.Circuito de velocidad de reacción, con llegada en busca del balon, conduciendo el balon por una serie de conos y rematando a porteria.	Fuerza	Maxima		10	
2. Juegos tradicionales con ayuda del balon.		Explosiva	X	10	
3.Circuito de conducción de balón entre obstaculos, Regate y/o Driblng, con remate a porteria.	Resistencia	Aerobica	X	20	
4.		Anaerobica	X		
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento	X		
7.		Reacción	X		
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con X	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	Acoplamiento		10	
	Ritmo	X		
	Equilibrio			
	Orientación	X		
	Diferenciación			Conos, Balones, Silbato y Aros
	Reacción			
1. Ejercicios de Conducción, regate y remate a porteria.	Adaptación	X		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
		Correr		
		Caminar		
		Tirar		
		Patear		
2. Refuerzo y aclaración de Conceptos		TEMAS	10	
	Componente Teorico	Regate		
		Cambios de Velocidad		
		Pase		
		Remate		
3. Charlas Motivacionales		TEMAS	5	
4. Hidratación	Componente Social Volutivo	Dedicación		
		Disciplina		
		Esfuerzo		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. torneo de Futbol, se divide el grupo en equipos.			X	10	
2. Partido dependiendo de la cantidad de deportistas	X				Zona Verde, Aros, Conos, Platillos, Balones.
3. ejercicio de remate penal.	X				
4.					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marca con X	Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	X	5	De manera individual.	
2.Retroalimentación de la clase valores				
3.Retroalimentación de ejercicios propuestos	X	5	Finalizacion de la sesion de Entrenamiento y Aclaracion de Dudas o Inquietudes.	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

FIRMA FORMADOR:

Página 1

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 9/12/2022	Lugar: La Virgen	Municipio: Quipile	Hora: 2:00 Pm - 4:00 Pm	N° de sesión: 51	N° de semana: 18
Nombre del Formador: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA			N° de deportistas:		Edades: 11-13 AÑOS
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Estimular el desarrollo de buenos gestos tecnicos en el futbol.					
Objetivo Especifico: Brindar actividades que permitan mejorar la visión de Juego de los deportistas.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES		Marcar con X	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Explicación de la actividad a desarrollar.	Introduccion a la clase	X	5	
2. Control de asistencia de los deportistas.	llamado a lista	X	5	
3. Movimientos Articulares con dinamicas que impliquen diferentes desplazamientos en un area delimitada.	Movilidad Articular	X	5	Platillos, Conos y Silbato.
4. General y Especifico.	Calentamiento	X	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestación	Marcar con X		
1. Ejercicios por grupos manteniendo la posesion del balon, el mayor tiempo posible.	Fuerza	Maxima		15	
2. Juego de defensa y ataque, balonmano.		Explosiva		10	
3. Actividad de en Grupos: Tocar el balon y realizar desplzamiento en la misma dirección.	Resistencia	Aerobica	X	10	
4.		Anaerobica	X		
5.		Maxima			
6.	Velocidad	Desplazamiento	X		
7.		Reacción	X		
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con X	Tiempo	
	Acoplamiento			
1. Desplzamientos en trenza con pases y remate a porteria.	Ritmo Equilibrio Orientación	X	5	Conos, Platillos, Balones y Silbato
	Diferenciación Reacción Adaptación	x	5	
2. Trabajo de pases a la linea lateral y remate a porteria.	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	10	
		Caminar Correr		
		Saltar		
		Patear		
3. Refuerzo de Conceptos	Componente Teorico	TEMAS	10	
		Pase Control y/o recepción viveza		
		eficiencia y eficacia		
4. Habitos saludables.	Componente Social Volutivo	TEMAS	15	
		Alimentación		
		Horas de sueño		
		Hidratación		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Partido 7 vs 7 con comodin.	X			10	
2. Partido de Juego Libre, con aclaracion de situaciones de juego.	X	X		10	Conos, Platillos, Balones y Silbato

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar con X	Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	X	5	Estiramiento por parejas.	
2.Retroalimentación de la clase valores				
3.Retroalimentación de ejercicios propuestos	X	5	Finalizacion de la sesion de Entrenamiento y Aclaracion de Dudas e Inquietudes.	Conos, Platillos, Balones y Silbato
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

FIRMA FORMADOR:

Página 1

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 12/12/2022	Lugar: La Virgen	Municipio: Quipile	Hora: 2:00 a 4:00 Pm	N° de sesión: 52	N° de semana: 20
Nombre del Formador: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA			N° de deportistas:		Edades: 11- 13 AÑOS
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Realizar ejercicios que permitan mantener la posesion del balón.

Objetivo Especifico: Mantener la posesion del balon en situaciones reales de juego.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES	Marcar con X		Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Explicación de la actividad a desarrollar.	Introduccion a la clase	X	5	Silbato
2. Control de asistencia de los deportistas.	llamado a lista	X	5	
3. Movimientos Articulares con dinamicas que impliquen diferentes desplazamientos en un area delimitada.	Movilidad Articular	x	5	
4. General y Especifico.	Calentamiento	x	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestación	Marcar con X		
1. Trabajo por parejas, realizan ejercicios ludicos que impliquen desplazamiento en un area determinada.	Fuerza	Maxima		10	
2.		Explosiva	X	10	
3.	Resistencia	Aerobica	X	10	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento	X		
7.		Reacción	X		
8.	Flexibilidad	Estatico			
9.		Dinamico			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con X	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Rondo: Pases y control a uno o mas toques.	Acoplamiento			Conos, Platillos, Balones, Petos y Silbato.
	Ritmo	X		
	Equilibrio			
	Orientación	X		
	Diferenciación			
	Reacción	X		
	Adaptación			

2. Trabajos por grupos dentro de un area realizar la mayor cantidad de pases, impidiendo que el equipo contrario se haga a la posesion del balon.	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	20	
		Caminar		
		Correr		
		Saltar		
		Patear		
3. Trabajo de Conceptos sobre los fundamentos tecnicos y tacticos a la hora de mantener la posesion del balon.	Componente Teorico	TEMAS	10	
		Estimulo		
		Reacción		
		Velocidad		
		rapidez		
4.Mejoramiento de las Relaciones Interpersonales, por medio de la practica deportiva del fútbol.	Componente Social Volutivo	TEMAS	5 minutos	
		Trabajo En Equipo		
		Convivencia.		
		Disciplina		
		Amistad		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Partido 5 vs 5 aplicando la posesion del balón.			X	10	Conos y Balones.
2. Parido de futbol			X	10	
3.					
4.					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	X	5	Estiramiento General	Silbato
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	X	5	Finalizacion de la sesion de Entrenamiento y Aclaracion de Dudas e Inquietudes.	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

FIRMA FORMADOR:

Página 1

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	13/12/2022	Lugar: La Virgen	Municipio: Quipile	Hora: 2:00 Pm a 4:00 Pm	N° de sesión: 53		N° de semana: 20
Nombre del Formador: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA				N° de deportistas:			Edades: 11-13 AÑOS
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		X	PERFECCIONAMIENTO		

Objetivo General: Festival de formación escolar cierre de año niveles formativos escuela de futbol del municipio de Quipile

Objetivo Especifico: Realizar direfentes actividades que involucren la puesta en escena de las capacidades y cualidades de los deportistas.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES		Marcar con X	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Explicación de la actividad a desarrollar.	Introduccion a la clase	X	5	Conos, Platillos y Silbato.
2. Control de asistencia de los deportistas.	llamado a lista	X	5	
3. Movimientos Articulares con dinamicas que impliquen diferentes desplazamientos en un area delimitada.	Movilidad Articular	X	5	
4. General y Especifico.	Calentamiento	X	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas		Marcar con X	Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestación			
1. Bienvenida a las delegaciones: Recreación y Juegos pre-deportivos.	Fuerza	Maxima		10	Balones, Petos, Conos y Silbato
2. Reto GYNCANA (Circuito de habilidades): participan los niveles deportivos		Explosiva	X	10	
3.	Resistencia	Aerobica		10	
4.		Anaerobica	X		
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento	X		
7.		Reacción	X		
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con X	Tiempo	
1. Festivales deportivos: Juegos de pelota, Juegos de Marca, Combate y presición.	Acoplamiento		10	
2. Explosión de Colores: Carrera de Colores por Niveles, Lluvia de Espuma, Clausura y oremiación.	Ritmo	X	10	
	Equilibrio			
	Orientación	X		
	Diferenciación			
	Reacción	X		
	Adaptación			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	10	
		Caminar		
		Correr		
		Saltar		
		Patear		
	Componente Teorico	TEMAS	10	
		Pase		
		Control		
		Regate / Dribling		
		Remate		
	Componente Social Volutivo	TEMAS	15 Minutos	
		Compañerismo		
		Trabajo de grupo		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tecnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Finalizacion del proceso formativo 2022, palabras de despedida y compartir.	X			10 Minutos	Balones, Petos, Conos y Silbato
	X	X		15 Minutos	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar con X	Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1. Estiramiento	X	5	Estiramiento general	Silbato
2. Retroalimentación de la clase valores				
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos	X	5	Charla sobre las actividades desarrolladas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

FIRMA FORMADOR:

Página 1

PLANES DIARIOS DICIEMBRE – PERFECCIONAMIENTO

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 2/12/2022	Lugar: La Virgen	Municipio: Quipile	Hora: 4:00 Pm a 6:00 Pm	N° de sesión: 48	N° de semana: 18
Nombre del Formador: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA			N° de deportistas:		Edades: 14-17 AÑOS
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X
Objetivo General: Mejorar las condiciones fisicas del deportista.					
Objetivo Especifico: Realizar ejercicios que paulatinamente permitan mejorar las condiciones del deportista.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES		Marcar con X	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Charla del trabajo a desarrollar	Introduccion a la clase	X	5	Platillos, Conos y Silbato.
2.Toma de Asistencia	llamado a lista	x		
3.Movilidad Articular	Movilidad Articular	X	5	
4.Calentamiento General y especifico	Calentamiento	x	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestación	Marcar con X		
1.Realizar desplazamientos cortos a maxima velocidad.	Fuerza	Maxima		10	
2. ejecutar movimientos que impliquen cambios de direccion a maxima velocidad.		Explosiva		10	
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	X		
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X		
		Reacción	X		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con X	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Trabajo en circuito: escalera, realizando velocidad hasta el cono, controla el pase conduce el balon por medio de las estacas.	Acoplamiento		10	
2. Acividad de desplazamientos entre conos, platillos y estacas.	Ritmo	X	10	
	Equilibrio			
	Orientación	X		Platillos, Conos y Silbato.
	Diferenciación			
	Reacción	X		
	Adaptación			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
		Caminar		
		Saltar Correr Rodar		
4. Explicación de Conceptos en situaciones especificas de Juego.		TEMAS	10	
	Componente Teorico	ataque Posicionamiento Coberturas		
5. Dialogo sobre Habitos Saludables		TEMAS	10	
	Componente Social Volutivo	Alimentación		
		Horas de Sueño		
		Higiene Personal		

Página 1

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Técnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Partido dependiendo la cantidad de deportistas.		X		10	
2.		X		10	Petos, Conos , Platillos y Silbato
3.		X		10	
4.					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar con X	Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	X	5	Estiramiento en parejas	
2.Retroalimentación de la clase valores				
3.Retroalimentación de ejercicios propuestos	X	5	FINALIZACION DE LA SESION DE ENTRENAMIENTO Y ACLARACION DE DUDAS E INQUIETUDES.	Silbato
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 5/12/2022	Lugar: La Virgen	Municipio: Quipile	Hora: 4:00 Pm a 6:00 Pm	N° de sesión: 49	N° de semana: 19
Nombre del Formador: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA			N° de deportistas:		Edades: 14-17 AÑOS
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X

Objetivo General: Mejorar las condiciones fisicas del deportista.
Objetivo Especifico: Realizar ejercicios que paulatinamente permitan mejorar las condiciones del deportista.
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Implementar situaciones que permitan mejorar la posesion y generar opciones en ataque.

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES		Marcar con X	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Charla del trabajo a desarrollar	Introduccion a la clase	X	5	Platillos, Conos y Silbato.
2.Toma de Asistencia	llamado a lista	X	5	
3.Movilidad Articular	Movilidad Articular	X	5	
4.Calentamiento General en grupo	Calentamiento	X	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con X		
				10	
1. Trote suave realizando desplazamientos en un cuadro.	Fuerza	Maxima			
2. Juego por parejas para entrar en movimiento.		Explosiva	X	10	
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica	X		
5.		Maxima			
6.	Velocidad	Desplazamiento	X		
7.		Reacciòn	X		
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con X	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	Acoplamiento	X		
	Ritmo			
	Equilibrio	X		Platillos, Conos y Silbato.
	Orientación			
1. Realizar desplazamientos cortos y largo a maxima velocidad con pequeñños intervalos de tiempo.	Diferenciatión	X		
	Reacción			
	Adaptatión	X		

	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	20	
		Caminar		
		Correr		
		Rodar		
		Girar		
		Patear		
4. Situaciones reales de juego.	Componente Teorico	TEMAS	15	
		Ataque		
		Defensa		
5. El buen trato.	Componente Social Volutivo	TEMAS	5	
		Compañerismo		
		Respeto por el trabajo y esfuerzo de mis compañeros.		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Aplicación de ataque entre conos y platillos. Variantes.		X		10	Zona Verde Conos
2. Juego ataque de 5 Vs 2		X		10	Platillos
3. partido dependiendo la cantidad de deportistas		X		20	
4.					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar con X	Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	X	5	Individual	Silbato
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	5	Finalizacion de la sesion de Entrenamiento y Aclaracion de Dudas e Inquietudes.	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

FIRMA FORMADOR:

Página 1

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 6/12/2022	Lugar: La Virgen	Municipio: Quipile	Hora: 4:00 Pm A 6:00 Pm	N° de sesión: 50	N° de semana: 19
Nombre del Formador: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA			N° de deportistas:		Edades: 14-17 AÑOS
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X

Objetivo General: Mejorar la adaptación de todo el grupo ante situaciones de Juego real.

Objetivo Especifico: Brindar estimulos que permitan evidenciar que funcion cumple cada uno de los deportistas en el terreno de juego.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Implementar situaciones que permitan mejorar la posesion y generar opciones en ataque.

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES		Marcar con X	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Charla del trabajo a desarrollar	Introduccion a la clase	X	5	
2.Toma de Asistencia	llamado a lista	X		
3.Movilidad Articular	Movilidad Articular	X	5	Platillos, Conos y Silbato.
4.Calentamiento General y Especifico	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestación	Marcar con X		
1. Trabajo de competencia por parejas.	Fuerza	Maxima		10	
2. ejercicios basicos de lateralidad por parejas.		Explosiva	X	10	
3.	Resistencia	Aerobica		10	
		Anaerobica	X		
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento	X		
7.		Reacción	X		
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con X	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	Acoplamiento		10	
	Ritmo	X		
	Equilibrio			
	Orientación			
	Diferenciación			
	Reacción			
1.Ejercicios de Rol dentro del terreno de Juego.	Adaptación	X		Conos, Balones, Silbato y Aros
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
		Correr		
		Caminar		
		Trotar		
2. Refuerzo y aclaración de Conceptos en situaciones reales de Juego.	Componente Teorico	TEMAS	10	
		Regate		
		Cambios de Velocidad		
		Conduccion		
		Ataque		
3. Charlas Motivacionales	Componente Social Volutivo	TEMAS	5	
4. Hidratación		Dedicación		
		Disciplina		
		Esfuerzo		

Página 1

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Técnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Actividad de Ataque con cada deportista en el terreno de juego.		X		10	
2. trabajo de posicionamiento en el terreno de juego		X		10	Zona Verde, Aros, Conos, Platillos, Balones.
3. Partido de Futbol y correción de situaciones.		X		20	
4.					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marca con X	Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	X	5	De manera individual.	
2.Retroalimentación de la clase valores				
3.Retroalimentación de ejercicios propuestos	X	5	Finalizacion de la sesion de Entrenamiento y Aclaracion de Dudas e Inquietudes.	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 9/12/2022	Lugar: La Virgen	Municipio: Quipile	Hora: 4:00 Pm -64:00 Pm	N° de sesión: 51	N° de semana: 19
Nombre del Formador: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA			N° de deportistas:		Edades: 14-17AÑOS
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X

Objetivo General: Mejorar la adaptación de todo el grupo ante situaciones de juego real.

Objetivo Especifico: Brindar estimulos que permitan evidenciar que funcion cumple cada uno de los deportistas en el terreno de juego.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Aplicar conceptos de desmarque, diagonales, coberturas en ataque, cambios de ritmo y orientación.

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES		Marcar con X	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Charla del trabajo a desarrollar	Introduccion a la clase	X	5	Platillos, Conos y Silbato.
2.Toma de Asistencia	llamado a lista	X		
3.Movilidad Articular	Movilidad Articular	X	5	
4.Calentamiento Especifico	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestación	Marcar con X		
1. Trote continuo en un area determinada.	Fuerza	Maxima		15	
2. se dividen en grupos y realizan trabajo de control, pase y pared.		Explosiva		10	
3.	Resistencia	Aerobica	X		
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento	X		
7.		Reacción	X		
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con X	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.Uso de la cancha completa para realizar reconocimiento de las posiciones de cada jugador en el terreno de juego	Acoplamiento			Conos, Platillos, Balones y Silbato
	Ritmo	X		
	Equilibrio			
	Orientación	X		
	Diferenciación			
	Reacción	X		
	Adaptación			
2. Rondo: se establecen grupos de trabajo.	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	25	
		Caminar		
		Correr		
		Saltar		
		Patear		
3. Refuerzo de Conceptos	Componente Teorico	TEMAS	10	
		Marque		
		Coberturas		
		Posesión		
		Lateralidad		
4. Habitos saludables.	Componente Social Volutivo	TEMAS	15	
		Recuperación		
		Masajes		
		Lesiones		
		Alimentación		

Página 1

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Explicación de cada posicion en el terreno de juego.		X		15	Conos, Platillos, Balones y Silbato
2.Movimientos en zona: Según cada una de las posiciones en el terreno de juego.		X		10	
3. partido aplicando los conceptos trabajados		X		20	
4.					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar con X	Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	X	5	Estiramiento por parejas.	Conos, Platillos, Balones y Silbato
2.Retroalimentación de la clase valores			Finalizacion de la sesion de entrenamiento y Aclaracion de Dudas o Inquietudes.	
3.Retroalimentación de ejercicios propuestos	X	5		
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 12/12/2022	Lugar: La Virgen	Municipio: Quipile	Hora: 400 a 6:00 Pm	N° de sesión: 52	N° de semana: 20
Nombre del Formador: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA			N° de deportistas:		Edades: 14-17 AÑOS
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X

Objetivo General: Mejorar la condicion fisica de los deportistas por medio de trabajos en sus capacidades fisicas.

Objetivo Especifico: Fortalecer mediante ejercicios la condicion fisica del deportista.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Aplicar conceptos de desmarque y diagonales.

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Convivencia		Autodisciplina	x	Participación	x
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	x	Cumplimiento	x	Juego limpio	x	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES		Marcar con X	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Toma de Asistencia	Introduccion a la clase	X	5	Silbato
2.Explicación del trabajo a desarrollar.	Llamado a lista	X		
3.Movilidad Articular	Movilidad Articular	X	5	
4.Calentamiento	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con X		
1. trabajo de estiramiento y elongacion por grupos	Fuerza	Maxima		10	
2. Trote suave y continuo.		Explosiva	X	10	
3.	Resistencia	Acrobica	X	15	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima	X		
6.		Desplazamiento	X		
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con X	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	Acoplamiento			
	Ritmo	X		
	Equilibrio			
1. Desarrollo de la condición fisica del deportista.	Orientación	X		Conos, Platillos, Balones, Patos y Silbato.
	Diferenciación			
	Reacción			
	Adaptación	X		

Pagina 1

2. Ejercicios de salto y sprint.	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	20	
		Caminar		
		Correr		
		Saltar		
		Patear		
3. Trabajo de Conceptos	Componente Teorico	TEMAS	10	
		Regate		
		Pase		
		Control		
		posesión		
		Conduccion de Balón.		
4.Habitos Saludables	Componente Social Volutivo	TEMAS	5 minutos	
		Higiene Personal		
		Alimentación		
		Descanso		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Juego de Pases	X	X		10	Conos y Balones.
2. Rondo con transiciones de juego y cambios de orientacion.		X		10	
3. Partido		X		20	
4.					

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	X	5	Estiramiento General	
2.Retroalimentación de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	X	5	Finalizacion de la sesion de Entrenamiento y Aclaracion de Dudas o Inquietudes.	Silbato
4. Tomas en caso y recomendaciones generales				

NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	13/12/2022	Lugar: La Virgen	Municipio: Quipile	Hora: 4:00 Pm a 6:00 Pm	N° de sesión: 53		N° de semana: 20
Nombre del Formador: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA				N° de deportistas:			Edades: 14-17 AÑOS
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN			PERFECCIONAMIENTO		X

Objetivo General: Festival de formación escolar cierre de año niveles formativos escuela de futbol del municipio de Quipile

Objetivo Especifico: Realizar direfentes actividades que involucren la puesta en escena de las capacidades y cualidades de los deportistas.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Aplicar conceptos de desmarque y diagonales.

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES		Marcar con X	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. Explicación del trabajo a desarrollar.	Introduccion a la clase	X	5	Conos, Platillos y Silbato.
2.Toma de Asistencia	llamado a lista	X		
3.Movilidad Articular	Movilidad Articular	X	5	
4.Calentamiento Especifico	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestación	Marcar con X		
1. Bienvenida a las delegaciones: Recreación y Juegos pre-		Maxima		10	
2. Reto GYNCANA (Circuito de habilidades): participan los niveles deportivos	Fuerza	Explosiva	X	10	
3.	Resistencia	Aerobica		10	
4.		Anaerobico			
5.		Maxima			
6.	Velocidad	Desplazamiento	X		
7.		Reacción	X		
8.		Estatica			
9.	Flexibilidad	Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con X	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Festivales deportivos: Juegos de pelota, Juegos de Marca, Combate y presición.	Acoplamiento		10	Balones, Petos, Conos y Silbato
2. Explosión de Colores: Carrera de Colores por Niveles, Lluvia de Espuma, Clausura y oremiación.	Ritmo	X	10	
	Equilibrio			
	Orientación	X		
	Diferenciación			
	Reacción	X		
	Adaptación			
		TEMAS	10	
	Patrones Basicos de Movimiento	Caminar		
		Correr		
		Saltar		
		Patear		
		TEMAS	10	
	Componente Teorico	Remate		
		Perfilamiento		
		TEMAS	15 Minutos	
	Componente Social Volutivo	Compañerismo		
		Trabajo de grupo		

Página 1

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Técnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Finalizacion del proceso formativo 2022, palabras de despedida y compartir.		X		10 Minutos	Balones, Petos, Conos y Silbato
				20 Minutos	
	X				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar con X	Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	X	5	Estiramiento general y Especifico.	Silbato
2.Retroalimentación de la clase valores				
3.Retroalimentación de ejercicios propuestos	X	5	Charla sobre las actividades desarrolladas	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

NOMBRE DEL FORMADOR: CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

FIRMA FORMADOR:

CERTIFICACIÓN DE CUMPLIMIENTO MES DE DICIEMBRE

TRABAJEMOS DE LA MANO POR QUIPILE

Departamento de Cundinamarca
Alcaldía Municipal de Quipile
Nit. 899999431-0

LA JEFE DE DESARROLLO ECONOMICO Y SOCIAL DEL MUNICIPIO DE QUIPILE

HACE CONSTAR:

Que **CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA**, identificado con la Cédula de Ciudadanía No. 1.069.584.122 de Cachipay presto sus servicios como **MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE FUTBOL**, durante el período comprendido entre el 01 de diciembre al 21 de diciembre del 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato.

La presente se expide a veintiuno los (21) de diciembre de 2022.

Cordialmente,

BIBIANA ANDREA RODRÍGUEZ ORTIZ
Jefe de Desarrollo Económico y Social

Proyectó	Revisó	Ruta Documento	Aprobación
Paola Andrea Castañeda *Aux. administrativo*	*Bibiana Andrea Rodríguez Ortiz* *Jefe de desarrollo económico y social*	*Certificación*	*Bibiana Andrea Rodríguez Ortiz* *Jefe de desarrollo económico y social*

ACTIVIDADES APOYADAS DURANTE EL MES DE DICIEMBRE

ACTIVIDAD	APOYO
Actividades y participaciones en eventos de Indeportes y del Municipio.	● Participe activamente en la Inauguración de los Juegos Deportivos y Paradeportivos de Cundinamarca, realizada el día viernes 02 de diciembre en la Concha Acustica del municipio de Chía, donde brindamos apoyo y acompañamiento todos los formadores deportivos del departamento. ● Participe en la Reunión General con los formadores de la provincia del Tequendama, desarrollada el día lunes 05 de Diciembre a las 7:00 pm por medio de la plataforma meet, donde se aclararon dudas, inquietudes y se tuvieron en cuenta sugerencias para el desarrollo de los lineamientos y tiempos de entregas del informe de diciembre, informe final e informe del festival deportivo formativo y escolar del municipio de Quipile. ● Participe en la reunión interna de formadores deportivos de Indeportes del Municipio de Quipile el día 09 de Diciembre vía WhatsApp, con el fin de ultimar detalles y compromisos para el desarrollo del festival formativo del municipio de Quipile. ● Participe en la realización del Festival formativo y recreativo del municipio de Quipile, donde se desarrollaron actividades recreo - deportivas y se dio por finalizado en proceso formativo para el año 2022.

ASISTENCIA A REUNIONES Y/O CAPACITACIONES DURANTE EL MES DE DICIEMBRE

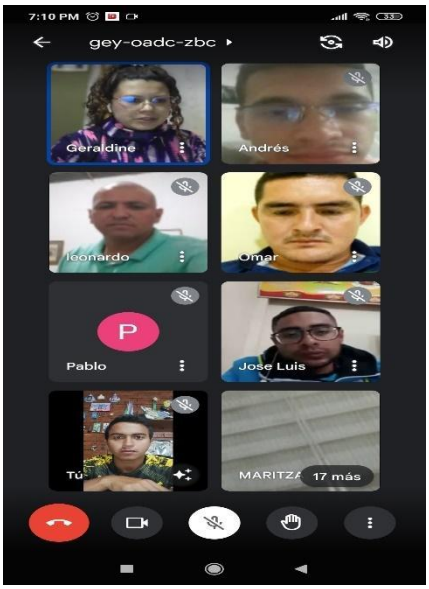
Durante el mes de Diciembre participe activamente en las reuniones y capacitaciones realizadas por INDEPORTES Cundinamarca:

- Participe activamente en la Inauguración de los Juegos Deportivos y Paradeportivos de Cundinamarca, realizada el viernes 02 de diciembre en la Concha Acustica del municipio de Chía, donde brindamos apoyo y acompañamiento todos los formadores deportivos del departamento.

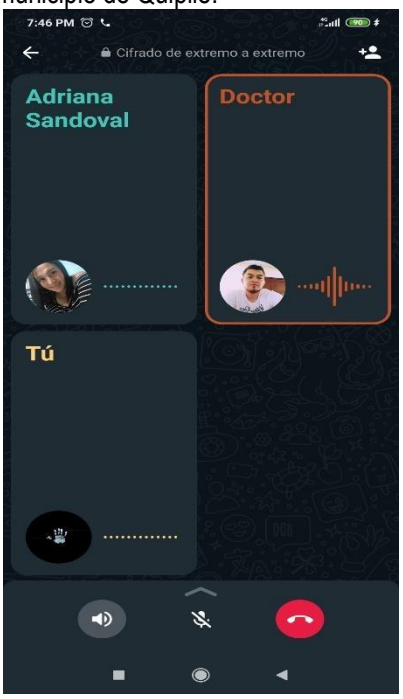




- Participe en la Reunión General con los formadores de la provincia del Tequendama, desarrollada el día lunes 05 de Diciembre a las 7:00 pm por medio de la plataforma meet, donde se aclararon dudas, inquietudes y se tuvieron en cuenta sugerencias para el desarrollo de los lineamientos y tiempos de entregas del informe de diciembre, informe final e informe del festival deportivo formativo y escolar del municipio de Quipile.

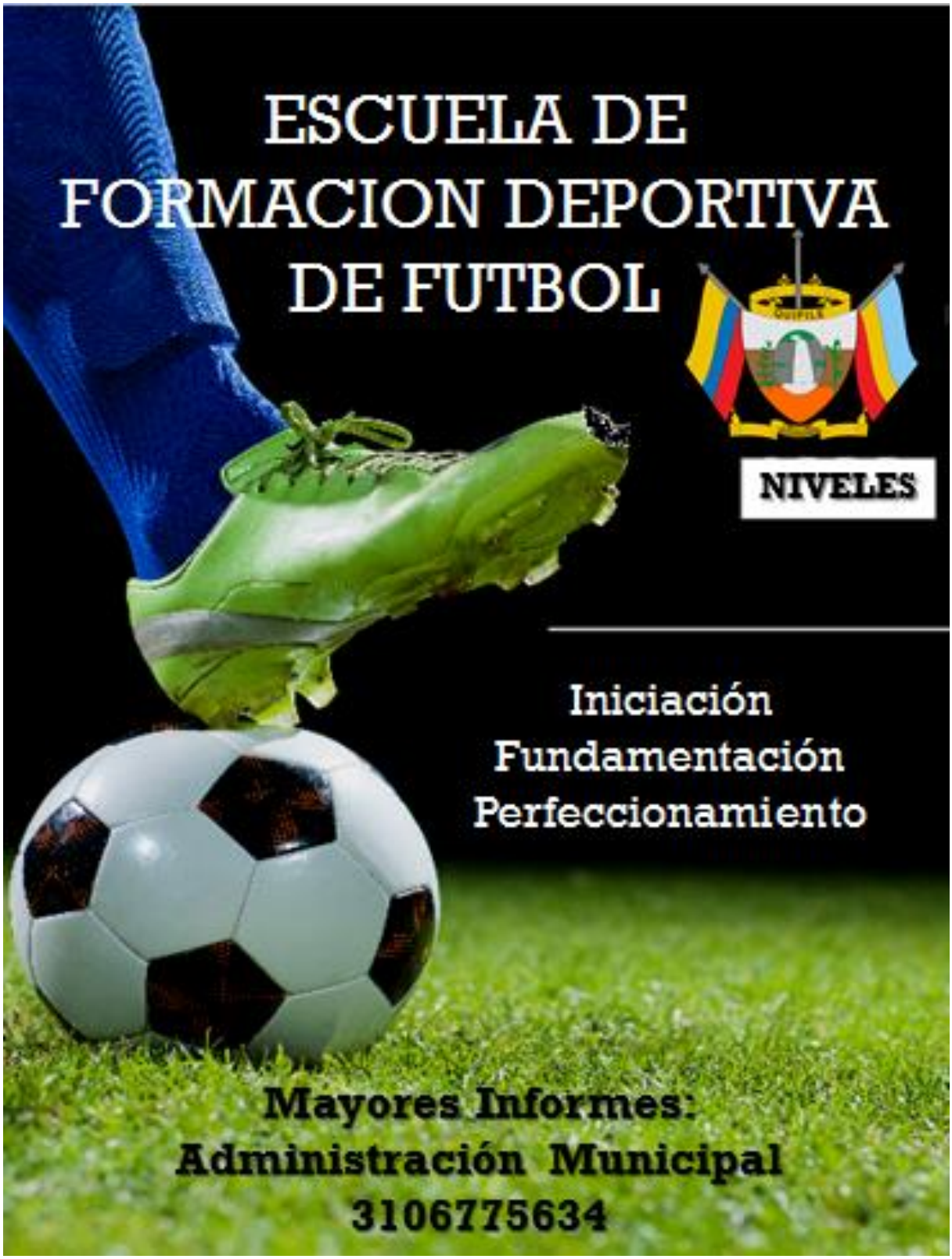


- Participe en la reunión interna de formadores deportivos de Indeportes del Municipio de Quipile el día 09 de Diciembre vía WhatsApp, con el fin de ultimar detalles y compromisos para el desarrollo del festival formativo del municipio de Quipile.



- Participe en la realización del Festival formativo y recreativo del municipio de Quipile, donde se desarrollaron actividades recreo – deportivas y se dio por finalizado en proceso formativo para el año 2022.

CONVOCATORIA



PLAN PEDAGOGICO ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA DE FUTBOL

MUNICIPIO DE QUIPILE

INDEPORTES CUNDINAMARCA

INSTRUCTOR DEPORTIVO

CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA

2022

INTRODUCCION

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deporte de Cundinamarca, en el marco del plan de desarrollo CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA, proyecto el apoyo, fomento y masificación del deporte formativo y recreativo, es por esto que se requiere diseñar un plan pedagógico para iniciar el proceso de la escuela de formación deportiva y recreativa de futbol en el municipio de Quipile.

Este documento contiene una serie de actividades, acciones y planes de entrenamiento que abarcan aspectos en los diferentes etapas de formación Iniciación, Fundamentación y perfeccionamiento, todo ello con el único fin de formar niños, niñas, adolescentes y jóvenes íntegramente a través de la práctica deportiva y el aprovechamiento del tiempo libre y mejorar la calidad de vida de los quipileños.

Teniendo en cuenta que la gran finalidad es acrecentar, apoyar y fomentar la práctica deportiva, es de vital importancia tener claro que esto ayuda a mejorar aspectos físicos, mentales, emocionales y socio- afectivos que posibilitan tener poblaciones más sanas y libres del sedentarismo, que a su vez desarrollaran virtudes que se aprovecharan en la vida diaria.

Este proyecto pedagógico tiene como propósito presentar metodologías, estrategias y planes que permitan a través de la práctica deportiva del futbol mejorar diferentes aspectos en la población a intervenir y marcar un precedente que permita tener un punto de partida en esta disciplina logrando avances y reconocimientos para futuros procesos de formación deportiva en futbol.

JUSTIFICACIÓN

La principal razón por la cual nace este proyecto de escuela de formación deportiva de futbol es fomentar la práctica deportiva y de esta manera masificar la participación ciudadana en territorios urbanos y rurales, que permitan involucrar todo tipo de población y por ende desarrollar sus capacidades físicas y cualidades deportivas por medio del futbol, siempre teniendo en cuenta los niveles de formación deportiva.

El deporte brinda diferentes espacios y ambientes que permiten que los grupos que se intervienen en las diferentes fases de formación deportiva (iniciación, fundamentación y perfeccionamiento), mejoren paulatinamente y además en aspectos saludables, sociales, de integración y en el fortalecimiento de las relaciones interpersonales.

El Futbol es el deporte más practicado a nivel mundial, en Colombia y en el departamento de Cundinamarca siempre ha sido un deporte referente e insignia, dentro del cual se han obtenido grandes hazañas y representaciones que avivan la pasión y el sentimiento por continuar la gran labor de formar personas y excelentes deportistas a través de esta disciplina.

Por estas y muchas razones más la escuela de formación deportiva y recreativa de futbol del municipio de Quipile, requiere iniciar un proceso formativo que brinde aspectos desde lo básico a lo más complejo.

Es indisplensable contar con un trabajo mancomunado por parte de Indeportes Cundinamarca, el municipio y sus habitantes, que permitan a este proceso fortalecer la práctica deportiva y recreativa del futbol, beneficiando la población de Quipile y cumplir a cabalidad lo estipulado en este plan pedagógico de trabajo.

MARCO LEGAL

Ley 181 de 1995

ARTÍCULO 2: El objetivo especial de la presente Ley, es la creación del Sistema Nacional del Deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, la educación extraescolar y la educación física.

ARTÍCULO 4 Derecho Social: El deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de la persona. Su fomento, desarrollo y práctica son parte integrante del servicio público educativo y constituyen gasto público social, bajo los siguientes principios:

Aparte tachado declarado inexequible por la Sentencia C-317-98 de 30 de junio de 1998

- ✓ Universalidad. Todos los habitantes del territorio nacional tienen derecho a la práctica del deporte y la recreación y al aprovechamiento del tiempo libre.

- ✓ Participación comunitaria. La comunidad tiene derecho a participar en los procesos de concertación, control y vigilancia de la gestión estatal en la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre.

- ✓ Participación ciudadana. Es deber de todos los ciudadanos propender la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, de manera individual, familiar y comunitaria.

- ✓ Integración funcional. Las entidades públicas o privadas dedicadas al fomento, desarrollo y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, concurrirán de manera armónica y concertada al cumplimiento de sus fines, mediante la integración de funciones, acciones y recursos, en los términos establecidos en la presente Ley.

- ✓ Democratización. El Estado garantizará la participación democrática de sus habitantes para organizar la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, sin discriminación alguna de raza, credo, condición o sexo.

- ✓ Ética deportiva. La práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, preservará la sana competición,

pundonor y respeto a las normas y reglamentos de tales actividades. Los organismos deportivos y los participantes en las distintas prácticas deportivas deben acoger los regímenes disciplinarios que le sean propios, sin perjuicio de las responsabilidades legales pertinentes.

ARTÍCULO 6: Es función obligatoria de todas las instituciones públicas y privadas de carácter social, patrocinar, promover, ejecutar, dirigir y controlar actividades de recreación, para lo cual elaborarán programas de desarrollo y estímulo de esta actividad, de conformidad con el Plan Nacional de Recreación. La mayor responsabilidad en el campo de la recreación le corresponde al Estado y a las Cajas de Compensación Familiar. Igualmente, con el apoyo de Coldeportes impulsarán y desarrollarán la recreación, las organizaciones populares de recreación y las corporaciones de recreación popular.

ARTÍCULO 7: Los entes deportivos departamentales y municipales coordinarán y promoverán la ejecución de programas recreativos para la comunidad, en asocio con entidades públicas o privadas que adelanten esta clase de programas en su respectiva jurisdicción.

ARTÍCULO 8: Los organismos deportivos municipales ejecutarán los programas de recreación con sus comunidades, aplicando principios de participación comunitaria. Para el efecto, crearán un Comité de Recreación con participación interinstitucional y le asignarán recursos específicos.

Artículo 53. El Plan Nacional del Deporte, la Recreación y la Educación Física, tendrá como fundamento los planes y proyectos que las entidades territoriales de carácter municipal, departamental y las instituciones del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre asociados, propongan para el fomento y desarrollo del sector deportivo de acuerdo con las políticas del Gobierno Nacional.

ARTICULO 15: El deporte en general. es la específica conducta humana caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación o desafío expresada mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales.

ARTÍCULO 16: Entre otras, las formas cómo se desarrolla el deporte son las siguientes: Deporte formativo. Es aquel que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo. Comprende los procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivos. Tiene lugar tanto en los programas del sector educativo formal y no formal, como en los programas desescolarizados de las Escuelas de Formación Deportiva y semejantes.

ARTÍCULO 17: El Deporte Formativo y Comunitario hace parte del Sistema Nacional del Deporte y planifica, en concordancia con el Ministerio de Educación

Nacional, la enseñanza y utilización constructiva del tiempo libre y la educación en el ambiente, para el perfeccionamiento personal y el servicio a la comunidad, diseñando actividades en deporte y recreación para niños, jóvenes, adultos y personas de la tercera edad.

ARTÍCULO 66: Los entes deportivos departamentales deberán adoptar las políticas, planes y programas que, en deporte, recreación y aprovechamiento del tiempo libre, establezcan el Instituto Colombiano del Deporte, Coldeportes, y el Gobierno Nacional. Además, tendrán entre otras, las siguientes funciones:

1. Estimular la participación comunitaria y la integración funcional en los términos de la Constitución Política, la presente Ley y las demás normas que lo regulen.
2. Coordinar y desarrollar programas y actividades que permitan fomentar la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre en el territorio departamental.
3. Prestar asistencia técnica y administrativa a los municipios y a las demás entidades del Sistema Nacional del Deporte en el territorio de su jurisdicción.
4. Proponer y aprobar en lo de su competencia el plan departamental para el desarrollo del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre.
5. Participar en la elaboración y ejecución de programas de cofinanciación de la construcción, ampliación y mejoramiento de instalaciones deportivas de los municipios.
6. Promover, difundir y fomentar la práctica de la educación física, el deporte y la recreación en el territorio departamental.
7. Cooperar con los municipios y las entidades deportivas y recreativas en la promoción y difusión de la actividad física, el deporte y la recreación y atender a su financiamiento de acuerdo con los planes y programas que aquéllos presenten.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

- ✓ Implementar la escuela de formación deportiva y recreativa de fútbol para el aprovechamiento del tiempo libre y mejorar la calidad de vida en el municipio de Quipile Cundinamarca.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- ✓ Cumplir el plan pedagógico diseñado para la Escuela Deportiva de futbol de Quipile.
- ✓ Desarrollar estrategias pedagógicas de enseñanza-aprendizaje que permitan desarrollar los niveles de formación deportiva.
- ✓ Promover ambientes de aprendizaje y situaciones por medio del futbol permitan desarrollar un buen desempeño deportivo y de integración fortaleciendo las relaciones interpersonales.
- ✓ Mejorar la motricidad general y desarrollar las habilidades motrices especificas en la práctica del deporte.

POBLACIÓN OBJETO

La escuela de formación deportiva y recreativa de futbol está dirigida a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes en edades comprendidas de los 6 a los 17 años de edad de sexo masculino y femenino en contextos rurales y urbanos, distribuidos en tres grupos correspondientes al nivel formativo Iniciación, Fundamentación y Perfeccionamiento, que pertenezca del municipio de Quipile Cundinamarca.

CARACTERIZACIÓN DEL DEPORTE

El fútbol es un deporte jugado en un campo rectangular con dos porterías entre dos equipos de once jugadores cada uno con una pelota esférica, la cual debe ser pateada. Es el más practicado y más popular entre los espectadores, con un seguimiento de unos 4 mil millones de aficionados. El objetivo del juego es introducir el balón el mayor número posible de veces en la portería del contrario, esto se llama marcación de un gol, el equipo vencedor es el que consiga introducir más goles.

Es un deporte practicado al aire libre en el que dos equipos con once jugadores cada uno, deben tomar posesión de un balón pateandolo. El objetivo es que el balón entre en la portería contraria (gol). El equipo que mayor cantidad de goles realice, será el equipo triunfador.

El término proviene del inglés football (pie y pelota), por lo que también se le conoce como balompié. Los juegos de fútbol también pueden disputarse entre equipos de un mismo país (competiciones nacionales de clubes, como en el fútbol mexicano, se tiene la Liga Mexicana de Fútbol), entre equipos de distintos países (competiciones internacionales de clubes o selecciones nacionales) como en el Mundial de Fútbol.

Historia del fútbol

Hay registros de juegos similares practicados en Japón, China, Grecia y Roma. Su historia moderna es de casi 150 años, hacia 1863, cuando Inglaterra hizo la separación del Rugby-Football y de la Asociación de Football y se creó la Football Association.

Existen registros de la dinastía Han en China durante el año 200 a.C., de un juego llamado tsu chu, el cual consistía en dar patadas a una bola hecha de cuero, siendo este juego muy grato para los emperadores chinos. Por otro lado, el epicurus y el harpastum fueron algunos de los juegos que surgieron en Grecia y Roma, jugados con pies y manos.

Durante el medioevo surgieron varios tipos practicados entre regiones. Participaban muchos jugadores y las porterías estaban ubicadas a más de un

kilómetro la una de la otra. Estos eran llamados fútbol de carnaval, ya que estaban asociados a esta época del año.

A partir del siglo XVIII se popularizó en las escuelas públicas, pero aún participaban muchos jugadores por cada equipo. En 1846 H. de Winton y J.C, realizaron un encuentro entre las escuelas públicas de mayor importancia y surgieron los primeros intentos de reglamento de fútbol, surgiendo diez reglas, las cuales llamaron reglas de Cambridge, ya que fue en esta casa de estudios que llevaron a cabo este encuentro.

En 1855, fue creado el club más antiguo del mundo, el Sheffield Football Club, el Club de Liga Notts County fundado en 1862 y en 1863 se creó en Londres la Fútbol Asociación FA. En 1871, y por la idea de disputar una Copa, el secretario de la FA, Charles Alcock, propuso una reunión a la que invitaron a los clubes de los cuales asistieron doce.

En 1872 se realizó la primera competencia en la cual participaron quince clubes y la Copa fue ganada por Wanderers. Hasta 1982 todas las finales de estas competencias se realizaron en Kennington Oval, Londres.

El balompié se extendió en toda Europa a principios del siglo XX y ya la mayoría de la naciones habían formado sus confederaciones, como por ejemplo, en 1885 Bélgica, en 1901 Checoslovaquia, en 1907 Luxemburgo, en 1902 Noruega, en Portugal, 1908 Rumania, en España 1913, en Suecia 1904 y en 1895 en Suiza.

En Suramérica el primer club fue creado en la década de 1870 luego del partido realizado por los marineros británicos en Brasil y bajo el impulso de Charles Miller, este animó a los ingleses a formar clubes en este país suramericano y dio lugar a la fundación de Associacao Atlética Mackenzie en São Paulo.

A Argentina llegó en 1891 de mano de los residentes ingleses, y la AFA fue fundada en 1891. A pesar de ello, quienes realmente hicieron popular este deporte fueron los inmigrantes italianos. La federación fue creada en Chile en 1895, en Uruguay 1900 y Paraguay 1906.

En París, en 1904, se creó la Federación Internacional de Fútbol Asociado (FIFA), y en 1930 se organizó la primera Copa del Mundo en Uruguay. Desde entonces se celebra cada cuatro años y siendo la competición de deporte con más espectadores.

El fútbol también es para mujeres, desde 1991 poseen su propia Copa Mundial Femenina de Fútbol. Para 1992 la FIFA ya contaba con 179 miembros y en el 2008/ con 208 asociaciones afiliadas.

Reglas del fútbol

Sus reglamentos fueron diseñados para ser aplicados a todos los partidos indiferentemente de su nivel, aunque se puede permitir que sean modificados en las categorías senior, junior y en los juegos de mujeres. Para su aplicación existe cierta flexibilidad según sea la naturaleza del juego. Entre sus reglas:

Saque: se realiza un sorteo y el equipo ganador puede ejecutar el saque o elegir la portería deseada.

La portería: lo constituye el espacio entre dos postes, en el cual el gol será válido.

El saque de banda: al balón salir del área, quien lo toque primero debe realizar el saque del balón con la mano.

Fuera de juego: los atacantes que se encuentran más cerca a la portería que los defensas serán sancionados.

El córner: el córner se saca desde el vértice del campo, sin más limitaciones en la posición de los jugadores que las impuestas por ellos fuera del juego.

La mano: ningún jugador podrá correr con el balón en las manos. De ser así, se concederá libre directo al equipo contrario y el infractor será sancionado.

Las faltas: no son permitidas los traspiés, ni obstáculos, tampoco las puntapié y no se podrá tirar o sostener a un contrario con las manos.

Otras faltas: se prohíbe que el balón sea lanzado con las manos, ni se puede pasar a otro jugador.

Infracciones: bajo ningún pretexto puede ser tomado el balón de suelo, mientras se encuentre en juego.

El uniforme de fútbol: es una camiseta y bermuda con los colores del equipo, su número reflejado, tacos especiales de fútbol, calcetines, y espinilleras.

Jugadores

Un equipo en la cancha está conformado por el portero, defensas, centrocampistas o medios y delanteros. Las destrezas específicas que debe dominar el jugador son correr, saltar, driblar (con los pies), cabecear y chutar o patear de manera fuerte y rígida. Los jugadores no pueden tocar el balón con las manos a no ser para realizar los saques de banda, y solo el portero puede usar las manos, pero solo para evitar los goles en su portería.

La labor del portero es evitar los goles, su posición es retrasada y tiene permitido utilizar las manos.

La defensa central dirige la zona defensiva con inteligencia y liderazgo.

Los laterales son el apoyo ofensivo del equipo y ocupan el centro de la zaga.

Los carrileros son similares a los laterales, pero más adelantados y no tienen ningún jugador por delante.

Los centrocampistas son varios: el pivote, interior, media punta y volante.

Los delanteros: externos, segundos y delanteros centro.

Balón

El balón es el elemento central de este deporte, ya que se disputa su dominio para poder enviarlo a las porterías y anotar la mayor cantidad de goles en el partido. Para este deporte, las características del balón actualmente aprobado por la Federación Internacional de Fútbol Asociación (FIFA) tienen que ser:

Previamente era de forma de icosaedro truncado, es decir, un sólido de 32 caras ligeramente curvas que está conformado por doce pentágonos y veinte hexágonos dispuestos de forma consecutiva al estar unidos por sus vértices. Cuando se infla, tomará apariencia esférica.

Pese a lo anterior, han surgido modelos nuevos que están compuestos por rectángulos y otras formas, que han permitido que su superficie sea más lisa y de mejor manejo para los jugadores.

Su circunferencia debe medir de 68 a 70 centímetros.

El peso aprobado está comprendido entre los 410 y 450 gramos.

Su presión de inflado debe ser entre 0,6 y 1,1 atmósferas.

El material con el que están hechos es cuero sintético de alta calidad que emula al natural.

La FIFA tiene establecido ciertos estándares en la calidad del balón. El primero es la aprobación de la FIFA, la cual es muy exigente y se debe aprobar un análisis de laboratorio; el segundo es la revisión de este organismo; y el tercero es un estándar internacional.

Cancha

El campo de juego puede ser de césped (natural o artificial), o de tierra. Las medidas que según la FIFA debe tener es mínimo 45 x 90 metros, mientras que las máximas son de 90 x 120 metros. Para los juegos oficiales, las medidas cambian, ya que las medidas mínimas y máximas se incrementan: 64 x 100 metros y 75 x 110 metros, respectivamente.

El campo se encuentra delineado con el perímetro, que delimita el campo de acción del juego; el centro, que es de donde se realizará el saque; las cuatro esquinas o córners; el área de penalti o grande, que se sitúa cercana a las

porterías; el área de meta, que es el área de la portería o pequeña. Las medidas de las porterías son de 7,32 metros de ancho por 2,44 metros de alto.

Partido

Cada partido tiene una duración de noventa minutos, tiempo que será dividido en dos tiempos de cuarenta y cinco minutos cada uno, teniendo un intermedio de descanso de unos quince minutos para recibir instrucciones sobre jugadas a realizar, cambios y otras estrategias a llevar a cabo para el beneficio de todo el equipo.

Cabe destacar que a cada tiempo se le pueden añadir minutos extra si se hacen necesarias pausas a la mitad de uno de los tiempos, los cuales se agregaran al final de cada tiempo, usualmente no excediendo de los 4 minutos.

También existe algo llamado prórroga, que podrá ser de unos treinta minutos si el partido se encuentra empatado al finalizar los tiempos reglamentarios. El objetivo del juego es marcar la mayor cantidad de goles, y el equipo que lo logre en el tiempo establecido, resultará victorioso.

Arbitraje

Tiene un árbitro principal que monitorea que las reglas sean respetadas así como el cronograma del juego. También existen dos árbitros asistentes, los cuales se encontrarán a cada lado del campo, y un cuarto que ayudará al principal y está dispuesto a reemplazar a alguno que resultara lesionado.

Faltas

Estas se determinan cuando un jugador incurre en alguna infracción de las reglas establecidas. Dependiendo de la severidad de la falta, el árbitro podrá dictaminar un tiro libre como amonestación, tiro penal, saque de falta, tarjeta amarilla o tarjeta roja. Dos tarjetas amarillas significan una tarjeta roja, que sería la expulsión del partido, que más que todo obedece a conductas antideportivas. Las faltas pueden corresponder a lesionar o arremeter contra otro jugador, por ejemplo.

Fundamentos del fútbol

Pases

Un pase en fútbol es una maniobra que realiza un jugador para hacerle llegar el balón a otro jugador de su propio equipo, y que en conjunto todos puedan hacer llegar el mismo a la portería donde deben anotar un gol.

Recepción

Esto es cuando un jugador recibe la pelota como consecuencia del pase de un compañero, pudiendo pasarlo de una vez a otro o desviar la trayectoria del mismo. Cabe destacar que no pueden usarse los brazos ni las manos, pues de ser así, el jugador será sancionado. Estos pueden realizarse con el borde interno del pie, con el empeine, con la planta, con la cabeza, con el pecho o con el muslo.

Tiro al arco

Este se refiere al que es realizado directamente hacia la portería del otro equipo con el objetivo de burlar al arquero y anotar un gol. Este puede y debe ser realizado con cualquier parte del cuerpo excepto los brazos y manos, en cuyo caso no serán contados.

Gol

Es cuando la pelota entra al área de anotación demarcada por la línea de meta y la arquería. Una vez que el balón entra en el arco, es considerado como un gol. Este nombre será vitoreado por los narradores, jugadores y la fanaticada para celebrar esta anotación.

Un gol puede ser marcado por un punto penal (cobrado desde unos 11 metros como consecuencia de una falta), autogol (que comete por error un jugador con su propia portería), gol olímpico (hecho desde el tiro de esquina), tiro libre directo (realizado al cobrar una falta) y lateral (consecuencia del lanzamiento del balón con las manos de un jugador y el toque de otro).

ESTRUCTURA POR NIVELES

En la escuela de formación deportiva y recreativa de futbol del municipio de Quipile se manejara en tres niveles de formación sus etapas son iniciación, fundamentación y perfeccionamiento.

ETAPA DE INICIACIÓN: Edades de (6 a 10 años).

En esta etapa es fundamental la ambientación a la práctica deportiva por medio de juegos y actividades pre-deportivas que permitan mejorar la psicomotricidad y las habilidades motrices básicas.

Los niños que participen en nivel de formación empezaran su desarrollo motriz basado en ejercicios que permitan educar la conducta

Los objetivos primordiales que se buscan alcanzar en esta etapa son:

- ✓ Aprender habilidades y destrezas motrices básicas.
- ✓ Adquirir habitos de higiene y relaciones psicoafectivas
- ✓ Desarrollar capacidades de movimiento y manejo del esquema corporal.

ETAPA DE FUNDAMENTACIÓN: edades de (10 a 12 años).

En esta etapa se busca el desarrollo del esquema corporal del niño/a, pero aumentando la dosis técnico-táctica. Es una etapa donde el niño/a empieza a sentir interés por la competición.

El objetivo general consiste en desarrollar y perfeccionar las habilidades y destrezas motrices básicas, así como aprender los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios del fútbol, sin olvidar aspectos físicos.

En resumen se basa en perfeccionar lo aprendido en la etapa anterior y además en:

- ✓ Conocer las reglas del fútbol.
- ✓ Participar en competiciones no trascendentes.

ETAPA DE PERFECIONAMIENTO: Edades 13 a 17 años

En esta etapa llena de cambios debido a la pubertad el joven futbolista no deberá realizar esfuerzos prolongados porque su potencia energética ha de ser reservada para los fenómenos de anabolismo de los tejidos.

Los objetivos generales residen en la continuación del trabajo de las anteriores etapas, pero incidiendo en los mecanismos perceptivos y de toma de decisiones.

En esta etapa el trabajo fundamentalmente se centrará en reforzar dos aspectos:

- ✓ Desarrollar minuciosamente la condición física y la táctica individual de la posición en la que se esté jugando.
- ✓ Buscar hábitos permanentes en la práctica de una posición específica, a través de lo asimilado en la etapa anterior y lo continuado en ésta.
- ✓ Debe existir una selección para conformar los valores futbolísticos del niño/a debido a la proximidad al alto rendimiento.
- ✓ Como objetivos generales fundamentales hablaremos del perfeccionamiento de los aspectos técnicos, asentados sobre la táctica. Así mismo también, pulir la capacidad táctica individual.

TEMAS Y CONTENIDOS

INICIACIÓN: Despertar sensibilidad, creatividad y entusiasmo para el conocimiento del principal componente del deporte. El balón entra a formar parte de sus juguetes más especiales convirtiéndose en su mejor amigo para el desarrollo de un proceso que lo llevará con emociones, juegos y estilos de diversión.

La tarea del entrenador es despertar el entusiasmo y direccionar al niño en un apoyo específico para llevarlo a la segunda etapa de formación. **Los entrenamientos en esta primera etapa deben llevar los siguientes componentes:**

* Calentamiento recreativo
* Juegos con balón
* Formación con valores
* Nociones técnicas primarias (coordinación, equilibrio, agilidad, conducción, control y pase)
* Estiramientos dinámicos.

FUNDAMENTACIÓN: Despertar una inquietud por los nuevos estilos de juego y técnica para enriquecer las habilidades de los niños con su amigo el balón.

El ánimo crece si aplicamos los primeros gestos técnicos elaborados con creatividad y apoyo; permitiéndole equivocarse y ser acompañado en el mejoramiento de técnicas simples pero efectivas para encontrar el gusto de ser mejor jugador. Esta etapa es muy importante para definir su agrado por el fútbol.

La tarea del entrenador es brindar un acompañamiento para mejorar la técnica individual y así lograr que el niño entre en ese ciclo de formación con dedicación y proyección a la siguiente y más emocionante etapa. **Los entrenamientos en esta segunda etapa deben llevar los siguientes componentes:**

* Calentamiento musicalizado
* Técnica individual y colectiva (control, habilidad, conducción, regate, pase, tiros libres, golpeo del balón con pie y cabeza, desmarque)
*Táctica primaria
*Trabajos de Porteros.

PERFECCIONAMIENTO: Iniciar los trabajos más específicos, dándole al jugador las herramientas y el conocimiento de las técnicas modernas simplificadas. Todo esto con el bien común de un juego grupal agregándole palabras, estilos y estrategias primarias para el mejor desenvolvimiento dentro del campo de juego, ya en niveles de competición formativa.

La tarea del entrenador es ayudar al deportista para que encuentre su verdadera pasión, ubicación y destreza en la cancha.

Es importante entender que para lograr llegar a este momento los anteriores ciclos formativos llevados con orden, disciplina, dedicación, entusiasmo y respeto nos dan la riqueza deportiva para enfrentar la etapa de más logros.

Los entrenamientos en esta tercera etapa deben llevar los siguientes componentes:

* Calentamiento
* Capacidades físicas (fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad y potencia)
* Trabajos en equipo
* Psicología del jugador
* Técnica colectiva defensiva
* Técnica colectiva ofensiva
* Trabajos a Porteros
* Táctica general
* Estiramientos dinámicos
* Estiramientos estáticos
* Modelos de juego.

METODOLOGIA DEL TRABAJO

Se desarrollara el proceso de formación deportiva con una metodología de enseñanza inductiva, que permitirá a los deportistas tener diferentes situaciones reales por medio del método lúdico que pondrá a prueba capacidades físicas y mentales y a su vez se divierte mejorando su técnica por medio de ejercicios repetitivos en diferentes situaciones de juego. Todo ello se direccionara de manera a la fase formativa que se trabaje con los diferentes tipos de población y ante todo buscando siempre la formación integra del deportista por medio de la práctica deportiva del futbol.

CONTROL, SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

Para lograr una mayor efectividad en el entrenamiento, buscamos desarrollar controles basados en los componentes del entrenamiento deportivo realizados por personal idóneo en cada una de sus fases, dentro de los controles encontramos:

- ✓ Control físico: test de evaluación física
- ✓ Control medico
- ✓ Control psicológico apoyados por personal calificado de la administración municipal.

La idea de estos controles es medir los resultados obtenidos en cada sesión de entrenamiento buscando siempre la mejora deportiva de los integrantes de la escuela de formación.

1. MALLA CURRICULAR POR NIVELES

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

DEPORTE	NIVEL DE FORMACIÓN	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ACUMULACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
	INICIACION	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	DESARROLLAR MOVIMIENTOS ARMONICOS EN DIFERENTES TIEMPOS Y ESPACIOS.
						RITMO	REALIZAR DESPLAZAMIENTOS UTILIZANDO SU CUERPO COMO MEDIO DE EXPRESION
						EQUILIBRIO	EJECUTAR EJERCICIOS DE TRACCION Y EMPUJE PARA DOMINAR SU PESO CORPORAL
						ORIENTACION	DESARROLLAR ACCIONES TECNICA Y TACTICAS QUE AYUDEN A MANEJAR EL ENTORNO.
						DIFERENCIACION	REALIZACION DE MOVIMIENTOS CON BALON Y SIN BALON QUE FACILITEN LA AMINISTRACION AL CUERPO.
						REACCION	CONDUCCION DE BALON CON MOVIMIENTOS RAPIDOS Y LENTOS.
						ADAPTACION	COORDINACION VISOPEDAL EN MANEJO DE DRIBLING EN DIFERENTES SITUACIONES DE JUEGO.
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	EJECUCION BASICA QUE PERMITE REALIZAR LA RECUPERACION EN INTERVALOS DE EJERCICIOS DE MAYOR RASTO DE ENERGIA.
						CORRER	REALIZAR EJERCICIOS QUE PERMITAN TENER MAYOR COORDINACIÓN Y AGILIDAD EN LOS APOYOS.
						SALTAR	DESARROLLAR SALTOS QUE PERMITAN MANEJAR LA POTENCIA DEL SALTOS A UN PIE Y DOS PIES.
						ATRAPAR	DESARROLLAR MOVIMIENTOS DE AGARRE CON DIFERENTES TAMAÑOS.
						RODAR	REALIZAR DE FATIGA BASICO POR MEDIO DE JUEGOS QUE INCLUYAN GIROS Y DESPLAZAMIENTOS.
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	FUNCIONAL	REALIZAR EJERCICIOS DE FUERZA INDIVIDUAL CON SALTOS Y LANZAMIENTOS DE BALON, ADAPTADOS A LA EDAD DE LOS PARTICIPANTES.
				2	RESISTENCIA	AEROBICA	DESARROLLAR TRABAJOS DE RESISTENCIA AEROBICA CON CARRERA CONTINUA, CON TRABAJO MINIMO DE CINCO MINUTOS CON BALON Y SIN BALON.
				3	VELOCIDAD	TRABAJO INTERMITENTE	EJECUCION DE MOVIMIENTOS QUE DESARROLLEN LA VELOCIDAD DE REACCION CO BALON Y SIN BALON.
				4	FLEXIBILIDAD	DINAMICA	MEJORAR EL GRADO DE FLEXIBILIDAD CON EJERCICIOS ESTATICOS Y DINAMICOS.
		TECNICO	DESTREZAS	1	FUNDAMENTOS TECNICOS	PASE, CONDUCCION Y REGATE	TRABAJO TECNICO DE PASES, CONDUCCION Y REGATE A PARTIR DE RECORRIDOS Y CIRCUITOS CORTOS.
							TRABAJO EN EQUIPO CON LA PARTICIPACION DE CADA DEPORTISTA REFLEJANDO PRECISION EN LA TECNICA DEL PASE.
							DESARROLLAR TRABAJO EN EQUIPO CON CONDUCCION, REGATES Y PASES. EQUIPOS QUE MENOS FALLE EN LA RECUPERACION DEL BALON.
				2	MALABARISMO	TECNICA LIBRE EXPERSION	REALIZAR GOLPES CON GLOBOS, SIN DEJARLO TOCAR EL SUELO..
							MOVIMIENTOS LIBRES CON Y SIN BALON, JUEGO CON SUS COMPAÑEROS.
				3	TACTICA	ATAQUE Y DEFENSA	DESARROLLO DEL JUEGO EN EQUIPO; EN ATAQUE Y DEFENSA
							REALIZACION DE EJERCICIOS DE DEFENSA INDIVIDUAL EN DIFERENTES SITUACIONES DE JUEGO.
							DESCRIPCION DE FUNDAMENTOS DEL ATAQUE Y DEFENSA.
							REALIZAR ACCIONES COLECTIVAS EN DEFENSA Y ATAQUE, APLICANDO SISTEMAS BASICOS DE JUEGO.
				4	ESPECIFICIDAD	TACTICA LUA	APLIACAR RECORRIDOS Y CIRCUITOS CON ELEMENTOS TECNICOS Y TACTICOS MEJORANDO LAS ACCIONES COLECTIVAS EN ATAQUE Y DEFENSA.
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	IMPORTANCIA DE LA FASE DE ACTIVACION	CONOCER LA IMPORTANCIA DE LA FASE DE ACTIVACION CORPORAL, CALENTAMIENTO PARA EL INICIO DE LA PRACTICA DEPORTIVA.
				2	REGLAMENTACION	REGLAS BASICAS	APLICAR LOS CONOCIMIENTOS SOBRE EL REGLAMENTO DEL FUTBOL.
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	COMPROMISO	VELAR POR EL CUIDADO Y BUEN USO DEL MATERIAL DEPORTIVO, CUIDADO DEL ESCENARIO DEPORTIVO.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	RESPETO	MANEJO DE RESPETO POR SI MISMO, SUS COMPAÑEROS Y EL PROFESOR.
						TOLERANCIA	TOLERAR TODO TIPO DE ACCIONES QUE NO SON APROPIADAS DE UN COMPAÑERO, PUBLICO, ADVERSARIOS O ENTRENADOR.
						COMPAÑERISMO	VALORAR POSITIVAMENTE LOS SACRIFICIOS Y COOPERACION DE LOS DEMAS MIEMBROS DEL GRUPO.
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	HIGIENE PERSONAL
						ALIMENTACION	ALIMENTACION SALUDABLE DE ACUERDO A LOS GASTOS REALIZADOS EN EL ENTRENAMIENTO.
						PRESENTACION PERSONAL	IMPLEMENTOS EN PERFECTO ESTADO DE LIMPIEZA (UNIFORME, MEDIAS, CANILLERAS Y GUAYOS)
						DESCANSO Y SUEÑO	ESTILO DE VIDA SALUDABLE
				3	MOTIVACIÓN	EJERCICIO FISICO	HABITOS DIARIOS DEPORTIVOS
						ACTITUD POSITIVA	ACTITUD, LIDERAZGO Y BUENA DISPOSICION EN LA REALIZACION DE LAS ACTIVIDADES DA DESARROLLAR EN LA SESION DE ENTRENAMIENTO.
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	REFORZAR EL AUTOESTIMA, Y LA CONFIANZA EN SI MISMO A TRAVES DE PRACTICAS DEPORTIVAS INDIVIDUALES Y EN CONJUNTO.
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	AMBIENTES INAMICOS DE APOYO Y CONFIANZA PARA FORTALECER LA AUTOESTIMA DE LOS DEPORTISTAS.
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	COMPORTAMIENTO Y MANEJO DE BUENA RELACION ENTRE DEPORTISTAS Y ENTRENADOR.
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	REACCION	EJERCICIO DE VELOCIDAD DE REACCION POR GRUPOS A TOMAR UN ELEMENTO EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE
				2	JUEGOS TRADICIONALES	LA LLEVA	JUEGO BASICO DE INTEGRACION DE VELOCIDAD Y DE REACCION.
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	INTERCAMBIOS DE FACULTAS FORMATIVAS	UNION INTERDISCIPLINAR QUE PERMITA LA PARTICIPACION DE LAS ESCUELAS DE FORMACION DEL MUNICIPIO TENER EXPERIENCIAS DIFERENTES EN ESPACIOS COMO DANZA, BAILE, Y PINTURA.
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	INTEGRACION Y COOPERACION	ACTIVIDADES DE SOCIALIZACION DE CUIDADO DE SI MISMO, LOS DEMAS Y EL ENTORNO.
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	CARRERA DE OBSERVACION	INTEGRACION DE NIÑOS, NIÑAS Y PADRES EN LA REALIZACION DE UNA SERIE DE PRUEBAS QUE PERMITIRAN EL FORTALECIMIENTO DE LAS RELACIONES INTERPERSONALES.

FECHA DE ENTREGA	25 feb 22
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA
MUNICIPIO	QUIPILE

"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
	FUNDAMENTACIÓN	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	DESARROLLAR LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS BASICAS DEL FUTBOL EN JUGADOR DE CAMPO Y PORTERO.
						RITMO	DINAMICA ENTRE EJERCICIOS ESPECIFICOS DEL FUTBOL, SALIDAS, JUEGATES SIN BALON.
						EQUILIBRIO	POTENCIALIZACION DEL TREN INFERIOR EN TRABAJOS DE AAGILIDAD Y COORDINACION.
						ORIENTACION	DESARROLLAR ACCIONES TECNICAS Y TACTICAS DE FORMA QUE INTERVENGAN LAS CAPACIDADES DE PERCEPCION Y DECISIONES.
						DIFERENCIACION	MOVIMIENTOS CON Y SIN BALON QUE FACILITEN LOS ROLES DE LOS DEPORTISTAS EN EL GRUPO.
						REACCIÓN	DRIBLES CON EL BALON EN VELOCIDAD AL SONIDO DEL SILVATO CON VARIANTES EN LA EJECUCION.
						ADAPTACION	COORDINACION VISO-PEDAL DIRIGIDOS A LOS DIFERENTES TIPOS DE FORMAS DE LA TRENENCIA DEL BALON.
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	PATRON BASICO DE RECUPERACION AL FINALIZAR UNA CARGA INTENSA DE CARDIO.
						CORRER	TECNICA Y EVOLUCION DE LA TECNICA DE CARRERA A PARTIR DE LA COORDINACION Y LA AMPLITUD DE LA ZANCADA.
						SALTAR	DESARROLLAR SALTOS QUE PERMITAN MANEJAR LA POTENCIA DEL SALTOS A UN PIE Y DOS PIES.
						ATRAPAR	DESARROLLAR MOVIMIENTOS DE AGARRE CON BALONES DE DIFERENTES TAMAÑOS.
						RODAR	MANEJO DE PATRON BASICO POR MEDIO DE JUEGOS QUE INCUYAN GIROS Y RODAMIENTOS.
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	FUNCIONAL	DESARROLLO DE CIRCUITOS DE FUERZA Y RESISTENCIA.
						PLIOMETRIA	MANTENER UN NIVEL DE FUERZA GENERAL
						MULTISALTOS	FUERZA EXPLOSIVA Y FUERZA DE RESISTENCIA.
				2	RESISTENCIA	AEROBICA	DESARROLLAR TRABAJOS DE RESISTENCIA AEROBICA CON CARRERA CONTINUA, CON TIEMPO MINIMO DE CINCO MINUTOS CON BALON Y SIN BALON.
						ANAEROBICA	
				3	VELOCIDAD	DINAMICA Y EXPLOSIVA	EJECUCION DE MOVIMIENTOS QUE DESARROLLEN LA VELOCIDAD DE REACCION CO BALON Y SIN BALON.
				4	FLEXIBILIDAD	MOVILIDAD ARTICULAR	MEJORAR EL GRADO DE FLEXIBIIDAD CON EJERCICIOS ESTATICOS Y DINAMICOS.
		TECNICO	DESTREZAS	1	VISUALES	VISTA DE ESTIMULOS	ENTENDER ESTIMULOS VISUALES PROPIOS DE LA PRACTICA DE FUTBOL.
						VISTA DE FORMAS JUGAS	OBSERVAR Y APLICAR LAS FORMAS DEL FUTBOL
				2	AUDITIVAS	RECEPCION DE COMANDOS	RECONOCER E IMPLEMENTAR LOS COMANDOS DE VOZ RECIBIDOS POR PARTE DEL ENTRENADOR
						RECEPCION DE ESTIMULOS	RECONOCER Y EJECUTAR LOS ESTIMULOS AUDITIVOS PROPIOS DEL FUTBOL.
				3	COGNITIVAS	PROCESAR INFORMACION	RECIBIR, ENTENDER Y EJECUTAR LOS DIFERENTES COMANDOS , ESTIMULOS E INFORMACION RECIBIDAD DURANTE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO.
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	CREACION	INICIOS DE SU PRACTICA, PAIS Y REGLAS
						INICIO	REGLAMENTACION
							FEDERACIONES
							FIFA
				2	REGLAMENTACION	REGLAS	CONOCER LAS MODIFICACIONES Y NOVEDADES DEL REGLAMENTO
						ACCIONES	ESTUDIAR EL REGLAMENTO Y APROVECHARLO COMO UNA HERRAMIENTA POSITIVA EN DIVERSAS SITUACIONES DE JUEGO.
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	MATERIAL DEPORTIVO	CUIDAR EL MATERIAL DEPORTIVO DANDOLE BUEN USO.
						INSTALACIONES	VELAR POR EL CUIDADO Y MANTENIMIENTO DE LOS ESCENARIOS DEPORTIVOS ANTES Y DESPUÉS DE LA PRACTICA.
						MUNICIPIO	REPRESENTAR DE BUENA MANERA Y HONRAR EL BUEN NOMBRE DEL MUNICIPIO EN REPRESENTACION COMO DELEGACION Y DEPORTISTAS.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	RESPETO	RESPETAR SIEMPRE LAS DECISIONES QUE SE TOMAN DENTRO DE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO Y EN ESPECIAL EN LOS ENCUENTRO DEPORTIVOS.
						COOPERACION	VALORAR SIEMPRE DE MANERA POSITIVA LA RELACION Y COOPERACION DE LOS DEMAS COMPAÑEROS.
						TOLERANCIA	TOLERAR DE FORMA CENTRADA Y RACIONAL LAS DIFERENTES ACCIONES QUE SE PUEDEN PRESENTAR EN LA PRACTICA DEPORTIVA DEL FUTBOL.
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	HIGIENE PERSONAL
						ALIMENTACIÓN	ALIMENTACION SALUDABLE DE ACUERDO A LOS GASTOS REALIZADOS EN EL ENTRENAMIENTO.
						PRESENTACION PERSONAL	IMPLEMENTOS EN PERFECTO ESTADO DE LIMPIEZA (UNIFORME, MEDIAS, CANILLERAS Y GUAYOS)
						DESCANSO Y SUEÑO	PERIODO DE RECUPERACION Y REPOSO DEL CUERPO.
						EJERCICIO FISICO	REGULARIDAAD EN LA PRACTICA DEPORTIVA DEL FUTBOL COMO UN HABITOS DIARIO SALUDABLE.
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	MANTENER SIEMPRE EL GRUPO DE DEPORTISTAS ACTIVOS Y PRESTOS A APRENDER EN CADA SESION DE ENTRENAMIENTO.
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	APLICAR DE MANERA CORRECTA EL ENTRENAMIENTO PARA SUPERARSE CADA DIA MAS.
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	ACEPTAR LOS RESULTADOS COMO UN HECHO DE TODOS.
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	INTERIORIZAR EL TRABAJO DESARROLLADO DIARIAMENTE COMO UN SISTEMA DE SUPERACION PERSONAL Y DEL EQUIPO.
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	BOLOS	SE HACEN GRUPOS DE 5 JUGADORES CON UNA PELOTAY TRES CONOS, DEBEN PATEAR LA PELOTA Y TRATAR DE DERRIBAR LOS CONOS.
						TUTBOLIN	SE UNICAN POR EQUIPOS EN FORMA DE FUTBOLIN, DONDE SE REALIZARAN DESPLAZAMIENTOS DE FORMA LATERAL Y EL CONTACTO DEL BALON SERA CON LOS PIES A EXCEPCION DEL PORTERO QUIEN PUEDE UTILIZAR LAS MANOS, EL OBJETIVO ES ANOTAR EN LA PORTERIA CONTRARIA.
				2	JUEGOS TRADICIONALES	LA LLEVA	JUEGO BASICO DE INTEGRACION DE VELOCIDAD Y DE REACCION, EN EL CUAL UNA PERSONA DEL GRUPO DEBERA DESPLAZARSE Y TRATAR DE TOCAR A UN COMPAÑERO Y CAMBIAR DE ROL.
						EL GATO Y EL RATON	JUEGO DE INTEGRACION DONDE EL GRUPO ARMA UN CIRCULO Y SE ESCOGEN UN GATO Y UN RATON QUE SALDRAN EN VELOCIDAD, EL OBJETIVO DE ESTE JUEGO ES QUE EL DEPORTISTA QUE HACE EL ROOL DE RATON NO SE DEJE COGER DEL GATO.
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	INTERCAMBIOS DE ESCUELAS FORMATIVAS	UNION INTERDISCIPLINAR QUE PERMITA LA PARTICIPACION DE LAS ESCUELAS DE FORMACION DEL MUNICIPIO TEER EXPERIENCIAS DIFERENTES EN ESPACIOS COMO DANZA, BAILE, Y PINTURA.
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	INTEGRACION	ACTIVIDADES DE SOCIALIZACION DE CUIDADO DE SI MISMO,LOS DEMAS Y EL ENTORNO.
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	SALIDA ECOLOGIA	INTEGRACION DE LOS DEPORTISTAS CON SUS COMPAÑEROS Y EL ENTORNO QUE LOS RODEA.
						FESTIVAL LUDICO DEPORTIVO	DESARROLLO DE ESTACIONES DE JUEGOS GRUPALES ORIENTADAS A LA PRACTICA DEL FUTBOL

FECHA DE ENTREGA	25-feb-22
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	CARLOS ANDRES CHAPARRO ACUÑA
MUNICIPIO	QUIPILE

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

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 DEL MISMO DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
	PERFECCIONAMIENTO	MOTRIZ FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	DESARROLLAR LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS ESPECIFICAS EN EL NIVEL PARA EL DESARROLLO DE CAMPO Y EL PARTIDO.
						RITMO	DINAMICA ENTRE DIFERENTES ESPECTROS DE TIEMPO, PASES, CAMBIOS DE VELOCIDAD, SINCRO.
						EQUILIBRIO	TRABAJO DE POTENCIALIZACION EN EL TREN INFERIOR, CON EJERCICIOS DE AGILIDAD Y COORDINACION.
						ORIENTACION	DINAMIZAR LAS ACCIONES TECNICAS Y UNIFICAR LA MENTE QUE INTERVENGAN EN LA PERCEPCION Y TOMA DE DECISIONES
						DIFERENCIACION	MOVIMIENTOS EN SITUACIONES REALES DE JUEGO CON Y SIN BALON.
						REACCION	RESPUESTA VISUAL AUDITIVA Y MOTRIZ DE MEJOR CALIDAD
						ADAPTACION	CIRCUITOS DE COORDINACION VOLUMEN, INTENSIDAD AL CONTROL DEL BALON.
						CAMINAR	REALIZACION DE ESTA ACCION COMO PATRON BASICO DE LOCOMOCION DENTRO DE UNA CANCHA INTENSA DE TRABAJO.
						CARRERA	CARRERA Y EVOLUCION DE LA CARRERA A PARTIR DE LA INTENSIDAD Y LA AMPLITUD DE LA ZANCADA, CON Y SIN BALON
						SALTAR	REALIZAR EJERCICIOS EN SALTOS DE UNO Y DOS PIES PARA MEJORA LA VELOCIDAD Y LA FUERZA DEL TREN INFERIOR
						ATRAPAR	ATRAPES Y RECEPCIONES DE BALON EN DIFERENTES SITUACIONES DE JUEGO.
						RODAR	CIRCUITO FISICO QUE INCLUYA GIROS Y RODAMIENTOS.
				2	FUERZA	PLIOMETRIA	MANTENIMIENTO DEL NIVEL DE FUERZA GENERAL EN EL TREN SUPERIOR E INFERIOR
						MULTIARTICULAR	TRABAJO DE POTENCIALIZACION DE FUERZA EXPLOSIVA Y FUERZA RESISTENCIA.
						FUNCIONAL	MANTENER EL NIVEL DE FUERZA DEL CUERPO EN SU RESISTENCIA.
				3	RESISTENCIA	AEROBICA	MANTENER EL NIVEL DE RESISTENCIA AERODINAMICA EN BASE A LOS SISTEMAS DE ENERGIA METABOLICOS (LOS LINFATICOS, VASCULAR Y MIXTOS, TANTO CON BALON Y SIN BALON.
						ANAEROBICA	MANTENER EL NIVEL DE RESISTENCIA ANAEROBICA EN BASE A LOS SISTEMAS DE ENERGIA METABOLICOS (LOS LINFATICOS, VASCULAR Y MIXTOS, TANTO CON BALON Y SIN BALON.
				4	VELOCIDAD	EXPLOSIVA Y DINAMICA	MANTENER EL NIVEL DE VELOCIDAD DE REACCION Y MEJORAR LOS DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES SITUACIONES CICLICAS QUE ELEVEN LA COMPLEJIDAD.
				5	FLEXIBILIDAD	MOVILIDAD ARTICULAR	MANTENER EL GRADO DE FLEXIBILIDAD EN BASE A LOS SISTEMAS DE ENTRENAMIENTO ESTATICOS Y DINAMICOS.
		TECNICO TACTICO	DESTREZAS	1	FUNDAMENTOS TECNICOS	PASE	REALIZAR DIFERENTES PASES CON UNA Y DOS MANOS DE DIFERENTE DISTANCIA Y SECUENCIA DE PASES SEGÚN LA EXPLICACION DEL ENTRENADOR.
						CONTROL	CON DIFERENTES PARTES DEL CUERPO EN DIFERENTES ESPACIOS DE JUEGO, CONTROLANDO EL BALON DE LOS JUGADORES POR PARTES DE DENTRO POR EL TERRENO DE JUEGO REALIZANDO PAREDES Y CONTROLANDO EL BALON.
						PASE	EJERCICIOS DE PASES EN DOS FILAS FRENTE A FRENTE CON DISTANCIA CONSIDERABLE PARA EL CONTROL Y DIRECCION DEL PASE .
						REGATE	REALIZAR EJERCICIOS EN PAREJAS, DONDE EL JUGADOR A TIENE LA POSESION DEL BALON Y EL JUGADOR B SE UBICA A METROS DEL JUGADOR A, CON EL OBJETIVO DE ROBAR EL BALON A EL JUGADOR A QUE SE HAYA PROPUESTO, SEGUIDAMENTE CAMBIAN DE ROL.
						CONDUCCION	EJERCICIOS DE CONDUCCION DE BALON 1 VS 1 , DONDE SE TRABAJE LA CONDUCCION DE BALON ENTRE LOS CONOS A UNA VELOCIDAD CONSIDERABLE
						REMATE	REALIZACION DE LANZAMIENTOS A PORTERIA CON Y SIN PORTERO. JUEGOS 5 VS 5 REALIZANDO PASES, CONTROL, REGATE Y REMATE A PORTERIA.
				2	TACTICA	SITUACIONES REALES	APLICACION Y EJECUCION DE EJERCICIOS EXPLICADOS ANTERIORMENTE EN SITUACIONES REALES DE JUEGO, TENIENDO EN CUENTA LOS PRINCIPIOS EN EL NIVEL .
						ESTRATEGIA	APLICAR Y EJECUTAR ACCIONES DE SITUACIONES DE JUEGO REALIZADAS EN LA CLASE
							PRACTICA DE CONCEPTOS TACTICOS APRENDIDOS EN ETAPAS ANTERIORES, APLICANDOLOS DE MANERA EFICIENTE Y EFICAZ EN DIVERSAS SITUACIONES DE JUEGO
							EJECUCION Y DESARROLLO DE TACTICAS.
				3	FUNDAMENTOS TACTICOS	SISTEMAS DE JUEGO	UTILIZACION DE PRINCIPIOS EN GRUPOS PARA MEJORAR LAS ACCIONES OFENSIVAS (DEFENSA, PRESION, ATAQUE, MIXTAS Y NEUTRAL) TENIENDO EN CUENTA ESTRATEGIAS Y TACTICOS TRABAJADOS EN ETAPAS ANTERIORES A SITUACIONES REALES DE JUEGO DE FORMA CORRECTA.
						TACTICA COLECTIVA	DOMINAR DIFERETES SISTEMAS DE JUEGO
				4	PRINCIPIO DEFENSIVO	REPLIEGUES	DESARROLLO DE MOVIMIENTOS HACIA ATRAS PARA EL RETORNO DE JUGADORES QUE HAN PERDIDO POSICION DE BALON.
						COBERTURA	ACCION DEFENSIVA QUE REALIZA UN JUGADOR QUE DEFIENDE SOBRE UN COMPAÑERO QUE PUEDE SER DESBORDADO POR EL ADVERSARIO.
				5	PRINCIPIO OFENSIVO	PENSION	ACCIONES QUE TIENEN COMO FIN PARA MANTENER EL BALON EN NUESTRO PODER, EL CUAL NOS SIRVE PARA PASAR AL ATAQUE.
						RITMO DE JUEGO	FORMAS Y COMBINACIONES DE REALIZAR EN EL TRANSCURSO DEL JUEGO, CON UNA DE TERMINADA INTENSIDAD.
						PROGRESION EN EL JUEGO	REALIZACION DE ACCIONES DE UN EQUIPO QUE AVANZA HACIA TERRENO CONTRARIO
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	CREACION	AÑO, PAIS Y FECHAS
						INICIO	REGLAMENTACION
				2	REGLAMENTACION	REGLAS	CONOCER A FONDO LAS REGLAS, SUS MODIFICACIONES Y REVISIONES DEL REGLAMENTO
						ACTITUDES	APROVECHAMIENTO DEL REGLAMENTO COMO HERRAMIENTA POSITIVA, EN CIERTAS SITUACIONES DE JUEGO.
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	INSTALACIONES	CUIDADO Y MANTENIMIENTO ADECUADO DE INSTALACIONES Y ESPACIOS DE LA PRACTICA.
						MATERIAL DEPORTIVO	CUIDAR EL MATERIAL DE TRABAJO, DANDOLE EL USO ADECUADO Y PERTINENTE.
						MUNICIPIO	REPRESENTAR Y HONRAR EL BUEN NOMBRE DEL MUNICIPIO, EN REPRESENTACION COMO SELECCION Y DEPORTISTAS.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	RESPETO	RESPETAR POR NORMA LAS BUENAS MANERAS Y LAS DECISIONES DE TODOS LOS QUE HACEN PARTE DEL GRUPO DE TRABAJO EN LOS ENTRENAMIENTOS.
						COOPERACION	VALORAR LA RELACION Y CORDIALIDAD CON LOS DEMAS MIEMBROS DEL GRUPO DE TRABAJO.
						TOLERANCIA	TOLERAR RACIONALMENTE TODAS LAS ACCIONES QUE NO SON APROPIADAS DE LOS ADVERSARIOS, COMPAÑEROS, DIRIGENTES, ENTRENADORES
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	HIGIENE PERSONAL
						ALIMENTACION	EDUCACION EN NUTRICION PARA TODOS LOS INTEGRANTES QUE HACEN PARTE DE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO
						PRESENTACION PERSONAL	IMPLEMENTOS EN PERFECTO ESTADO DE LIMPIEZA (UNIFORME, MEDIAS, CANILLERAS Y CUAYOS)
						DESCANSO Y SUEÑO	PERIODOS DE RECUPERACION Y APROVECHAMIENTO CORPORAL
						EJERCICIO FISICO	REALIZARLO EN LA PRACTICA DEPORTIVA DEL FUTBOL COMO UN HABITOS DIARIO SALUDABLE.
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	MANTENER SIEMPRE EL GRUPO DE DEPORTISTAS ACTIVOS Y PRESTOS A APRENDER EN CADA SESION DE ENTRENAMIENTO.
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	MANERA CORRECTA EL ESFUERZO NECESARIO PARA SUPERAR CADA UNA MAS.
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	ACEPTAR LOS RESULTADOS COMO UN HECHO DE TODOS.
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	INTERIORIZAR EL TRABAJO DESARROLLADO DIARIAMENTE COMO UN SISTEMA DE SUPERACION PERSONAL Y DEL EQUIPO.
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	PRISION Y CAZA	2 EQUIPOS JUEGAN A ELIMINARSE. SI EL ENTRENADOR DICE UN NUMERO PAR SE DIRIGEN TODOS HACIA LA DERECHA, POR EL CONTRARIO SI DICE UN NUMERO IMPAR SE DIRIGIRAN A LA IZQUIERDA, DE ESTA FORMA EL QUE PUEDE ANTES QUE SU COMPAÑERO PARA NO QUEDAR ELIMINADO.
						PAÑUELITO CON BALON	DIRECTOR PASA UNO POR UNO CON BALON CUANDO EL DIRECTOR DICE UN NUMERO SALEN UN JUGADOR DE CADA EQUIPO Y EL QUE TENGA EL BALON TRATARA DE CONDUCIRLO SIN QUE EL OTRO JUGADOR LE QUITE EL BALON HASTA ATRAVESAR LA LINEA DE PARTIDA.
						CUIDE SU BALON	LOS JUGADORES TIENEN ALREDEDOR DE UNOS METROS MAS O MENOS, HABRA UN BALON MENOS QUE JUGADORES, A LA SEÑAL DE INICIO TODOS TRATARAN DE QUITARSE EL BALON, EL JUGADOR QUE NO TENGA BALON QUEDARA ELIMINADO.
						QUITAR EL PETO	TODOS MENOS UN JUGADOR TENDRAN UN PETO "ENGANCHADO" EN LA PARTE DE ATRAS DEL PANTALON, EL QUE NO TIENE EL PETO TRATARA DE QUITÁRSELO A ALGUNO DE SUS COMPAÑEROS, CUANDO EL PETO CAIGA AL SUELO AUTOMATICAMENTE NINGUN JUGADOR TENDRA PETO.
				2	JUEGOS TRADICIONALES	PONCHADOS	UNO DE LOS INTEGRANTES LANZA LA PELOTA HASTA TOCAR CON ELLA A OTRA PERSONA, QUIEN ES TOCADO POR LA PELOTA, ESTA PERSONA TRATA DE PONCHAR A ALGUNO DE LOS REALIZADOR, SIN IMPORTAR SI ESTE ESTA CERCA O LEJOS, EL PONCHADO SE ELIMINARA Y ASI SUCESIVAMENTE .
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	INTERCAMBIOS DE ESCUELAS HUMANITARIAS	UNION INTERDISCIPLINAR QUE PERMITA LA PARTICIPACION DE LAS ESCUELAS DE FORMACION DEL MUNICIPIO (DEL EXPERIENCIAS DE RESCATE Y APOYO EN LAMAS (DANZA, MUSICA Y PINTURA.
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	INTEGRACION MULTIDISCIPLINAR	COMBINACION DE DIFERENTES DISCIPLINAS DEPORTIVAS EN CIRCUITOS CIRCULARES, LINEALES Y MIXTOS INCLUYENDO UNA VARIA PRUEBA A LO LARGO DEL RECORRIDO.
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	FESTIVAL DEL JUEGO	PRESENTACIONES DE JUEGOS Y DEMOSTRACIONES DONDE SE PODRIAN REALIZAR MUCHOS DE LOS JUEGOS APRENDIDOS EN EL PRESENTE FORMATIVO DE FUTBOL
						SALIDA ECOLOGICA	INTEGRACION CON LOS DEPORTISTAS

FECHA DE ENTREGA	25/02/2022
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	CARLOS ANDRES CIAPARRO ACUÑA
MUNICIPIO	QUIPILE

SEGURIDAD SOCIAL – PAGO DE PARAFISCALES MES DE DICIEMBRE

aportes en línea

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 1069584122		CHAPARRO ACUÑA CARLOS ANDRES	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	inspeccion peñanegra	CACHIPAY-CUNDINAMARCA	3106775634	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Límite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2022-12	2022-12	1812457893	9443441394	I	2023/01/05	2022/12/15	NEQUI	0	$309,400

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES

EMPLEADO					PENSION		SALUD			CCF			RIESGOS			PARAFISCALES		
No.	Identificación	Nombres	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Días	IBC	Aporte
Sucursal: PRINCIPAL (1 Afiliados)					$1,000,000	$160,000			$1,000,000	$125,000			$0	$0			$1,000,000	$24,400		$0	$0
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)					$1,000,000	$160,000			$1,000,000	$125,000			$0	$0			$1,000,000	$24,400		$0	$0
Ciudad: CACHIPAY Depto: CUNDINAMARCA (1 Afiliados)					$1,000,000	$160,000			$1,000,000	$125,000			$0	$0			$1,000,000	$24,400		$0	$0
1	CC 1069584122	CHAPARRO CARLOS	230201	30	$1,000,000	$160,000	EPS017	30	$1,000,000	$125,000		0	$0	$0	14-23	30	$1,000,000	$24,400	0	$0	$0
Total	**Afiliados(1)**				$1,000,000	$160,000			$1,000,000	$125,000			$0	$0			$1,000,000	$24,400		$0	$0

aportes en línea

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 1069584122		CHAPARRO ACUÑA CARLOS ANDRES	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	inspeccion peñanegra	CACHIPAY-CUNDINAMARCA	3106775634	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2022-12	2022-12	1812457893	9443441394	I	2023/01/05	2022/12/15	NEQUI	0	$309,400

RESUMEN DE PAGO

RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$160,000	$0	$0	$160,000
PROTECCION	230201	800,229,739	0	1	$160,000	$0	$0	$160,000
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$24,400	$0	$0	$24,400
POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	14-23	860,011,153	6	1	$24,400	$0	$0	$24,400
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$125,000	$0	$0	$125,000
FAMISANAR	EPS017	830,003,564	7	1	$125,000	$0	$0	$125,000
TOTAL				1	$309,400	$0	$0	$309,400

LISTADO DE ASISTENCIA MES DE DICIEMBRE



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL INICIACIÓN

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	ALBERT SANTIAGO VARGAS GONZALEZ	3135084060				1			1	1		1			1		1			1		1		1			1			1	1			12	12	0	100%
2	GISETH VALENTINA CANO GALINDO	3227412551				0			0	0		0			0		0			0		0		0			0			0	0			12	0	12	0%
3	JUAN SEBASTIAN LEGUIZAMON CORTES	3118166163				1			1	1		1			1		1			1		1		1			1			0	1			12	11	1	92%
4	KEVIN FERNANDO BETANCOURTH GALVIS					1			1	1		1			0		0			0		0		0			0			0	0			12	4	8	33%
5	JOSE ALEJANDRO HUERTAS					1			0	1		1			1		0			1		1		0			1			1	0			12	8	4	67%
6	EIVER ENRIQUE BOLAÑO GONZALEZ	3133775524				1			1	1		1			1		1			1		1		1			0			0	0			12	9	3	75%
7	FABIANA GISELLE DA SILVA LAMEDA					0			0	0		0			0		0			0		0		0			0			0	0			12	0	12	0%
8	JULIETH ESTEFANI OVALLE CASALLAS					1			1	1		1			1		1			1		1		1			0			0	0			12	9	3	75%
9	JUSTIN ALEXIS CRUZ BERRIO					1			1	1		1			1		1			1		1		1			0			0	0			12	9	3	75%
10	JUAN FELIPE ROJAS GOMEZ	3133775524				1			1	1		1			1		1			1		1		0			0			0	0			12	8	4	67%
11	ERVEI IN ISARFI BOLAÑO GONZALEZ	3133775524				1			1	1		1			1		1			1		1		1			1			0	0			12	10	2	83%
12	LUISA FERNANDA CARDENAS RODRIGUEZ					1			1	1		1			1		1			1		0		0			0			0	0			12	7	5	58%
13	LEIDY YULIANA IBAÑEZ LOPEZ					1			1	1		1			0		1			0		1		1			0			0	0			12	7	5	58%
14	YURI PAOLA MENDOZA SOLER					1			1	1		1			1		1			1		0		0			0			0	0			12	7	5	58%
15	KEVIN FELIPE RIVERA ORTIZ					1			1	1		1			0		0			0		0		0			0			0	0			12	4	8	33%
16	JUAN SEBASTIAN CALLEJAS MORA					1			1	1		1			1		1			1		0		0			0			0	0			12	7	5	58%
17	CAMILO ANDRES CARDENAS RODRIGUEZ					1			1	1		1			1		1			1		0		0			0			0	0			12	7	5	58%
18	ELISBETH CAROLINA BOLAÑO GONZALEZ					1			1	1		1			1		1			1		0		0			0			0	0			12	7	5	58%
19	LAURA NATALY MENDOZA SOLER	3133775524				1			1	1		1			1		1			1		1		0			0			0	0			12	8	4	67%
20	DULCE MARIA NARVAEZ LOPEZ	3133775524				1			1	1		1			1		1			1		1		0			0			0	0			12	8	4	67%
21	CRISTIAN SANTIAGO HUERTAS LOPEZ					1			1	1		1			1		1			1		1		1			1			1	1			12	12	0	100%
22	SAID FONSECA ABOGADO					1			1	1		0			0		1			1		0		0			1			1	1			12	8	4	67%



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

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	LUIS EDUARDO ORJUELA GARCIA	310 312 8062				0			0	0			0			0	0			0			0	0		0				0	0			12	0	12	0%
2	EMANUEL MELO	3115889635				1			0	1			1			0	1			1			1	0		0				0	0			12	6	6	50%
3	BRAYAN ANDRES PINZON MOLINA	3125356292				0			0	0			0			0	0			0			0	0		0				0	0			12	0	12	0%
4	JOSE DAVID MOLINA					0			0	0			0			0	0			0			0	0		0				0	0			12	0	12	0%
5	ERICK SANTIAGO ACUÑA					1			0	1			0			1	0			1			1	0		0				0	0			12	5	7	42%
6	KAROL YURLEY CANO GALINDO	3227412551				0			0	0			0			0	0			0			0	0		0				0	0			12	0	12	0%
7	YENIFER NATALIA GONZALEZ LEGUIZAMON	3133775524				1			1	1			1			1	1			1			1	1		1				0	0			12	10	2	83%
8	ESTEFANIA MORENO LOPEZ	3133775524				1			1	1			1			1	1			1			1	1		1				0	0			12	10	2	83%
9	JEFFERSON STEVEN GONZALEZ LEGUZAMON	3106775634				1			1	1			1			1	1			1			1	1		1				0	0			12	10	2	83%
10	SANTIAGO PINEDA GARCIA	3144221678				1			1	1			1			1	1			1			0	0		0				0	0			12	7	5	58%
11	JAVIER PEDREROS MUÑOZ	3124937755				1			1	0			1			1	0			1			0	0		0				0	0			12	5	7	42%
12	JUAN PABLO AVILA TELLEZ	3106775634				0			0	0			0			0	0			0			0	0		0				0	0			12	0	12	0%
13	JUAN SEBASTIAN GONZALEZ GONZALEZ	3135084060				1			1	1			1			1	1			1			1	0		0				0	0			12	8	4	67%
14	SERGIO CASTAÑEDA FLOREZ	3222207515				0			0	0			0			0	0			0			0	0		0				0	0			12	0	12	0%
15	JHONNY FAUSTINO MUÑOZ CARRILLO	3219872775				0			0	0			0			0	0			0			0	0		0				0	0			12	0	12	0%
16	DUVAN ANDRES GONZALEZ CIFUENTES					0			0	0			0			0	0			0			0	0		0				0	0			12	0	12	0%
17																																		0	0	0	¡¡DIV/0!
18																																		0	0	0	¡¡DIV/0!
19																																		0	0	0	¡¡DIV/0!
20																																		0	0	0	¡¡DIV/0!



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL 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	LUIS MIGUEL MANCIPE CASALLAS	3227670677				0		0		0			0			0	0			0			0	0			0			0	0			12	0	12	0%
2	LUISA FERNANDA MUÑOZ CARRILLO	3219872775				1		0		1			1			1	0			1			1	0			1			1	1			12	9	3	75%
3	EIDER CASTAÑEDA FLOREZ	3112945146				0		0		0			0			0	0			0			0	0			0			0	1			12	1	11	8%
4	NICOLE SOFIA MORENO CANO	3229065858				0		0		0			0			0	0			0			0	0			0			1	1			12	2	10	17%
5	ANDRES STEVEN TORRES CUERVO	3134737521				0		0		0			0			0	0			0			0	0			0			1	1			12	2	10	17%
6	SHERYL MARIANA MELO CUBILLOS	3115841570				1		0		0			1			0	0			0			0	0			0			0	0			12	2	10	17%
7	SALMA MILETH VARGAS AVILA	3138222742				1		0		1			0			1	0			1			1	0			1			0	0			12	6	6	50%
8	OMAR ALEJANDRO MENDOZA AROCA	3103314961				0		0		0			0			0	0			0			0	0			0			0	0			12	0	12	0%
9	CRISTIAN ACOSTA SOSA	3203495417				0		0		0			0			0	0			0			0	0			0			0	1			12	1	11	8%
10	JUAN ESTEBAN RODRIGUEZ JIMENEZ	3143610577				1		0		1			1			0	0			1			0	1			1			1	1			12	8	4	67%
11	EDISON DAVID RODRIGUEZ MANCIPE	3124178270				0		0		0			0			0	0			0			0	0			0			1	1			12	2	10	17%
12	MAYCOL EDUARDO MENDOZA SOLER	3123892078				0		0		0			0			0	0			0			0	0			0			0	1			12	1	11	8%
13	KEVIN CAMILO RODRIGUEZ JIMENEZ	3143610577				0		0		0			0			0	0			0			0	0			0			0	0			12	0	12	0%
14	JOUBER ALEXANDER TELLEZ	3223544072				1		0		0			0			0	0			0			0	0			0			1	1			12	3	9	25%
15	JOSE ALDEMAR MUÑOZ CARRILLO	3219812773				1		1		1			1			1	1			1			1	1			0			1	1			12	11	1	92%
16	CARLOS JOSE MARTINEZ MORENO	3022892502				0		0		0			0			0	0			0			0	0			0			0	0			12	0	12	0%
17	ANDRES FELIPE FAJARDO AGUIRRE					0		0		0			0			0	0			0			0	0			0			0	0			12	0	12	0%
18																																		0	0	0	#DIV/0!
19																																		0	0	0	#DIV/0!
20																																		0	0	0	#DIV/0!