EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS	
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS N° 1092 DE 2022	
CONTRATISTA	JOHAN SEBASTIAN SUAREZ CORREA
MUNICIPIO / ESCENARIO	SILVANIA (SUBIA)
DEPORTE	FUTBOL DE SALON

OBLIGACION # 1

Continué realizando convocatoria, por grupo de WhatsApp, página del IMDRES y colegio de subía.





OBLIGACION # 2
Presente el plan pedagógico, malla curricular sitios y horarios de entrenamiento de futbol de salón 2022

PLAN PEDAGÓGICO ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA EN FUTBOL DE SALÓN FORMADORES SUMAPAZ

PRESENTADO A: INDEPORTES CUNDINAMARCA.

IMDRES Y CULTURA.

JOHAN SEBASTIAN SUAREZ CORREA

PROFESIONAL EN CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA EDUCACIÓN FÍSICA.

SOACHA, CUNDINAMARCA

FEBRERO 2022

INTRODUCCION

Este es un programa de formación deportiva en futbol de salón está encaminado a niños, jóvenes y adolescentes del Sumapaz atendiendo una necesidad pedagógica, social y deportiva, se desarrollará en los escenarios deportivos de diferentes municipios y veredas apropiados para la práctica deportiva del futbol de salón. Se utiliza el deporte como medio socializador, y generador de valores personales, familiares y sociales orientados hacia la formación en valores y proporcionar a la sociedad buenos ciudadanos. El programa tiene como finalidad el aprovechamiento del tiempo libre en la jornada complementaria, la creación de hábitos deportivos, la interacción social con otros individuos y la consolidación del deporte en los diferentes municipios como alternativa de goce y disfrute articulado con la lúdica y la recreación. El futbol de salón también es un tema social profundamente instalado en el corazón de la humanidad sin importar raza, genero, religión o nacionalidad. No hay actividad en el mundo que exprese tan fielmente el perfil de un pueblo, su temperamento y su talante. Así como en la sociedad la Familia, el futbol de salón en los escolares se constituye en el eje fundamental del desarrollo de la disciplina, además de facilitar el desarrollo motor de los escolares permitiendo el desarrollo psico - afectivo y cognitivo cuyo proceso requiere de experimentar nuevas formas de organizar el aprendizaje para lo cual se tratara de estructurar un programa en la disciplina deportiva del futbol de salón la cual permitirá mejorar las condiciones de aprendizaje bajo la premisa y mejoramiento de calidad de los niños, jóvenes y adolescentes de la región del Sumapaz.

JUSTIFICACION

El futbol salón es la excusa perfecta para encaminar a los escolares de la región del Sumapaz hacia un habito de la cultura física durante varios días a la semana, además de utilizarse como medio para inculcar valores, por medio de la recreación y la lúdica articulada como herramienta pedagógica, logrando fortalecer la formación de niños y jóvenes escolares de esta manera potenciar los diferentes aprendizajes esenciales sobre los cuales estructuramos conceptos, acciones, relaciones en la ubicación racional en el terreno de juego para un mejor desempeño en una acción de juego, es necesario realizar actividades lúdico motrices transversa lisando con otras áreas de

conocimiento para resolver las diferentes acciones ofensivas y defensivas en la toma de decisiones de las jugadas individuales y colectivas mejorando su desarrollo cognitivo.

La propuesta de trabajar el proceso de enseñanza - aprendizaje del futbol de salón tiene su iniciativa en los lineamientos pedagógicos articulados junto con talento humano e implementado en los escolares beneficios en su formación motriz, fundamentos y controles técnicos cuyo propósito adaptarlos a los entrenamientos los cuales están orientados hacia:

1. La transformación de los estilos de gestión metodológica y pedagógica para elevar la calidad de la enseñanza y aprendizaje del futbol de salón
2. A atender las dificultades propias de la desarticulación entre los diferentes niveles del proceso (iniciación, fundamentación, perfeccionamiento deportivo) y su contradicción con las necesidades formativas propias del desarrollo fisiológico en beneficio de la práctica del futbol de salón.
3. Estructurar la organización formativa de los diferentes niveles de acuerdo con las necesidades individuales y grupales. Las competencias y las formas de aprender por medio del deporte podemos mejorar la calidad en el trabajo y potencializar sus habilidades.
4. Mejorar la salud y el estado emocional de los niños y jóvenes vinculados a la población del Sumapaz y la consolidación de estos programas como parte complementaria del programa de talento humano, en la política actual del municipio de Tibacuy para lograr una alta calidad de vida en su comunidad.

Todo ello apunta hacia la construcción de un escenario en el cual los escolares tengan un espacio de socialización e integración con otras personas y grupos semejantes que les permita desarrollar sus habilidades y destrezas específicas del futbol de salón, pero también de dirigir el talento individual hacia búsqueda de alternativas que posibiliten su incursión en otros escenarios más especializados en el cual puedan seguir creciendo y aproximarse al sueño de participar en lo competitivo y/o élite.

Se espera que esta propuesta innovadora en el proceso de formación del futbol de salón beneficie la enseñanza y aprendizaje en su desarrollo cognitivo, además de fomentar mejores resultados en el proceso formativo el cual beneficiara a la masificación de la práctica de este deporte y el buen hábito deportivo de la región del Sumapaz y la consolidación de un ciudadano ejemplar y un deportista educado.

MARCO LEGAL

Las Escuelas de formación deportiva por ser un programa institucional a nivel Nacional y Departamental, cuentan con suficiente respaldo legal, que garantiza su ejecución en cada uno de los municipios del Departamento, como alternativa para mejorar la calidad de vida en la población de niños, jóvenes y adolescentes desarrollando la base y la reserva deportiva de Cundinamarca a mediano y largo plazo.

Este marco legal es el siguiente:

Constitución Política de 1991

Ley 181 del 95 o Ley del Deporte

Ley 115 del 94 o Ley General de Educación

Decreto 2845 de 1984

Decreto 2225 de 1985

Acuerdo 058 de 1991

Resolución 001909 de 1991

Resolución Nº 043 de marzo 15 de 2010

Resolución Nº 026 de febrero 17 de 2011

Plan decenal del Deporte, la Recreación, la actividad Física y la Educación Física 2009.

Las Escuelas Deportivas es un programa educativo extracurricular que contribuye a la formación integral del niño y el joven Cundinamarqués, utilizando como medio el gusto por el juego, para llevarle a la iniciación en la práctica deportiva, con el propósito de orientar y promover futuros ciudadanos con buena calidad de vida y con una condición física y técnica, que nos permitan alcanzar óptimos niveles de competencia. Las Escuelas Deportivas podrán ser creadas por personas naturales y/o jurídicas que previamente hayan cumplido los requisitos establecidos en la Resolución Departamental, para obtener el Aval Deportivo.

El Plan Decenal del Deporte menciona que: quienes cumplan estándares de infraestructura, cuenten con un mínimo de organización, con un programa de Mínimo Vital y atiendan los lineamientos de la política, serán certificados y podrán beneficiarse de los recursos previstos para el sector. En esta actividad se deben involucrar los entes deportivos departamentales por cuanto a través de ellos se promoverá y evaluará la Certificación Municipal.

Los servicios que prestan los Entes Deportivos Municipales, se deben articular

con el Sistema Deportivo Departamental de modo que sus acciones estén orientadas al logro de los objetivos y Metas del Departamento, que a su vez se inscribe en los objetivos y Metas del plan decenal el presente sector.

La certificación de que trata la legislación vigente y el plan decenal del deporte se enmarca en principios rectores del deporte formativo a saber:

• Aumentar la cobertura de la oferta de servicios mediante una política de promoción y fomento.

• Desarrollar una política de excepción para proteger y estimular a los talentos deportivos desde edades tempranas y articular esos esfuerzos con el sistema del deporte asociado del país.

OBJETIVOS GENERAL

Determinar estrategias pedagógicas y metodológicas encaminadas a la formación de lo humano por medio de la práctica deportiva del futbol de salón para potencializar sus cualidades innatas en niños y jóvenes de la región del Sumapaz

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Masificar, seleccionar y detectar talentos con proyección a los grupos base.

- Realizar Subdivisiones de los niños avanzados de los de formación según la categoría encaminándolos a los objetivos específicos de escuela y los de futbol base.
- Promover en los deportistas el perfeccionamiento de las habilidades motrices para posibilitar la interacción eficaz y eficiente con la técnica futbolística.

- Caracterizar las debilidades y fortalezas de los niños en cada categoría, en acciones Físicas, técnicas, tácticas y volitivas específicas según su edad para obtener un mejor proceso de enseñanza-aprendizaje.

- Aplicar los fundamentos técnicos (conducción, dribling, pase y remate) y controles técnicos (amortiguar, semiparar), tácticos (ubicación racional en el terreno de juego) y físicos (capacidades condicionales), lo cual permitirá desempeñarse eficientemente en las diferentes acciones de juego.

- Incentivar a los niños a través del desarrollo y la práctica del fútbol de salon la capacidad de liderazgo cooperación, trabajo en equipo.

- Motivar la práctica del fútbol de salón para ser utilizada para el aprovechamiento del tiempo libre.

POBLACION OBJETO COBERTURA.

GRUPO POBLACIONAL		Femenino	Masculino
1.	Iniciacion (6 a 8 años)	X	X
2.	Fundamentacion (9 a 13 años)	X	X
3.	Perfeccionamientos (14 a 17 años)	X	X
4.	Discapacidad	X	X
5.	Victimas del conflicto armando	x	x

CARACTERIZACION DEL DEPORTE

Para comprender de manera más fácil la población objeto de incidencia proponemos hacer su estudio de acuerdo con tres aspectos básicos del desarrollo evolutivo (características - necesidades e intereses) de los escolares, con el objetivo de llevar un orden orientador acertado que permita ubicarnos en el contexto cronológico de la vida del deportista, pero aquella persona que se dedica a la enseñanza no deberá basarse en reglas pedagógicas fijas, sino que mediante estímulos adecuados deberá procurar una respuesta espontánea donde la autonomía en la resolución del problema y la acción serán sumamente importantes. (Modelo Pedagógico constructivista - Progresista).

Las funciones psico-motoras, las capacidades perceptivo motrices y coordinativas, físicas y funcionales estructuradas por niveles saber lo que enseña o entrena en cada uno de estos en el deporte del futbol deberá saber también cuáles son las

características de los jugadores que tiene a su cargo, qué les interesa y qué necesitan pero también la experiencia les dirá que hay que ser cuidadosos en fijar modelos de comportamientos para determinadas y mejorar patrones de movimiento y basarse en el principio del entrenamiento que reclama individualización.

Teniendo en cuenta que nuestra población objetiva se encuentra en los escolares no todos tienen las mismas capacidades ni necesidades de aprendizaje.

DIMENSION MOTRIZ:

La dimensión motriz considerada como la base principal para el movimiento del hombre en su diario vivir y trasegar en la vida, es factor esencial y determinante para la formación y desarrollo deportivo del invitado de honor en compensar, por tal motivo nuestra preocupación es privilegiar el desarrollo motriz en edades tempranas hasta la maduración y adultez, de esta manera comprender que la dimensión es trasversal a los diferentes contextos del ser humano y su hacer.

Por ende, estamos comprometidos en brindar un servicio innovador y responsable en el desarrollo motriz, de cada invitado, privilegiando su acervo motriz para la adquisición de habilidades, destrezas, capacidades y condiciones, que favorezcan el estilo de vida frente a los hábitos dentro de la cotidianidad orientados a, salud, bienestar, actividad física y deportiva contribuyendo en su calidad de vida, promoviendo en algún momento énfasis en la práctica deportiva del futbol de salon.

De esta forma se crea una estructura metodológica en los procesos de enseñanza y aprendizaje, donde abordamos de manera progresiva y sistemática el desarrollo de contenidos motrices, guiados y orientados por diferentes estilos de enseñanza según la edad, la necesidad y habilidad a desarrollar o mantener.

Para la adquisición de habilidades, destrezas, capacidades y condicionantes mínimas para el desarrollo humano, es de vital importancia tener en cuenta las diferencias en edades, en procesos y a su vez la manera idónea del desarrollo de cada uno de los contenidos de acuerdo a las necesidades de la población, de dicha forma es como se ´plantea en las malla curriculares y se debe llevar el procesos de enseñanza-aprendizaje en la dimensión motriz la cual dará paso a un sinfín de requisitos técnico tracticos, cognitivos y socio afectivos, que se verán entre lazados sin desconocer al ser humano como un todo y no la suma de las partes.

1. Habilidades
    - Locomoción: (Gatear, arrastrar, rodar, girar, trepar, caminar, saltar, correr)
    - Manipulación: (Lanzar, atrapar, golpear, agarrar, desplazar)

2. Destrezas:

- Generales: (Ajustes posturales, variación centro de gravedad, ajustes segmentarios)
- Específicas: (Ajustes articular, orientación corporal, diferenciación segmentaria).

3. Capacidades coordinativas:

- Equilibrio: (Dinámico, estático, recuperado)
- Ritmo: (Dinámico, temporo-espacial, frecuencia, constante, almacenamiento)
- Reacción: (Estimulo, respuesta, movimiento voluntario o involuntario)
- Orientación: (Ubicación temporo-espacial, orientación corporal)
- Diferenciación: (Segmentaria, espacial y temporal).

4. Condicionantes Físicas:

- Resistencia: (Aerobia y Anaerobia)
- Fuerza: (Máxima, resistencia, explosiva)
- Velocidad: (Reacción, ejecución, desplazamiento, aciclica)
- Flexibilidad: (Amplitud Articular, pasiva, activa)
- Elasticidad: (Distención, tención).

Características propias de la filosofía de juego

El componente técnico es un elemento de suma importancia en el desarrollo humano de forma eficaz y eficiente para potenciar su desempeño hacia el logro y desde la acción del ser en su cotidianidad. De acuerdo a lo anterior la técnica se sustenta en el desarrollo de esas habilidades, destrezas, capacidades y condicionantes motrices, cuya relación se manifiesta en las acciones que el jugador realiza dentro de su entorno practico, mejorando su corporeidad para interactuar con mayor fluidez y armonía con el elemento dentro de su experiencia colectiva.

Estructura propioceptiva: proceso donde los sentidos perciben los estímulos aferentes y realizan un esquema de representación donde se agudizan en función de movimientos dinámicos específicos dentro del deporte gestos técnicos, ajustes segmentarios y articulares.

Estructura mecano receptora: Movimientos con elemento donde el deportista realiza e integra ajustes corporales eficientes dentro de su gesto técnico.

CONSIDERACIONES PARA EL PROCESO DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE LA TÉCNICA

De acuerdo a los procesos de enseñanza estipulados en los contenidos progresivos de la malla, se establece una estructura la cual determina una secuencia en sus contenidos prácticos, dadas las edades de desarrollo y las fases sensibles velamos por que el invitado tenga experiencias excepcionales donde explore, irradie, vivencie, descubra, desarrolle, mejore, afiance, consolidar y potenciar.

Con base a lo anterior se debe tener en cuenta la siguiente estrategia en el proceso de enseñanza aprendizaje de la técnica:

- Características del fundamento: Esquema de acción de movimiento dentro de su corporeidad.
- Manifestaciones del fundamento: Relación del fundamento dentro de sus diferentes determinantes y variaciones.
- Consideraciones del fundamento: Desarrollo del fundamento en un entorno de juego práctico en conjunto.

La técnica dentro del ejercicio pedagógico en la escuela de futbol de salon establece tres estructuras en el desarrollo de esta, la cual se manifiesta y relaciona con la adquisición individual, la relación con el contexto y por último la aplicación en situaciones de realidad de juego.

- Técnica analítica: Basada en el desarrollo individual donde hay un constante contacto con el elemento, (repetición, relación con el balón y mecanización)

- Técnica funcional: Basada en el desarrollo del sujeto en un contexto próximo a la realidad de juego (relación elemento, tiempo, espacio, conjunta y colaborativa).

- Técnica competitiva: Basada en el desarrollo del sujeto en el contexto real de juego y sus características cambiantes (control ortostático anticipativo, toma de decisiones y los movimientos tácticos en la realidad de juego)

Conducción.

- Características: Desplazamientos, alternancias perceptivas, ajustes posturales, ajustes segmentarios, superficies de contacto, detenciones, cambios de dirección, orientación corporal.
- Manifestación: Dribling, frenos y aceleraciones.
- Consideración: Frecuencia y ritmo, ajuste perceptivo.

Pase.

- Características: Orientación corporal, Ajustes posturales, Ajustes segmentarios, Ubicación espacial y visión periférica.
- Manifestación: A ras de suelo, media altura y aéreo.
- Consideraciones: Superficies de contacto, Perfilación, control de la fuerza, dirección y trayectoria.

Control.

- Características: Orientación corporal, ajustes posturales, ajustes segmentarios, Ubicación espacial, control detención, control orientado, control ortostático anticipatorio.
- Manifestación: paradas, semi paradas, orientación, amortiguar y desviaciones.
- Consideración: Superficies de contacto y toques simples.

Dominio.

- Características: Desplazamiento con el elemento, ubicación tiempo espacio, orientación corporal.
- Manifestación: Control de la fuerza, ajustes segmentarios y equilibrio dinámico recuperado.
- Consideración: golpes simples, golpes compuestos. superficies corporales

Remate.

- Características: Acoplamiento gestual, y relación temperó espacial.
- Manifestación: Ubicación, potencia y dirección
- Consideración: Perfilación, Pie de apoyo, pie de fuerza, superficies de contacto, golpe dinámico, golpe estático.

Fintas amagues.

- Características: Ubicación corporal y Alternancias segmentarias con y sin el elemento.
- Manifestación: Modificación del centro de gravedad, giros rotaciones corporales y óseas articulares axiales.
- Consideración: Imbalances, aceleraciones, cambios de ritmo y acoplamientos en el tiempo y el espacio.

De esta manera se define una estructura dentro del proceso de enseñanza aprendizaje en la escuela de futbol de salon relacionando los contenidos temáticos de la dimensión técnica y las particularidades de la población, donde el modelo pedagógico de desarrollo humano responde a las necesidades de los invitados por medio de diferentes estilos de enseñanza que favorecen los procesos crecientes de la formación integral, por medio de experiencias de aprendizaje deportivo excepcionales fomentando la construcción de tejido social y una filosofía de juego propia.

DIMENSION COGNITIVA:

La dimensión cognitiva enmarca el desarrollo de habilidades perceptivas y sensitivas que propicien en el invitado un proceso cognitivo de representación de su realidad por medio de canales. Visual, auditivo, tacto, gusto y olfato, siendo el visual y el auditivo el de mayor desarrollo dentro de la agudeza perceptiva en el futbol de salón su vez debemos tener las respuestas mecano receptoras que permiten en el invitado un feedback propioceptivo y estereoceptivo posicionándolo en una situación de análisis, interiorización, interpretación, codificación, toma de decisiones, respuesta o ejecución motriz y cognitiva siendo la práctica deportiva un acto educativo especial que tiene una transversalidad en sus contextos próximos a nivel familiar, emocional, social, educativo y volitivo.

Sentidos espaciales: Los sentidos brindan al ser humano una relación y conciencia con su contexto y entorno, ofreciendo la adquisición y elaboración de la información con la cual se construyen representaciones para desenvolverse en su entorno,

(1. **Auditivo**: Es algo que hacemos de manera automática, rápida y sin esfuerzo. No obstante, todo esto se lleva a cabo mediante un complejo proceso que implica una serie de estructuras cerebrales especializadas en la percepción auditiva y en el reconocimiento de los distintos sub-componentes de la audición.

2. **Tacto**: Proporciona información acerca del medio ambiente- Proporciona información acerca del propio cuerpo- Permite crear un esquema corporal (una representación neural de las diferentes partes del cuerpo)

3. **Gusto:** Es función principalmente de las yemas gustativas en la boca. Las yemas se encuentran en 3 tipos diferentes de papilas linguales y también en paladar y epiglotis. La importancia del gusto radica en la capacidad de escoger alimentos según las preferencias y necesidades metabólicas en un momento dado.

4. **Olfato**: Las células receptoras para el **sentido del olfato** son las células olfatorias, que presentan cilios olfatorios (con su respectiva proteína receptora), los cuales reaccionan a los olores en el aire (estímulo químico). La sustancia olorosa produce despolarización de la membrana celular de la célula olfatoria.

5. **Visión**: La visión constituye uno de los sentidos más importantes. En el ser humano es con diferencia el sentido más desarrollado y una gran parte de la corteza cerebral está dedicada al análisis de esta información sensorial. [1] La luz es energía electromagnética en forma de ondas, que han de llegar al receptor situado en la profundidad del ojo, en la capa sensible o retiniana. El estímulo, antes de llegar a los receptores, ha de atravesar una serie de elementos que forman parte de la estructura

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa - Torre Beneficencia Piso 5.
Código Postal: 111321 – Teléfono: 749 1205 Exy 1228
/CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

del ojo o globo ocular, y en este camino el estímulo es desviado para lograr alcanzar con la máxima eficiencia los receptores lumínicos o fotorreceptores.

1. Sensación -

.

1. Impresión que los estímulos externos producen en la conciencia y que es recogida por medio de alguno de los sentidos.

"tocar hielo produce sensación de frío"

2. Impresión o emoción que produce un acontecimiento importante o novedoso.

"no te puedes imaginar la sensación que me produjo saber que me habían concedido el premio"

1. Propiocepción:

mecanos receptores: Los mecanos receptores son órganos especializados que convierten un estímulo físico específico, un cambio en la posición de la articulación o en la velocidad del movimiento, por ejemplo, en una señal nerviosa que puede ser descifrada y que puede generar una respuesta en el sistema nervioso central.

Fases de la percepción:

Entre todas, se ha determinado que la percepción funciona con un proceso de tres etapas:

- Detección / Exposición. Como se dijo, los individuos solo perciben una porción pequeña de los estímulos que están a su alcance. ...
- Atención / Organización. ...
- Interpretación.

3. Procesamiento de la información

Una corriente especialmente influyente dentro del cognitivismo ha sido la teoría del procesamiento de la información, que compara la mente humana con un ordenador para elaborar modelos que expliquen el funcionamiento de los procesos cognitivos y el modo en que determinan la conducta.

Información

1. Presentación de la tarea: El enfoque con el que comienzan las **teorías cognitivas del aprendizaje** es el procesamiento de la información, que adopta la analogía del ordenador para estudiar y explicar el **funcionamiento de la mente humana**. La

mente procesa la información, desde su entrada (*input*) hasta su salida (*output*), mediante una serie de procesos (recogida de información, procesamiento, almacenamiento, recuperación y uso de ella cuando sea necesario) que operan de manera sucesiva y secuencial: **educa tu mente**.

Atención: La atención es un proceso psicológico básico e indispensable para el procesamiento de la información de cualquier modalidad (imágenes, palabras, sonidos, olores, etc.) y para la realización de cualquier actividad. Su función es seleccionar del entorno los estímulos que son relevantes para llevar a cabo una acción y alcanzar unos objetivos

Selección distribución y sostenida:

Focos: **Los Focos Atencionales son el destino y la dirección que le damos voluntaria e involuntariamente a nuestra atención.** Los Focos Atencionales son cuatro y se diferencian entre sí por la Amplitud y por la Dirección. Los cuatro son:

Amplio Externo: utilizado para **"evaluar"** la situación deportiva (Ej.: para leer desde dónde viene el juego, cómo está parado el rival y dónde están mis compañeros)

Amplio Interno: utilizado para **"analizar y decidir"** en función de toda la información externa antes recaudada. Es la etapa táctica. (Ej.: cambiar de frente para vulnerar al rival)

Reducido Interno: utilizado para **"preparar la ejecución"**. Es el foco empleado para encontrar la indicación técnica adecuada (Ej.: amagar a buscar el centro en el primer palo e ir al segundo)

Reducido Externo: centrado en la **"ejecución"**. Este foco permite que el deportista solo atienda a lo relevante del juego sin interferencias exteriores.

–centros)

Codificación: Es el proceso mediante el cual la información se convierte en otra forma aceptable para la transmisión. La decodificación invierte este proceso para interpretar la información. ... El host de destino recibe y decodifica las señales para interpretar el mensaje.

Confrontación: Es un encuentro cara a cara donde dos o más personas discuten sus diferentes puntos de vista, opiniones, soluciones, visiones, situaciones, etcétera de una determinada cuestión, pudiendo ser o no pacífica. Si hay agresión, la **confrontación** derivará en un enfrentamiento.

Representación: consiste en la expresión gráfica de un objeto con la finalidad de proporcionar la información necesaria para facilitarse su análisis.

1. **Toma de decisiones**: Proceso mediante el cual se realiza una elección entre las opciones o formas para resolver diferentes situaciones. Decía Johan Cruyff

4. Ejecución y respuesta

5. Retroalimentación feedback

DIMENSION TACTICA: Respeto por una idea de juego, Servicio hacia el juego

- Filosofía de juego
- Principios de juego o Tácticos bien definidos
- Modelo de juego
- Sistemas de juego Propositivos
- Idea de juego: posesión, conservación, contra ataque, reactivo, Proactivo o propositivos

Escolares

Características biológicas y psicológicas:
- Compensación entre el crecimiento en ancho y en alto.
- Relación favorable entre peso y fuerza.
- Equilibrio sico-físico.
- Predisposición para el rendimiento.
- Osadía.
- Iniciación de una conciencia de la forma.
- Relación con el medio ambiente.
- Goce de la competencia.
- Las performances motoras siguen aumentando en relación con el peso y la talla.

Qué Necesita:
- Bastarse a sí mismo, valorarse.
- Actuar en grupos, en equipos que exijan activa participación y responsabilidad.
- Expresarse en el movimiento. -

Qué les Interesa:
- Les interesa el juego, particularmente aquel que requiere destrezas especiales o presenta dificultades técnicas.
- Les atrae principalmente el dominio de los elementos de juego.
- No les interesa en igual medida las tácticas.
- Les importa mucho la competencia, el ganar, demostrar su valor.
- El juego en función de equipo que desempeña un factor importante.
- Les interesa fundamentalmente las pruebas que les den la medida de su capacidad y progreso.
- La interacción con otros individuos partidos de integración, por las posibilidades de descubrimiento y aventura buscando mejorar en todos sus aspectos.

Se deberá:
- Presentar mayores exigencias en cuanto al rendimiento en resistencia y fuerza.

- Captar la habilidad de movimiento y aprovecharla para educar forma y ritmo.
- Cuidar el comportamiento en juegos colectivos y competencias.

Por lo anteriormente expuesto, es recomendable que: luego de agrupar a los jugadores para los entrenamientos, se los divida en subgrupos de acuerdo a sus características técnicas, nivel de maduración y calidad de respuestas ante determinados estímulos.

Conocer el grado de madurez, es importante para los deportes de choque o de contacto claro que lo ideal sería que los tomáramos en forma individual, pero ante la imposibilidad de ello deberemos adaptarnos a la realidad.

Perfil: Para llevar a cabo el programa se requieren empleado con gran interés y gusto por el deporte del futbol, con el fin de lograr un correcto proceso de enseñanza y aprendizaje de las partes técnicas, tácticas, teóricas, volitivas y físicas, Se deberá tener en cuenta las siguientes necesidades generales y específicas:

AFECTIVAS.

• El individuo debe desarrollar actividades que estén acordes a sus gustos e intereses, de forma que la actividad se convierta para él en un espacio de goce y disfrute, que, a la vez, le permita obtener pautas que contribuyan con su proceso formativo continuo.

• Favorecimiento de la búsqueda personal y proposiciones de tareas diferenciadas en función de necesidades individuales.

• Despertar sentido de pertenencia por su Universidad, su trabajo, por su salud, su ciudad, su país y en general por los símbolos que identifican su arraigo e identidad nacional.

• Involucrar la estructura familiar dentro del proceso de entrenamiento de formación deportiva que garantice una verdadera formación integral de los sujetos.

• Enfatizar en el proceso de autorrealización personal.

SOCIALES.

• Variedad de formas metodológicas que permitan la participación activa, posibilitando la reflexión sobre la acción

• Creación de valores y principios orientados a la convivencia, la tolerancia y el respeto por la individualidad, como ejes fundamentales del proceso socializador humano.

• Desarrollar habilidades comunicativas y participativas dentro del grupo de trabajo como forma inicial de la expansión social y comunitaria.

• Propiciar espacios de reflexión sobre la realidad circundante tanto a escala individual como social.

• Fomentar y exaltar las actitudes de liderazgo.

• Desarrollo del compromiso con el cuidado del medio ambiente.

COGNITIVAS.

• Iniciación del aprendizaje de ejecución de tareas encaminadas a realizar trabajos de alto rendimiento a partir del planteo de situaciones problemáticas.

• Propiciar al sujeto una gama variada de actividades que le permitan formarse no solo en el ámbito deportivo de alto rendimiento sino de una forma integral.

• Promocionar la concepción de inquietudes y preguntas generando a la vez mecanismos de solución a éstas.

• Concientizar al sujeto del papel protagónico a realizar en su proceso de formación.

FÍSICAS.

• Desarrollo de las habilidades motoras específicas de la actividad deportiva.
• Potenciar las habilidades motoras individuales y grupales.
• Mejoramiento de la calidad de vida de los practicantes de las actividades físicas.
• Propiciar la creación de una verdadera cultura deportiva, basada en la concientización de ciertas normas generales del trabajo como: El calentamiento, la nutrición, el descanso, la vuelta a la calma después de la actividad deportiva, entre otras.

• Promoción de la práctica de actividad física o deportiva como forma de mejoramiento del estado general de salud, recreación, descanso y supresión del sedentarismo.

VOLITIVAS.

• Creación de sentido de disciplina y autocontrol en todos los participantes.

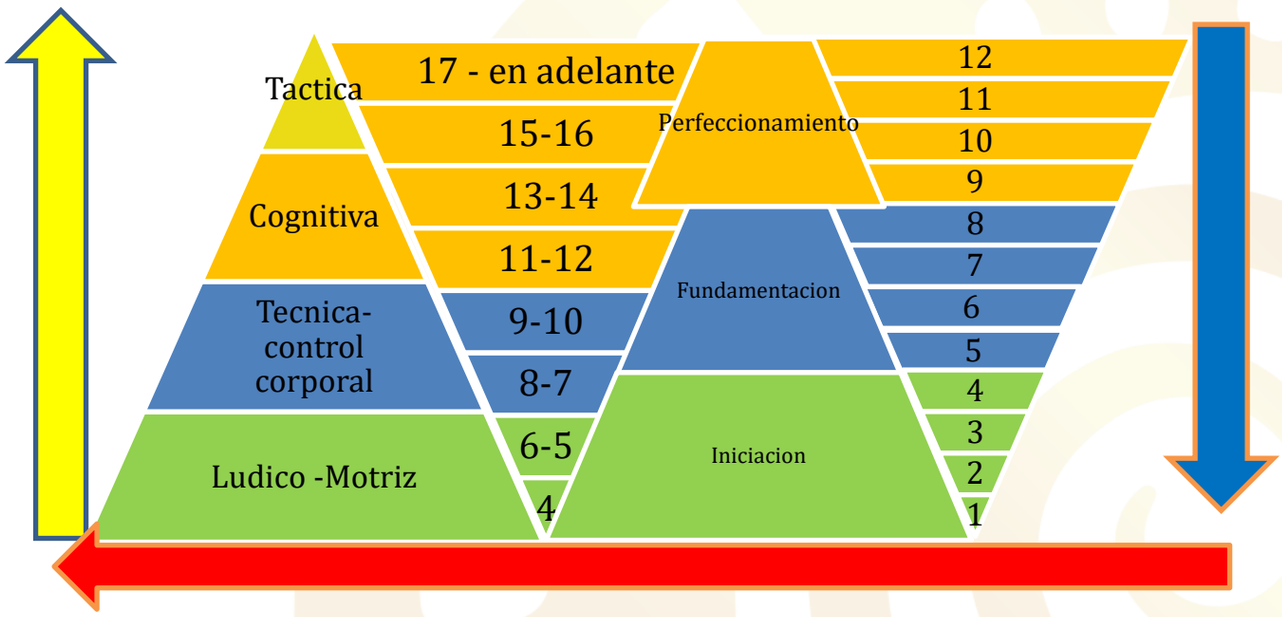
• Formación de un espíritu de combatividad y respeto por los compañeros y oponentes.

• Creación del sentido del respeto por el juego limpio.

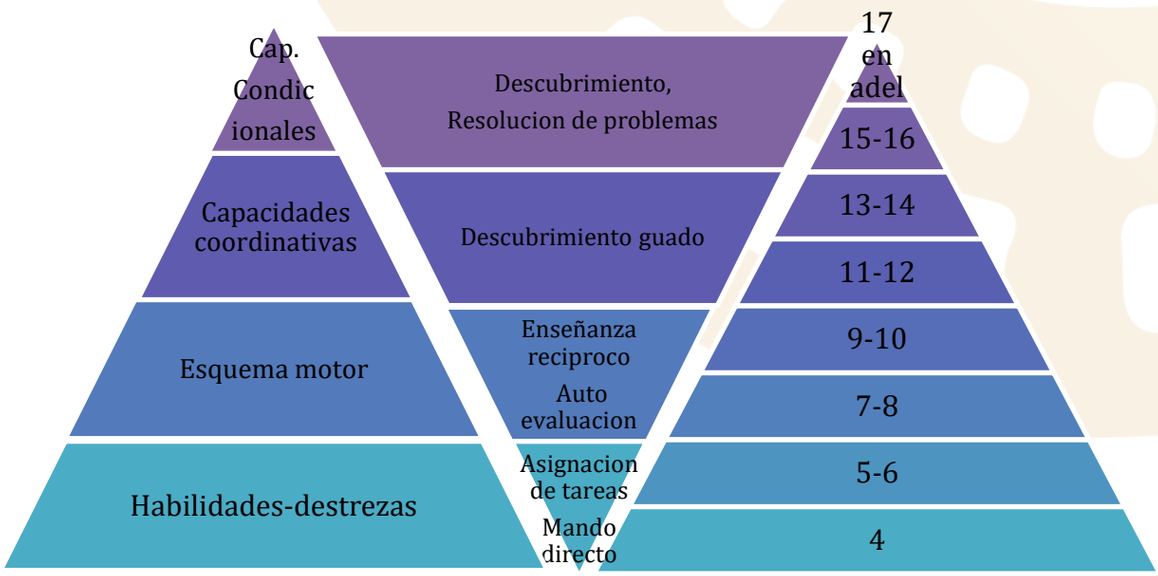
• Desarrollo de la autoestima como medio de optimización de las capacidades individuales.

ESTRUCTURA POR NIVELES

Escuela de Formacion Deportiva en Futbol de Salon



ESTILOS DE ENSEÑANZA SEGÚN LA EDAD, LA NECESIDAD Y HABILIDAD A DESARROLLAR O MANTENER.



CONTENIDOS TEMATICOS

ASPECTO FÍSICO	ASPECTO TÉCNICO	ASPECTO TÁCTICO	ASPECTO PSICOLÓGICO	ASPECTO COGNITIVO

Conductas motrices ❑ habilidades motrices básicas 19anipulación locomoción estabilidad ❑ habilidades motrices complejas rapidez velocidad fuerza rápida fuerza explosiva flexibilidad	**Manejo del balón** ❑ Superficies de contacto Controles **Utilización del balón** ❑ Conducción ❑ Dribling ❑ Pase ❑ Remate **Otras maniobras técnicas**	**Principios de juego** **Clásicos** ❑ Generales ❑ Defensivos ❑ Ofensivos **Principios fundamentales de la táctica** ❑ Principios ofensivos ❑ Principios defensivos	❑ Evaluaciones psicológicas ❑ La comunicación ❑ La ansiedad ❑ Factores internos ❑ Factores externos ❑ Concentración ❑ Confianza	❑ charlas sobre: ❑ reglamento ❑ comportamiento individual y grupal ❑ la toma de decisiones ❑ solución de problemas

- Los contenidos temáticos se desarrollarán teniendo en cuenta las direcciones de entrenamiento.
- Direcciones determinantes y direcciones condicionantes de rendimiento de acuerdo a la relación funcional y físico motriz así:
- Anaeróbica aláctica; rapidez, fuerza rápida, fuerza explosiva, técnica de definición
- Anaeróbico láctico: resistencia de la velocidad, técnico – táctico, técnica de perfeccionamiento, competiciones.
- Anaeróbico aeróbico: resistencia de la velocidad, resistencia mixta, técnico – táctico, técnica de definición y técnica defensiva.
- Aeróbico: técnica correctiva y resistencia aeróbica (general).

METODOLOGIA DE TRABAJO

FORMAS DE TRABAJO	ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	ESTRUCTURAS DIDACTICAS
• JUEGOS • FORMAS JUGADAS • JUEGOS DE APLICACIÓN • JUEGOS DE COMPETENCIA	JUEGOS TACTICOS MENORES • SIN METAS • CON UNA META • CON DOS METAS • FRENTE A LA LINEA DE FONDO	• IGUALDAD NUMERICA • DESIGUALDAD NUMERICA

PROGRESION METODOLOGICA APARTIR DE LOS CONCEPTOS TACTICOS Y PRINCIPIOS DE JUEGO

CONCEPTO TACTICO Y PRINCIPIO DE JUEGO	ESTRATEGIA METODOLOGICA	ESTRUCTURA DIDACTICA
ATAQUE	JUEGOS • FRENTE A LA LINEA DE FONDO • CONDOS METAS	3 VS 1 4 VS 2 3 VS 2 3 VS 3

DEFENSA	JUEGOS • CON UNA META • CON DOS METAS • FRENTE A LA LINEA DE FONDO	3 VS 1 4 VS 2 3 VS 2 3 VS 3
CONMUTACIONES ATAQUE – DEFENSA	JUEGOS • CON UNA META • CON DOS MENTAS • FRENTE A LA LINEA DE FONDO	3 VS 1 4 VS 2 3 VS 2 3 VS 3

La propuesta se desarrollará siguiendo los siguientes tipos de metodología:

- ❖ Global
- ❖ Analítico
- ❖ Tareas de movimiento
- ❖ Resolución de problemas

CONTROL SEGUIMIENTO Y EVALUACION

Se llevara acabo por medio de las pruebas fisicas, antropometricas direccionados por indeportes Cundinamarca ademas, por medio de eventos deportivos, recreativos y ludico- motrices.

CRONOGRAMA DE ACTIVIADES

Actividades Por Ejecutar	Fecha
TEST (físicos, técnicos y tácticos)	FECHAS ESTABLECIAS POR INDEPORTES

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL INICIACIÒN

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
	INICIACION	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	El niño tiene la Capacidad de coordinar movimientos de partes del cuerpo involucrando elementos y movimientos asilados para formar un solo
						RITMO	familiarizar a el niño con la Capacidad de repetición regular o periódica de una estructura ordenada de movimiento, que tiene una previa
						EQUILIBRIO	el niño tiene Capacidad de mantener o recuperar la posición del cuerpo durante la ejecución de los movimientos propios del futsal.
						ORIENTACION	estimular en el niño la Capacidad de determinar la posición y los movimientos del cuerpo en el espacio y en el tiempo.
						DIFERENCIACION	el niño tiene la Capacidad de realizar movimientos finos y graduados, teniendo en cuenta los parámetros dinámicos,
						REACCIÓN	estimular en el niño la Capacidad de realizar acciones motrices oportunas y preparatorias, en respuesta a estímulos del medio
						ADAPTACIÓN	el niño tendra la capacidad de cambio ante nuevas situaciones, que representan un ajuste de los
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	el niño realiza sus capacidades motrices de forma ritmica y coordinativa.
						CORRER	maneja una buena tecnica en los movimientos y ahorra energia en cada uno de ellos.
						SALTAR	refuerza su potencia del tren inferios y logra mejorar la capacidad de base
						ATRAPAR	tiene la capacidad de recibir y atrapar moistrando buenos reflejos viso manuales y viso pedicos
						RODAR	fortalece sus capacidades motrices gracias a las diferentes actividades recreodeportivas.
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	maxima	estimular en el niño la capacidad de realizar movimientos de muy poca velocidad, pero que adquieren un esfuerzo de resistencia de peso.
						explosiva	el niño reconoce la capacidad que tiene su cuerpo y sus musculos de realizar movimientos veloces con pequeñas cargas.
						resistencia	estimular en el niño la capacidad que tiene el musculo de vencer una resistencia durante un largo periodo de tiempo
				2	RESISTENCIA	aerobica	el niño comprende la capacidad que tiene su organismo para mantener un esfuerzo continuo durante un periodo de tiempo prolongado.
						anaerobica	explorar en el niño la capacidad que tiene su organismo para mantener un esfuerzo de intensidad elevada durante el mayor tiempo posible.
				3	VELOCIDAD	reaccion	el niño tiene la capacidad de responder con movimientos a estimulos externos de manera rapida y en el menor tiempo posible.
						gestual	explotaría capacidad del niño en realizar la ejecucion de movimientos gestuales en una mayor rapidez
						desplazamiento	estimular en el niño la capacidad de desplazarse de un lugar a otro en el menor tiempo posible.
				4	FLEXIBILIDAD	dinamica	el niño comprende la maxima amplitud de las articulaciones, incluyendo desplazamientos de una o varias partes del cuerpo.
						estatica	explora su flexibilidad de manera estatica buscando adoptar pocisiones, mantener un estriramiento durante varios segundos.
		TECNICO	DESTREZAS	1	PASE	PAREDES	PAREDES CONSECUTIVAS ENTRE VARIOS JUGADORES TENIEMDO EN CUENTA EL JUEGO EN EQUIPO Y SOLIDARIDAD DE JUEGO
						DE PRIMERA INTENSION	EL NIÑO TIENE LA CAPACIDAD DE REALIZAR PASES DE PRIMERA INTENSION O AUN TOQUE DANDOLE VELOCIDAD Y PRECISION.
						A RAS DE PISO	REALIZA TOQUES AL BALON CON UNO O VARIOS COMPAÑEROS TENIENDO EN CUENTA QUE EL BALON NO SE ELEVA DE LA SUPERFICIE DE JUEGO.
						A MEDIA ALTURA	EL NIÑO TIENE LA CAPACIDAD DE REALIZAR PASES MAS ELEVADOS A LA ALTURA DE LA CINTURA.
				2	REMATE	SUPERFICIES DE CONTACTO	EL NIÑO RECONOCE Y REALIZA EL REMATE CON LAS DIFENTES PARTES DEL CUERPO CON LAS QUE PUEDE LOGRAR UNA ANOTACION.
						DE PRIMERA INTENSION	EJECUTA REMATES SIN DETENER EL BALON O CON EL BALON EN MOVIMIENTO
						VOLEA	TIENE LA CAPACIDAD DE REMATAR A LA PORTERIA CUANDO EL BALON ESTE EN EL AIRE.
				3	CONTROL	ESTATICO	EL DEPOSTISTA TIENE LA CAPACIDAD DE DETENER EL BALON SIEMPRE Y CUNDO ESTE EN UNA POCISION ESTATICA PARA FACILITAR EL MOVIMIENTO
						DIRIGIDO	REALIZA UN CONTROL EL CONTROL DEL BALON BUSCANDO UN MIVIMIENTO POSTERIOR EL BALOS SIGUE EN MOVIMIENTO.
						PARADA	EL NIÑO DETIENE POR COMPLETO EL BALON LOGRANDO LA POSECION DE ESTE Y MANEJO COMPLETO DEL ELEMENTO
						SEMIPARADA	EL NIÑO CONTROLA EL BALON CON LAS DIFERENTES PARTES DEL CUERPO POR LO TANTO EL ELEMENTO MNO QUEDA TOTALMENTE QUIETO.
				4	CONDUCCION	SUPERFICIES DE CONTACTO	RECONOCE LAS DIFERENTES PARTES DEL PIE CON LAS CUALES PUEDE REALIZAR EL TRANSPORTE DEL BALON
						VISION PERIFERICA	MANTIENE UNA BUENA POSTURA SIEMPRE CON SU CABEZA LEVANTADA PERO SIN DEJAR DE MIRAR EL BALON.
						CONTROL CONSTANTE	RELIZA TOQUE A EL BALON DE MANERA COORDINADA Y CON LA SUFICIENTE FUERZA PARA EL TRASPORTE DE ESTE
				5	DRIBLING	FINTA	EL DEPORTISTA CREA GESTOS DE ENGAÑO CORPORAL REALIZANDO MOVIMIENTOS RAPIDOS EXPLOSIVOS.
						CREATIVIDAD	EL NIÑO TIENE CREATIVIDAD PARA REALIZAR MOVIMIENTOS DE ENGAÑO E EL RIVAL
						SIMPLE	Busca superar al adversario de la manera más sencilla posible. Realizando el mínimo contacto con el balón.
						COMPUESTO	Se utiliza la finta y el mayor número de superficies de contacto.
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	origen	el niño conoce la historia del deporte futbol de salon donde nacio y como fue creado.
						inicios en colombia	el niño conoce como llego el deporte a colombia y cuales son sus maximos exponentes .
						EVOLUCION	CONOCE LA EVOLUCION DE DEPORTE DEL FUTBOL DE SALON HASTA LA FECHA POR MEDIO DE HERRAMIENTAS TECNOLOGICAS
				2	REGLAMENTACION	balon	el niño conoce el elemento fundamental para la practica del futbol de salon teoricamente sus dimensiones, material.
						reglas de juego	el niño tiene conocimiento del reglamento basico del futbol de salon actualizado a la fecha.
						indumentaria deportiva	el deportista utiliza la indumentaria adecuada para la practica del futbol de salon.
						medidas de campo	el niño reconoce las dimensiones del campo y cada uno de los espacios ubicados en este, puntos, lineas porterias etc.
						numeros de jugadores	el deportista reconoce cuantos jugadores deben estar en el campo en una situacion real de juego, como tambien reconoce roles y ubicaciion .
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	escenarios	el deportista mantiene aseado y en buen estado los escenarios deportivos donde se realiza el futbol de salon.
						materiales deportivos	el niño cuida y mantiene en buen estado los materiales propios del deporte y de cada sesion de clase.
						uniformidad	el deportista porta el uniforme limpio y siempre mantiene una buena presentacion personal.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	**respeto**	se fortalece el respeto por los compañeros, por el formador manteniendo siempre los buenos modales y la sana convivencia en cada sesion de entrenamiento.
						amistad	los deportistas fortalecen los lasos de amistad por medio de la colaboracion y sesiones de entrenamiento.
						responsabilidad	los deportistas muestran responsabilidad en cada entrenamiento siendo puntuales en la hora de inicio y final de cada sesion, utilizando las normas de bioseguridad etc,
						igualdad	los niños comprenden que cada ser es diferente y que no importa color de piel, estrato social o religion mantienen el respeto por cada persona.
						solidaridad	el niño comprende el valor de ayuda y colabora a sus compañeros .
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	EXPLICAR LA IMPORTANCIA DEL RESPETO POR SU PROPIO CUERPO Y EL DE SUS COMPAÑEROS , A TRAVÉS DEL CUIDADO PERSONAL Y LA HIGIENE.
						ALIMENTACIÓN	EXPLICAR QUE UNA BUENA ALIMENTACION E HIDRATACION MEJORA LA SALUD Y EL RENDIMIENTO DEPORTIVO.
						PRESENTACION PERSONAL	EXPLICAR LA IMPORTANCIA DE LA PRACTICA DEL DEPORTE, COMO MEDIO QUE PERMITE MANTENER UN ESTADO OPTIMO DE SALUD.
						DESCANSO Y SUEÑO	EXPLICAR LA IMPORTANCIA A NIVEL ANÍMICO QUE TRAE CONSIGO EL PRACTICAR DEPORTE Y COMO ESTE INFLUYE EN SU ASPECTO EMOCIONAL , TENIENDO EN CUENTA EL DESCANSO Y RECUPERACION QUE EL SUEÑO PROPORCIONA
						EJERCICIO FISICO	EXPLICAR LAS POSIBLES PROBLEMÁTICAS QUE SE PUEDEN PRESENTAR CUANDO NO SE REALIZA ALGÚN TIPO DE ACTIVIDAD FÍSICA O DEPORTIVA Y COMO ESTA AFECTA NUESTRO BIENESTAR.
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	INCULCAR Y REFLEJAR ACTITUD POSITIVA EN CADA SESION DE CLASE, TERMINAR CON UNA AUTO REFLEXION CADA SESION DE CLASE
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	MEJORA Y DEMUESTRA ESFUERZO EN CADA SESION DE CLASE CON RESPONSABILIDAD Y RESPETO HACIA SU TRABAJO Y EL DE EL PROFESOR.
						OBJETIVOS DEPORTIVOS	SE PLANTEA OBJETIVOS Y METAS CLARAS QUE LOGRARA AFRONTAR Y SUPERAR EN EL DESARROLLO DE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO.
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	INCULCAR EN EL NIÑO LA RELEVANCIA DE PRESTAR ATENCIÓN A LOS ASPECTOS TEÓRICOS Y PRÁCTICOS QUE SE DAN DENTRO DE LA SESIÓN DE CLASE.
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	RECALCAR LOS PROCESOS DE CONVIVENCIA DURANTE LAS SESIONES DE CLASE A TRAVÉS DE JUEGOS Y FORMAS JUGADAS, CON SITUACIONES QUE ESTIMULEN AL NIÑO A TENER LA CAPACIDAD ATENCIONAL CENTRADA EN LA DINÁMICA DEL MOMENTO Y EL SABER ESTAR Y SER DENTRO DE CADA SESION DE ENTRENAMIENTO
						TOMA DE DECISIONES	TIENE LA INICIATIVA DE TOMA DE DECISIONES Y ASUME RESPONSABILIDAD POR LAS MISMAS
						ADQUISICION DE ROLES	ASUME LIDERAZGO Y ROLES EN LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	PRE DEPORTIVOS	GENERAR ESPACIOS RECREODEPORTIVOS Y JUEGOS MODIFICADOS DE FORMA QUE LOS NIÑOS DE DIVIERTAN Y TENGAN UNA ACTITUD MAS POSITIVA
						JUEGOS ACUATICOS	REALIZAR ACTIVIDADES EN ESPACIOS DIFERENTES COMO EN EL AGUA O LA PISCINA CON EL FIN DE SALIR DE LO MONOTONO
						JUEGA CON TU FAMILIA	CREAR ESPACIOS DONDE EL NIÑO COMPARTA BCON SU FAMILIA EN AMBITOS DEPORTIVOS Y RECREATIVOS
				2	JUEGOS TRADICIONALES	JUEGOS DE CALLE	GENERAR ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS QUE FOEMNTEN Y MEJOREN LA AMTAD Y LA RELACION PERSONAL DE LOS NIÑOS.
						TEJO	PROYECTAR AL MENOS UNA CLASE DONDE LOS NIÑOS CONOZCAN EL JUEGO NACIONAL DEL TEJO Y MEJOREN DE ALGUNA MANERA SU COORDINACION OCULO MMANUAL
						RANA	PROPICIAR ESTE JUEGO AUTOCTONO COMO FORMA DE MEJORAR LA CONVIVENCIA Y NO DEJAR DE LADO LAS COSTUMBRES DE NUESTRO PAIS.
						YERMIS	PARTICIPA DE MANERA ACTIVA Y CON BUENA ACTITUD DE TODAS LAS ACTIVIDADES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	ESPACIOS TECNOLOGICOS	PROPICIAR ESPACIOS DE ENTRETENIMIENTO A TRAVÉS DE PROYECCIÓN DE PELÍCULAS O CON LAS DIFERENTES HERRAMIENTAS TECNOLÓGICAS QUE BRINDEN UNA POSIBILIDAD DE DISTRACCIÓN SANA Y SE RELACIONE A SU VEZ CON EL PROCESO DEPORTIVO DEL NIÑO.
						LUDICAS Y MIMICA	GENERAR ESPACIOS RECREATIVOS DONDE LOS NIÑOS EXPRESEN OTROS TALENTOS DOMO LENGUAJE CORPORAL Y GESTUAL.
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	MACH RECREATIVOS	DESARROLLAR ACTIVIDADES A TRAVÉS DE CIRCUITOS QUE INVOLUCREN TODO TIPO DE MOVIMIENTOS Y A SU VEZ GENERE EN EL NIÑO SENSACIONES POSITIVAS Y DE AGRADO.
						HABILIDADES RECREATIVAS	GENERAR EN EL NIÑO AMBIENTES DE ESPARCIMIENTO Y MOVIMIENTO A TRAVÉS DE CIRCUITOS DE JUEGO.
						CIRCUITO HABILIDADES TECNICAS	PARTICIPA DE LAS ACTIVIDADES ORGANIZADAS POR EL ENTRENADOR FOMENTANDO LA COMPETENCIA Y DEMOSTRANDO LAS HABILIDADES PERSONALES DE CADA NIÑO
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	POLIMOTORES	GENERAR ESPACIOS RECREATIVOS POLIMOTORES MANCOMUNADAMENTE CON LAS DEMAS ESCUELAS DE FORMACION DEL MUNICIPIO.
						ENCUENTROS DEPORTIVOS	PARTICIPA DE CADA EVENTO DEPORTIVI O INTERCAMBIO CON LAS DEMAS ESCUELAS DE FORMACION
						CELEBRACIONES FECHAS ESPECIALES	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE TODAS LAS CELEBRACIONES TRADICIONALES PROPUESTAS POR NEL ENTE ADMINISTRATIVO O MUNICIPIOS , OFICINAS DED DEPORTES ETC.

FECHA DE ENTREGA	2-mar-22
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	JOHAN SEBASTIAN SUAREZ CORREA
MUNICIPIO	SILVANIA CUNDINAMARCA

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL FUNDAMENTACION

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
	FUNDAMENTACION	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	el niño tiene la capacidad de coordinar movimientos de partes del cuerpo involucrando elementos y movimientos aislados para formar un solo
						RITMO	caracterizar a el niño con la capacidad de repetición regular o periódica de una estructura ordenada de movimiento, que tiene una previa
						EQUILIBRIO	el niño tiene Capacidad de mantener o recuperar la posición del cuerpo durante la ejecución de los movimientos propios del futbal.
						ORIENTACION	estimular en el niño la Capacidad de determinar la posición y los movimientos del cuerpo en el espacio y en el tiempo.
						DIFERENCIACION	el niño tiene la capacidad de realizar movimientos finos y graduados, teniendo en cuenta los parámetros dinámicos,
						REACCIÓN	estimular en el niño la capacidad de reaccionar motriz de acciones motrices oportunas y preparatorias, en respuesta a estímulos del medio
						ADAPTACIÓN	el niño tendra la capacidad de cambiar ante nuevas situaciones, que representan un ajuste de los
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	el niño realiza sus capacidades motrices de forma rítmica y coordinativa.
						CORRER	maneja una buena tecnica en los movimientos y ahorra energia en cada uno de ellos.
						SALTAR	refuerza su potencia del tren inferios y logra mejorar la capacidad de base
						ATRAPAR	tiene la capacidad de recibir y atrapar moistrando buenos reflejos viso manuales y viso pedicos
						RODAR	fortalece sus capacidades motrices gracias a las diferentes actividades recreodeportivas.
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	maxima	estimular en el niño la capacidad de realizar movimientos de muy poca velocidad, pero que adquieren un esfuerzo de resistencia de peso.
						explosiva	el niño reconoce la capacidad que tiene su cuerpo y sus musculos de realizar movimientos veloces con pequeñas cargas.
						resistencia	estimular en el niño la capacidad que tiene el musculo de vencer una resistencia durante un largo periodo de tiempo
				2	RESISTENCIA	aerobica	el niño comprende la capacidad que tiene su organismo para mantener un esfuerzo continuo durante un periodo de tiempo prolongado.
						anaerobica	explorar en el niño la capacidad que tiene su organismo para mantener un esfuerzo de intensidad elevada durante el mayor tiempo posible.
				3	VELOCIDAD	reaccion	el niño tiene la capacidad de responder con movimientos a estimulos externos de manera rapida y en el menor tiempo posible.
						gestual	estimular en el niño la capacidad de desplazarse de un lugar a otro en el menor tiempo posible.
						desplazamiento	estimular en el niño la capacidad de desplazarse de un lugar a otro en el menor tiempo posible.
				4	FLEXIBILIDAD	dinamica	el niño comprende la maxima amplitud de las articulaciones, incluyendo desplazamientos de una o varias partes del cuerpo.
						estatica	explora su flexibilidad de manera estatica buscando adoptar pocisiones, mantener un estiramiento durante varios segundos.
		TECNICO	DESTREZAS	1	PASE	PAREDES	PAREDES CONSECUTIVAS ENTRE VARIOS JUGADORES TENIEMDO EN CUENTA EL JUEGO EN EQUIPO Y SOLIDARIDAD DE JUEGO
						DE PRIMERA INTENSION	EL NIÑO TIENE LA CAPACIDAD DE REALIZAR PASES DE PRIMERA INTENSION O AUN TOQUE DANDOLE VELOCIDAD Y PRECISION.
						A RAS DE PISO	REALIZA TOQUES AL BALON CON UNO O VARIOS COMPAÑEROS TENIENDO EN CUENTA QUE EL BALON NO SE ELEVA DE LA SUPERFICIE DE JUEGO.
						A MEDIA ALTURA	EL NIÑO TIENE LA CAPACIDAD DE REALIZAR PASES MAS ELEVADOS A LA ALTURA DE LA CINTURA.
				2	REMATE	SUPERFICIES DE CONTACTO	EL NIÑO RECONOCE Y REALIZA EL REMATE CON LAS DIFENTES PARTES DEL CUERPO CON LAS QUE PUEDE LOGRAR UNA ANOTACION.
						DE PRIMERA INTENSION	EJECUTA REMATES SIN DETENER EL BALON O CON EL BALON EN MOVIMIENTO
						VOLEA	TIENE LA CAPACIDAD DE REMATAR A LA PORTERIA CUANDO EL BALON ESTE EN EL AIRE.
				3	CONTROL	ESTATICO	EL DEPOSTISTA TIENE LA CAPACIDAD DE DETENER EL BALON SIEMPRE Y CUNDO ESTE EN UNA POCISION ESTATICA PARA FACILITAR EL MOVIMIENTO
						DIRIGIDO	REALIZA UN CONTROL EL CONTROL DEL BALON BUSCANDO UN MIVIMIENTO POSTERIOR EL BALOS SIGUE EN MOVIMIENTO.
						PARADA	EL NIÑO DETIENE POR COMPLETO EL BALON LOGRANDO LA POSECION DE ESTE Y MANEJO COMPLETO DEL ELEMENTO
						SEMIPARADA	EL NIÑO CONTROLA EL BALON CON LAS DIFERENTES PARTES DEL CUERPO POR LO TANTO EL ELEMENTO MNO QUEDA TOTALMENTE QUIETO.
				4	CONDUCCION	SUPERFICIES DE CONTACTO	RECONOCE LAS DIFERENTES PARTES DEL PIE CON LAS CUALES PUEDE REALIZAR EL TRANSPORTE DEL BALON
						VISION PERIFERICA	MANTIENE UNA BUENA POSTURA SIEMPRE CON SU CABEZA LEVANTADA PERO SIN DEJAR DE MIRAR EL BALON.
						CONTROL CONSTANTE	RELIZA TOQUE A EL BALON DE MANERA COORDINADA Y CON LA SUFICIENTE FUERZA PARA EL TRASPORTE DE ESTE
				5	DRIBLING	FINTA	EL DEPORTISTA CREA GESTOS DE ENGAÑO CORPORAL REALIZANDO MOVIMIENTOS RAPIDOS EXPLOSIVOS.
						CREATIVIDAD	EL NIÑO TIENE CREATIVIDAD PARA REALIZAR MOVIMIENTOS DE ENGAÑO E EL RIVAL
						SIMPLE	Busca superar al adversario de la manera más sencilla posible. Realizando el mínimo contacto con el balón.
						COMPUESTO	Se utiliza la finta y el mayor número de superficies de contacto.
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	origen	el niño conoce la historia del deporte futbol de salon donde nacio y como fue creado.
						inicios en colombia	el niño conoce como llego el deporte a colombia y cuales son sus maximos exponentes .
						EVOLUCION	CONOCE LA EVOLUCION DE DEPORTE DEL FUTBOL DE SALON HASTA LA FECHA POR MEDIO DE HERRAMENTAS TECNOLOGICAS
				2	REGLAMENTACION	balon	el niño conoce el elemento fundamental para la practica del futbol de salon teoricamente sus dimensiones, material.
						reglas de juego	el niño tiene conocimiento del reglamento basico del futbol de salon actualizado a la fecha.
						indumentaria deportiva	el deportista utiliza la indumentaria adecuada para la practica del futbol de salon.
						medidas de campo	el niño reconoce las dimensiones del campo y cada uno de los espacios ubicados en este, puntos, lineas porterias etc.
						numeros de jugadores	el niño reconoce las dimensiones del campo y cada uno de los espacios ubicados en este, puntos, lineas porterias etc.
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	escenarios	el deportista mantiene aseado y en buen estado los escenarios deportivos donde se realiza el futbol de salon.
						materiales deportivos	el niño cuida y mantiene en buen estado los materiales propios del deporte y de cada sesion de clase.
						uniformidad	el deportista porta el uniforme limpio y siempre mantiene una buena presentacion personal.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	**respeto**	se fortalece el respeto por los compañeros, por el formador manteniendo siempre los buenos modales y la sana convivencia en cada sesion de entrenamiento.
						amistad	los deportistas fortalecen los lasos de amistad por medio de la colaboracion y sesiones de entrenamiento.
						responsabilidad	los deportistas muestran responsabilidad en cada entrenamiento siendo puntuales en la hora de inicio y final de cada sesion, utilizando las normas de bioseguridad etc,
						igualdad	los niños comprenden que cada ser es diferente y que no importa color de piel, estrato social o religion mantienen el respeto por cada persona.
						solidaridad	el niño comprende el valor de ayuda y colabora a sus compañeros .
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	EXPLICAR LA IMPORTANCIA DEL RESPETO POR SU PROPIO CUERPO Y EL DE SUS COMPAÑEROS , A TRAVÉS DEL CUIDADO PERSONAL Y LA HIGIENE.
						ALIMENTACIÓN	EXPLICAR QUE UNA BUENA ALIMENTACION E HIDRATACION MEJORA LA SALUD Y EL RENDIMIENTO DEPORTIVO.
						PRESENTACION PERSONAL	EXPLICAR LA IMPORTANCIA DE LA PRACTICA DEL DEPORTE, COMO MEDIO QUE PERMITE MANTENER UN ESTADO OPTIMO DE SALUD.
						DESCANSO Y SUEÑO	EXPLICAR LA IMPORTANCIA A NIVEL ANÍMICO QUE TRAE CONSIGO EL PRACTICAR DEPORTE Y COMO ESTE INFLUYE EN SU ASPECTO EMOCIONAL , TENIENDO EN CUENTA EL DESCANSO Y RECUPERACION QUE EL SUEÑO PROPORCIONA
						EJERCICIO FISICO	EXPLICAR LAS POSIBLES PROBLEMÁTICAS QUE SE PUEDEN PRESENTAR CUANDO NO SE REALIZA ALGÚN TIPO DE ACTIVIDAD FÍSICA O DEPORTIVA Y COMO ESTA AFECTA NUESTRO BIENESTAR.
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	INCULCAR Y REFLEJAR ACTITUD POSITIVA EN CADA SESION DE CLASE, TERMINAR CON UNA AUTO REFLEXION CADA SESION DE CLASE
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	MEJORA Y DEMUESTRA ESFUERZO EN CADA SESION DE CLASE CON RESPONSABILIDAD Y RESPETO HACIA SU TRABAJO Y EL DE EL PROFESOR.
						OBJETIVOS DEPORTIVOS	SE PLANTEA OBJETIVOS Y METAS CLARAS QUE LOGRARA AFRONTAR Y SUPERAR EN EL DESARROLLO DE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO.
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	INCULCAR EN EL NIÑO LA RELEVANCIA DE PRESTAR ATENCIÓN A LOS ASPECTOS TEÓRICOS Y PRÁCTICOS QUE SE DAN DENTRO DE LA SESIÓN DE CLASE.
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	RECALCAR LOS PROCESOS DE CONVIVENCIA DURANTE LAS SESIONES DE CLASE A TRAVÉS DE JUEGOS Y FORMAS JUGADAS, CON SITUACIONES QUE ESTIMULEN AL NIÑO A TENER LA CAPACIDAD ATENCIONAL CENTRADA EN LA DINÁMICA DEL MOMENTO Y EL SABER ESTAR Y SER DENTRO DE CADA SESION DE ENTRENAMIENTO
						TOMA DE DECISIONES	TIENE LA INICIATIVA DE TOMA DE DECISIONES Y ASUME RESPONSABILIDAD POR LAS MISMAS
						ADQUISICION DE ROLES	ASUME LIDERAZGO Y ROLES EN LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	PRE DEPORTIVOS	GENERAR ESPACIOS RECREODEPORTIVOS Y JUEGOS MODIFICADOS DE FORMA QUE LOS NIÑOS DE DIVIERTAN Y TENGAN UNA ACTITUD MAS POSITIVA
						JUEGOS ACUATICOS	REALIZAR ACTIVIDADES EN ESPACIOS DIFERENTES COMO EN EL AGUA O LA PISCINA CON EL FIN DE SALIR DE LO MONOTONO
						JUEGA CON TU FAMILIA	CREAR ESPACIOS DONDE EL NIÑO COMPARTA BCON SU FAMILIA EN AMBITOS DEPORTIVOS Y RECREATIVOS
				2	JUEGOS TRADICIONALES	JUEGOS DE CALLE	GENERAR ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS QUE FOEMNTEN Y MEJOREN LA AMITAD Y LA RELACION PERSONAL DE LOS NIÑOS.
						TEJO	PROYECTAR AL MENOS UNA CLASE DONDE LOS NIÑOS CONOZCAN EL JUEGO NACIONAL DEL TEJO Y MEJOREN DE ALGUNA MANERA SU COORDINACION OCULO MMANUAL
						RANA	PROPICIAR ESTE JUEGO AUTOCTONO COMO FORMA DE MEJORAR LA CONVIVENCIA Y NO DEJAR DE LADO LAS COSTUMBRES DE NUESTRO PAIS.
						YERMIS	PARTICIPA DE MANERA ACTIVA Y CON BUENA ACTITUD DE TODAS LAS ACTIVIDADES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	ESPACIOS TECNOLOGICOS	PROPICIAR ESPACIOS DE ENTRETENIMIENTO A TRAVÉS DE PROYECCIÓN DE PELÍCULAS O CON LAS DIFERENTES HERRAMIENTAS TECNOLÓGICAS QUE BRINDEN UNA POSIBILIDAD DE DISTRACCIÓN SANA Y SE RELACIONE A SU VEZ CON EL PROCESO DEPORTIVO DEL NIÑO.
						LUDICAS Y MIMICA	GENERAR ESPACIOS RECREATIVOS DONDE LOS NIOÑOS EXPRESEN OTROS TALENTOS DOMO LENGUAJE CORPORAL Y GESTUAL.
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	MACH RECREATIVOS	DESARROLLAR ACTIVIDADES A TRAVÉS DE CIRCUITOS QUE INVOLUCREN TODO TIPO DE MOVIMIENTOS Y A SU VEZ GENERE EN EL NIÑO SENSACIONES POSITIVAS Y DE AGRADO
						HABILIDADES RECREATIVAS	GENERAR EN EL NIÑO AMBIENTES DE ESPARCIMIENTO Y MOVIMIENTO A TRAVÉS DE CIRCUITOS DE JUEGO.
						CIRCUITO HABILIDADES TECNICAS	PARTICIPA DE LAS ACTIVIDADES ORGANIZADAS POR EL ENTRENADOR FOMENTANDO LA COMPETENCIA Y DEMOSTRANDO LAS HABILIDADES PERSONALES DE CADA NIÑO
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	POLIMOTORES	GENERAR ESPACIOS RECREATIVOS POLIMOTORES MANCOMUNADAMENTE CON LAS DEMAS ESCUELAS DE FORMACION DEL MUNICIPIO.
						ENCUENTROS DEPORTIVOS	PARTICIPA DE CADA EVENTO DEPORTIVI O INTERCAMBIO CON LAS DEMAS ESCUELAS DE FORMACION
						CELEBRACIONES FECHAS ESPECIA	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE TODAS LAS CELEBRACIONES TRADICIONALES PROPUESTAS POR NEL ENTE ADMINISTRATIVO O MUNICIPIOS , OFICINAS DED DEPORTES ETC

FECHA DE ENTREGA	2-mar-22
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	JOHAN SEBASTIAN SUAREZ CORREA
MUNICIPIO	SILVANIA CUNDINAMARCA

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
FISICO	PERFECCIONAMIENTO	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	tiene la Capacidad de coordinar movimientos de partes del cuerpo involucrando elementos y movimientos asilados para formar un solo
						RITMO	caracterizar a el deportista con la capacidad de repeticion regular o periodica de una estructura ordenada de movimiento, que tiene una previa
						EQUILIBRIO	el niño tiene Capacidad de mantener o recuperar la posición del
						ORIENTACION	cuerpo durante la ejecución de los movimientos propios del futsal.
						DIFERENCIACION	estimular en el niño la Capacidad de determinar la posición y los
						REACCIÓN	movimientos del cuerpo en el espacio y en el tiempo.
						ADAPTACIÓN	el niño alcanza la capacidad de cambio ante nuevas situaciones, que representan un ajuste de los
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	el niño realiza sus capacidades motrices de forma rítmica y coordinativa.
						CORRER	maneja una buena tecnica en los movimientos y ahorra energia en cada uno de ellos.
						SALTAR	refuerza su potencia del tren inferios y logra mejorar la capacidad de base
						ATRAPAR	tiene la capacidad de recibir y atrapar moistrando buenos reflejos viso manuales y viso pedicos
						RODAR	fortalece sus capacidades motrices gracias a las diferentes actividades recreodeportivas.
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	maxima	estimular en el niño la capacidad de realizar movimientos de muy poca velocidad, pero que adquieren un esfuerzo de resistencia de peso.
						explosiva	el niño reconoce la capacidad que tiene su cuerpo y sus musculos de realizar movimientos veloces con pequeñas cargas.
						resistencia	estimular en el niño la capacidad que tiene el musculo de vencer una resistencia durante un largo periodo de tiempo
				2	RESISTENCIA	aerobica	el niño comprende la capacidad que tiene su organismo para mantener un esfuerzo continuo durante un periodo de tiempo prolongado
						anaerobica	explorar en el niño la capacidad que tiene su organismo para mantener un esfuerzo de intensidad elevada durante el mayor tiempo posible.
				3	VELOCIDAD	reaccion	el niño tiene la capacidad de responder con movimientos a estimulos externos de manera rapida y en el menor tiempo posible.
						gestual	estimular en el niño la capacidad de desplazarse de un lugar a otro en el menor tiempo posible.
						desplazamiento	estimular en el niño la capacidad de desplazarse de un lugar a otro en el menor tiempo posible.
				4	FLEXIBILIDAD	dinamica	el niño comprende la maxima amplitud de las articulaciones, incluyendo desplazamientos de una o varias partes del cuerpo.
						estatica	explora su flexibilidad de manera estatica buscando adoptar posiciones, mantener un estiramiento durante varios segundos.
		TECNICO	DESTREZAS	1	PASE	PAREDES	PAREDES CONSECUTIVAS ENTRE VARIOS JUGADORES TENIENDO EN CUENTA EL JUEGO EN EQUIPO Y SOLIDARIDAD DE JUEGO
						DE PRIMERA INTENSION	EL NIÑO TIENE LA CAPACIDAD DE REALIZAR PASES DE PRIMERA INTENSION O AUN TOQUE DANDOLE VELOCIDAD Y PRECISION.
						A RAS DE PISO	REALIZA TOQUES AL BALON CON UNO O VARIOS COMPAÑEROS TENIENDO EN CUENTA QUE EL BALON NO SE ELEVA DE LA SUPERFICIE DE JUEGO.
						A MEDIA ALTURA	EL NIÑO TIENE LA CAPACIDAD DE REALIZAR PASES MAS ELEVADOS A LA ALTURA DE LA CINTURA.
				2	REMATE	SUPERFICIES DE CONTACTO	EL NIÑO RECONOCE Y REALIZA EL REMATE CON LAS DIFENTES PARTES DEL CUERPO CON LAS QUE PUEDE LOGRAR UNA ANOTACION.
						DE PRIMERA INTENSION	EJECUTA REMATES SIN DETENER EL BALON O CON EL BALON EN MOVIMIENTO
						VOLEA	TIENE LA CAPACIDAD DE REMATAR A LA PORTERIA CUANDO EL BALON ESTE EN EL AIRE.
				3	CONTROL	ESTATICO	EL DEPOSTISTA TIENE LA CAPACIDAD DE DETENER EL BALON SIEMPRE Y CUNDO ESTE EN UNA POCISION ESTATICA PARA FACILITAR EL MOVIMIENTO
						DIRIGIDO	REALIZA UN CONTROL EL CONTROL DEL BALON BUSCANDO UN MIVIMIENTO POSTERIOR EL BALOS SIGUE EN MOVIMIENTO.
						PARADA	EL NIÑO DETIENE POR COMPLETO EL BALON LOGRANDO LA POSECION DE ESTE Y MANEJO COMPLETO DEL ELEMENTO
						SEMIPARADA	EL NIÑO CONTROLA EL BALON CON LAS DIFERENTES PARTES DEL CUERPO POR LO TANTO EL ELEMENTO MNO QUEDA TOTALMENTE QUIETO.
				4	CONDUCCION	SUPERFICIES DE CONTACTO	RECONOCE LAS DIFERENTES PARTES DEL PIE CON LAS CUALES PUEDE REALIZAR EL TRANSPORTE DEL BALON
						VISION PERIFERICA	MANTIENE UNA BUENA POSTURA SIEMPRE CON SU CABEZA LEVANTADA PERO SIN DEJAR DE MIRAR EL BALON.
						CONTROL CONSTANTE	RELIZA TOQUE A EL BALON DE MANERA COORDINADA Y CON LA SUFICIENTE FUERZA PARA EL TRASPORTE DE ESTE
				5	DRIBLING	FINTA	EL DEPORTISTA CREA GESTOS DE ENGAÑO CORPORAL REALIZANDO MOVIMIENTOS RAPIDOS EXPLOSIVOS.
						CREATIVIDAD	EL NIÑO TIENE CREATIVIDAD PARA REALIZAR MOVIMIENTOS DE ENGAÑO E EL RIVAL
						SIMPLE	Busca superar al adversario de la manera más sencilla posible. Realizando el mínimo contacto con el balón.
						COMPUESTO	se utiliza la finta y el mayor número de superficies de contacto.
		TACTICO		1	MOVILIDAD	OCUPACION DE ESPACIO	EL DEPORTISTA ANALIZA Y TOMA DECISIONES DENTRO DEL CAMPO DE JUEGO BUSCANDO OCUPAR LOS ESPACIOS LIBRES TENIENDO EN CUENTA EL ROL DEFENSIVO Y OFENSIVO
						APOYOS	EL DEPORTISTA COLABORA EN EL ATQUE Y DEFENSA SEGÚN LA SITUACION DEL JUEGO MOSTRANDOSE Y TENIENDO UNA MOVILIDAD CONSTANTE PARA GENERAR ESPACIOS Y APOYOS.
						DESMARQUES	EL DEPORTISTA COMBINA MOVIMIENTOS DE ENGAÑOS COMO FINTAS, AMAGUES Y VELOCIDAD DE REACCION PARA SUPERAR ALOS RIVALES Y GENERAR JUEGO OFENSIVO
				2	SISTEMA	DEFENSIVO	EL DEPORTISTA CONOCE Y PONE EN PRACTICA LOS PRINCIPIOS DEFENSIVOS PROPIOS DEL DEPORTE
						OFENSIVO	EL DEPORTISTA CONOCE Y PONE EN PRACTICA LOS PRINCIPIOS OFENSVOS PROPIOS DEL DEPORTE
				3	MARCAJE	COLOCACION	El defensor debe ocupar un lugar en el campo, en cualquier momento del juego, donde
						ANTICIPO	tenga la máxima posibilidad de interceptar el balón o cerrar el posible avance del el defensor tiene la capacidad de reaccionar a siotuaciones de juego buscando superar a el adversario realizando un movimiento de anticipo frente a su adversario.
						PERFILACION	el defensor debe saber la pocision correcta en la cual sus pies deben estar, esto con el fin de no dejar pasar a su adversario o hacer retroceder el balon, busca detener un avance y organizar el equipo defensivamente.
						POSICIONES DE MARCA	La posición del deportista es un requisito básico que consiste en mantener las rodillas en semi flexión, el
						RELEVOS	centro de gravedad bajo, los pies un poco separados y un perfil de marca. A partir de este el defensor presta ayuda rapida y eficaz a su compañero buscando detener el avance o ataque del rival, este se debe hacer de una forma ordenada y con mucha capacidad de concentracion,
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	origen	el niño conoce la historia del deporte futbol de salon donde nacio y como fue creado.
						inicios en colombia	el niño conoce como llego el deporte a colombia y cuales son sus maximos exponentes .
						EVOLUCION	CONOCE LA EVOLUCION DE DEPORTE DEL FUTBOL DE SALON HASTA LA FECHA POR MEDIO DE HERRAMENTAS TECNOLOGICAS
				2	REGLAMENTACION	balon	el niño conoce la historia del deporte futbol de salon donde nacio y como fue creado.
						reglas de juego	el niño tiene conocimiento del reglamento basico del futbol de salon actualizado a la fecha.
						indumentaria deportiva	el deportista utiliza la indumentaria adecuada para la practica del futbol de salon.
						medidas de campo	el niño reconoce las dimensiones del campo y cada uno de los espacios ubicados en este, puntos, lineas porterias etc.
						numeros de jugadores	el niño reconoce las dimensiones del campo y cada uno de los espacios ubicados en este, puntos, lineas porterias etc.
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	escenarios	el deportista mantiene aseado y en buen estado los escenarios deportivos donde se realiza el futbol de salon.
						materiales deportivos	el niño cuida y mantiene en buen estado los materiales propios del deporte y de cada sesion de clase.
						uniformidad	el deportista porta el uniforme limpio y siempre mantiene una buena presentacion personal.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	**respeto**	se fortalece el respeto por los compañeros, por el formador manteniendo siempre los buenos modales y la sana convivencia en cada sesion de entrenamiento.
						amistad	los deportistas fortalecen los lasos de amistad por medio de la colaboracion y sesiones de entrenamiento.
						responsabilidad	los deportistas muestran responsabilidad en cada entrenamiento siendo puntuales en la hora de inicio y final de cada sesion, utilizando las normas de bioseguridad etc,
						igualdad	los niños comprenden que cada ser es diferente y que no importa color de piel, estrato social o religion mantienen el respeto por cada persona.
						solidaridad	el niño comprende el valor de ayuda y colabora a sus compañeros .
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	EXPLICAR LA IMPORTANCIA DEL RESPETO POR SU PROPIO CUERPO Y EL DE SUS COMPAÑEROS , A TRAVÉS DEL CUIDADO PERSONAL Y LA HIGIENE.
						ALIMENTACIÓN	EXPLICAR QUE UNA BUENA ALIMENTACION E HIDRATACION MEJORA LA SALUD Y EL RENDIMIENTO DEPORTIVO.
						PRESENTACION PERSONAL	EXPLICAR LA IMPORTANCIA DE LA PRACTICA DEL DEPORTE, COMO MEDIO QUE PERMITE MANTENER UN ESTADO OPTIMO DE SALUD.
						DESCANSO Y SUEÑO	EXPLICAR LA IMPORTANCIA A NIVEL ANÍMICO QUE TRAE CONSIGO EL PRACTICAR DEPORTE Y COMO ESTE INFLUYE EN SU ASPECTO EMOCIONAL , TENIENDO EN CUENTA EL DESCANSO Y RECUPERACION QUE EL SUEÑO PROPORCIONA
						EJERCICIO FISICO	EXPLICAR LAS POSIBLES PROBLEMÁTICAS QUE SE PUEDEN PRESENTAR CUANDO NO SE REALIZA ALGÚN TIPO DE ACTIVIDAD FÍSICA O DEPORTIVA Y COMO ESTA AFECTA NUESTRO BIENESTAR.
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	INCULCAR Y REFLEJAR ACTITUD POSITIVA EN CADA SESION DE CLASE, TERMINAR CON UNA AUTO REFLEXION CADA SESION DE CLASE
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	MEJORA Y DEMUESTRA ESFUERZO EN CADA SESION DE CLASE CON RESPONSABILIDAD Y RESPETO HACIA SU TRABAJO Y EL DE EL PROFESOR.
						OBJETIVOS DEPORTIVOS	SE PLANTEA OBJETIVOS Y METAS CLARAS QUE LOGRARA AFRONTAR Y SUPERAR EN EL DESARROLLO DE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO.
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACION	RINCULCAR EN EL NIÑO LA RELEVANCIA DE PRESTAR ATENCIÓN A LOS ASPECTOS TEÓRICOS Y PRÁCTICOS QUE SE DAN DENTRO DE LA SESIÓN DE CLASE.
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	RECALCAR LOS PROCESOS DE CONVIVENCIA DURANTE LAS SESIONES DE CLASE A TRAVÉS DE JUEGOS Y FORMAS JUGADAS, CON SITUACIONES QUE ESTIMULEN AL NIÑO A TENER LA CAPACIDAD ATENCIONAL CENTRADA EN LA DINÁMICA DEL MOMENTO Y EL SABER ESTAR Y SER DENTRO DE CADA SESION DE ENTRENAMIENTO
						TOMA DE DECISIONES	TIENE LA INICIATIVA DE TOMA DE DECISIONES Y ASUME RESPONSABILIDAD POR LAS MISMAS
						ADQUISICION DE ROLES	ASUME LIDERAZGO Y ROLES EN LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	PRE DEPORTIVOS	GENERAR ESPACIOS RECREODEPORTIVOS Y JUEGOS MODIFICADOS DE FORMA QUE LOS NIÑOS DE DIVIERTAN Y TENGAN UNA ACTITUD MAS POSITIVA
						JUEGOS ACUATICOS	REALIZAR ACTIVIDADES EN ESPACIOS DIFERENTES COMO EN EL AGUA O LA PISCINA CON EL FIN DE SALIR DE LO MONOTONO
						JUEGA CON TU FAMILIA	CREAR ESPACIOS DONDE EL NIÑO COMPARTA BCON SU FAMILIA EN AMBITOS DEPORTIVOS Y RECREATIVOS
				2	JUEGOS TRADICIONALES	JUEGOS DE CALLE	GENERAR ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS QUE FOEMNTEN Y MEJOREN LA AMRTAD Y LA RELACION PERSONAL DE LOS NIÑOS.
						TEJO	PROYECTAR AL MENOS UNA CLASE DONDE LOS NIÑOS CONOZCAN EL JUEGO NACIONAL DEL TEJO Y MEJOREN DE ALGUNA MANERA SU COORDINACION OCULO MMANUAL
						RANA	PROPICIAR ESTE JUEGO AUTOCTONO COMO FORMA DE MEJORAR LA CONVIVENCIA Y NO DEJAR DE LADO LAS COSTUMBRES DE NUESTRO PAIS.
						TERMS	PARTICIPA DE MANERA ACTIVA Y CON BUENA ACTITUD DE TODAS LAS ACTIVIDADES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	ESPACIOS TECNOLOGICOS	PROPICIAR ESPACIOS DE ENTRETENIMIENTO A TRAVÉS DE PROYECCIÓN DE PELÍCULAS O CON LAS DIFERENTES HERRAMIENTAS TECNOLÓGICAS QUE BRINDEN UNA POSIBILIDAD DE DISTRACCIÓN SANA Y SE RELACIONE A SU VEZ CON EL PROCESO DEPORTIVO DEL NIÑO.
						LUDICAS Y MIMICA	GENERAR ESPACIOS RECREATIVOS DONDE LOS NIÑOS EXPRESEN OTROS TALENTOS DOMO LENGUAJE CORPORAL Y GESTUAL.
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	MACH RECREATIVOS	DESARROLLAR ACTIVIDADES A TRAVÉS DE CIRCUITOS QUE INVOLUCREN TODO TIPO DE MOVIMIENTOS Y A SU VEZ GENEREE EN EL NIÑO SENSACIONES POSITIVAS Y DE AGRADO
						HABILIDADES RECREATIVAS	GENERAR EN EL NIÑO AMBIENTES DE ESPARCIMIENTO Y MOVIMIENTO A TRAVÉS DE CIRCUITOS DE JUEGO
						CIRCUITO HABILIDADES TECNICAS	PARTICIPA DE LAS ACTIVIDADES ORGANIZADAS POR EL ENTRENADOR FOMENTANDO LA COMPETENCIA Y DEMOSTRANDO LAS HABILIDADES PERSONALES DE CADA NIÑO
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	POLIMOTORES	GENERAR ESPACIOS RECREATIVOS POLIMOTORES MANCOMUNADAMENTE CON LAS DEMAS ESCUELAS DE FORMACION DEL MUNICIPIO.
						ENCUENTROS DEPORTIVOS	PARTICIPA DE CADA EVENTO DEPORTIVO O INTERCAMBIO CON LAS DEMAS ESCUELAS DE FORMACION
						CELEBRACIONES FECHAS ESPECIALES	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE TODAS LAS CELEBRACIONES TRADICIONALES PROPUESTAS POR NIEL ENTE ADMINISTRATIVO O MUNICIPIOS , OFICINAS DED DEPORTES ETC.

FECHA DE ENTREGA	2-mar-22
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	JOHAN SEBASTIAN SUAREZ CORREA
MUNICIPIO	SILVANIA CUNDINAMARCA

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

DEPORTE / MODALIDAD: FUTBOL DE SALON
MUNICIPIO: SILVANIA
NOMBRE DEL FORMADOR: JOHAN SEBASTIAN SUAREZ CORREA

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	OBSERVACIONES
1:00 PM A 3; 00 PM	GRUPO		INICIACION	INICIACION	INICIACION				
	SEDE DE TRABAJO		polideportivo Subia	polideportivo Subia	polideportivo Subia				
3:00 PM A 5:00 PM	GRUPO		FUNDAMENTACION	FUNDAMENTACION	FUNDAMENTACION				
	SEDE DE TRABAO		polideportivo Subia	polideportivo Subia	polideportivo Subia				
5:00 PM A 7:00 PM	GRUPO		ESPECIALIZACION	ESPECIALIZACION	ESPECIALIZACION				
	SEDE DE TRABAO		polideportivo Subia	polideportivo Subia	polideportivo Subia				
3:30 P.M. A 4 P.M.	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								
4 P.M. A 5 P.M.	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								
5 P.M. A 6 P.M.	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								
6 P.M. A 7:30 P.M.	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								
7 P.M. A 8 P.M.	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								
8 P.M. A 9 P.M.	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								
9 P.M. A 10 P.M.	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								

NOMBRE MONITOR Sebastian S.

OBLIGACION # 3

Ejecute todas las actividades establecidas dentro del cronograma de actividades para el mes de diciembre, siguiendo la directriz del gestor.

INICIACIÓN









FUNDAMENTACIÓN









INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

PERFECCIONAMIENTO









OBLIGACION # 4

Ejecute cada sesión con los parámetros establecidos donde cada nivel de formación (iniciación 15 deportistas, fundamentación 17 deportistas y perfeccionamiento 19 deportistas) contando con una cobertura total de 51 deportistas.



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

NEFICIAD	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Masculino	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
6 AÑOS	2			2											2
7 AÑOS	3			3											3
8 AÑOS	8	2		8		2									10
9 AÑOS	4			4											4
10 AÑOS	1	2		1		2									3
11 AÑOS	4	1		4		1									5
12 AÑOS	2	3		2		3									5
13 AÑOS	2			2											2
14 AÑOS	3			3											3
15 AÑOS	5	2		5		2									7
16 AÑOS	3	2		3		2									5
17 AÑOS	2			2											2
TOTALES	39	12													51

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA



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

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	oscar amaya	3142083422	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
2	felix manrrique		1					1	1	1					0	1																		6	5	1	83%
3	joan guerrero	3227680665	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
4	juan amaya	3196946770	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
5	dilan acosta	3134094869	1					1	0	1					1	1																		6	5	1	83%
6	mauricio ospina	3202849212	1					0	1	1					1	1																		6	5	1	83%
7	felipe gutierrez	3145688345	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
8	tania castellanos	3225698632	1					1	1	1					1	0																		6	5	1	83%
9	juan pinilla	3222219394	1					1	0	1					1	1																		6	5	1	83%
10	sebastian sanchez	3142113644	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
11	jacobo guerrero	3134127847	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
12	santiago cantor	3214023979	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
13	neymar rodriguez		1					1	1	0					1	1																		6	5	1	83%
14	elkin hernandez	3158962356	1					1	1	1					0	1																		6	5	1	83%
15	danna castro	3209149162	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
16																																		0	0	0	#¡DIV/0!
17																																		0	0	0	#¡DIV/0!
18																																		0	0	0	#¡DIV/0!
19																																		0	0	0	#¡DIV/0!
20																																		0	0	0	#¡DIV/0!

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA



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

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	fabian gutierrez	314588345	0					1	1	1					1	1																		6	5	1	83%
2	juan duran	3202849212	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
3	alexandro rodriguez	3227836428	0					1	1	1					0	1																		6	4	2	67%
4	angel soto	3202049430	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
5	angel bernal	3203020798	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
6	luisa prieto	3148876493	1					1	1	0					1	1																		6	5	1	83%
7	santiago cantor		1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
8	charith garzon	3222464597	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
9	jose quiroga	3142113644	1					0	1	1					1	0																		6	4	2	67%
10	santiago flores	3223321347	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
11	jostin bernal	3203020798	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
12	miguel moreno		1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
13	juan marquez	3203011807	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
14	mariana marquez	3223321347	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
15	andreina bonilla	3222140104	1					0	1	1					1	1																		6	5	1	83%
16	karol poveda	3143599796	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
17	miguel carreño	3017899321	1					1	1	1					0	1																		6	5	1	83%
18																																		0	0	0	#¡DIV/0!
19																																		0	0	0	#¡DIV/0!
20																																		0	0	0	#¡DIV/0!

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA



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	brayan velazco	3227113559	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
2	harold godoy	3213869687	1					0	1	1					1	1																		6	5	1	83%
3	jhoimer medina	3203209977	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
4	oscar prieto	3213429344	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
5	juan gonzales	3144873544	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
6	david hernandez	3228942442	0					1	1	1					1	1																		6	5	1	83%
7	darwin garzon	3005538170	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
8	valentina flores	3112711848	1					1	0	1					1	1																		6	5	1	83%
9	jhon henao	3203256899	1					1	1	0					1	1																		6	5	1	83%
10	andres roa	3203431941	0					1	1	1					1	1																		6	5	1	83%
11	camilo gaona	3213396207	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
12	juan garzon	3217261679	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
13	daniela garcia	3227136801	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
14	saymon ramirez	3105863713	1					1	1	1					1	0																		6	5	1	83%
15	camilo gaytan	3227135620	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
16	sebastian garcia	3242852647	1					1	1	1					1	1																		6	6	0	100%
17	oscar lopez		1					0	1	1					1	1																		6	5	1	83%
18	carolina barilla	3212119308	1					1	1	0					1	1																		6	5	1	83%
19	laura guerrero	3148965747	1					1	1	1					0	1																		6	5	1	83%
20																																		0	0	0	#¡DIV/0!

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

OBLIGACION # 5

Utilice adecuadamente la imagen de indeportes, cada vez que tenía capacitación, presentación ante el municipio, convocatoria de los deportistas y sesiones de entrenamiento de la escuela de formación.



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

OBLIGACION # 6

Planifique las diferentes sesiones de entrenamiento por cada nivel de formación (iniciación, fundamentación y perfeccionamiento) con los parámetros y formatos establecidos por indeportes, para el mes de diciembre.

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**1-dic**	**Lugar: poli. Subia**	**Municipio: silvania**	**Hora:1 a 3pm**	**N° de sesión: 49**		**N° de semana: 17**
Nombre del Formador: johan sebastian suarez correa				**N° de deportistas: 15**			**Edades:6 a 8años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: estimular trabajos tecnicos							
Objetivo Especifico: control y pase							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	Convivencia	x	Autodisciplina		Participaciòn	x
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento		Autodominio	x
Trabajo en equipo	x	Cumplimiento	x	Juego Limpio	x	Recompensa	x

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1, reunir a los deportistas en el campo de juego se les dara una explicacion de lo que se va a trabajar sesion	Introduccion a la clase	**X**	3	
2.inscripcion en la lista de los deportistas que asistieron	llamado a lista	**X**	5	
3.movilidad articular involucrando estiramientos	Movilidad Articular	**X**	5	
4.se va arealizar trabajos dinamicos, ludicos juegos	Calentamiento	**X**	7	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO platillos balones**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. cadenita	Resistencia	Aerobica	**X**	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. suicidios con balon por parejas involucrando el pase involucrando variantes		Desplazamiento	**X**	20 MIN	
7		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO platillos balones**
1	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.lanzaminto de balon y el compañero lo control realizando una parada de balon	Equilibrio	**X**	10 min	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.pase de balon rastrero en una distacia determinada entre 2 deportistas	Reacción	**X**	10 min	
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO balones**
1. trabajo de pase y control con el compañero se lanza el balo de un extremo a otro en una distancia de 10 mt controla y pasa.	x		**15 MIN**	
2.evaluacion de aspectos tecnicos trabajados de forma jugada	x		**20 min**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

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

FIRMA FORMADOR: Sebastian S.

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**6-dic**	**Lugar: poli. Subia**	**Municipio: silvania**	**Hora:1 a 3pm**	**N° de sesión: 50**		**N° de semana: 17**
Nombre del Formador: johan sebastian suarez correa				**N° de deportistas: 15**			**Edades:6 a 8años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General: estimular trabajos tecnicos

Objetivo Especifico: conduccion de balon con diferentes superficies de contacto

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1, reunir a los deportistas en el campo de juego se les dara una explicacion de lo que se va a trabajar sesion	Introduccion a la clase	X	3	
2.inscripcion en la lista de los deportistas que asistieron	llamado a lista	X	5	
3.movilidad articular involucrando estiramientos	Movilidad Articular	X	5	
4.se va arealizar trabajos dinamicos, ludicos juegos	Calentamiento	X	7	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO platillos balones
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.lanzamientos de balon con la mano en diferentes direcciones y desplazamientos		Explosiva	x	10 min	
3.	Resistencia	Aerobica			
4.desplazamientos con balon en ziczac en 10 mt en parejas		Anaerobica	x	10 min	
5.velocidad gestual involucrando diferentes superficies de contacto	Velocidad	Maxima	x	10 min	
6.		Desplazamiento			
7		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9		Dinamica			

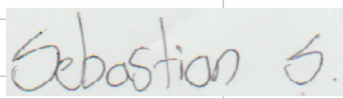
ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO platillos balones
1	Acoplamiento			
2.velocidad gestual involucrando diferentes superficies de contacto	Ritmo	x	10 min	
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.adaptar la conduccion de pase en diferentes direcciones y superficies de contacto	Adaptación	x	10 min	
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO balones
1. trabajp de eslalon, con diferentes superficies de contacto finalizando con un pase	x		**10 min**	
2.evaluacion de aspectos tecnicos trabajados de forma jugada	x		**30 min**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

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

FIRMA FORMADOR: 

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

CUNDINAMARCA ¡REGIÓN Que Progresa!

INDEPORTES INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**7-dic**	**Lugar: poli. Subia**	**Municipio: silvania**	**Hora:1 a 3pm**	**N° de sesión: 51**		**N° de semana: 17**
Nombre del Formador: johan sebastian suarez correa				**N° de deportistas: 15**			**Edades:6 a 8años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General: realizar trabajos tecnicos de remate y pase

Objetivo Especifico: trabajos tecnicos de pase y remate

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	Convivencia	x	Autodisciplina	x	Participaciòn	x
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento		Autodominio	x
Trabajo en equipo	x	Cumplimiento	x	Juego Limpio	x	Recompensa	x

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1, reunir a los deportistas en el campo de juego se les dara una explicacion de lo que se va a trabajar sesion	Introduccion a la clase	X	3	
2.inscripcion en la lista de los deportistas que asistieron	llamado a lista	X	5	
3.movilidad articular involucrando estiramientos	Movilidad Articular	X	5	
4.se va arealizar trabajos dinamicos, ludicos juegos	Calentamiento	X	7	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO platillos balones
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
trabajos de conduccion de balon en diferenes zonas del campo de juego con variantes	Resistencia	Aerobica	x	10 min	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. trabajos de conduccion de balon en circuito tecnico en		Desplazamiento	x	10 min	
7		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO platillos balones
1.trabajo de pase y remate (pase desdepocision cierre a pivot) posterior a ello remate	Acoplamiento	x	10 min	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.trabajo de conduccion en eslalon con direntes superficies de contacto posterio a ello remate por variaciones	Diferenciación	x	10 min	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO balones
1. trabajo de remtae de primera intension por los 3 carriles del campo de juego	x		**20 min**	
2.evaluacion de aspectos tecnicos trabajados de forma jugada	x		**30 min**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

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

FIRMA FORMADOR: Sebastian S.

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**8-dic**	**Lugar: poli. Subia**	**Municipio: silvania**	**Hora:1 a 3pm**	**N° de sesión: 52**		**N° de semana: 18**
Nombre del Formador: johan sebastian suarez correa				**N° de deportistas: 15**			**Edades:6 a 8años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: estumular trabajos capacidades basicas							
Objetivo Especifico: fuerza, resistencia, velocidad							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	Convivencia	x	Autodisciplina	x	Participaciòn	x
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento		Autodominio	x
Trabajo en equipo	x	Cumplimiento	x	Juego Limpio	x	Recompensa	x

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1, reunir a los deportistas en el campo de juego se les dara una explicacion de lo que se va a trabajar sesion	Introduccion a la clase	**X**	3	
2.inscripcion en la lista de los deportistas que asistieron	llamado a lista	**X**	5	
3.movilidad articular involucrando estiramientos	Movilidad Articular	**X**	5	
4.se va arealizar trabajos dinamicos, ludicos juegos	Calentamiento	**X**	7	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO platillos balones**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.trabajo de tren inferior, estimulando diferentes grupos musculares.		Explosiva	**x**	10 min	
3.trabajo de fondo trotar fuera del campo de juego	Resistencia	Aerobica	**x**	10 min	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7. teniendo encuenta el estumulo auditivo, debe realizar desplazamientos en velocidad a diferentes zonas del campo		Reacciòn	**x**	10 min	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9		Dinamica			

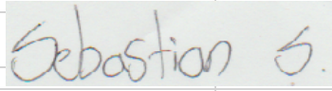
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO platillos balones**
1.	Acoplamiento			
2.involucrar trabajos de fuerza de potencia con velocidad postural, en trabajos por turnos	Ritmo	**x**	10 min	
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.circuito de patrones de movimiento involucrando resistencia	Patrones Basicos de Movimiento	**x**	10 min	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO balones**
1.				
2.evaluacion de aspectos tecnicos trabajados de forma jugada	**x**		**40 min**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

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

FIRMA FORMADOR: 

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

CUNDINAMARCA ¡REGIÓN Que Progresa!

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**13-dic**	**Lugar: poli. Subia**	**Municipio: silvania**	**Hora:1 a 3pm**	**N° de sesión: 53**		**N° de semana: 18**
Nombre del Formador: johan sebastian suarez correa				**N° de deportistas: 15**			**Edades:6 a 8años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: trabajos tecnicos							
Objetivo Especifico: pase, conduccion							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	Convivencia	x	Autodisciplina	x	Participaciòn	x
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	x	Autodominio	x
Trabajo en equipo	x	Cumplimiento	x	Juego Limpio	x	Recompensa	x

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1, reunir a los deportistas en el campo de juego se les dara una explicacion de lo que se va a trabajar sesion	Introduccion a la clase	**X**	3	
2.inscripcion en la lista de los deportistas que asistieron	llamado a lista	**X**	5	
3.movilidad articular involucrando estiramientos	Movilidad Articular	**X**	5	
4.se va arealizar trabajos dinamicos, ludicos juegos	Calentamiento	**X**	7	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO platillos balones**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.juego de barco pirata	Resistencia	Aerobica	**x**	20 min	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9		Dinamica			

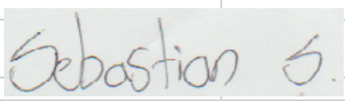
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO platillos balones**
1.pase y conduccion con diferentes superficies de contacto	Acoplamiento	**x**	10 min	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.trabajo de pase de primera intension en una distancia de 5 mt con variantes	Orientación	**x**	10 min	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.trabajo por turnos de pase y conduccion en distancia determinada con los dos emicuerpos	Adaptación	**x**	10 min	
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO balones**
1. pases con desplazamiento posterior sin balon	**x**		**10 min**	
2.evaluacion de aspectos tecnicos trabajados de forma jugada	**x**		**30 min**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

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

FIRMA FORMADOR: 

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14-dic	**Lugar: poli. Subia**	**Municipio: silvania**	**Hora:1 a 3pm**	**N° de sesión: 54**		**N° de semana: 18**
Nombre del Formador: johan sebastian suarez correa			**N° de deportistas: 15**			**Edades:6 a 8años**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: trabajos tecnicos						
Objetivo Especifico: control y remate						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	Convivencia	x	Autodisciplina	x	Participaciòn	x
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento	x	Autodominio	x
Trabajo en equipo	x	Cumplimiento	x	Juego Limpio	x	Recompensa	x

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1, reunir a los deportistas en el campo de juego se les dara una explicacion de lo que se va a trabajar sesion	Introduccion a la clase	**X**	3	
2.inscripcion en la lista de los deportistas que asistieron	llamado a lista	**X**	5	
3.movilidad articular involucrando estiramientos	Movilidad Articular	**X**	5	
4.se va arealizar trabajos dinamicos, ludicos juegos	Calentamiento	**X**	7	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO platillos balones**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.trote en diferentes desplazamientos dentro del campo de juego, variante realizar grupos	Resistencia	Aerobica	**x**	10 min	
4.		Anaerobica			
5.al sonido del silvato tiene q ir por un platillo al campo contrario	Velocidad	Maxima	**x**	10 min	
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO platillos balones**
1.trabajo de control orientado, con un remate zona de creacion	Acoplamiento	**x**	20 min	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.trabajo de amoriguacion, conduccion y remate de ubicación en carriles derecho he izquierdo	Orientación	**x**	20 min	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO balones**
1.				
2.evaluacion de aspectos tecnicos trabajados de forma jugada	**x**		**30 min**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

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

FIRMA FORMADOR: Sebastian S.

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha:	**1-dic**	**Lugar: poli. Subia**	**Municipio: silvania**	**Hora:3 a 5pm**	**N° de sesión: 49**		**N° de semana: 17**
Nombre del Formador: johan sebastian suarez correa				**N° de deportistas: 15**			**Edades:9 a 12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**			
Objetivo General: estimular fundamentos tecnicos							
Objetivo Especifico: control y pase							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1, reunir a los deportistas en el campo de juego se les dara una	Introduccion a la clase	X	3	
2.inscripcion en la lista de los deportistas que asistieron	llamado a lista	X	5	
3.movilidad articular involucrando estiramientos	Movilidad Articular	X	5	
4.se va arealizar trabajos dinamicos, ludicos juegos	Calentamiento	X	7	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO platillos balones
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. cadenita	Resistencia	Aerobica	X	15 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. suicidios con balon por parejas involucrando el pase		Desplazamiento	X	20 MIN	
7		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO platillos balones
1	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.lanzaminto de balon y el compañero lo control realizando una	Equilibrio	X	10 min	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.pase de balon rastrero en una distacia determinada entre 2	Reacción	X	10 min	
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO balones
1. pase y control en parejas en una distancia de 20 mt pase rastrero y control (parada)	x		**15 MIN**	
2.evaluacion de aspectos tecnicos trabajados de forma jugada	x		**20min**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

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

FIRMA FORMADOR: Sebastian S.

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha: 6-dic	**Lugar: poli. Subia**	**Municipio: silvania**	**Hora:3 a 5pm**	**N° de sesión: 50**	**N° de semana: 17**
Nombre del Formador: johan sebastian suarez correa			**N° de deportistas: 15**		**Edades:9 a 12años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: estimular trabajos tecnicos

Objetivo Especifico: conduccion de balon con diferentes superficies de contacto

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1, reunir a los deportistas en el campo de juego se les dara una	Introduccion a la clase	**X**	3	
2.inscripcion en la lista de los deportistas que asistieron	llamado a lista	**X**	5	
3.movilidad articular involucrando estiramientos	Movilidad Articular	**X**	5	
4.se va arealizar trabajos dinamicos, ludicos juegos	Calentamiento	**X**	7	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO platillos balones
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.lanzamientos de balon con la mano en diferentes direcciones y		Explosiva	**x**	10 min	
3.	Resistencia	Aerobica			
4.desplazamientos con balon en ziczac en 10 mt en parejas		Anaerobica	**x**	10 min	
5.velocidad gestual involucrando diferentes superficies de	Velocidad	Maxima	**x**	10 min	
6.		Desplazamiento			
7		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO platillos balones
1	Acoplamiento			
2.velocidad gestual involucrando diferentes superficies de	Ritmo	**x**	10 min	
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.adaptar la conduccion de pase en diferentes direcciones y	Adaptación	**x**	10 min	
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO balones
1. trabajp de eslalon, con diferentes superficies de contacto finalizando con un pase	**x**		**10 min**	
2.evaluacion de aspectos tecnicos trabajados de forma jugada	**x**		**30 min**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

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

FIRMA FORMADOR: Sebastian S.

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha:	**7-dic**	**Lugar: poli. Subia**	**Municipio: silvania**	**Hora:3 a 5pm**	**N° de sesión: 51**	**N° de semana: 17**
Nombre del Formador: johan sebastian suarez correa				**N° de deportistas: 15**		**Edades:9 a 12años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**x**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: estimular trabajos tecnico						
Objetivo Especifico: conduccion y pase						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	Convivencia	x	Autodisciplina	x	Participaciòn	x
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento		Autodominio	x
Trabajo en equipo	x	Cumplimiento	x	Juego Limpio	x	Recompensa	x

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1, reunir a los deportistas en el campo de juego se les dara una	Introduccion a la clase	**X**	3	
2.inscripcion en la lista de los deportistas que asistieron	llamado a lista	**X**	5	
3.movilidad articular involucrando estiramientos	Movilidad Articular	**X**	5	
4.se va arealizar trabajos dinamicos, ludicos juegos	Calentamiento	**X**	7	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO platillos balones**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.rey de la bandera		Anaerobica	**x**	15 min	
5.velocidad en diferentes posiciones coorporales	Velocidad	Maxima	**x**	10 min	
6.		Desplazamiento			
7		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO platillos balones**
1	Acoplamiento			
2.trabajo de conduccion de extremo a extremo del campo de juego, involucrando, valocidad, emicuerpos, superficies de	Ritmo	**x**	15 min	
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.conduccion velocidad en circuito, posterio remate en potencia	Diferenciación	**x**	20 min	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO balones**
1. conduccion de balon, por carril derecho he izquiero y remate en potencia	**x**		**10 min**	
2.evaluacion de aspectos tecnicos trabajados de forma jugada	**x**		**20 min**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

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

FIRMA FORMADOR: Sebastian S.

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 8-dic	**Lugar: poli. Subia**	**Municipio: silvania**	**Hora:3 a 5pm**	**N° de sesión: 52**	**N° de semana: 18**
Nombre del Formador: johan sebastian suarez correa			**N° de deportistas: 15**		**Edades:9 a 12años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: capacidades basicas

Objetivo Especifico: velocidad, resistencia, fuerza

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1, reunir a los deportistas en el campo de juego se les dara una	Introduccion a la clase	X	3	
2.inscripcion en la lista de los deportistas que asistieron	llamado a lista	X	5	
3.movilidad articular involucrando estiramientos	Movilidad Articular	X	5	
4.se va arealizar trabajos dinamicos, ludicos juegos	Calentamiento	X	7	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO platillos balones escalera
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.trabajo de tren inferior involucrando diferentes grupos musculares		Explosiva	x	10 min	
3.	Resistencia	Aerobica			
4.juego de superman y zorro		Anaerobica	x	10 min	
5.circuito determinado en distancias	Velocidad	Maxima	x	10 min	
6.		Desplazamiento			
7		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9		Dinamica			

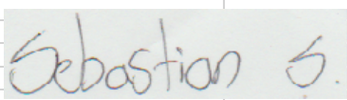
ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO platillos balones
1	Acoplamiento			
2.realizar trabajos de desplazmiento por el campo de juego relizando diferentes posturas coorporales	Ritmo	x	10 min	
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.desplazamientos de linea lateral a lateral velocidad con variantes posturales	Patrones Basicos de Movimiento	x	10 min	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO balones
1.				
2.evaluacion de aspectos tecnicos trabajados de forma jugada	x		**30 min**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

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

FIRMA FORMADOR: 

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa - Torre Beneficencia Piso 5.
Código Postal: 111321 – Teléfono: 749 1205 Exy 1228
/CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

CUNDINAMARCA ¡REGIÓN Que Progresa!

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

a:	13-dic	Lugar: poli. Subia	Municipio: silvania	Hora:3 a 5pm	N° de sesión: 53	N° de semana: 18
mbre del Formador: johan sebastian suarez correa				N° de deportistas: 15		Edades:9 a 12años
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		x	PERFECCIONAMIENTO	

etivo General: trabajo tecnico

etivo Especifico: remate

etivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Convivencia	x	Autodisciplina	x	Participaciòn	x
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento		Autodominio	x
rabajo en equipo	x	Cumplimiento	x	Juego Limpio	x	Recompensa	x

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
unir a los deportistas en el campo de juego se les dara una	Introduccion a la clase	X	3	
cripcion en la lista de los deportistas que asistieron	llamado a lista	X	5	
ovilidad articular involucrando estiramientos	Movilidad Articular	X	5	
va arealizar trabajos dinamicos, ludicos juegos	Calentamiento	X	7	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO platillos balones escalera
	Capacidad	Manifestaciòn			
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
amica velocidad maxima para ezquivar compa;ero	Velocidad	Maxima	x	15 min	
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO platillos balones
abajo de remate potencia y ubicacion	Acoplamiento	x	10 min	
	Ritmo			
	Equilibrio			
	Orientación			
bajo de remate con pase del orientador con superficies de acto	Diferenciación	x	10 min	
	Reacción			
matar por los diferentes carriles con un control	Adaptación	x	10 min	
	Patrones Basicos de Movimiento			

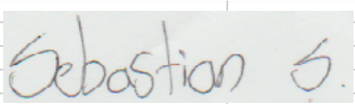
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO balones
mate en velocidad en zona de finalizacion	x		15 min	
aluacion de aspectos tecnicos trabajados de forma jugada	x		30 min	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
iramiento	X	5	estatico individual	
troalimentaciòn de la clase valores	X	2	explicacion teorica	
troalimentaciòn de ejercicios propuestos	X	2	explicacion teorica	
reas en casa y recomendaciones generales	X	1	explicacion teorica	

IA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha:	**14-dic**	**Lugar: poli. Subia**		**Municipio: silvania**		**Hora:3 a 5pm**	**N° de sesión: 54**	**N° de semana: 18**
Nombre del Formador: johan sebastian suarez correa						**N° de deportistas: 15**		**Edades:9 a 12años**
INICIACIÓN				**FUNDAMENTACIÓN**	**x**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: trabajo tecnico

Objetivo Especifico: control y remate

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	Convivencia	x	Autodisciplina	x	Participaciòn	x
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento		Autodominio	x
Trabajo en equipo	x	Cumplimiento	x	Juego Limpio	x	Recompensa	x

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1, reunir a los deportistas en el campo de juego se les dara una	Introduccion a la clase	**X**	3	
2.inscripcion en la lista de los deportistas que asistieron	llamado a lista	**X**	5	
3.movilidad articular involucrando estiramientos	Movilidad Articular	**X**	5	
4.se va arealizar trabajos dinamicos, ludicos juegos	Calentamiento	**X**	7	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO platillos balones escalera**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. 1 vs 1 dinamica de posturas deben tocarse diferentes partes del cuerpo	Resistencia	Aerobica	**x**	10 min	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9		Dinamica			

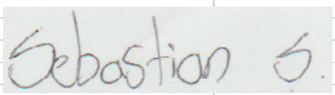
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO platillos balones**
1. trabajo de velocidad por carriles, control orientado planta de pie y remate en zona final	Acoplamiento	**x**	20 min	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.orientador pase el balon aereo, realiza un control y remata con potenci desde zona creacion	Diferenciación	**x**	20 min	
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO balones**
1. remate de tiro de castigo en potencia	**x**		**10 min**	
2.evaluacion de aspectos tecnicos trabajados de forma jugada	**x**		**30 min**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

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

FIRMA FORMADOR: 

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha:	**1-dic**	**Lugar: poli. Subia**	**Municipio: silvania**	**Hora:5 a 7pm**	**N° de sesión: 49**		**N° de semana: 17**
Nombre del Formador: johan sebastian suarez correa				**N° de deportistas: 15**			**Edades:13 a 17años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**
Objetivo General: estumular fundamentos tecnicos.							
Objetivo Especifico: pase control							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	Convivencia	x	Autodisciplina		Participaciòn	x
Honestidad	x	Justicia		Reconocimiento		Autodominio	x
Trabajo en equipo	x	Cumplimiento	x	Juego Limpio	x	Recompensa	x

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1, reunir a los deportistas en el campo de juego se les dara una	Introduccion a la clase	**X**	3	
2.inscripcion en la lista de los deportistas que asistieron	llamado a lista	**X**	5	
3.movilidad articular involucrando estiramientos	Movilidad Articular	**X**	5	
4.se va arealizar trabajos dinamicos, ludicos juegos	Calentamiento	**X**	7	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO platillos balones**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. cadenita individual y en grupos	Resistencia	Aerobica	**X**	20 MIN	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. desplazamientos con balon por parejas involucrando el pase involucrando variantes		Desplazamiento	**X**	20 MIN	
7		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO platillos balones**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.pase de balon y el compañero lo control realizando una parada de balon	Equilibrio	**X**	10 min	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.pase de balon rastrero en una distacia determinada entre 2	Reacción	**X**	10 min	
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

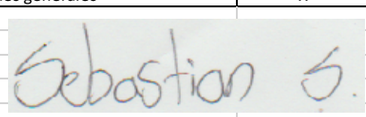
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO balones**
1. trabajo de pase y control en una distancia de 3mt pasa control, pasa controla	**X**		**10 MIN**	
2.evaluacio de conceptos trabajados de forma jugada	**x**		**20**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

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

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE C+A126:J174UNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha 6-dic	Lugar: poli. Subia	Municipio: silvania	Hora:5 a 7pm	N° de sesión: 50	N° de semana: 17
Nombre del Formador: johan sebastian suarez correa			N° de deportistas: 15		Edades:13 a 17años
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	x

Objetivo General: estimular trabajos tecnicos

Objetivo Especifico: conduccion de balon con diferentes superficies de contacto

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1, reunir a los deportistas en el campo de juego se les dara una	Introduccion a la clase	X	3	
2.inscripcion en la lista de los deportistas que asistieron	llamado a lista	X	5	
3.movilidad articular involucrando estiramientos	Movilidad Articular	X	5	
4.se va arealizar trabajos dinamicos, ludicos juegos	Calentamiento	X	7	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO platillos balones
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.lanzamientos de balon con la mano en diferentes direcciones y		Explosiva	x	10 min	
3.	Resistencia	Aerobica			
4.desplazamientos con balon en ziczac en 10 mt en parejas		Anaerobica	x	10 min	
5.velocidad gestual involucrando diferentes superficies de	Velocidad	Maxima	x	10 min	
6.		Desplazamiento			
7		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO platillos balones
1	Acoplamiento			
2.velocidad gestual involucrando diferentes superficies de	Ritmo	x	10 min	
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.adaptar la conduccion de pase en diferentes direcciones y	Adaptación	x	10 min	
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO balones
1. trabajp de eslalon, con diferentes superficies de contacto finalizando con un pase	x		10 min	
2.evaluacion de aspectos tecnicos trabajados de forma jugada	x		30 min	
3.				
4.				

PARTE FINAL

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

FIRMA FORMADOR: Sebastian S.

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha:	**7-dic**	**Lugar: poli. Subia**		**Municipio: silvania**		**Hora:5 a 7pm**	**N° de sesión: 51**		**N° de semana: 17**
Nombre del Formador: johan sebastian suarez correa						**N° de deportistas: 15**			**Edades:13 a 17años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**					**PERFECCIONAMIENTO**		**x**
Objetivo General: principios tacticos									
Objetivo Especifico: posturas defensivas									
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): interiorizar posturas basicas de movimiento									
VALORES SOCIALES Y PERSONALES									
Respeto	x	Convivencia	x		Autodisciplina		x	Participaciòn	x
Honestidad	x	Justicia			Reconocimiento			Autodominio	x
Trabajo en equipo	x	Cumplimiento	x		Juego Limpio		x	Recompensa	x

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1, reunir a los deportistas en el campo de juego se les dara una	Introduccion a la clase	X	3	
2.inscripcion en la lista de los deportistas que asistieron	llamado a lista	X	5	
3.movilidad articular involucrando estiramientos	Movilidad Articular	X	5	
4.se va arealizar trabajos dinamicos, ludicos juegos	Calentamiento	X	7	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO platillos balones
	Capacidad	Manifestaciòn			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. 1 vs 1 en diferentes posturas y zonas del campo	Resistencia	Aerobica	x	15 min	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO platillos balones
1.realizar desplazamientos, en postura de fensivas teniendo encuenta perfiles	Acoplamiento	x	10 min	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4. orientas en parte defensiva a el deportista del balon para llevarlo a zona fuerte para quitar balon	Orientación	x	10 min	
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.adaptar posturas y perfiles adecuados en la pare defensiva con 1 vs 1	Adaptación	x	10 min	
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

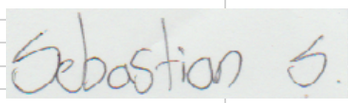
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO balones
1. 1 vs 1 marcacion en zombra adaptando el la postura de bajar centro de gravedad	x		15 min	
2.evaluacion de aspectos tecnicos trabajados de forma jugada	x		30 min	
3.				
4.				

PARTE FINAL

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

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha:	**8-dic**	**Lugar: poli. Subia**	**Municipio: silvania**	**Hora:5 a 7pm**	**N° de sesión: 52**		**N° de semana: 18**
Nombre del Formador: johan sebastian suarez correa				**N° de deportistas: 15**			**Edades:13 a 17años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**x**
Objetivo General: capacidades basicas							
Objetivo Especifico: fuerza, resistencia, velocidad							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1, reunir a los deportistas en el campo de juego se les dara una	Introduccion a la clase	**X**	3	
2.inscripcion en la lista de los deportistas que asistieron	llamado a lista	**X**	5	
3.movilidad articular involucrando estiramientos	Movilidad Articular	**X**	5	
4.se va arealizar trabajos dinamicos, ludicos juegos	Calentamiento	**X**	7	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO platillos balones**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.trabajo por parejas en donde se involucran cargas adicionales	Fuerza	Maxima	**x**	10 min	
2.		Explosiva			
3. trabajo de fondo por fuera del campo de juego	Resistencia	Aerobica	**x**	10 min	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6. trabajos de desplazamineto de linea final a linea final, invulucrando un trabjo antes del desplazamiento		Desplazamiento	**x**	10 min	
7		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9		Dinamica			

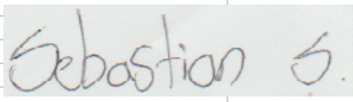
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO platillos balones**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.velocidad en diferentes patrones de movimiento en distacia de 20 mt	Patrones Basicos de Movimiento	**x**	10 min	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO balones**
1. trabajo de trote involucrando estiramientos dinamicos	**x**		**10 min**	
2.evaluacion de aspectos tecnicos y tacticos trabajados de forma jugada	**x**		**40 min**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

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

FIRMA FORMADOR: 

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha: 13-dic	**Lugar: poli. Subia**	**Municipio: silvania**	**Hora:5 a 7pm**	**N° de sesión: 53**	**N° de semana: 18**
Nombre del Formador: johan sebastian suarez correa			**N° de deportistas: 15**		**Edades:13 a 17años**

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

Objetivo General: principios tacticos

Objetivo Especifico: ofensivos

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): interiorizar ña parte ofensiva

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1, reunir a los deportistas en el campo de juego se les dara una	Introduccion a la clase	X	3	
2.inscripcion en la lista de los deportistas que asistieron	llamado a lista	X	5	
3.movilidad articular involucrando estiramientos	Movilidad Articular	X	5	
4.se va arealizar trabajos dinamicos, ludicos juegos	Calentamiento	X	7	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO platillos balones
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3. cadenita	Resistencia	Aerobica	x	10 min	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO platillos balones
1.trabajo de amplitud del campo de juego con un pase en profundidad y remate	Acoplamiento	x	20 min	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.trabajo en 10mt de corte y pase a profundidad con remate	Adaptación	x	20 min	
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO balones
1. 1 vs 1 en velocidad a profndidad	x		**10 min**	
2.evaluacion de aspectos tecnicos y tacticos trabajados de forma jugada	x		**30 min**	
3.				
4.				

PARTE FINAL

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

FIRMA FORMADOR: Sebastian S.

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha:	**14-dic**	**Lugar: poli. Subia**		**Municipio: silvania**		**Hora:5 a 7pm**	**N° de sesión: 54**		**N° de semana: 18**
Nombre del Formador: johan sebastian suarez correa						**N° de deportistas: 15**			**Edades:13 a 17años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**					**PERFECCIONAMIENTO**		**x**
Objetivo General: principios tacticos									
Objetivo Especifico: ofensivos y defensivos									
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): interiorizar posturas defensivas y perfiles ofensivos									
VALORES SOCIALES Y PERSONALES									
Respeto	**x**	Convivencia	**x**		Autodisciplina	x	Participaciòn	**x**	
Honestidad	**x**	Justicia			Reconocimiento		Autodominio	**x**	
Trabajo en equipo	**x**	Cumplimiento	**x**		Juego Limpio	**x**	Recompensa	**x**	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1, reunir a los deportistas en el campo de juego se les dara una	Introduccion a la clase	**X**	3	
2.inscripcion en la lista de los deportistas que asistieron	llamado a lista	**X**	5	
3.movilidad articular involucrando estiramientos	Movilidad Articular	**X**	5	
4.se va arealizar trabajos dinamicos, ludicos juegos	Calentamiento	**X**	7	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO platillos balones**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.	Fuerza	Maxima			
2.		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.1 vs 1 con un platillo en la mitad velocidad de reaccion cuando suene el silvato debe tomar el platillo		Reacciòn	**x**	10 min	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO platillos balones**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.1 vs 1 se enfrentan un a quitar balon y el otro a driblar a el rival (temporizacion)	Equilibrio	**x**	20 min	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6. 1 vs 1 distancia de 15 mt el primero q llegue a el balon avanza y el otro debe defender (ubicación)	Reacción	**x**	20 min	
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO balones**
1. 1 vs 1 zombra orientacion postural linea a linea	**x**		**10 min**	
2.evaluacion de aspectos tecnicos y tacticos trabajados de forma jugada	**x**		**30 min**	
3.				
4.				

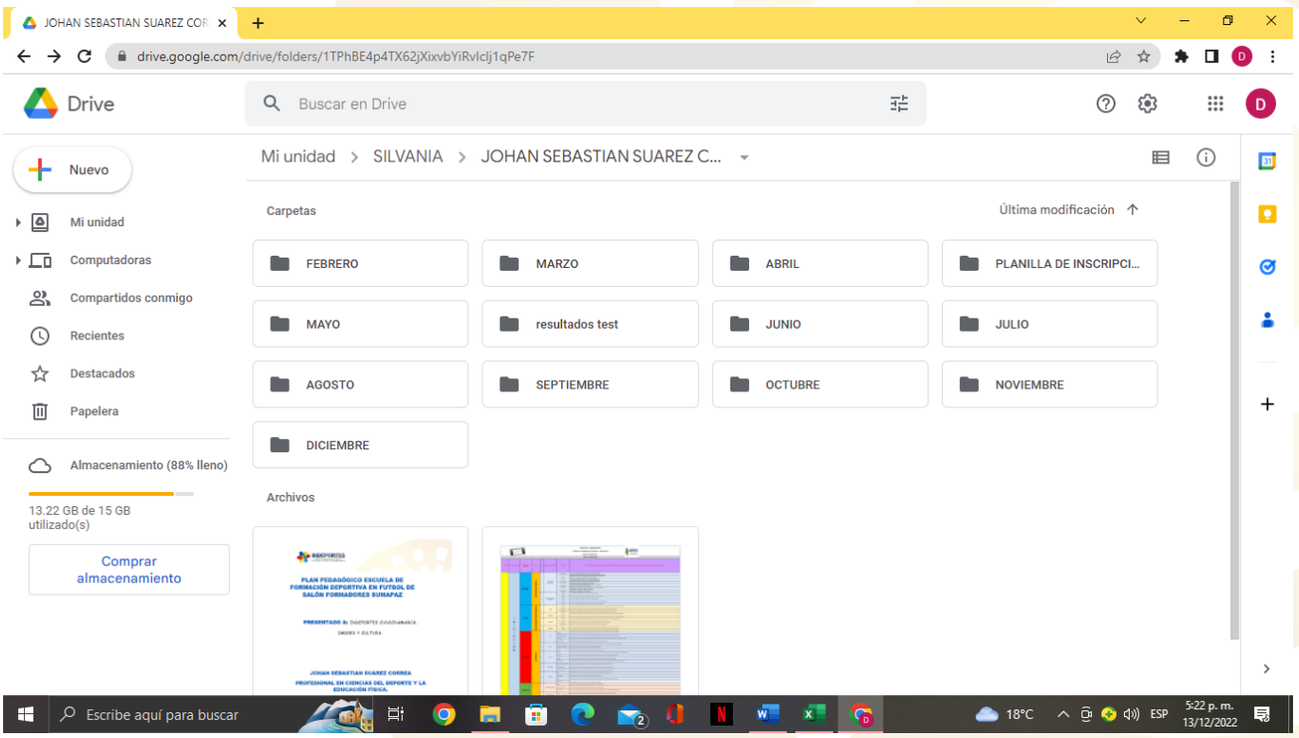
PARTE FINAL

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

FIRMA FORMADOR: Sebastian S.

OBLIGACION # 7

Realice los respectivos documentos requeridos para el mes de dicviembre por indeportes y posterior a ello los consolide en



el drive que se está manejando por el gestor.

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

OBLIGACION # 8

Planifique las respectivas planeaciones del mes de diciembre, teniendo en cuenta los requerimientos del formato para cada sesión, involucrando las necesidades de la población.



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**DICIEMBRE**	**MUNICIPIO: SILVANIA**		
LUGAR:				POLIDEPORTIVO	**HORARIO DE PRACTICA:** 1 A 3 PM		
NIVEL				**INICIACIÓN** X	**FUNDAMENTACIÓN**	**PERFECCIONAMIENTO**	
CLASES				**DICIEMBRE**	**DICIEMBRE**	**DICIEMBRE**	**DICIEMBRE**
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	x	x	x	x
			RESPONSABILIDAD	x	x	x	x
			COMPAÑERISMO	x	x	x	x
			JUSTICIA	x	x	x	x
			COOPERACION	x	x	x	x
			LEALTAD	x	x	x	x
			TRABAJO EN EQUIPO	x	x	x	x
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD	x	x	x	x
			OBEDIENCIA	x	x	x	x
			AUTODISCIPLINA	x	x	x	x
			PARTICIPACIÓN	x	x	x	x
			PERSEVERANCIA	x	x	x	x
			AUTODOMINIO	x	x	x	x
			RECOMPENSA	x	x	x	x
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON	x	x	x	x
			MOVILIDAD ARTICULAR	x	x	x	x
			CALENTAMIENTO	x	x	x	x
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	x	x		
			RITMO	x		x	x
			EQUILIBRIO		x	x	x
			ORIENTACION	x	x		
			DIFERENCIACION	x		x	x
			REACCIÓN	x	x	x	x
			ADAPTACIÓN		x		
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA			x	x
			VELOCIDAD	x	x	x	x
			FLEXIBILIDAD	x	x		
			RESISTENCIA				
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE	x	x	x	x
			CONTROL	x		x	x
			REMATE	x	x		
			CONDUCCION	x	x	x	x
		ELEMENTOS TACTICOS					
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	x	x	x	x
			JUEGOS TRADICIONALES	x	x	x	x
			ACTIVIDADES ARTISTICAS				
			CIRCUITOS RECREATIVOS	x	x	x	x
			FESTIVALES RECREATIVOS				
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	x	x	x	x
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	x	x	x	x

FIRMA FORMADOR: Sebastian S.



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**DICIEMBRE**	**MUNICIPIO: SILVANIA**		
LUGAR:				POLIDEPORTIVO	**HORARIO DE PRACTICA:** 3 A 5 PM		
NIVEL				**INICIACIÓN**	**FUNDAMENTACIÒN** X	**PERFECCIONAMIENTO**	
CLASES				**DICIEMBRE**	**DICIEMBRE**	**DICIEMBRE**	**DICIEMBRE**
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	x	x	x	x
			RESPONSABILIDAD	x	x	x	x
			COMPAÑERISMO	x	x	x	x
			JUSTICIA	x		x	x
			COOPERACION		x		x
			LEALTAD	x	x	x	x
			TRABAJO EN EQUIPO	x	x	x	x
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD	x	x	x	x
			OBEDIENCIA	x	x	x	x
			AUTODISCIPLINA	x	x	x	x
			PARTICIPACIÓN	x	x	x	x
			PERSEVERANCIA	x	x	x	x
			AUTODOMINIO	x	x	x	x
			RECOMPENSA	x	x	x	x
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON	x	x	x	x
			MOVILIDAD ARTICULAR	x	x	x	x
			CALENTAMIENTO	x	x	x	x
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	x	x		
			RITMO	x		x	x
			EQUILIBRIO		x	x	x
			ORIENTACION	x	x		
			DIFERENCIACION	x		x	x
			REACCIÓN	x	x	x	x
			ADAPTACIÓN		x		
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA			x	x
			VELOCIDAD	x	x	x	x
			FLEXIBILIDAD	x	x		
			RESISTENCIA				
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE	x	x	X	X
			CONTROL	x		x	x
			REMATE	x	x		
			CONDUCCION	x	x	x	x
		ELEMENTOS TACTICOS					
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	x	x	x	x
			JUEGOS TRADICIONALES	x	x	x	x
			ACTIVIDADES ARTISTICAS				
			CIRCUITOS RECREATIVOS	x	x	x	x
			FESTIVALES RECREATIVOS				
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	x	x	x	x
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	x	x	x	x

FIRMA FORMADOR: Sebastian S.



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**DICIEMBRE**	**MUNICIPIO: SILVANIA**		
LUGAR:				POLIDEPORTIVO	**HORARIO DE PRACTICA:** 5 A 7 PM		
NIVEL				**INICIACIÓN**	**FUNDAMENTACIÒN**	**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
CLASES				**DICIEMBRE**	**DICIEMBRE**	**DICIEMBRE**	**DICIEMBRE**
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	x	x		x
			RESPONSABILIDAD	x	x	x	x
			COMPAÑERISMO	x	x	x	x
			JUSTICIA		x	x	x
			COOPERACION	x	x	x	x
			LEALTAD	x		x	x
			TRABAJO EN EQUIPO	x	x	x	x
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD	x	x	x	x
			OBEDIENCIA	x	x	x	x
			AUTODISCIPLINA	x	x	x	x
			PARTICIPACIÓN	x	x	x	x
			PERSEVERANCIA	x	x	x	x
			AUTODOMINIO	x	x	x	x
			RECOMPENSA	x	x	x	x
	PARTE INICIAL	INICIO	INTRODUCCIPON	x	x	x	x
			MOVILIDAD ARTICULAR	x	x	x	x
			CALENTAMIENTO	x	x	x	x
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	x	x		
			RITMO	x		x	x
			EQUILIBRIO		x	x	x
			ORIENTACION	x	x		
			DIFERENCIACION	x		x	x
			REACCIÓN	x	x	x	x
			ADAPTACIÓN		x		
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA			x	x
			VELOCIDAD	x	x	x	x
			FLEXIBILIDAD	x	x		
			RESISTENCIA				
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE	x	x	x	x
			CONTROL	x		x	x
			REMATE	x	x		
			CONDUCCION	x	x	x	x
		ELEMENTOS TACTICOS	OFENSIVO	x	x	x	x
			DEFENSIVO	x	x	x	x
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	x	x	x	x
			JUEGOS TRADICIONALES	x	x	x	x
			ACTIVIDADES ARTISTICAS				
			CIRCUITOS RECREATIVOS	x	x	x	x
			FESTIVALES RECREATIVOS				
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	x	x	x	x
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	x	x	x	x

FIRMA FORMADOR: Sebastian S.

OBLIGACION # 9

Ejecute los respectivos test establecidos por indeportes, en el mes de octubre 4 y 6 (iniciación, fundamentación y especialización) de la escuela de futbol de salón, consolide los datos dentro de los formatos que enviaron en indeportes

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIV0

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: INICIACION

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL	ESTATURA DE PIE	ESTATURA SENTADO	ENVERGADURA	PERIMETRO DE CINTURA
					KG	CMS.	CMS.	CMS.	CMS.
1	OSCAR AMAYA	10	25-06-2013	FUTBOL DE SALON	28	127	69	126	58
2	FELIX MANRRIQUE	7	02-04-2015	FUTBOL DE SALON	25	119	66	116	63
3	JOAN GUERRERO	10	05-08-2011	FUTBOL DE SALON	25	132	70	133	60
4	JUAN AMAYA	10	24-02-2011	FUTBOL DE SALON	30	139	74	137	59
5	DILAN ACOSTA	8	13-03-2012	FUTBOL DE SALON	37	144	75	142	69
6	ELKIN HERNANDEZ	11	18-07-2011	FUTBOL DE SALON	39	149	77	147	71
7	FELIPE GUITIERREZ	8	05-08-2013	FUTBOL DE SALON	31	139	72	138	65
8	TANIA CASTELLANOS	8	29-01-2013	FUTBOL DE SALON	30	135	68	135	66
9	JUAN PINILLA	9	03-03-2012	FUTBOL DE SALON	31	135	73	136	75
10	ANDRES BERNAL	8	15-11-2013	FUTBOL DE SALON	28	129	70	128	67
11	SEBASTIAN SANCHEZ	9	19-08-2014	FUTBOL DE SALON	34	139	73	139	67
12	MAURICIO OSPINA	8	25-06-2012	FUTBOL DE SALON	30	132	72	130	62
13	ALEJANDRO BERNAL	9	08-05-2013	FUTBOL DE SALON	31	134	74	133	68
14	NEYMAR RODRIGUEZ	9	10-10-2011	FUTBOL DE SALON	28	132	72	133	63
15	DANNA CASTRO	10	27-06-2010	FUTBOL DE SALON	41	153	81	152	65
16									
17									
18									
19									
20									

MUNICIPIO EVALUADO:	**SILVANIA**
FORMADOR:	**JOHAN SEBASTIAN SUAREZ CORREA**

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIV0

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: FUNDAMENTACION

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL	ESTATURA DE PIE	ESTATURA SENTADO	ENVERGADURA	PERIMETRO DE CINTURA
					KG	CMS.	CMS.	CMS.	CMS.
1	FABIAN GUTIERREZ	13	29-03-2010	FUTBOL DE SALON	52	148	74	148	71
2	JUAN DURAN	11	08-02-2009	FUTBOL DE SALON	60	163	76	162	72
3	ALEXANDRO RODRIGUEZ	12	08-06-2009	FUTBOL DE SALON	41	164	84	165	71
4	ANGEL SOTO	12	25-04-2010	FUTBOL DE SALON	54	170	93	171	70
5	ANGEL BERNAL	12	30-06-2010	FUTBOL DE SALON	60	172	94	170	76
6	LUISA PRIETO	12	13-11-2011	FUTBOL DE SALON	63	161	85	160	87
7	SANTIAGO CANTOR	11	06-05-2008	FUTBOL DE SALON	40	151	76	149	79
8	CHARITH GARZON	13	15-09-2010	FUTBOL DE SALON	60	154	83	152	73
9	JOSE RAMIREZ	10	02-02-2008	FUTBOL DE SALON	48	161	83	160	74
10	SANTIAGO FLORES	12	11-12-2008	FUTBOL DE SALON	42	160	80	161	64
11	JOSTIN BERNAL	10	23-10-2009	FUTBOL DE SALON	36	141	74	140	71
12	MIGUEL MORENO	11	07-07-2008	FUTBOL DE SALON	47	151	78	148	68
13	JUAN MARQUEZ	11	12-05-2007	FUTBOL DE SALON	32	135	72	134	62
14	MARIANA MARQUEZ	12	09-06-2008	FUTBOL DE SALON	41	153	81	152	65
15	ANDREY MARTINEZ	12	01-03-2007	FUTBOL DE SALON	39	143	74	141	67
16	JEIVER BEJARANO	11	10-10-2006	FUTBOL DE SALON	43	155	82	153	81
17	MIGUEL CARREÑO	13	12-01-2007	FUTBOL DE SALON	38	157	79	156	62
18									
19									
20									

MUNICIPIO EVALUADO:	**SILVANIA**
FORMADOR:	**JOHAN SEBASTIAN SUAREZ CORREA**

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIV0

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: PERFECCIONAMIENTO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL	ESTATURA DE PIE	ESTATURA SENTADO	ENVERGADURA	PERIMETRO DE CINTURA
					KG	CMS.	CMS.	CMS.	CMS.
1	BRAYAN VELASCO	16	30-11-2007	FUTBOL DE SALON	59	175	90	175	79
2	HAROLD GODOY	15	25-06-2006	FUTBOL DE SALON	55	167	86	166	71
3	JHOIMER MEDINA	14	18-08-2005	FUTBOL DE SALON	53	173	87	171	73
4	OSCAR PRIETO	14	05-06-2006	FUTBOL DE SALON	60	169	89	167	74
5	BRAYAN MELO	15	14-02-2007	FUTBOL DE SALON	70	173	88	172	82
6	DAVID HERNANDEZ	15	02-05-2005	FUTBOL DE SALON	44	153	74	150	76
7	DARWIN GARZON	14	19-11-2006	FUTBOL DE SALON	63	171	88	169	74
8	VALENTINA FLORES	15	20-01-2005	FUTBOL DE SALON	52	158	83	155	79
9	JHON LOPEZ	16	15-08-2006	FUTBOL DE SALON	54	166	87	164	74
10	MILLER GOMEZ	16	04-04-2007	FUTBOL DE SALON	63	166	83	165	84
11	CAMILO GAONA	15	09-10-2006	FUTBOL DE SALON	55	170	85	167	72
12	JUAN GARZON	14	24-07-2005	FUTBOL DE SALON	69	177	95	175	62
13	OSCAR LOPEZ	15	28-05-2007	FUTBOL DE SALON	49	169	86	168	69
14	LAURA GUERRERO	16	25-10-2006	FUTBOL DE SALON	63	158	85	155	69
15	KAROL POVEDA	14	16-05-2007	FUTBOL DE SALON	52	162	83	161	73
16	ANDREY CAMPOS	16	2/12/2005	FUTBOL DE SALON	53	164	89	165	73
17									
18									
19									
20									

MUNICIPIO EVALUADO:	**SILVANIA**
FORMADOR:	**JOHAN SEBASTIAN SUAREZ CORREA**

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

SEGUNDO SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA <8 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	20 METROS LISOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGUN LOS 2 INTENTOS	SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGÚN LOS 2 INTENTOS
	NOMBRES Y APELLIDOS				1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO		
1	FELIX MANRIQUE	7	02-04-2015	FUTBOL DE SALON	4,88	4,88	118	116		116	8	9		9	17,35	17,35	41	49		41
2	DILAN ACOSTA	8	13-03-2012	FUTBOL DE SALON	4,35	4,35	125	128		125	8	8		8	12,15	12,15	20	26		20
3	TANIA CASTELLANOS	8	05-08-2013	FUTBOL DE SALON	4,39	4,39	122	120		120	10	8		10	16,02	16,02	28	25		25
4	ANDRES BERNAL	8	15-11-2013	FUTBOL DE SALON	4,81	4,81	123	126		123	9	9		9	13,28	13,28	21	24		21
5	MAURICIO OSPINA	8	25-06-2012	FUTBOL DE SALON	4,75	4,75	122	123		122	9	8		9	14,82	14,82	24	28		24
6	FELIPE GUITIERREZ	8	29-01-2013	FUTBOL DE SALON	4,92	4,92	125	127		125	10	9		10	14,25	14,25	32	38		32
7																				
8																				
9																				
10																				
11																				
12																				
13																				
14																				
15																				
16																				
17																				
18																				
19																				
20																				

MUNICIPIO EVALUADO: SILVANIA
FORMADOR : JOHAN SEBASTIAN SUAREZ COREA

GOBERNAC+A1:U32ION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

SEGUNDO SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA 9 A 10 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	20 METROS LISOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGUN LOS 2 INTENTOS	SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGÚN LOS 2 INTENTOS
	NOMBRES Y APELLIDOS				1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO		
1	OSCAR AMAYA	9	25-06-2013	FUTBOL DE SALON	4,49	4,49	144	135		144	12	10		12	15,01	15,01	38	37		37
2	JOAN GUERRERO	10	02-04-2015	FUTBOL DE SALON	4,29	4,29	155	142		155	10	11		11	11,81	11,81	29	21		21
3	JUAN AMAYA	10	05-06-2011	FUTBOL DE SALON	4,25	4,25	157	154		157	8	8		8	12,37	12,37	34	41		34
4	ELKIN HERNANDEZ	11	24-02-2011	FUTBOL DE SALON	4,31	4,31	149	161		161	13	12		13	12,05	12,05	35	29		29
5	JUAN PINILLA	9	03-03-2012	FUTBOL DE SALON	4,38	4,38	108	102		108	7	8		8	12,03	12,03	21	15		15
6	SEBASTIAN SANCHEZ	9	19-08-2014	FUTBOL DE SALON	4,81	4,81	107	106		107	8	8		8	13,47	13,47	32	26		26
7	ALEJANDRO BERNAL	9	08-05-2013	FUTBOL DE SALON	4,56	4,56	105	110		110	9	7		9	14,01	14,01	28	35		28
8	NEYMAR RODRIGUEZ	9	30-10-2011	FUTBOL DE SALON	4,72	4,72	120	137		137	11	11		11	12,03	12,03	35	43		35
9	DIANNA CASTRO	10	27-06-2011	FUTBOL DE SALON	4,06	4,06	131	135		135	11	10		11	11,05	11,05	21	30		21
10	JOSE RAMIREZ	10	02-02-2011	FUTBOL DE SALON	4,05	4,05	165	171		171	13	10		13	12,89	12,89	22	25		22
11	JOSTIN BERNAL	10	23-10-2011	FUTBOL DE SALON	4,13	4,13	128	130		130	10	8		10	13,22	13,22	28	21		21
12																				
13																				
14																				
15																				
16																				
17																				
18																				
19																				
20																				

MUNICIPIO EVALUADO: SILVANIA
FORMADOR : JOHAN SUAREZ CORREA



GOBERNACION DE CUND+A1:W30INAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0
SEGUNDO SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) 11 A 13 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	20 METROS LISOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (1,00) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (193,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	300 METROS PLANOS UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO
					1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO					1 INTENTO	2 INTENTO						
1	FABIAN GUTIERREZ	13	29-03-2019	FUTBOL DE SALON	3,89	3,89	150	141		150	25	21		25	14,02	14,02	30	33		30	1,16	1,16
2	JUAN DURAN	11	08-02-2009	FUTBOL DE SALON	3,52	3,52	168	150		168	21	20		21	14,2	14,2	25	29		25	1,21	1,21
3	ALEXANDRO RODRIGUEZ	12	08-06-2009	FUTBOL DE SALON	4,09	4,09	168	189		189	19	15		19	10,31	10,31	28	21		21	1,35	1,35
4	ANGEL SOTO	12	25-04-2010	FUTBOL DE SALON	4,82	4,82	159	168		168	12	10		12	12,65	12,65	19	19		19	1,38	1,38
5	ANGEL BERNAL	12	30-06-2010	FUTBOL DE SALON	4,66	4,66	170	171		171	23	20		23	12,25	12,25	23	20		20	1,59	1,59
6	LUISA PRIETO	12	13-11-2011	FUTBOL DE SALON	4,45	3.21	135	129		135	17	17		17	12,89	12,89	13	18		13	1,25	1,25
7	SANTIAGO CANTOR	11	06-05-2010	FUTBOL DE SALON	4,12	4,12	135	138		138	18	19		19	11,81	11,81	20	25		20	1,31	1,31
8	CHARITH GARZON	13	15-09-2010	FUTBOL DE SALON	3,81	3,81	131	131		131	15	15		15	13,02	13,02	18	21		18	1,15	1,15
9	SANTIAGO FLORES	12	11-12-2009	FUTBOL DE SALON	3,81	3,81	174	170		170	21	20		21	10,78	10,78	26	17		17	1,41	1,41
10	MIGUEL MORENO	11	07-07-2010	FUTBOL DE SALON	3,97	3,97	162	155		162	22	23		23	11,71	11,71	14	20		14	1,19	1,19
11	JUAN MARQUEZ	11	12-05-2010	FUTBOL DE SALON	4,13	4,13	163	159		163	25	22		25	10,91	10,91	25	29		25	1,51	1,51
12	MARIANA MARQUEZ	12	09-06-2009	FUTBOL DE SALON	3,85	3,85	127	135		135	26	25		26	11,52	11,52	28	29		28	1,15	1,15
13	ANDREY MARTINEZ	12	01-03-2010	FUTBOL DE SALON	4,11	4,11	111	118		118	19	19		19	13,22	13,22	29	24		24	1,48	1,48
14	JEIVER BEJARANO	11	10-10-2011	FUTBOL DE SALON	4,21	4,21	131	134		134	18	16		18	12,72	12,72	25	15		15	1,37	1,37
15	MIGUEL CARREÑO	13	13-01-2009	FUTBOL DE SALON	3,79	3,79	151	163		163	22	21		22	13,31	13,31	15	20		15	1,28	1,28
16																						
17																						
18																						
19																						
20																						

MUNICIPIO EVALUADO: SILVANIA
FORMADOR : JOHAN SUAREZ CORREA

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0
SEGUNDO SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) 14 A 17 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	20 METROS LISOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (1,00) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (193,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	COURSE NAVETTE 20 MTS NUMERO DE ETAPA LOGRADA	RESULTADO NUMERO DE RECTAS	COURSE NAVETTE 20 METROS DISTANCIA ACUMULADA DE RECTAS UNIDAD: NUMERO DE RECTAS X 20	RESULTADO
					1 INTENTO						1 INTENTO	2 INTENTO					1 INTENTO	2 INTENTO							
1	BRAYAN VELAZCO	16	02-12-2007	FUTBOL DE SALON	3,56	3,56	170	164		170	20	19		20	10,65	10,65	22	28		22	6	41	820	820
2	HAROLD GODOY	15	29-06-2006	FUTBOL DE SALON	3,75	3,75	162	178		178	23	23		23	13,28	13,28	33	33		33	7	51	1020	1020
3	JHONIER MEDINA	14	18-08-2005	FUTBOL DE SALON	3,64	3,64	169	173		173	29	26		29	10,63	10,63	21	17		17	4	30	600	600
4	OSCAR PRIETO	14	05-09-2006	FUTBOL DE SALON	3,63	3,63	190	185		190	25	26		26	10,18	10,18	24	19		19	7	52	1040	1040
5	BRAYAN MELO	15	14-03-2007	FUTBOL DE SALON	3,51	3,51	172	180		180	24	24		24	10,4	10,4	15	26		15	6	41	820	820
6	DAVID HERNANDEZ	15	02-03-2005	FUTBOL DE SALON	4,03	4,03	155	139		155	21	21		21	10,19	10,19	28	20		20	5	36	720	720
7	DARWIN GARZON	14	19-12-2006	FUTBOL DE SALON	4,15	4,15	208	211		211	28	27		28	10,02	10,02	14	19		14	7	55	1100	1100
8	VALENTINA FLORES	15	20-03-2006	FUTBOL DE SALON	4,54	4,54	133	120		133	12	14		14	11,25	11,25	16	13		13	2	11	200	200
9	JHON LOPEZ	16	15-09-2006	FUTBOL DE SALON	3,92	3,92	162	168		168	24	23		24	11,02	11,02	26	24		24	6	42	840	840
10	MILLER GOMEZ	16	04-04-2007	FUTBOL DE SALON	3,85	3,85	165	179		179	24	24		24	10,43	10,43	24	21		21	7	53	1060	1060
11	CAMILO GAONA	15	09-10-2006	FUTBOL DE SALON	3,87	3,87	166	162		166	22	21		22	10,81	10,81	25	28		25	7	51	1020	1020
12	JUAN GARZON	14	22-07-2005	FUTBOL DE SALON	3,55	3,55	214	217		217	26	25		26	10,03	10,03	16	19		16	4	31	620	620
13	OSCAR LOPEZ	15	28-06-2007	FUTBOL DE SALON	3,82	3,82	188	198		198	23	24		24	11,56	11,56	13	18		13	6	47	940	940
14	LAURA GUERRERO	16	25-10-2006	FUTBOL DE SALON	4,59	4,59	119	128		128	16	16		1	13,97	13,97	25	26		25	5	32	640	640
15	KAROL POVEDA	15	18-09-2007	FUTBOL DE SALON	4,45	4,45	113	114		114	13	14		14	12,09	12,09	25	21		21	5	38	760	760
16	ANDREY CAMPOS	16	07/07/2006	FUTBOL DE SALON	3,56	3,56	182	183		183	24	23		24	12,58	12,58	19	21		19	7	50	1000	1000
17																						
18																						
19																						
20																						

MUNICIPIO EVALUADO: SILVANIA
FORMADOR : JOHAN SUAREZ

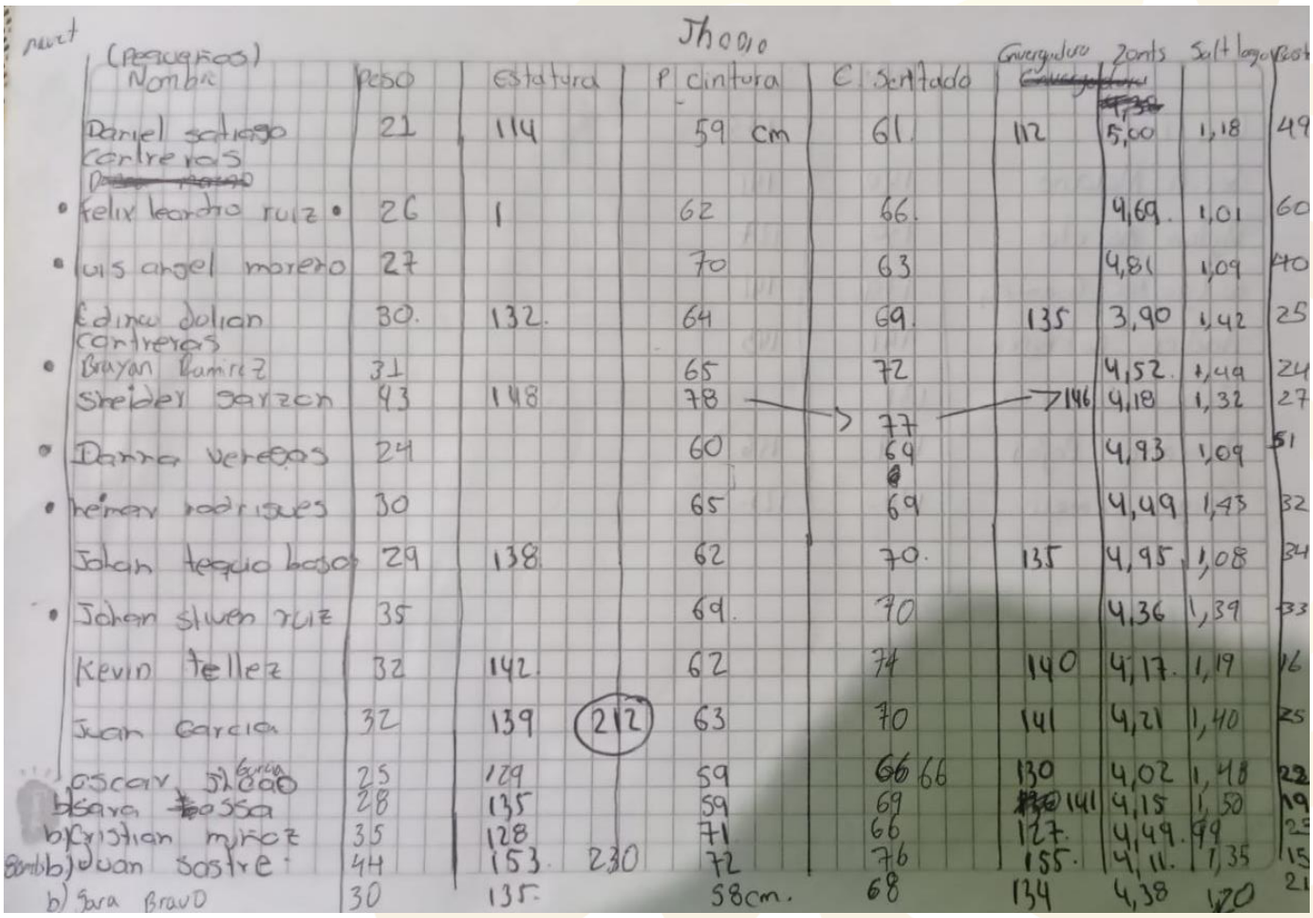






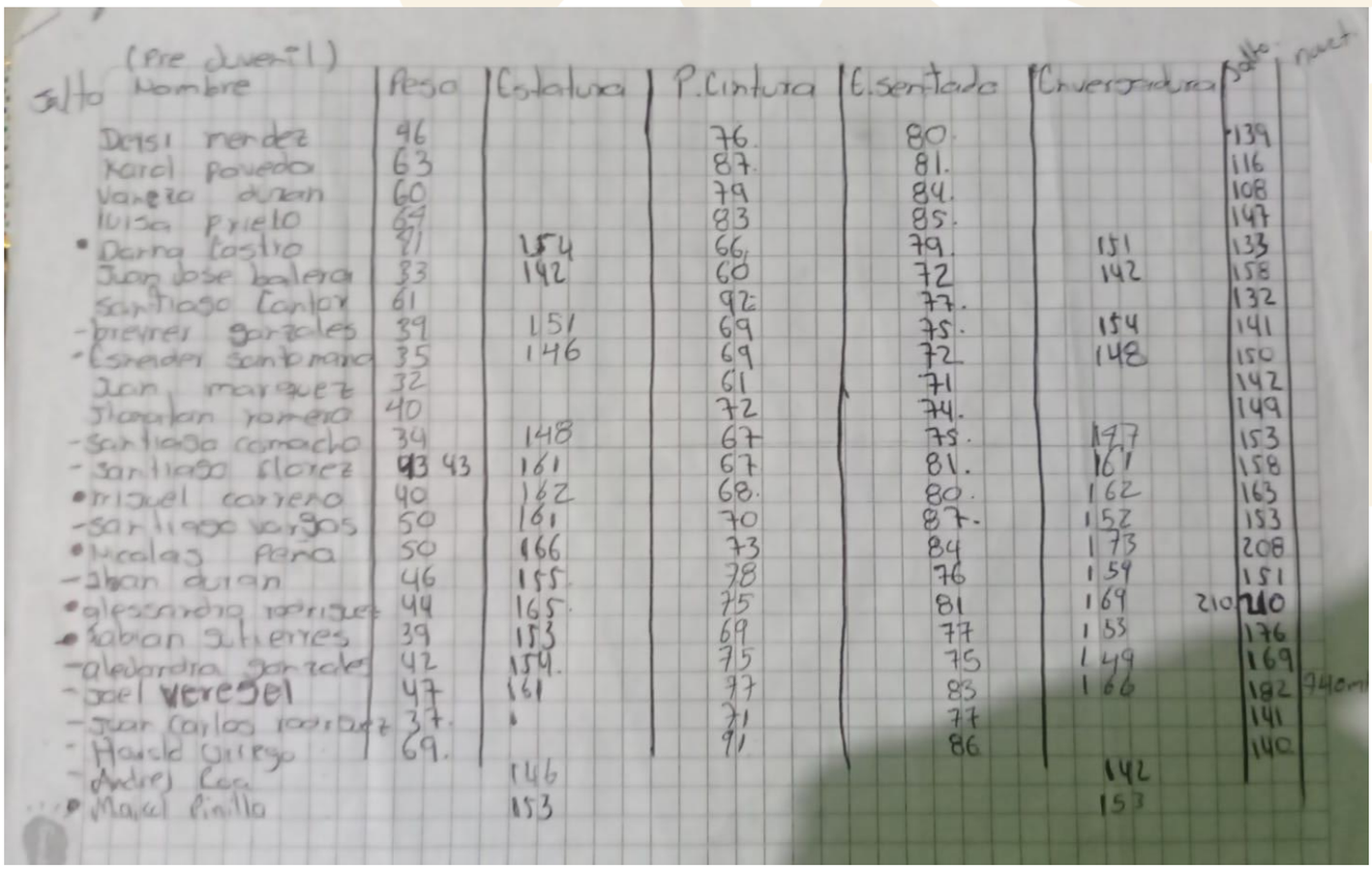


Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa - Torre Beneficencia Piso 5.
Código Postal: 111321 – Teléfono: 749 1205 Exy 1228
/CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co



(Pequeños) Jhonio

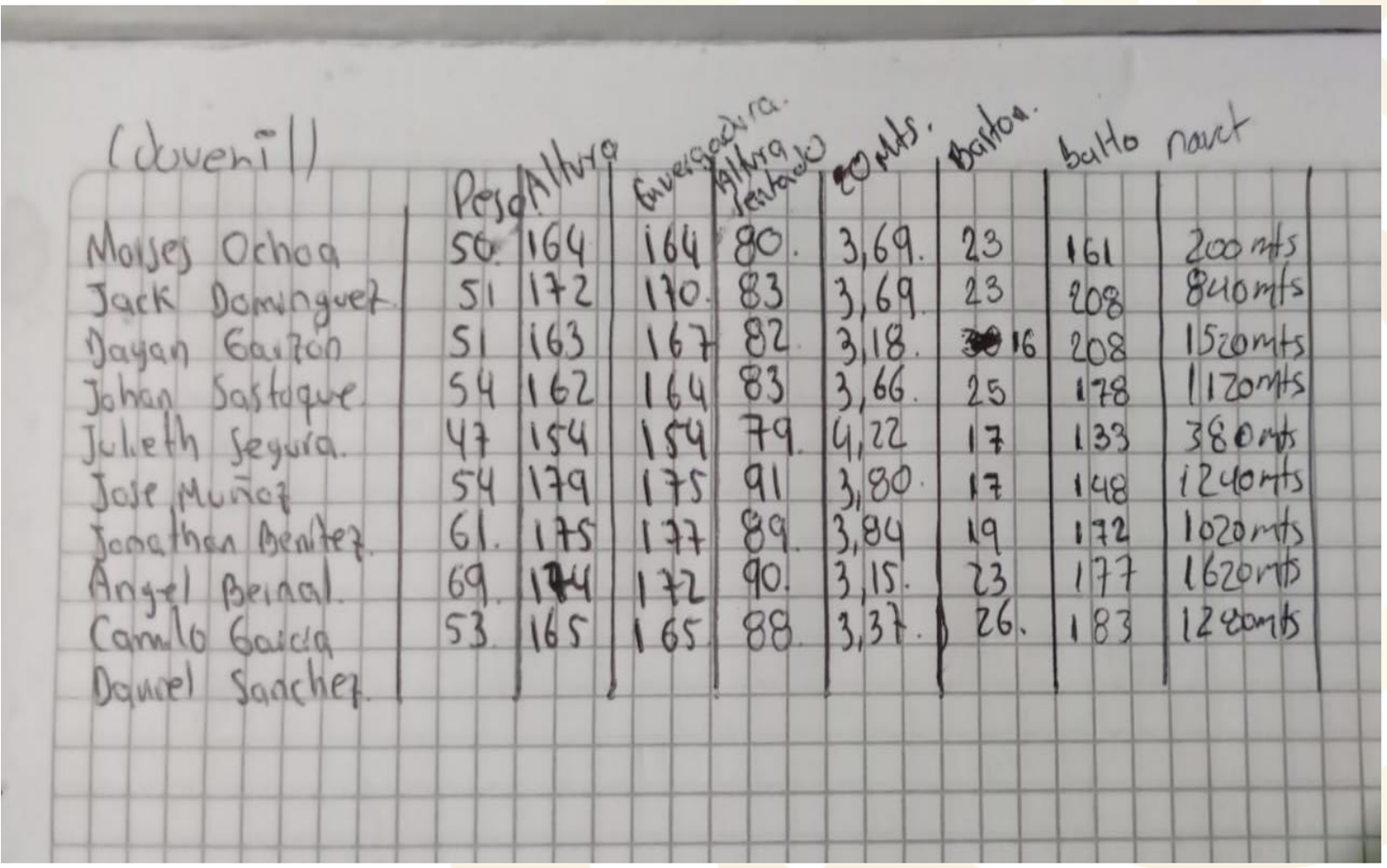
Nombre	Peso	Estatura	P. cintura	C. Sentado	Envergadura	Zonts	Salto largo	
Daniel Santiago Contreras	21	114	59 cm	61	112	5,00	1,18	49
Felix Leandro Ruiz	26	1	62	66		4,69	1,01	60
Luis Angel Moreno	27		70	63		4,81	1,09	40
Edinson Julian Contreras	30	132	64	69	135	3,90	1,42	25
Brayan Ramirez	31		65	72		4,52	1,49	24
Sneider Garzon	43	148	78	77	146	4,18	1,32	27
Danna Vereas	24		60	69		4,93	1,09	51
Heiner Rodriguez	30		65	69		4,49	1,43	32
Johan Tequia Lopez	29	138	62	70	135	4,95	1,08	34
Johan Sliven Ruiz	35		69	70		4,36	1,39	33
Kevin Tellez	32	142	62	74	140	4,17	1,19	16
Juan Garcia	32	139 (212)	63	70	141	4,21	1,40	25
Oscar Julian Garcia	25	129	59	66 66	130	4,02	1,48	22
Bisara Bossa	28	135	59	69	141	4,15	1,50	19
b) Cristian Muñoz	35	128	71	66	127	4,49	99	23
b) Juan Sastre	44	153 230	72	76	155	4,11	1,35	15
b) Sara Bravo	30	135	58cm.	68	134	4,38	120	21



(Pre juvenil)

Salto	Nombre	Peso	Estatura	P. Cintura	C. Sentado	Envergadura		
	Deisi Perdez	96		76	80			139
	Karol Poveda	63		87	81			116
	Vanesa Duran	60		79	84			108
	Luisa Prieto	64		83	85			147
•	Danna Castro	81	154	66	79	151		133
	Juan Jose Balera	33	142	60	72	142		158
	Santiago Cantor	61		92	77			132
-	Yeiner Gonzales	39	151	69	75	154		141
-	Sneider Santamaria	35	146	69	72	148		150
	Juan Marquez	32		61	71			142
	Jhonatan Romero	40		72	74			149
-	Santiago Camacho	34	148	67	75	147		153
-	Santiago Florez	43 43	161	67	81	161		158
•	Miguel Correa	40	162	68	80	162		163
-	Santiago Vargas	50	161	70	87	152		153
•	Nicolas Pena	50	166	73	84	173		208
-	Johan Duran	46	155	78	76	159		151
•	Alejandra Rodriguez	44	165	75	81	169	210	140
•	Fabian Gutierrez	39	153	69	77	153		176
-	Alejandra Gonzalez	42	154	75	75	149		169
-	Joel Veresel	47	161	77	83	166		182 140cm
-	Juan Carlos Rodriguez	37		71	77			141
-	Harold Vargas	69		91	86			140
-	Andrej Cea		146			142		
•	Manuel Pinilla		153			153		

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa - Torre Beneficencia Piso 5.
Código Postal: 111321 – Teléfono: 749 1205 Exy 1228
/CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co



(Juvenil)

	Peso	Altura	Envergadura	Altura sentado	20 mts.	Salto	Salto nave
Moises Ochoa	50.	164	164	80.	3,69.	23	161	200 mts
Jack Dominguez	51	172	170.	83	3,69.	23	208	840 mts
Dayan Gaitan	51	163	167	82.	3,18.	16	208	1520 mts
Johan Sastoque	54	162	164	83	3,66.	25	178	1120 mts
Juleth Segura.	47	154	154	79.	4,22	17	133	380 mts
Jose Muñoz	54	179	175	91	3,80.	17	148	1240 mts
Jonathan Benitez.	61.	175	177	89.	3,84	19	172	1020 mts
Angel Beinal.	69.	174	172	90.	3,15.	23	177	1620 mts
Camilo Gaicia	53.	165	165	88.	3,37.	26.	183	1280 mts
Daniel Sanchez.								

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa - Torre Beneficencia Piso 5.
Código Postal: 111321 – Teléfono: 749 1205 Exy 1228
/CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

Diseño metodológico

La realización del diseño metodológico, se estructuro de acuerdo a las necesidades de la población del municipio de Silvania en la inspección de subía, con la finalidad de abarcar por completo la escuela de formación de futbol de salón del municipio, direccionando a los deportistas del objetivo de la toma de test, los días que se van a realizar, el orden de la sesión y como se van a dividir los grupos para realizar dicha actividad.

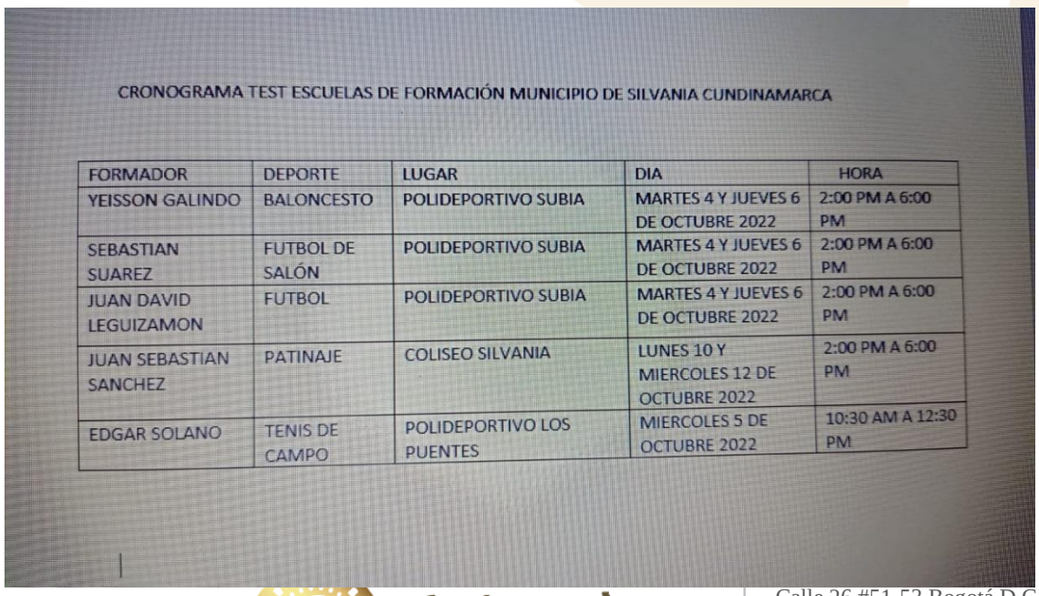
Se realizo la división del grupo por niveles de formación y también fueron citados a diferentes horas y cada grupo se demora en la toma de test 2 horas cada sesión, durante 2 días, como información general a cada deportista se le dieron unas especificaciones claras para poder ejecutar los test de manera satisfactoria, (ropa cómoda, hidratación y puntualidad en la llegada).

El día de la toma de los test, los formadores deben llegar 15 minutos antes para poder ordenar cada estación para los test, así mismo como el material que se va a utilizar para la actividad, en esta ejecución de test se quiere evaluar las condiciones de cada deportista de la escuela de formación, recolectar la información lo mas claro y preciso posible y así mismo poder tener una base clara de donde se tiene que empezar a trabajar mucha más fuerte para solventar las debilidades del grupo de manera general.

Lista de elementos:

Cronometro
Bascula
Cinta métrica
Palo escoba
Esponjas
platillos
Cuaderno de apuntes

Cronograma de actividades



CRONOGRAMA TEST ESCUELAS DE FORMACIÓN MUNICIPIO DE SILVANIA CUNDINAMARCA

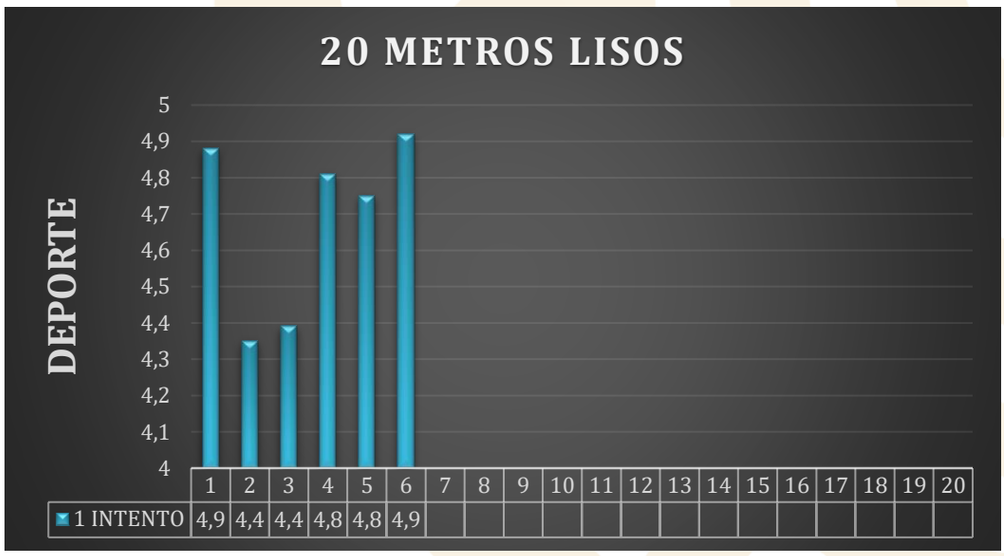
FORMADOR	DEPORTE	LUGAR	DIA	HORA
YEISSON GALINDO	BALONCESTO	POLIDEPORTIVO SUBIA	MARTES 4 Y JUEVES 6 DE OCTUBRE 2022	2:00 PM A 6:00 PM
SEBASTIAN SUAREZ	FUTBOL DE SALÓN	POLIDEPORTIVO SUBIA	MARTES 4 Y JUEVES 6 DE OCTUBRE 2022	2:00 PM A 6:00 PM
JUAN DAVID LEGUIZAMON	FUTBOL	POLIDEPORTIVO SUBIA	MARTES 4 Y JUEVES 6 DE OCTUBRE 2022	2:00 PM A 6:00 PM
JUAN SEBASTIAN SANCHEZ	PATINAJE	COLISEO SILVANIA	LUNES 10 Y MIERCOLES 12 DE OCTUBRE 2022	2:00 PM A 6:00 PM
EDGAR SOLANO	TENIS DE CAMPO	POLIDEPORTIVO LOS PUENTES	MIERCOLES 5 DE OCTUBRE 2022	10:30 AM A 12:30 PM

Interpretación datos:

Test hasta los 8 años

Cualitativo: Se evidencia en 2 deportistas un mayor desempeño en esta prueba y en los otros 4 deportistas un desempeño un poco mas bajo, dejando como conclusión que se tiene que reforzar la parte de la velocidad del grupo.

Cuantitativo: Se evidencia un mejor promedio en 2 deportistas que no supera el 4,4 y un desempeño regular el los otros 4 deportistas que su promedio supero el 4,7



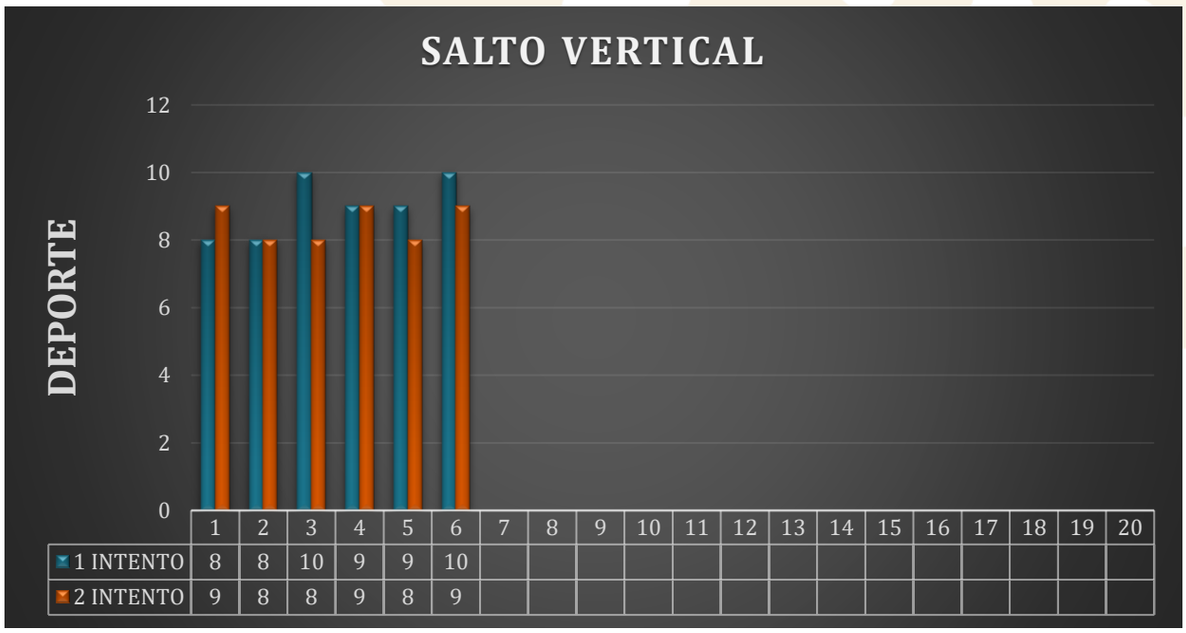
Cualitativo: Dentro de este resultado del test podemos evidenciar que la diferencia entre los dos intentos que tiene el deportista, no se presenta una mayor alteración entre uno y otro generando un balance neutro de ejecución.

Cuantitativo: Dentro de este análisis se puede evidenciar que cada intento arroja resultados diferentes, ya sea en el primer intento un mejor promedio o en el segundo intento un mejor promedio, pero siempre con una mejor ejecución de cada intento.



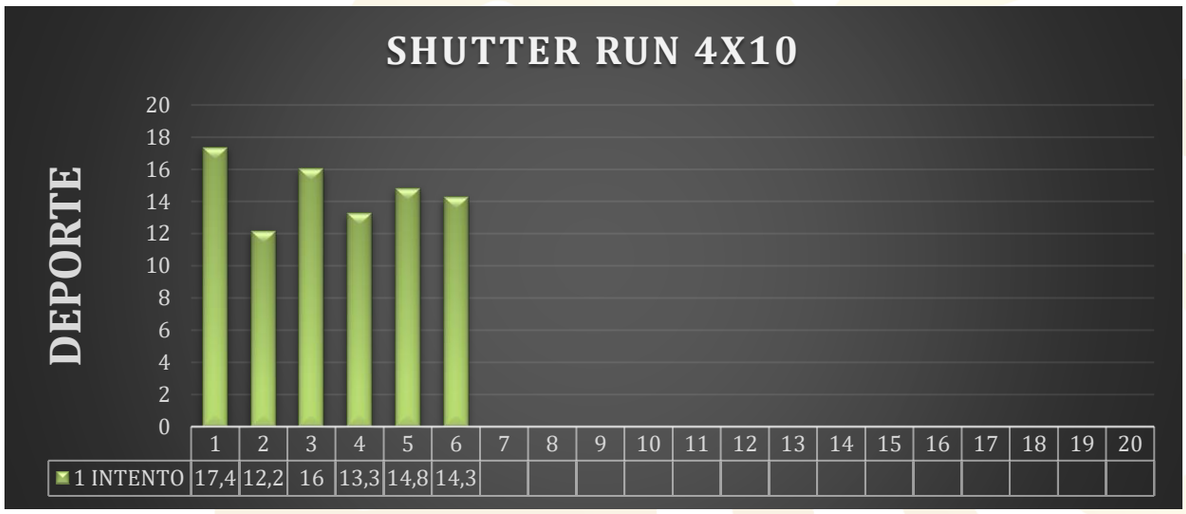
Cualitativo: se evidencia un ligero cambio entre 1 intento y el otro generando un cambio positivo de cada deportista.

Cuantitativo: se evidencia un pequeño cambio en cada intento de los deportistas, pero a nivel grupal 80% cambio positivo y el otro 20% no cambia el resultado.



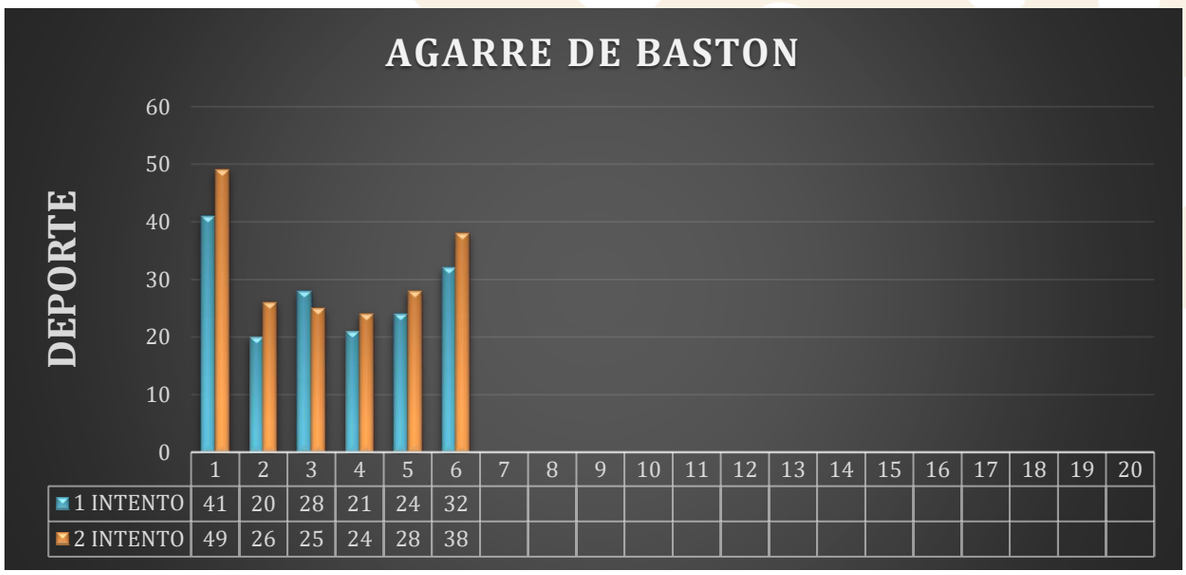
Cualitativo: se puede evidenciar que los deportistas dieron su mayor esfuerzo ya que no presentan mayor cambio entre uno y otro.

Cuantitativo: se evidencia en las barras que entre el rango mas bajo y el rango mas alto hay una diferencia no mayor a los 4 segundos



Cualitativo: se puede evidenciar que entre el intento 1 y el intento 2 hay diferencias significativas en la reacción de cada deportista.

Cuantitativo: da como resultado que a nivel grupal el 80% de los deportistas presentan una mejor ejecución del test y el 20% restante un nivel un poco mas bajo.



Test entre los 9 y 10 años

Cualitativo: se evidencia, que algunos deportistas son mas veloces que otros, generando una diferencia significativa.

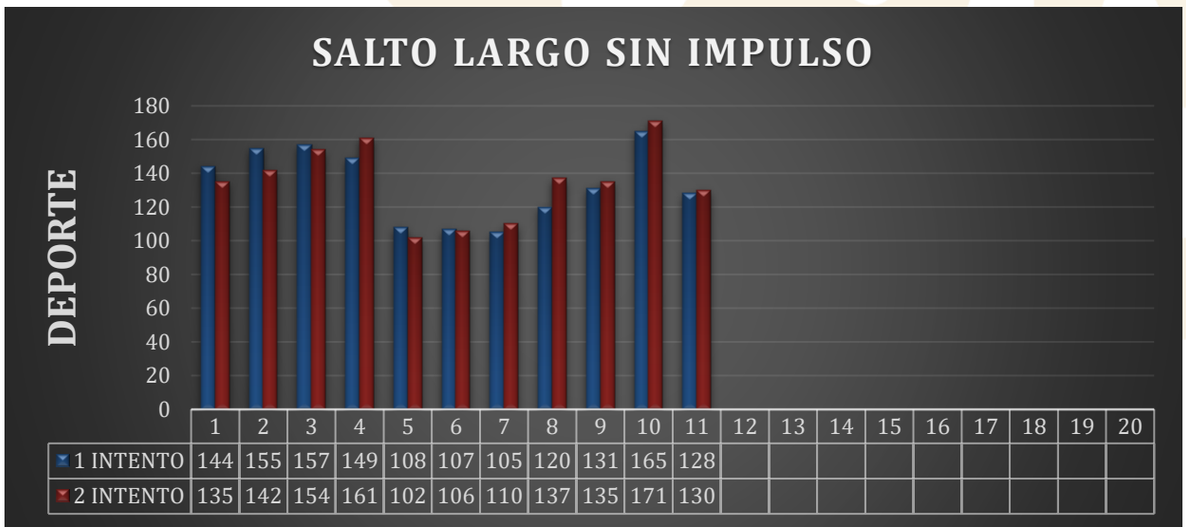
Cuantitativo: se evidencia que el 75% de los deportistas están en un rango mayor de 4,2 y el 15% restante están en un rango menor de 4.



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1 INTENTO	4,49	4,29	4,25	4,31	4,38	4,81	4,56	4,72	4,06	4,05	4,13									

Cualitativo: el resultado de este test nos muestra que no hay muchas variaciones entre los dos intentos, se genera un cambio positivo para la mayoría de los deportistas, pero no muy amplio.

Cuantitativo: el 85% de los deportistas se encuentran en un nivel mayor de 120cm y el 15% en un nivel más bajo de 118cm del salto

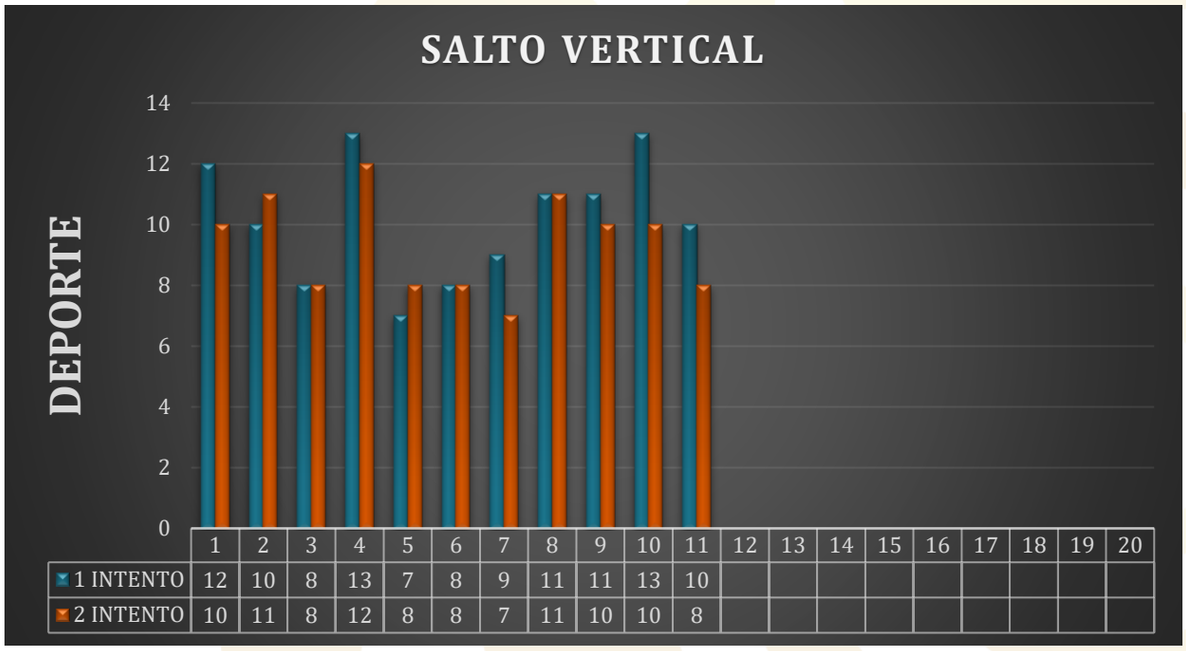


	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1 INTENTO	144	155	157	149	108	107	105	120	131	165	128									
2 INTENTO	135	142	154	161	102	106	110	137	135	171	130									

Cualitativo: en el test de salto vertical se presentan 2 intentos para cada deportista, generando una variación positiva entre cada intento.

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa - Torre Beneficencia Piso 5.
Código Postal: 111321 – Teléfono: 749 1205 Exy 1228
/CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

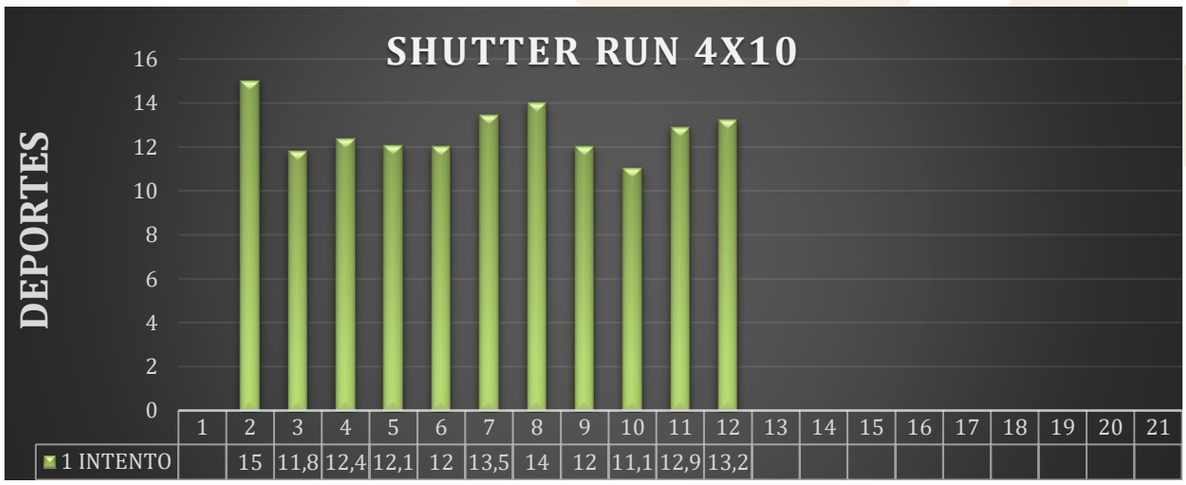
Cuantitativo: se puede evidenciar que entre el 45% de los deportistas esta en un rango mayo de ejecución a diferencia del otro 55% que realizaron la prueba



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1 INTENTO	12	10	8	13	7	8	9	11	11	13	10									
2 INTENTO	10	11	8	12	8	8	7	11	10	10	8									

Cualitativo: el resultado del test de 4 x 10 evidencia una relación bastante pareja entre el grupo evaluado, se saca poca diferencia.

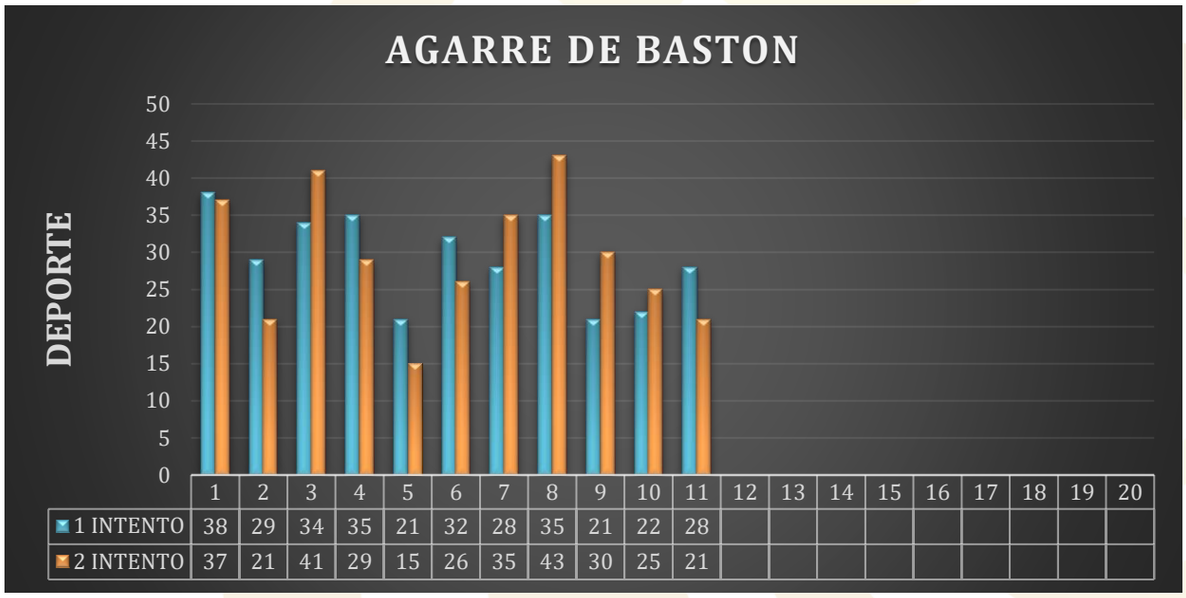
Cuantitativo: el 45% de los deportistas presentan un mayor tiempo de ejecución, a diferencia del otro 55% evaluado.



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
1 INTENTO		15	11,8	12,4	12,1	12	13,5	14	12	11,1	12,9	13,2									

Cualitativo: en este test de bastón muestra una diferencia significativa de cada intento de los deportistas.

Cuantitativo: la diferencia es marcada generando un alto grado de desigualdad en esta prueba.



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1 INTENTO	38	29	34	35	21	32	28	35	21	22	28									
2 INTENTO	37	21	41	29	15	26	35	43	30	25	21									

Test entre 11 y 13 años.

Cualitativo: en el test de 20 mts se puede evidenciar que el grupo se encuentra en un nivel parejo sin mucha diferencia.

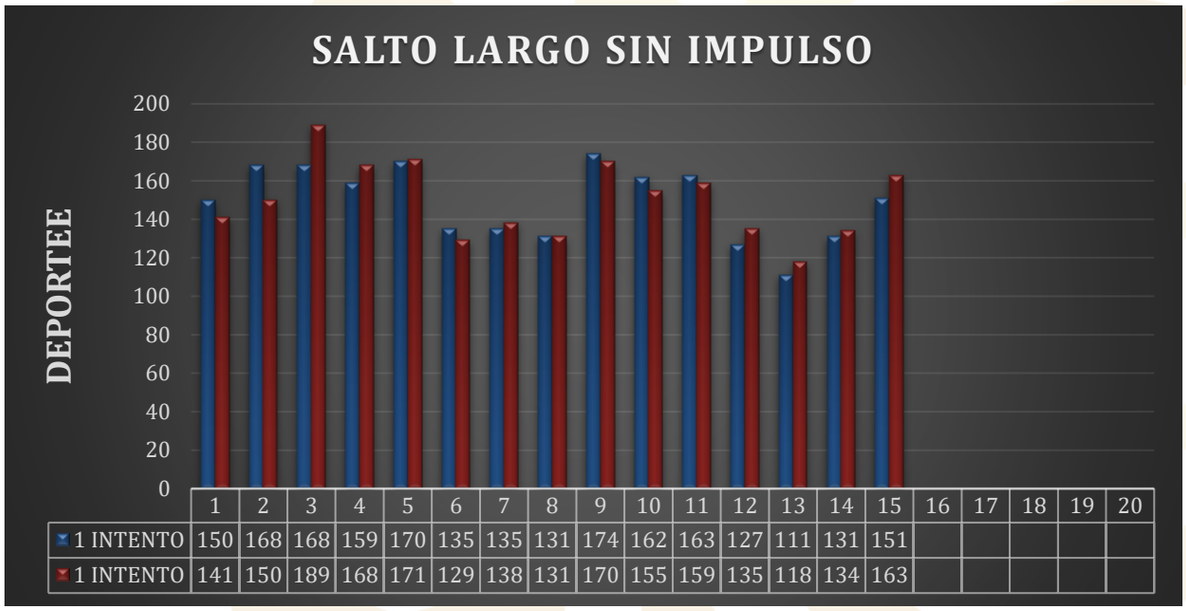
Cuantitativo: se evidencia que el 80% de los deportistas presentan una mejor ejecución que el otro 20% evaluado.



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1 INTENTO	3,89	3,52	4,09	4,82	4,66	4,45	4,12	3,81	3,81	3,97	4,13	3,85	4,11	4,21	3,79					

Cualitativo: en el test de salto largo nos muestra una diferencia menor entre cada intento, generando un balance positivo para el grupo.

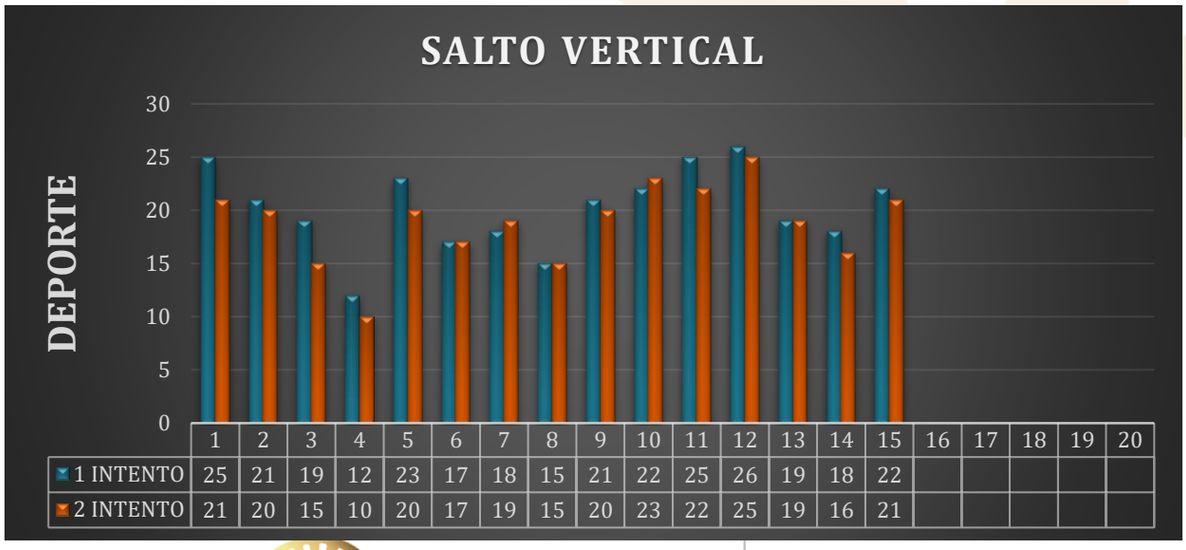
Cuantitativo: el 70% de los deportistas en este test tiene una mayor amplitud de salto a diferencia del otro 30% del grupo.



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1 INTENTO	150	168	168	159	170	135	135	131	174	162	163	127	111	131	151					
1 INTENTO	141	150	189	168	171	129	138	131	170	155	159	135	118	134	163					

Cualitativo: en el test de salto vertical se presentan 2 intentos para cada deportista, generando una variación positiva entre cada intento, no muy notable pero si se evidencia.

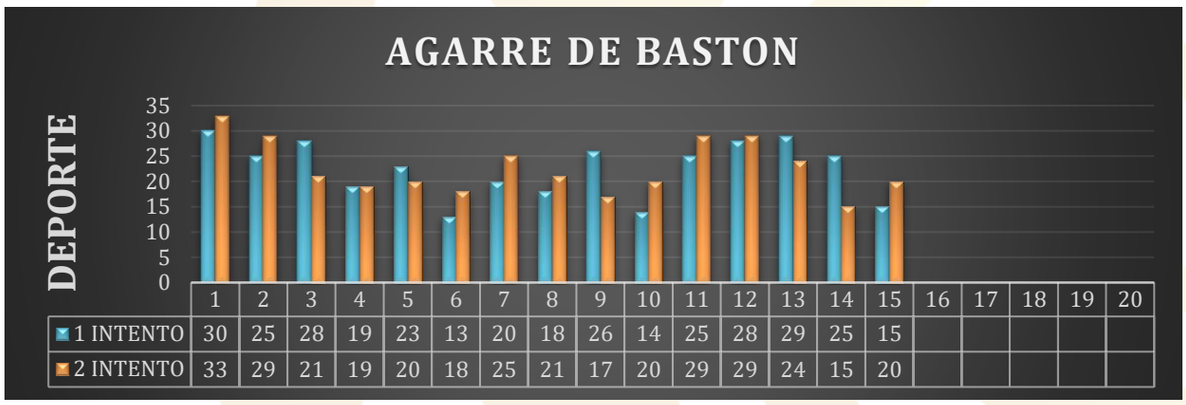
Cuantitativo: se puede evidenciar que entre el 65% de los deportistas está en un rango mayor de ejecución a diferencia del otro 45% que realizaron la prueba



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1 INTENTO	25	21	19	12	23	17	18	15	21	22	25	26	19	18	22					
2 INTENTO	21	20	15	10	20	17	19	15	20	23	22	25	19	16	21					

Cualitativo: en la prueba de bastón se presenta una diferencia significativa entre cada intento De los deportistas, en donde la mejor ejecución fue de 14cm y la peor 33 cm

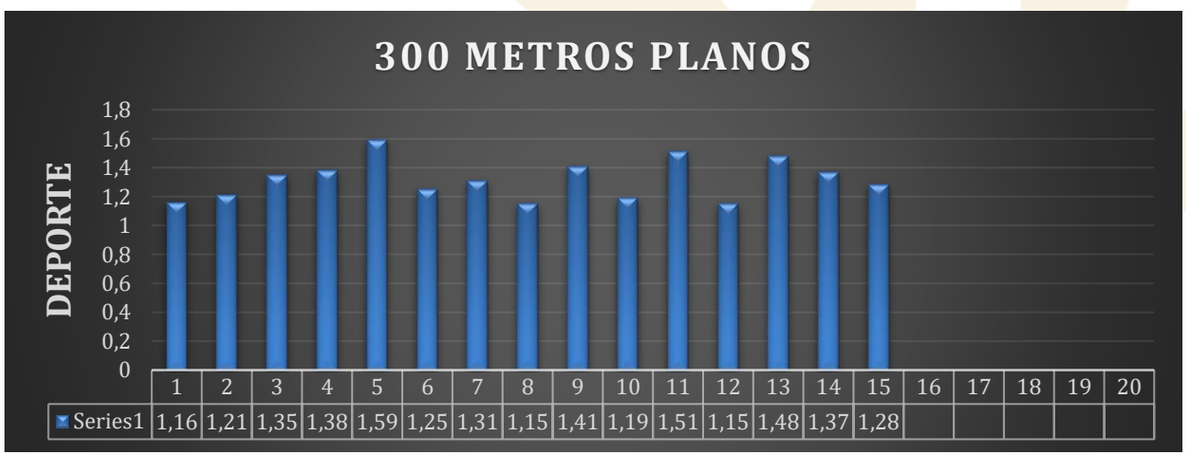
Cuantitativo: se evidencia que el grupo presenta variaciones entre cada intento en donde 15% se encuentra en una ejecución algo similar con la primera ejecución y el 75% refleja variación amplia de ejecución.



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1 INTENTO	30	25	28	19	23	13	20	18	26	14	25	28	29	25	15					
2 INTENTO	33	29	21	19	20	18	25	21	17	20	29	29	24	15	20					

Cualitativo: en el test de 300mts se evidencia una variación simple entre todos los deportistas dejando como mejor ejecución el tiempo 1,15 de 2 deportistas.

Cuantitativo: se evidencia que 90% de los deportistas están por debajo de 1,4 y el otro 10% superan este rango de ejecución.



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Series1	1,16	1,21	1,35	1,38	1,59	1,25	1,31	1,15	1,41	1,19	1,51	1,15	1,48	1,37	1,28					

Test entre los 14 y 17 años.

Cualitativo: se evidencia, que algunos deportistas ejecutan de mejor manera que otros, generando una diferencia significativa.

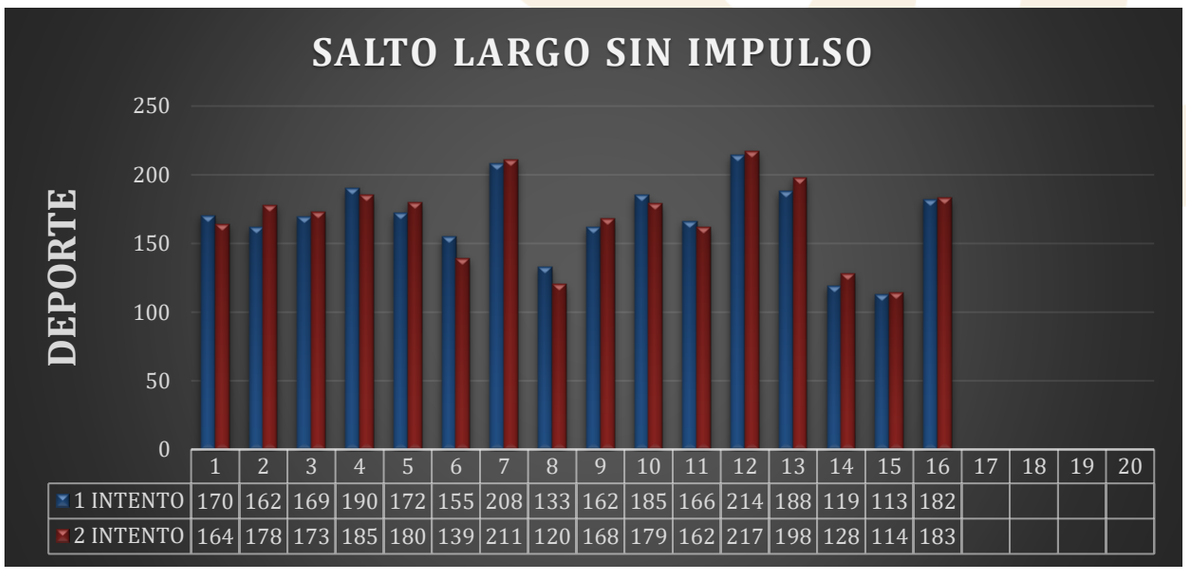
Cuantitativo: se evidencia que el 70% de los deportistas están en un rango menor de 4 y el 20% restante están en un rango mayor de 4,2



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1 INTENTO	3,56	3,75	3,64	3,63	3,51	4,03	4,15	4,54	3,92	3,85	3,87	3,55	3,82	4,59	4,45	3,56				

Cualitativo: en este test se evidencia que los deportistas entre los 2 intentos que tienen, los resultados son muy parecidos en resultados.

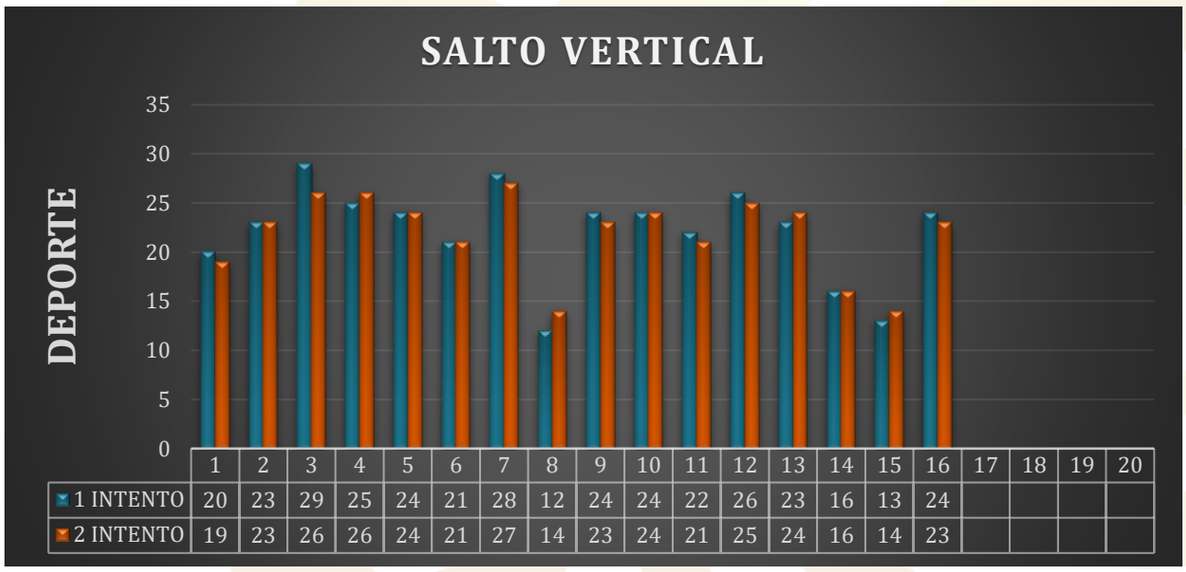
Cuantitativo: el 10% de los deportistas superan 200cm de salto y el otro 90% están en rangos menores.



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1 INTENTO	170	162	169	190	172	155	208	133	162	185	166	214	188	119	113	182				
2 INTENTO	164	178	173	185	180	139	211	120	168	179	162	217	198	128	114	183				

Cualitativo: se evidencia una relación de poca diferencia entre 1 ejecución y la otra en donde el mejor resultado de cada deportista no supera los 5 cm.

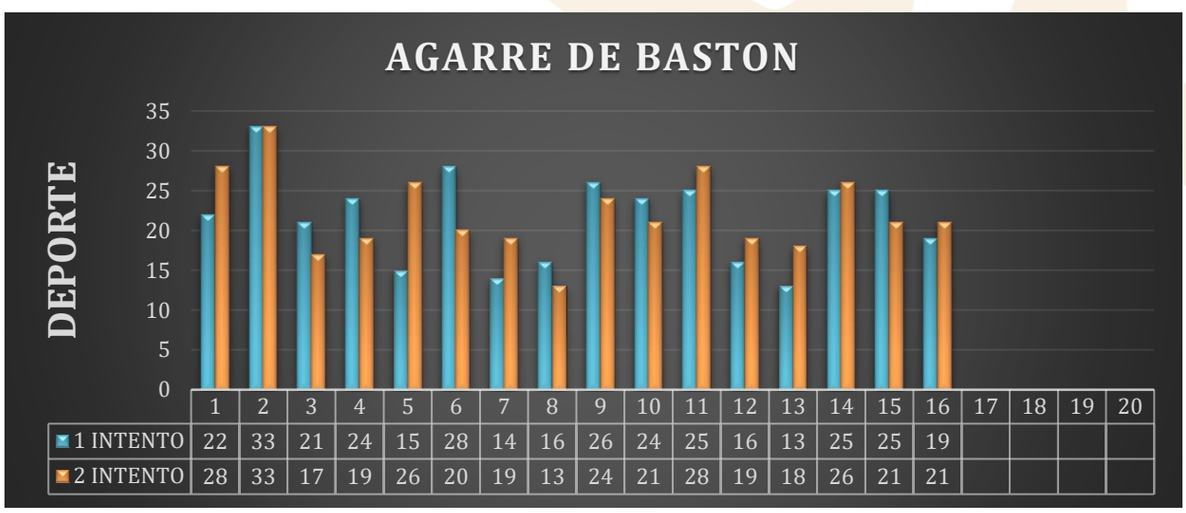
Cuantitativo: el 80% de los deportistas presentan valores parejos y el 20% genera una variación entre el grupo.



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1 INTENTO	20	23	29	25	24	21	28	12	24	24	22	26	23	16	13	24				
2 INTENTO	19	23	26	26	24	21	27	14	23	24	21	25	24	16	14	23				

Cualitativo: en el test del bastón se presenta una variación amplia entre las 2 ejecuciones dejando como mejor resultado del grupo 13 cm y peor resultado 33 cm

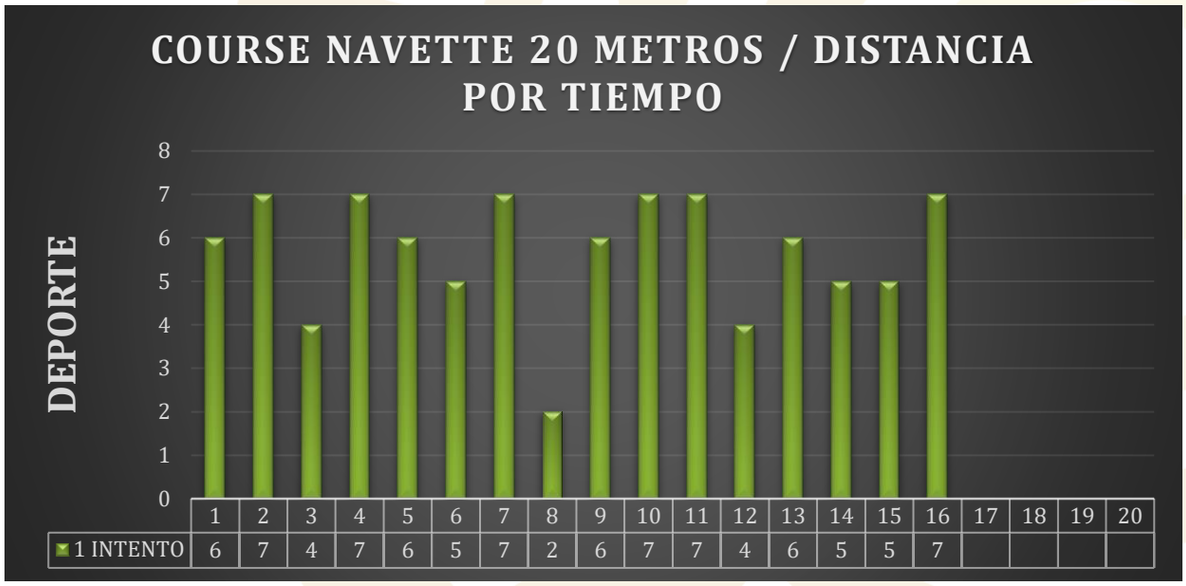
Cuantitativo: se presenta una variación del crecimiento de las barras estadísticas de manera significativa del grupo en su totalidad entre cada ejecución.

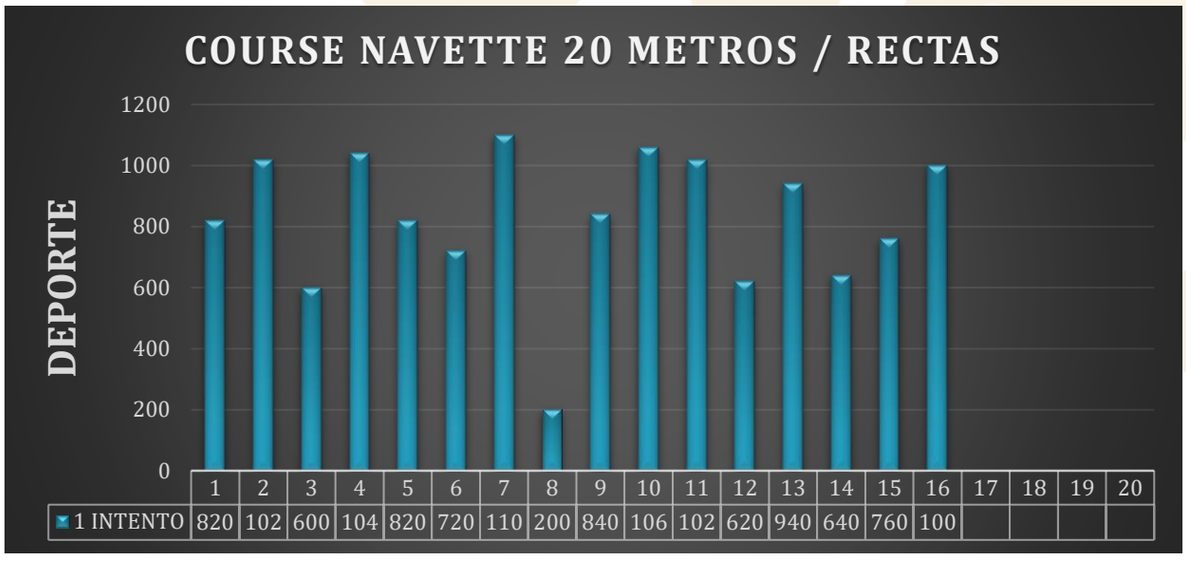


	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1 INTENTO	22	33	21	24	15	28	14	16	26	24	25	16	13	25	25	19				
2 INTENTO	28	33	17	19	26	20	19	13	24	21	28	19	18	26	21	21				

Cualitativo: en el test de coure navette se evidencia que el grupo esta en un nivel, alto donde el mejor resultado fue de nivel 7 con 1100 mts recorridos y el mas bajo fue de nivel 2 con 200 mts recorridos

Cuantitativo: nos representa en la gráfica que el 90% del grupo esta por encima del nivel 5 y el otro 10% por debajo de este valor.





EVIDENCIA FOTOGRAFICA (se sugiere realizar un collas por cada test (3-6) fotos y ubicar evidencias por cada Nivel.	
PESO	**TALLA DE PIE**
	
TALLA SENTADO	**PERÍMETRO ABDOMINAL**
	
ENVERGADURA	**SALTO LARGO**
	
SALTO ALTO	**300 MTS**

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa - Torre Beneficencia Piso 5.
Código Postal: 111321 – Teléfono: 749 1205 Exy 1228
/CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

	
RUN 4 X 10	**COURSE NAVETTE**
	

OBLIGACION # 10

Ejecute de manera satisfactoria lo planificado en el mes de diciembre, adjuntando certificación del municipio de Silvania.

IMDRES

INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTE RECREACIÓN Y CULTURA DE SILVANIA CUNDINAMARCA

EL SUSCRITO DIRECTOR DEL INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE LA RECREACION Y LA CULTURA "IMDRES Y CULTURA" DEL MUNICIPIO DE SILVANIA

HACE CONSTAR:

Que el señor **JOHAN SEBASTIAN SUAREZ CORREA**, identificado con la Cédula de Ciudadanía No. 1.024.541.866, prestó sus servicios como FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA en convenio con INDEPORTES CUNDINAMARCA, durante el período comprendido entre el 01 de Diciembre de 2022 al 15 de Diciembre de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato.

La presente se expide a los 15 días del mes de Diciembre del 2022

DANIEL CAMILO BAQUERO CUELLAR
Director General

OBLIGACION # 11

Estuve atento a cualquier apoyo requerido por el municipio de Silvania, dentro de las diferentes actividades establecidas por el IMDRES.

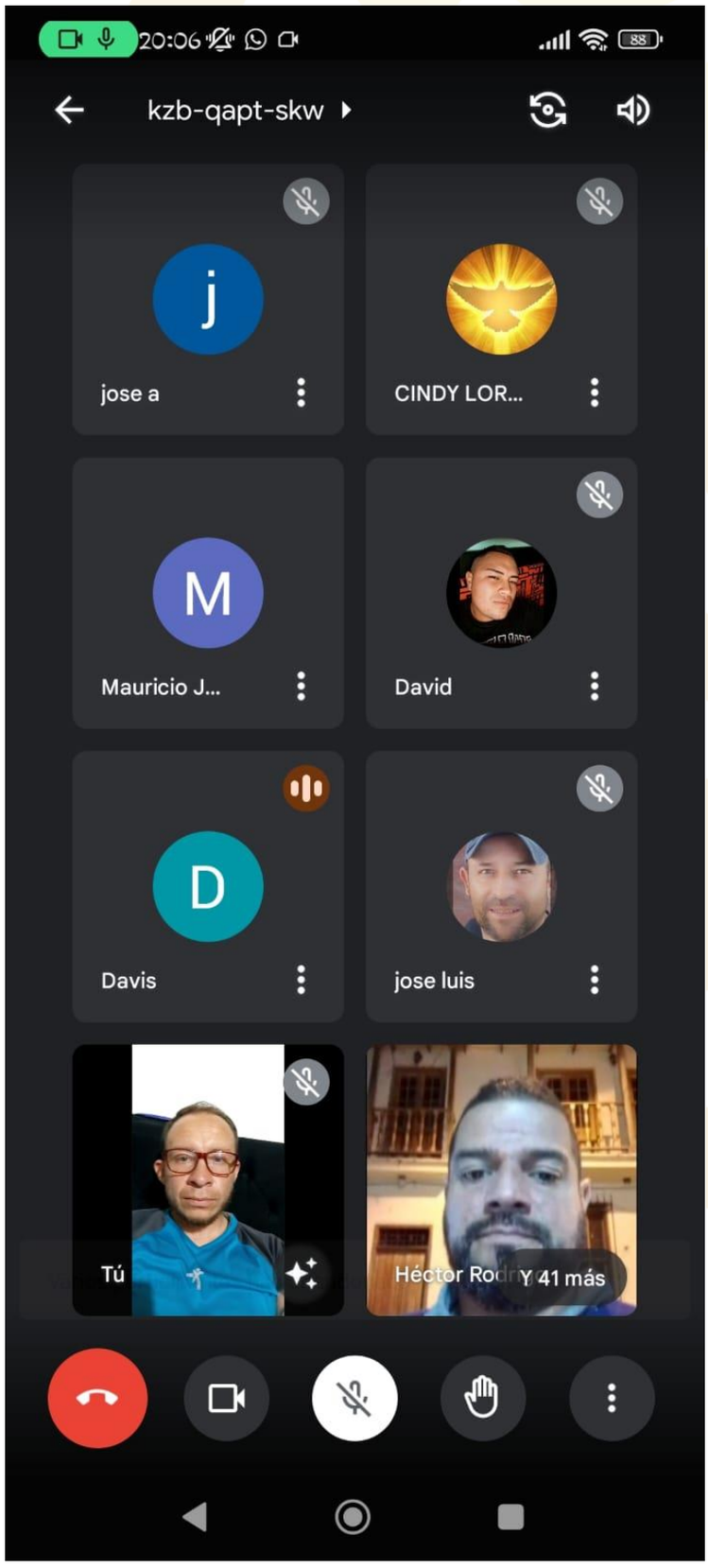
2 de diciembre inauguración juegos deportivos de Cundinamarca



OBLIGACION # 12

Realice los respectivos apoyos, participe en las diferentes capacitaciones y reuniones establecidas por indeportes en el mes de diciembre.

13 de diciembre capacitación última entrega informes



OBLIGACION # 13

Estuve atento si era necesaria la entrega del documento (FUID) a la subgerencia administrativa.

INDEPORTES	FORMATO ÚNICO DE INVENTARIO DOCUMENTAL		Fecha: 24-11-2020
			Versión: 1
			Código: GD-FO-004

ENTIDAD PRODUCTORA:

UNIDAD ADMINISTRATIVA:

OFICINA PRODUCTORA :

OBJETO:

REGISTRO DE ENTRADA			
AÑO	MES	DIA	NT
NT= Numero de transferencia			

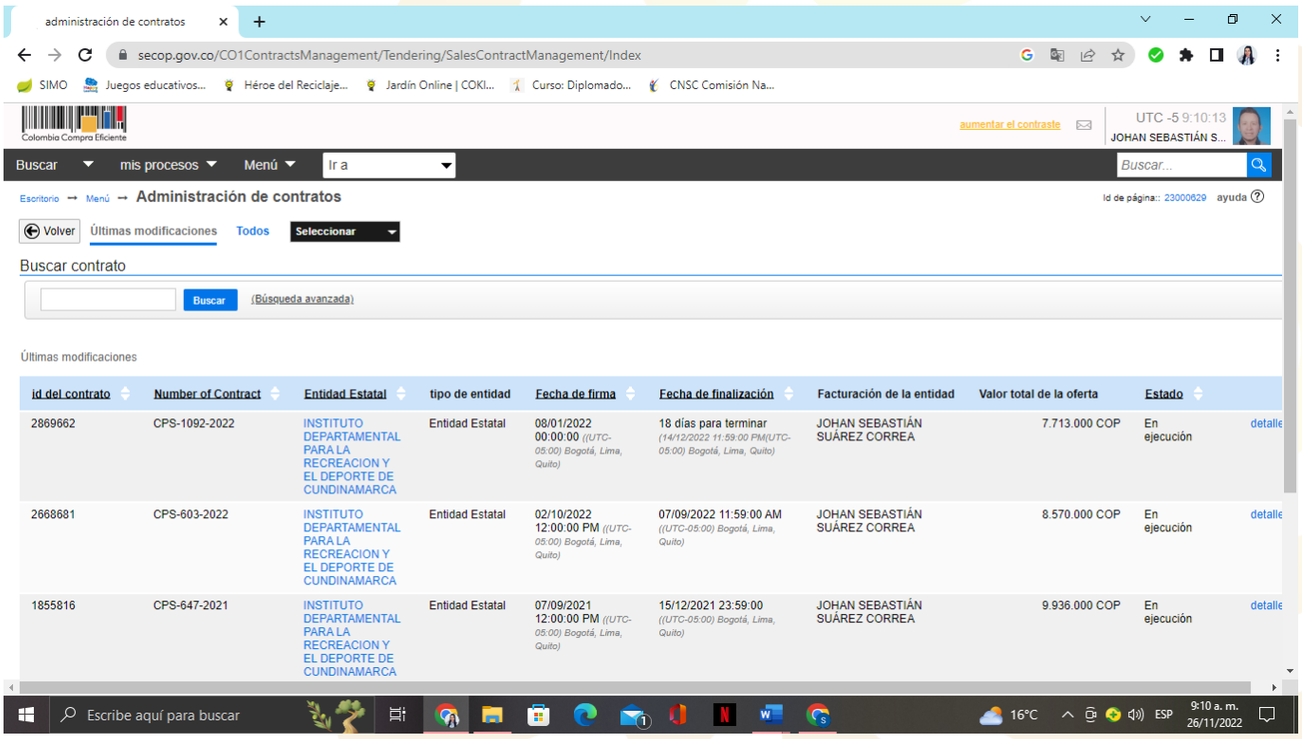
Nro. De orden	Código	Nombre de las series, subseries o asuntos	Fechas Extremas		Unidad de Conservación				Nro. De Folios	Soporte	Frecuencia de consulta	OBSERVACIONES
			Inicial	Final	Caja	Carpeta	Tomo	Otro				

Elaborado por: _____ Cargo_____ Firma_____

Recibido por: _____ Cargo_____ Firma_____

OBLIGACION # 14

Consolide los debidos documentos establecidos por indeportes dentro de la plataforma secop II, del informe contra actual y sus debidas evidencias para soportar lo planteado y ejecutado.



OBLIGACION # 15

Realice la debida entrega de los documentos requeridos por el supervisor a tiempo y así mismo poder dar buena ejecución a esta obligación.

