INFORME ACTIVIDADES CONTRATISTA INDEPORTES CUNDINAMARCA CONTRATO 1189 DE 2022

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

INFORMACIÓN FINAL

MUNICIPIO	Cajica
FECHA DEL INFORME	09 de Diciembre del 2022
PERIODO DEL INFORME	Del 1 de Septiembre al 30 de Diciembre de 2022
CONTRATISTA	Juan Carlos Castellanos Venegas

PRINCIPALES ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL PERIODO.

Dando alcance al objeto contractual del contrato de Prestación de servicios No. 1189 de 2022 me permito informar las actividades de mayor relevancia en el siguiente informe final.

Ejecución del contrato por el tiempo de cuatro meses.

En el transcurso del desarrollo del siguiente contrato estas son las actividades que se desarrollaron en el periodo del año 2022.

1. Efectuar la organización, planeación, dirección y realización de las actividades que se requieran para la consecución de mínimo 3 niveles de formación en el deporte, en los niveles de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento, en el municipio asignado por el supervisor. El contratista será la persona responsable de adelantar y gestar los procesos de convocatoria e inscripción en los mencionados niveles, a través de los medios necesarios, involucrando a las Juntas de Acción Comunal, Instituciones Educativas, Resguardos Indígenas, personas en condición de discapacidad, población diversa y demás comunidades que se puedan beneficiar con el programa.

   SEPTIEMBRE : Se contaba con la cantidad de deportistas sin embargo se siguio haciendo convocatoria por medios virtuales, como estados en redes con el flayer que se realizó

   OCTUBRE : Se contaba con la cantidad de deportistas sin embargo se siguio haciendo convocatoria por medios virtuales, como estados en redes con el flayer que se realizó

NOVIEMBRE : Se contaba con la cantidad de deportistas sin embargo se siguio haciendo convocatoria por medios virtuales, como estados en redes con el flayer que se realizó

DICIEMBRE : Se contaba con la cantidad de deportistas sin embargo se siguio haciendo convocatoria por medios virtuales, como estados en redes con el flayer que se realizó

2. Presentar ante el supervisor del contrato, dentro de los 20 días calendario siguientes a la suscripción del acta de inicio, el Plan Pedagógico y Malla Pedagógica de todos los niveles de formación, en el formato indicado por parte de la Subgerencia Técnica, especificando horarios, sitios de práctica, y la demás información aplicable.

SEPTIEMBRE:

1.Se realizo el plan pedagógico, las 3 mallas curriculares por nivel (iniciación, fundamentación, perfeccionamiento).

2. Se elaboró el horario de clases el cual contiene las horas y lugar de práctica

OCTUBRE:

1.Se realizo el plan pedagógico, las 3 mallas curriculares por nivel (iniciación, fundamentación, perfeccionamiento).

2. Se elaboró el horario de clases el cual contiene las horas y lugar de práctica

NOVIEMBRE:

1.Se realizo el plan pedagógico, las 3 mallas curriculares por nivel (iniciación, fundamentación, perfeccionamiento).

2. Se elaboró el horario de clases el cual contiene las horas y lugar de práctica

DICIEMBRE:

1.Se realizo el plan pedagógico, las 3 mallas curriculares por nivel (iniciación, fundamentación, perfeccionamiento).

2. Se elaboró el horario de clases el cual contiene las horas y lugar de práctica

3. Desarrollar todas las actividades planteadas en el plan pedagógico y en la malla pedagógica, dejando las evidencias respectivas que den cuenta de los beneficiarios impactados con ellas.

SEPTIEMBRE:

INICIACIÓN: Durante el mes de Septiembre las actividades realizadas para el nivel de iniciación juegos y actividades desarrollo motriz

FUNDAMENTACIÓN: Durante el mes de Septiembre las actividades realizadas para el nivel de fundamentación juegos predeportivos y capacidades condicionales

PERFECCIONAMIENTO: Durante el mes de Septiembre las actividades realizadas para el nivel de perfeccionamiento capacidades condicionales y tactica.

Durante el mes de Septiembre se toma la asistencia de los diferentes niveles de formación.

INICIACION: 90% DE ASISTENCIA.

FUNDAMENTACION: 100% DE ASISTENCIA. PERFECCIONAMIENTO: 100% DE ASISTENCIA

OCTUBRE:

INICIACIÓN: Durante el mes de Octubre las actividades realizadas para el nivel de iniciación capacidades coordinativas y desarrollo motriz

FUNDAMENTACIÓN: Durante el mes de Octubre las actividades realizadas para el nivel de fundamentación capacidades condicionales y tecnica

PERFECCIONAMIENTO: Durante el mes de Octubre las actividades realizadas para el nivel de perfeccionamiento capacidades condicionales y tactica.

Durante el mes de Octubre se toma la asistencia de los diferentes niveles de formación.

INICIACION: 95% DE ASISTENCIA.

FUNDAMENTACION: 100% DE ASISTENCIA. PERFECCIONAMIENTO: 100% DE ASISTENCIA

NOVIEMBRE:

INICIACIÓN: Durante el mes de Noviembre las actividades realizadas para el nivel de iniciación capacidades coordinativas y desarrollo motriz

FUNDAMENTACIÓN: Durante el mes de Noviembre las actividades realizadas para el nivel de fundamentación capacidades coordinativas

PERFECCIONAMIENTO: Durante el mes de Noviembre las actividades realizadas para el nivel de perfeccionamiento capacidades coordinativas.

Durante el mes de Noviembre se toma la asistencia de los diferentes niveles de formación.

INICIACION: 95% DE ASISTENCIA.

FUNDAMENTACION: 100% DE ASISTENCIA. PERFECCIONAMIENTO: 100% DE ASISTENCIA

DICIEMBRE:

INICIACIÓN: Durante el mes de Diciembre las actividades realizadas para el nivel de iniciación actividades recreativas

FUNDAMENTACIÓN: Durante el mes de Diciembre las actividades realizadas para el nivel de fundamentación actividades recreativas

PERFECCIONAMIENTO: Durante el mes de Diciembre las actividades realizadas para el nivel de perfeccionamiento actividades recreativas

Durante el mes de Diciembre se toma la asistencia de los diferentes niveles de formación.

INICIACION: 100% DE ASISTENCIA.

FUNDAMENTACION: 100% DE ASISTENCIA. PERFECCIONAMIENTO: 100% DE ASISTENCIA

4. Para deportes en conjunto, tener una cobertura mínima de 15 personas por grupo o una cobertura global mínima de 45 beneficiados activos, sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los que se encuentren; y, para deportes individuales tener una cobertura mínima de 10 personas por grupo o mínimo una cobertura global de 30 beneficiados activos sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los que se encuentren. De todo lo anterior, deberá tener los soportes respectivos organizados por sesiones, actividades y niveles de formación.

SEPTIEMBRE:

Para el mes de Septiembre se contó con una cobertura global de 45 deportistas en los diferentes niveles.

Iniciación: 12 deportistas
Fundamentación: 18 deportistas.
Perfeccionamiento: 15 deportistas

Se anexa registro fotográfico de las sesiones realizadas.

OCTUBRE:

Para el mes de Octubre se contó con una cobertura global de 45 deportistas en los diferentes niveles.

Iniciación: 12 deportistas
Fundamentación: 18 deportistas.
Perfeccionamiento: 15 deportistas

Se anexa registro fotográfico de las sesiones realizadas

NOVIEMBRE:

Para el mes de Noviembre se contó con una cobertura global de 45 deportistas en los diferentes niveles.

Iniciación: 12 deportistas
Fundamentación: 18 deportistas.
Perfeccionamiento: 15 deportistas

Se anexa registro fotográfico de las sesiones realizadas.

DICIEMBRE:

Para el mes de Diciembre se contó con una cobertura global de 45 deportistas en los diferentes niveles.

Iniciación: 12 deportistas
Fundamentación: 18 deportistas.
Perfeccionamiento: 15 deportistas

Se anexa registro fotográfico de las sesiones realizadas.

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

SEPTIEMBRE:

Se realizo en Facebook una publicación de la escuela de futbol de salón resaltando a indeportes Cundinamarca

OCTUBRE:

El dia 27 de Octubre se realizo en Facebook una publicación de la escuela de futbol de salón resaltando a indeportes Cundinamarca y describiendo el trabajo realizado durante el mes.

NOVIEMBRE:

Se realizo en Facebook una publicación de la escuela de futbol de salón resaltando a indeportes Cundinamarca y describiendo el trabajo realizado durante el mes, Ademas se apoyaron las paginas de indeportes en redes con likes.

DICIEMBRE:

Se realizo en Facebook una publicación de la escuela de futbol de salón resaltando a indeportes Cundinamarca y describiendo el trabajo realizado durante el mes, Ademas se apoyaron las paginas de indeportes en redes con likes.

Se anexa registro fotográfico de las sesiones realizadas

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

SEPTIEMBRE:

INICIACIÓN

7. El dia 6 de Septiembre se realizó en el nivel de iniciacion desarrollo motor y juego
8. El dia 8 de Septiembre se realizo en el nivel de iniciacion técnica
9. El dia 10 de Septiembre se realizo en el nivel de iniciacion capacidades coordinativas
10. El dia 13 de Septiembre se realizo en el nivel de iniciación juego y tecnica
11. El dia 15 de Septiembre se realizo en el nivel de iniciacion valores en el deporte
12. El dia 17 de Septiembre se realizo en el nivel de iniciacion técnicas propias del deporte.
13. El dia 20 de Septiembre se realizo en el nivel de iniciacion capacidades coordinativas y fisicas
14. El dia 22 de Septiembre se realizo en el nivel de iniciacion motricidad
15. El dia 24 de Septiembre se realizo en el nivel de iniciacion motricidad
16. El dia 27 de Septiembre se realizo en el nivel de iniciacion conceptos y reglamento
17. El dia 29 de Septiembre se realizo en el nivel de iniciacion conceptos y reglamento
18. El dia 30 de Septiembre se realizo en el nivel de iniciacion conceptos y reglamento

FUNDAMENTACIÓN

19. El dia 5 de Septiembre se realizo en el nivel de fundamentacion juego y capacidades coordinativas
20. El dia 7 de Septiembre se realizo en el nivel de fundamentacion capacidades condicionales
21. El dia 9 de Septiembre se realizo en el nivel de fundamentacion juego real
22. El dia 12 de Septiembre se realizo en el nivel de fundamentacion técnica de remate y pase.
23. El dia 14 de Septiembre o se realizo en el nivel de fundamentacion social volutivo e integración de valores
24. El dia 16 de Septiembre se realizo en el nivel de fundamentacion técnicas del deporte y capacidades coordinativas
25. El dia 19 de Septiembre se realizo en el nivel de fundamentacion componente recreativo y capacidades fisicas
26. El dia 21 de Septiembre se realizo en el nivel de fundamentacion motricidad y coordinación
27. El dia 23 de Septiembre se realizo en el nivel de fundamentacion conceptos y reglamento del deporte
28. El dia 26 de Septiembre se realizo en el nivel de fundamentacion juegos predeportivos
29. El dia 28 de Septiembre se realizo en el nivel de fundamentacion capacidades fisicas

30. El dia 30 de Septiembre se realizo en el nivel de fundamentacion retroalimentación y evaluación.

PERFECCIONAMIENTO

31. El dia 5 de Septiembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento Conceptos tácticos generales
32. El dia 7 de Septiembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento trabajo técnico y capacidades fisicas
33. El dia 9 de Septiembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento desarrollo de capacidades coordinativas
34. El dia 12 de Septiembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento técnicas del juego
35. El dia 14 de Septiembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento Valores y trabajo en equipo

OCTUBRE:

INICIACIÓN

1. El dia 4 de Octubre se realizó en el nivel de iniciacion desarrollo motor y juego
2. El dia 6 de Octubre se realizo en el nivel de iniciacion capacidades coordinativas
3. El dia 8 de Octubre se realizo en el nivel de iniciacion capacidades coordinativas
4. El dia 11 de Octubre se realizo en el nivel de iniciación juego tradicionales
5. El dia 13 de Octubre se realizo en el nivel de iniciacion valores en el deporte
6. El dia 15 de Octubre se realizo en el nivel de iniciacion capacidades condicionales
7. El dia 18 de S Octubre se realizo en el nivel de iniciacion capacidades coordinativas y fisicas
8. El dia 20 de Octubre se realizo en el nivel de iniciacion motricidad
9. El dia 22 de Octubre se realizo en el nivel de iniciacion motricidad
10. El dia 25 de Octubre se realizo en el nivel de iniciacion conceptos y reglamento
11. El dia 27 de Octubre se realizo en el nivel de iniciacion conceptos y reglamento
12. El dia 29 de Octubre e se realizo en el nivel de iniciacion juegos predeportivos

FUNDAMENTACIÓN

13. El dia 3 de Octubre se realizo en el nivel de fundamentacion juegos y desarrollo motriz
14. El dia 5 Octubre se realizo en el nivel de fundamentacion capacidades coordinativas
15. El dia 7 de Octubre se realizo en el nivel de fundamentacion componentes del juego
16. El dia 10 de Octubre re se realizo en el nivel de fundamentacion Capacidades condicionales
17. El dia 12 de Octubre o se realizo en el nivel de fundamentacion social volutivo e integración de valores
18. El dia 14 de Octubre se realizo en el nivel de fundamentacion técnicas del deporte y capacidades coordinativas
19. El dia 17 de S Octubre se realizo en el nivel de fundamentacion componente recreativo y capacidades fisicas
20. El dia 19 de Octubre se realizo en el nivel de fundamentacion motricidad y coordinación
21. El dia 21 de Octubre se realizo en el nivel de fundamentacion conceptos y reglamento del deporte

22. El dia 24 de Octubre se realizo en el nivel de fundamentacion juegos predeportivos
23. El dia 26 de Octubre e se realizo en el nivel de fundamentacion capacidades fisicas
24. El dia 28 de Octubre re se realizo en el nivel de fundamentacion retroalimentación y evaluación.

PERFECCIONAMIENTO

25. El dia 3 de Octubre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento Conceptos tácticos generales
26. El dia 5 de Octubre e se realizo en el nivel de Perfeccionamiento trabajo técnico y capacidades fisicas
27. El dia 7 de Octubre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento desarrollo de capacidades coordinativas
28. El dia 10 de Octubre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento técnicas del juego
29. El dia 12 de Octubre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento Valores y trabajo en equipo
30. El dia 14 de Octubre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento trabajo técnico y condicionales
31. El dia 17 de Octubre e se realizo en el nivel de Perfeccionamiento capacidades coordinativas
32. El dia 19 de Octubre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento desarrollo del componente ludico y recreativo
33. El dia 21 de Octubre e se realizo en el nivel de Perfeccionamiento estilos y métodos de juego
34. El dia 24 de Octubre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento táctica general
35. El dia 26 de Octubre e se realizo en el nivel de Perfeccionamiento táctica ofensiva
36. El dia 28 de Octubre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento táctica defensiva

NOVIEMBRE:

INICIACIÓN

1. El dia 3 de Noviembre se realizó en el nivel de iniciacion desarrollo motor y juego
2. El dia 5 de Noviembre se realizo en el nivel de iniciacion capacidades coordinativas
3. El dia 8 de Noviembre se realizo en el nivel de iniciacion capacidades coordinativas
4. El dia 10 de Noviembre se realizo en el nivel de iniciación juego tradicionales
5. El dia 12 de Noviembre se realizo en el nivel de iniciacion valores en el deporte
6. El dia 15 de Noviembre se realizo en el nivel de iniciacion capacidades condicionales
7. El dia 17 de Noviembre se realizo en el nivel de iniciacion capacidades coordinativas y fisicas
8. El dia 19 de Noviembre se realizo en el nivel de iniciacion motricidad
9. El dia 22 de Noviembre se realizo en el nivel de iniciacion motricidad
10. El dia 24 de Noviembre se realizo en el nivel de iniciacion conceptos y reglamento
11. El dia 26 de Noviembre se realizo en el nivel de iniciacion conceptos y reglamento
12. El dia 29 de Noviembre e se realizo en el nivel de iniciacion juegos predeportivos

FUNDAMENTACIÓN

13. El dia 3 de Noviembre se realizo en el nivel de fundamentacion juegos y desarrollo motriz

14. El dia 5 Noviembre se realizo en el nivel de fundamentacion capacidades coordinativas
15. El dia 7 de Noviembre se realizo en el nivel de fundamentacion componentes del juego
16. El dia 10 de Noviembre se realizo en el nivel de fundamentacion Capacidades condicionales
17. El dia 12 de Noviembre o se realizo en el nivel de fundamentacion social volutivo e integración de valores
18. El dia 14 de Noviembre se realizo en el nivel de fundamentacion técnicas del deporte y capacidades coordinativas
19. El dia 17 de Noviembre se realizo en el nivel de fundamentacion componente recreativo y capacidades fisicas
20. El dia 19 de Noviembre se realizo en el nivel de fundamentacion motricidad y coordinación
21. El dia 21 de Noviembre se realizo en el nivel de fundamentacion conceptos y reglamento del deporte
22. El dia 24 de Noviembre se realizo en el nivel de fundamentacion juegos predeportivos
23. El dia 26 de Noviembre e se realizo en el nivel de fundamentacion capacidades fisicas
24. El dia 28 de Noviembre se realizo en el nivel de fundamentacion retroalimentación y evaluación.

PERFECCIONAMIENTO

25. El dia 3 de Noviembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento Conceptos tácticos generales
26. El dia 5 de Noviembre e se realizo en el nivel de Perfeccionamiento trabajo técnico y capacidades fisicas
27. El dia 7 de Noviembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento desarrollo de capacidades coordinativas
28. El dia 10 de Noviembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento técnicas del juego
29. El dia 12 de Noviembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento Valores y trabajo en equipo
30. El dia 14 de Noviembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento trabajo técnico y condicionales
31. El dia 17 de Noviembre e se realizo en el nivel de Perfeccionamiento capacidades coordinativas
32. El dia 19 de Noviembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento desarrollo del componente ludico y recreativo
33. El dia 21 de Noviembre e se realizo en el nivel de Perfeccionamiento estilos y métodos de juego

DICIEMBRE:

INICIACIÓN

36. El dia 1 de Diciembre se realizó en el nivel de iniciacion Recreacion
37. El dia 3 de Diciembre se realizo en el nivel de iniciacion capacidades coordinativas
38. El dia 6 de Diciembre se realizo en el nivel de iniciacion Recreacion
39. El dia 8 de Diciembre se realizo en el nivel de iniciación juego tradicionales
40. El dia 10 de Diciembre se realizo en el nivel de iniciacion valores en el deporte

41. El dia 13 de Diciembre se realizo en el nivel de iniciacion Recreacion
42. El dia 15 de Diciembre se realizo en el nivel de iniciacion capacidades coordinativas y fisicas
43. El dia 17 de Diciembre se realizo en el nivel de iniciacion motricidad
44. El dia 20 de Diciembre se realizo en el nivel de iniciacion motricidad
45. El dia 22 de Diciembre se realizo en el nivel de iniciacion Recreacion
46. El dia 24 de Diciembre se realizo en el nivel de iniciacion conceptos y reglamento
47. El dia 27 de Diciembre se realizo en el nivel de iniciacion juegos predeportivos

FUNDAMENTACIÓN

48. El dia 2 de Diciembre se realizo en el nivel de fundamentacion Recreacion
49. El dia 5 Diciembre se realizo en el nivel de fundamentacion capacidades coordinativas
50. El dia 7 de Diciembre se realizo en el nivel de fundamentacion componentes del juego
51. El dia 9 de Diciembre se realizo en el nivel de fundamentacion Recreacion
52. El dia 12 de Diciembre o se realizo en el nivel de fundamentacion social volutivo e integración de valores
53. El dia 14 de Diciembre se realizo en el nivel de fundamentacion técnicas del deporte y capacidades coordinativas
54. El dia 16 de Diciembre se realizo en el nivel de fundamentacion componente recreativo y capacidades fisicas
55. El dia 19 de Diciembre se realizo en el nivel de fundamentacion motricidad y coordinación
56. El dia 21 de Diciembre se realizo en el nivel de fundamentacion conceptos y reglamento del deporte
57. El dia 23 de Diciembre se realizo en el nivel de fundamentacion juegos predeportivos
58. El dia 26 de Diciembre e se realizo en el nivel de fundamentacion Recreacion
59. El dia 28 de Diciembre se realizo en el nivel de fundamentacion retroalimentación y evaluación.

PERFECCIONAMIENTO

60. El dia 2 de Diciembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento Recreacion
61. El dia 5 de Diciembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento trabajo técnico y capacidades fisicas
62. El dia 7 de Diciembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento desarrollo de capacidades coordinativas
63. El dia 9 de Diciembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento Recreacion
64. El dia 12 de Diciembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento Valores y trabajo en equipo
65. El dia 14 de Diciembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento trabajo técnico y condicionales
66. El dia 16 de Diciembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento capacidades coordinativas
67. El dia 19 de Diciembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento desarrollo del componente ludico y recreativo
68. El dia 21 de Diciembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento estilos y métodos de juego

69. El dia 23 de Diciembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento Recreacion
70. El dia 26 de Diciembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento táctica ofensiva
71. El dia 28 de Diciembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento táctica defensiva
72. El dia 16 de Septiembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento trabajo técnico y condicionales
73. El dia 19 de Septiembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento capacidades coordinativas
74. El dia 21 de Septiembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento desarrollo del componente ludico y recreativo
75. El dia 23 de Septiembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento estilos y métodos de juego
76. El dia 26 de Septiembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento táctica general
77. El dia 28 de Septiembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento táctica ofensiva
78. El dia 30 de Septiembre se realizo en el nivel de Perfeccionamiento táctica defensiva

79. Consolidar y mantener actualizada la información pertinente a través de la plataforma o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad.

SEPTIEMBRE:

Durante el mes de Septiembre se actualizo el drive
LINK:https://drive.google.com/drive/folders/1Ow-y5wWU6vQR8bab1zhtVrPgoI4_S3Nj
Horarios:
https://drive.google.com/drive/folders/1b5Hl9VDaI1fp4vPtEA0mvcgmvOGiCHA_?usp=sharing

Informes de pago:
https://drive.google.com/file/d/1ZrdHjctiwJGvz_fIFKwqVeEbteeZWCEk/view?usp=sharing
Inscripciones:
https://drive.google.com/drive/folders/1wE4cOSVsY3qISJGSx6IbV6vbpJh3piyA?usp=sharing

PlanMensual:
https://drive.google.com/drive/folders/1hpaUkISRD9KM3ywtBSNVlLCG3uEEPVbC?usp=sharing

Plan Pedagogico y malla:
https://drive.google.com/drive/folders/1s1XsIqcCGxvjoL-b5E_zv3z8U5jGbyIb?usp=sharing
Pruebas físicas:
https://drive.google.com/drive/folders/1J0C8G0Q3udiMnvD-PiRileB88F2XJc_P?usp=sharing

OCTUBRE:

Durante el mes de Octubre se actualizo el drive
LINK:https://drive.google.com/drive/folders/1Ow-y5wWU6vQR8bab1zhtVrPgoI4_S3Nj
Horarios:
https://drive.google.com/drive/folders/1b5Hl9VDaI1fp4vPtEA0mvcgmvOGiCHA_?usp=sharing

Informes de pago:

https://drive.google.com/file/d/1ZrdHjctiwJGvz_fIFKwqVeEbteeZWCEk/view?usp=sharing
Inscripciones:
https://drive.google.com/drive/folders/1wE4cOSVsY3qISJGSx6IbV6vbpJh3piyA?usp=sharing

PlanMensual:
https://drive.google.com/drive/folders/1hpaUkISRD9KM3ywtBSNVlLCG3uEEPVbC?usp=sharing

Plan Pedagogico y malla:
https://drive.google.com/drive/folders/1s1XsIqcCGxvjoL-b5E_zv3z8U5jGbyIb?usp=sharing
Pruebas físicas:
https://drive.google.com/drive/folders/1J0C8G0Q3udiMnvD-PiRileB88F2XJc_P?usp=sharing

NOVIEMBRE:

Durante el mes de Noviembre se actualizo el drive
LINK:https://drive.google.com/drive/folders/1Ow-y5wWU6vQR8bab1zhtVrPgoI4_S3Nj
Horarios:
https://drive.google.com/drive/folders/1b5Hl9VDaI1fp4vPtEA0mvcgmvOGiCHA_?usp=sharing

Informes de pago:
https://drive.google.com/file/d/1ZrdHjctiwJGvz_fIFKwqVeEbteeZWCEk/view?usp=sharing
Inscripciones:
https://drive.google.com/drive/folders/1wE4cOSVsY3qISJGSx6IbV6vbpJh3piyA?usp=sharing

PlanMensual:
https://drive.google.com/drive/folders/1hpaUkISRD9KM3ywtBSNVlLCG3uEEPVbC?usp=sharing

Plan Pedagogico y malla:
https://drive.google.com/drive/folders/1s1XsIqcCGxvjoL-b5E_zv3z8U5jGbyIb?usp=sharing
Pruebas físicas:
https://drive.google.com/drive/folders/1J0C8G0Q3udiMnvD-PiRileB88F2XJc_P?usp=sharing

DICIEMBRE:

Durante el mes de Diciembre se actualizo el drive
LINK:https://drive.google.com/drive/folders/1Ow-y5wWU6vQR8bab1zhtVrPgoI4_S3Nj
Horarios:
https://drive.google.com/drive/folders/1b5Hl9VDaI1fp4vPtEA0mvcgmvOGiCHA_?usp=sharing

Informes de pago:
https://drive.google.com/file/d/1ZrdHjctiwJGvz_fIFKwqVeEbteeZWCEk/view?usp=sharing
Inscripciones:
https://drive.google.com/drive/folders/1wE4cOSVsY3qISJGSx6IbV6vbpJh3piyA?usp=sharing

PlanMensual:
https://drive.google.com/drive/folders/1hpaUkISRD9KM3ywtBSNVlLCG3uEEPVbC?usp=sharing

Plan Pedagogico y malla:
https://drive.google.com/drive/folders/1s1XsIqcCGxvjoL-b5E_zv3z8U5jGbyIb?usp=sharing
Pruebas físicas:

https://drive.google.com/drive/folders/1J0C8G0Q3udiMnvD-PiRileB88F2XJc_P?usp=sharing

80. Presentar la planeación de las sesiones mensuales de clase antes del inicio de cada mes, al respectivo supervisor, describiendo los objetivos, aspectos físicos, técnicos y evaluativos a tener en cuenta, así como los métodos empleados en ellas.

    SEPTIEMBRE:
    Se presenta en el mes de Septiembre el plan mensual de Octubre describiendo los objetivos, aspectos físicos, técnicos y evaluativos en cada uno de los niveles de formación.
    OCTUBRE:
    Se presenta en el mes de Octubre el plan mensual de Noviembre describiendo los objetivos, aspectos físicos, técnicos y evaluativos en cada uno de los niveles de formación.
    NOVIEMBRE:
    Se presenta en el mes de Noviembre el plan mensual de Diciembre describiendo los objetivos, aspectos físicos, técnicos y evaluativos en cada uno de los niveles de formación.
    DICIEMBRE:
    Se presenta en el mes de Diciembre el plan mensual de describiendo los objetivos, aspectos físicos, técnicos y evaluativos en cada uno de los niveles de formación.

81. Presentar ante el Supervisor las evaluaciones técnicas, físicas y teóricas que le realice a los grupos de alumnos a su cargo, de acuerdo con los manuales y formatos que le sean entregados, las cuales deberán estar establecidas en el cronograma general. Los resultados obtenidos deberán ser entregados junto con el informe del respectivo periodo y un consolidado en el informe final.

    SEPTIEMBRE:
    Se desarrollo durante las 2 ultimas semanas del mes de mayo las evaluaciones a los deportistas, los resultados fueron compartidos al gestor provincial
    OCTUBRE:
    Se desarrollaron durante las 2 últimas semanas del mes de Octubre las evaluaciones a los deportistas, los resultados fueron compartidos al gestor provincial
    NOVIEMBRE:
    Se desarrollaron durante las 2 últimas semanas del mes de Octubre las evaluaciones a los deportistas, los resultados fueron compartidos al gestor provincial
    DICIEMBRE:
    Se desarrollaron durante las 2 últimas semanas del mes de Octubre las evaluaciones a los deportistas, los resultados fueron compartidos al gestor provincial.

82. El contratista deberá entregar una certificación por parte del organismo deportivo municipal en donde conste la realización de actividades mensuales relacionadas con las obligaciones contractuales en el municipio asignado.

    SEPTIEMBRE:
    La directora de deportes de Cajicá me entrego la certificación del municipio donde consta la realización de las actividades durante el tiempo laborado
    OCTUBRE:
    La directora de deportes de Cajicá me entrego la certificación del municipio donde consta la realización de las actividades durante el tiempo laborado
    NOVIEMBRE:

La directora de deportes de Cajicá me entrego la certificación del municipio donde consta la realización de las actividades durante el tiempo laborado

DICIEMBRE:

La directora de deportes de Cajicá me entrego la certificación del municipio donde consta la realización de las actividades durante el tiempo laborado

83. Apoyar a los demás componentes en las diferentes actividades que realicen en los municipios asignados por la Subgerencia Técnica.

SEPTIEMBRE:

Se apoyo el evento de cometas realizado por el municipio de Cajica y se esta presto a apoyar cualquiera de los eventos que se van a realizar

OCTUBRE:

84. El dia 2 de Octubre se apoyo la carrera Ciclistica realizada en el municipio de Cajicá por el instituto de deportes

85. El dia 7 de Octubre se apoyo el circuito recreativo para contratistas realizado por el instituto de deportes de Cajica

El dia 28 de Octubre se apoyo el evento Feria de servicios en el municipio de Cajica realizado por parte de Indeportes Cundinamarca

NOVIEMBRE:

86. Se esta presto a apoyar cualquier evento organizado por el instituto de Deportes de Cajica

DICIEMBRE:

87. Se Apoyo el dia 7 de Diciembre la carrera atlética organizada por insdeportes Cajica

88. Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.

SEPTIEMBRE:

. El día 15 de Septiembre se asistió a la reunión virtual programada por el gestor Andres Castro en la cual se dieron las indicaciones y lineamientos del nuevo contrato.

OCTUBRE:

- El dia 2 de Octiubre se asistio a la Capacitacion de test entrega de informes realizada en el municipio de Chia
- El dia 6 de Octubre se asistio a la reunión virtual organizada por el gestor Andres Castro lineamientos generales subgerencia técnica
- El dia 11 de Octubre se asistio a la reunión virtual organizada por el gestor Andres Castro subgerencia Tecnica
- El dia 19 de Octubre se asistio a la reunión virtual organizada por el gestor Andres Castro Consolidacion información y requisitos informes
- El día 31 de Octubre se asistio a la reunión virtual organizada por el gestor Andres Castro presentación de informes y apoyo a eventos

NOVIEMBRE:

- El da 15 de Noviembre se asistio a la capacitación de los festivales deportivos organizada en la Gobernacionde Cundinamarca
- El dia 22 de Noviembre se asistio a la reunión virtual organizada por el gestor Andres Castro Consolidacion información y requisitos informes
- El día 30 de Noviembre se asistio a la reunión virtual organizada por el gestor Andres Castro presentación de informes y apoyo a eventos

DICIEMBRE:

89. El da 2 de Noviembre se asistio a la inauguración de los juegos deportivos y paradeportivos departamentales.
90. El dia 12 de Diciembre se asistio a la reunión virtual organizada por el gestor Andres Castro Consolidacion información y requisitos Festivales deportivos

91. Entregar debidamente diligenciado al área de archivo de la Subgerencia Administrativa y Financiera el Formato Único de Inventario Documental (FUID) o su equivalente, cuando se requiera enviar y/o trasladar documentos al archivo del Instituto.

    SEPTIEMBRE:
    Se esta a la espera de la entrega por parte de la subgerencia administrativa y financiera el formato único de inventario documental (FUID) cuando se requiera enviar o trasladar documentos al archivo del instituto
    OCTUBRE:
    Se esta a la espera de la entrega por parte de la subgerencia administrativa y financiera el formato único de inventario documental (FUID) cuando se requiera enviar o trasladar documentos al archivo del instituto
    NOVIEMBRE:
    Se esta a la espera de la entrega por parte de la subgerencia administrativa y financiera el formato único de inventario documental (FUID) cuando se requiera enviar o trasladar documentos al archivo del instituto
    DICIEMBRE:
    Se esta a la espera de la entrega por parte de la subgerencia administrativa y financiera el formato único de inventario documental (FUID) cuando se requiera enviar o trasladar documentos al archivo del instituto

92. Consolidar y presentar a través de la plataforma SECOP II; informe de ejecución contractual con sus respectivos soportes y evidencias; de acuerdo con la forma de pago, condiciones técnicas y/o productos establecidos.

    SEPTIEMBRE:
    Se carga al secop los siguientes documentos: cuenta de cobro informe de gestión evidencias fotográficas, planilla se seguridad social
    OCTUBRE:
    Se carga al secop los siguientes documentos: cuenta de cobro informe de gestión evidencias fotográficas, planilla se seguridad social, formatos pruebas y test.
    NOVIEMBRE:

Se carga al secop los siguientes documentos: cuenta de cobro informe de gestión evidencias fotográficas, planilla se seguridad social

DICIEMBRE:
Se carga al secop los siguientes documentos: cuenta de cobro informe de gestión evidencias fotográficas, planilla se seguridad social y el informe final.

93. Realizar la entrega al supervisor del contrato los documentos, estudios y demás productos elaborados durante la ejecución del contrato a la entrega del informe final del mismo en formato digital y modificable.

SEPTIEMBRE:

94. Se envió el formato de Excel de operación de beneficiarios.
95. Se entregan todos los documentos solicitados durante el mes de Octubre en formato digital y modificable.
96. Se entregan las fichas de inscripciones.

OCTUBRE:

97. Se envió el formato de Excel de operación de beneficiarios.
98. Se entregan todos los documentos solicitados durante el mes de Octubre en formato digital y modificable.
99. Se entregan las fichas de inscripciones.

NOVIEMBRE:

100. Se envió el formato de Excel de operación de beneficiarios.
101. Se entregan todos los documentos solicitados durante el mes de Octubre en formato digital y modificable.
102. Se entregan las fichas de inscripciones.

DICIEMBRE:

103. **.** Se envió el formato de Excel de operación de beneficiarios.
104. Se entregan todos los documentos solicitados durante el mes de Octubre en formato digital y modificable.
105. Se entregan las fichas de inscripciones.

En calidad de contratista indico que las obligaciones con el sistema Seguridad social, salud y pensiones se han efectuado de la siguiente manera:
Cobertura total a la finalización del contrato

Periodo	IBC	Salud	Pensión	ARL	Planilla
Septiembre	1.000.000	125.000	160.000	24.400	1049212476
Octubre	1.000.000	125.000	160.000	24.400	1049246434
Noviembre	1.000.000	125.000	160.000	24.400	1049917369
Diciembre	1.000.000	125.000	160.000	24.400	1051022037
Totales	**4.000.000**	**500.000**	**640.000**	**97.600**	**n/a**

GRUPOS DE TRABAJO	TOTAL DE NIÑOS
INICIACION	12
FUNDAMENTACION	18
PERFECCIONAMIENTO	15
TOTAL	45

Modalidad de contratación	CPS	Valor contrato	Plazo	Registro No
Contratación directa	1189 de 2022	**$6.856.000**	4 MESES	2022003047 de 31/08/2022
ACTA DE LIQUIDACION	VALOR EJECUTADO	$6.856.000	SALDO A FOVOR DE INDEPORTES	$0

Confirmo, como contratado que a la fecha INDEPORTES queda a paz y salvo por todo concepto con el profesional abajo firmante.

CONTRATISTA:	
Nombre:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS VENEGAS**
Firma: 	

RELACIÓN DE ANEXOS

1. Procesos de convocatoria.
2. Plan pedagógico y tres mallas pedagógicas (iniciación, fundamentación y perfeccionamiento.
3. Cuadro de cobertura de colores
4. Asistencias (iniciación, fundamentación y perfeccionamiento)
5. Registro fotográfico de sesiones de clases 10 por nivel (iniciación, fundamentación y perfeccionamiento)

6. Anexar 3 planes mensuales de los últimos tres meses y 36 sesiones del mes de noviembre (iniciación, fundamentación y perfeccionamiento.
7. Pantallazos del drive
8. Anexar Plan mensual y sesiones del mes de diciembre.
9. Anexar formatos de las evaluaciones a deportistas (test de medidas antropométricas y test físicos) y registro fotográfico 6 fotos por nivel en el formato de fotos.
10. Anexar todas las certificaciones del municipio durante el proceso contractual.
11. Anexar registro fotográfico de todos los apoyos realizados durante el proceso contractual.
12. Anexar registro fotográfico de asistencia a reuniones y capacitaciones durante todo el periodo contractual.
13. Anexar política pública (convocatoria, formato de asistencia, tabulación y registro fotográfico); (encuesta política pública).
14. Anexar cuadro de Excel de operación de beneficiarios.
15. Anexar fichas de inscripción (iniciación, fundamentación y perfeccionamiento.
16. Anexar parafiscales de todos los meses según periodo contractual.

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DICIEMBRE

JUAN CARLOS CASTELLANOS

Periodo del 1/12/2022 al 30/12/2022

CONTRATO 1189

OBLIGACION 1



OBLIGACION 2

PLAN PEDAGÓGICO Y TÉCNICO PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA INDEPORTES CUNDINAMARCA 2022

REALIZADO POR:

Adriana del Pilar Ruiz Villamizar

David Daniel Bernal

Diego Fernando Morales Briñez

Erika Rocío Gómez Carrero

Fredy Oswaldo Mortigo Mortigo

Germán Antonio Alfaro Rodríguez

Juan Carlos Castellanos Venegas

Leonardo Huérfano Donato

Miguel Ángel Novoa Franco

ENTRENADORES FÚTBOL DE SALÓN SABANA CENTRO

PARA:

INSTITUTO DEPARTAMENTAL
PARA LA RECREACIÓN Y EL
DEPORTE DE CUNDINAMARCA

REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
“CUNDINAMARCA, REGIÓN QUE PROGRESA”
20/02/2022

INTRODUCCIÓN

El Fútbol de salón en la actualidad, es uno de los deportes más importantes en el entorno social, en realidad, el fútbol de salón es una disciplina de “masas”, pero debido a las limitaciones en cuanto escenarios acordes en las instituciones educativas se opta por prácticas en espacios reducidos, dicho deporte es trasladado a horarios extracurriculares y se puede observar que muchos niños practican este deporte desde edades muy tempranas, por lo tanto, se opta por la creación de escuelas de formación en sectores urbanos y rurales con apoyo de las entidades municipales y departamentales (INDEPORTES CUNDINAMARCA). Por medio de estas se promueve en sus integrantes un desarrollo motor, el crecimiento personal y su formación en valores a través del juego y las disciplinas del fútbol de salón, es por esto que la intención es impactar la mayor parte posible de población infantil y juvenil del Departamento de Cundinamarca aprovechando el tiempo libre, alejándose un poco de las problemáticas de la sociedad

Esta propuesta pedagógica y metodológica se llevará a cabo por medio del fútbol de salón, para niños(as) y jóvenes del sector rural y del casco urbano en los municipios de Sabana Centro, Departamento de Cundinamarca.

A través del fútbol de salón, se propone integrar a la población más joven de las determinadas veredas y barrios a la práctica del deporte ya mencionado.

Es importante integrar a la comunidad rural a la participación activa de los distintos procesos deportivos y de actividad física que se realizan en cada uno de los municipios ya que ellos hacen parte primordial del desarrollo social de la comunidad.

Por lo tanto, La propuesta se enfatiza hacia el fútbol de salón como una estrategia deportiva y pedagógica que promueva el desarrollo de patrones básicos del movimiento, habilidades técnicas y tácticas específicas del deporte, dimensión lúdica y recreativa del ser humano, valores y conocimientos generales de nuestro país y departamento.

JUSTIFICACIÓN

En un Departamento como Cundinamarca la problemática infantil y juvenil se convierte en objeto de importancia para los formadores y la comunidad, se identifican casos como la drogadicción, el alcoholismo y la delincuencia, entre otros. Debido a estas problemáticas la mayoría de la población infantil y juvenil no da el mejor uso a su tiempo libre. Es por esto, que no aprovecha las prácticas físicas y deportivas en nuestro entorno social. Por lo anterior es importante crear espacios de formación deportiva para niños y jóvenes, los cuales están empezando esa etapa de formación en la que absorben información y actúan de acuerdo al contexto que los rodea, es en ese preciso momento cuando se necesita un orientación que ayude a comprender cada una de sus realidades por medio del deporte, alejando aquellas problemáticas que se presentan en la comunidad.

Es necesario el apoyo al deporte por parte de las entidades gubernamentales como se ha realizado durante el último tiempo, hemos crecido en cuanto programas y espacios propios para la práctica de las diferentes disciplinas deportivas, de igual manera han sido muchos los niños y jóvenes beneficiados a nivel municipal y departamental (barrios y veredas). Pero aun así, con todo el esfuerzo realizado queda población infantil por hacer parte de los planes pedagógicos propuestos por el departamento.
Por lo tanto, es fundamental hacer una buena organización para promover y fomentar la cultura deportiva en cada barrio y vereda de nuestros municipios de Sabana Centro, creando espacios para el aprovechamiento del tiempo libre de la población infantil y juvenil donde se les brinde la oportunidad de desarrollarse integralmente como seres humanos.

Este proyecto está dirigido a la población bajo factores determinantes: 1) El contexto social, 2) la edad biológica y 3) la edad cronológica. Ya que las implicaciones de estas son determinantes de acuerdo a las necesidades emocionales y fisiológicas de la población infantil y juvenil y la importancia de su cuidado corporal.
Por lo tanto al abrir programas como Escuelas de formación, se permite a sus integrantes el desarrollo motriz, como también su crecimiento personal y su formación en valores individuales y colectivos dentro y fuera de un campo deportivo.

El programa escuelas deportiva ha sido estructurado bajo un enfoque humanista, está encaminado a favorecer a través de la práctica deportiva (futbol de salón) el desarrollo integral del participante, adelantando acciones en los aspectos biopsicosociales que permiten al niño y la niña desarrollarse en forma natural; respetando los procesos y cambios que permanentemente se producen en su etapa de crecimiento. Es por esto, que la siguiente propuesta no se fundamenta en el concepto tecnicista de la práctica, si no que trasciende, permitiéndole al niño(a) y joven sentirse personas que actúan, piensan, reflexionan y construyen, donde el deporte no es el fin fundamental si no se convierte en un medio eficaz para el logro de la formación integral de ellos.

Este proceso que se debe desarrollar con arduo trabajo y con determinación permitirá validar en la práctica los fundamentos y contenidos en la propuesta, propiciando no solo el desarrollo de deportistas de nivel competitivo, sino también como personas con capacidades críticas y creativas, capaces de participar activamente y positivamente en el municipio o el contexto al que el niño/a o joven se vea inmerso.

MARCO LEGAL

Para el diseño de esta propuesta se tuvo en cuenta principalmente la Constitución Política de Colombia, la ley 181 de 1995 denominada la ley del deporte y la ley de educación de 1994, para los respectivos fines. Según la Constitución Política de Colombia de 1991 en el artículo 52 se aborda la recreación y el Deporte como un derecho fundamental en la sociedad, y dice textualmente:

"Artículo 52: El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano. El deporte y la recreación forman parte de la educación y constituyen gasto público social. Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. El Estado fomentará estas actividades inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas". Ley 181 de 1995, que crea el Sistema Nacional del Deporte, integrando el deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, educación extraescolar y la Educación Física, utilizando el término genérico deporte, para definirlo como derecho social que hace parte del gasto público social. Esta ley en el artículo tercero dice textualmente: Para garantizar acceso del individuo y la Comunidad al conocimiento y práctica del deporte, recreación y aprovechamiento del tiempo libre. El estado tendrá en cuenta los siguientes rectores:

"1. Integrar la educación y las actividades físicas en el sistema educativo en todos sus niveles.

2. Fomentar, proteger, apoyar y regular la asociación deportiva en todas sus manifestaciones".

Estos dos primeros rectores de los dieciséis tipificados en este artículo son argumentos esenciales para la justificación legal del diseño de esta propuesta. En el capítulo II de la ley del deporte, el artículo cuarto hace referencia al deporte como un derecho social y dice que este, la recreación y el aprovechamiento libre son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de la persona,

además de tener un principio de universalidad ya que todos los habitantes de Colombia tienen derecho a la práctica del deporte y la recreación.

Define la educación extraescolar como la que utiliza el tiempo libre, la recreación y el deporte como instrumentos fundamentales para la formación integral de la niñez y de los jóvenes y para la transformación del mundo juvenil con el propósito de que éste incorpore sus ideas, valores y su propio dinamismo interno al proceso de desarrollo de la nación. Esta educación complementa la brindada por la familia y la escuela y se realiza por medio de organizaciones, asociaciones o movimientos para la niñez o de la juventud e instituciones sin ánimo de lucro que tengan como objetivo prestar este servicio a las nuevas generaciones.

La Ley General de Educación de 1994 (115) hace referencia a los fines de la educación entre los que se encuentra la promoción y preservación de la salud, resaltando la importancia de la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre. Es así como en el artículo 14 establece que el aprovechamiento del tiempo libre, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte deben ser obligatorios en todos los establecimientos oficiales o privados en todos los niveles.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Permitir y motivar la participación de los niños y jóvenes en la zona de sabana centro en procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivo en fútbol de salón como elemento fundamental en el desarrollo integral de individuos y así mejorar la calidad de vida en la población del departamento de Cundinamarca.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Realizar convocatorias abiertas a la comunidad en general y a través de las instituciones educativas y entes deportivos municipales. invitando así, a niños y jóvenes a la participación de la escuela de formación de fútbol de salón en cada uno de los municipios de sabana centro del Departamento de Cundinamarca

- Desarrollar procesos de integración deportiva y social por medio del fútbol de salón, fortaleciendo principios culturales, educativos y la formación en valores dentro de la comunidad.

- Favorecer el desarrollo de capacidades psicomotrices y socio motrices en niños y jóvenes por medio del fútbol de salón, con el fin de fomentar la modalidad deportiva y la relación con su entorno social.

- Elevar los niveles de participación de los niños y jóvenes en horarios extracurriculares a partir de disciplinas propuestas por INDEPORTES CUNDINAMARCA, para generar aprovechamiento del tiempo libre y cultura deportiva.

- Potenciar en el niño aspectos físicos, técnicos, tácticos específicos del fútbol de salón por medio de entrenamientos que tengan en cuenta su edad biológica y cronológica con el fin de formar deportistas competentes que aporten a su municipio y departamento.

- Realizar seguimientos de las aptitudes físicas y deportivas de los niños y jóvenes que practican fútbol de salón en la zona de sabana centro, por medio de las baterías de test que direcciona indeportes Cundinamarca, con el fin de evaluar continuamente el desarrollo del proceso de formación deportiva.

POBLACIÓN Y COBERTURA

Se realiza el plan pedagógico y la malla curricular de la escuela de formación deportiva de los municipios de Sabana Centro (Departamento de Cundinamarca) para la disciplina de fútbol de salón, en el cual se prestará el servicio de formador deportivo en horas extracurriculares, brindando un proceso de enseñanza aprendizaje en diferentes sectores urbanos y rurales con el fin de ampliar la cobertura a la población en los niveles de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento, donde una de las metas es cumplir con un mínimo de 45 participantes.
Se trabajará de manera integral el aspecto formativo y deportivo, creando la necesidad en el individuo de desarrollar su potencial técnico, táctico, físico, social, mental, competitivo y formativo en valores.
La escuela de formación deportiva de fútbol de salón está especificada y va dirigida de la siguiente manera:

- Grupo de iniciación: Niños de 7 a 9 años de edad que vienen del sector urbano o rural.
- Grupo de Fundamentación: Niños y niñas de 10 a 12 años de edad del sector urbano o rural.
- Grupo de especialización: Jóvenes de 13 a 17 años de edad del sector urbano o rural.

CARACTERIZACIÓN DEL DEPORTE

Origen del futsal: El origen del fútbol sala está naturalmente ligado al fútbol. Su aparición se produce en los años 30, cuando “el juego en la calle” se traslada a los campos de baloncesto y áreas cerradas, evolucionando éstas en instalaciones cubiertas debido a los continuos cambios climáticos, así como por el horario. A principios de la década de 1990 se produce el gran cambio en el trayecto del fútbol sala: surge el futsal, terminología adoptada actualmente a nivel internacional que unifica la denominación. La FIFA da un gran paso al apoyar el futsal, lo que obliga a todos los países afiliados a desarrollarlo y engrandecerlo.

Diferencias básicas con el fútbol: Es evidente que el fútbol sala es una adecuación del fútbol a un espacio más reducido. Algunas de las diferencias más significativas son:
• Se juega en un espacio de 40x20m. Una quinta parte de un campo de fútbol.
• Balón más pequeño y con un bote inferior al del fútbol.

• Sólo 5 jugadores de campo.
• Supresión lógica de la regla del fuera de juego.
• Posibilidad de los cambios volantes (en juego).
• Creación de las faltas acumulativas con una penalización adicional (doble penalti) más agresiva que en el fútbol.
• Se utiliza el tiempo real (cronometrador).
• Introducción de los tiempos muertos.

En resumen, salvo estas diferencias y algunas particularidades en las faltas (técnicas y disciplinarias), el juego del futsal es una adecuación natural del fútbol 11 a unas dimensiones mucho más reducidas.

Cualidades físicas y futsal: El futsal es un deporte colectivo, de situación, donde se da una colaboración- oposición, con un gasto energético mixto intermitente (aeróbica-anaeróbica), y una activación muscular general dinámica alta.
Es una modalidad que se identifica con un tipo de esfuerzo fraccionado e intervalico basado en una serie de esfuerzos máximos y sub máximos dados de forma intermitente, y con pausas de recuperación incompletas activas y pasivas de duración variable. Estos intervalos, de manera general, no permiten una recuperación completa.
El tiempo de juego es de dos periodos de 20 minutos a reloj parado, que suele oscilar entre los 75-85 e incluso más de 90 minutos de juego a tiempo corrido. Esto variará en función de las posibilidades que da el reglamento: tiempos muertos, lanzamientos de 10 metros, limpieza de la pista, intervenciones médicas, etc.
El futsal se caracteriza por una sucesión de movimientos a máxima velocidad, en espacios muy reducidos (5-10 metros), con continuos cambios de dirección y sentido, seguido por fases de tensión muscular más estáticas, pero de máxima tensión, encadenando carreras de baja, media y máxima intensidad con pausas de recuperación activas e incompletas. Todo esto hace que las acciones deportivas se ejecuten sin previo aviso.
El espacio de juego es reducido (20 x 40 metros) teniendo en cuenta el número de jugadores, por lo que la tensión y concentración de éstos debe ser máxima en todo momento, ya que las opciones de conseguir gol se pueden producir desde cualquier parte del campo y en cualquier instante. La velocidad y agilidad de movimientos, el dominio espacio-temporal tiene que ser

muy alto para poder acelerar y cambiar rápida y constantemente de dirección, en espacios reducidos y compartidos con adversarios y compañeros, y así conseguir que la precisión de los controles y demás gestos técnicos se den en el momento y en el lugar preciso.
La proximidad de los adversarios hace que las acciones se tengan que producir de la forma más rápida e inesperada posible, por lo que los automatismos y estrategias propias se convierten en piezas fundamentales del rendimiento global del equipo. En esta línea, la coordinación y el control de su esquema corporal debe ser igualmente muy alto para poder realizar con éxito los sincronismos y automatismos propios de este deporte en espacios reducidos y a velocidades máximas, sin que por ello se vea afectado el rendimiento ni la eficacia conforme transcurre el partido y la fatiga se va acumulando. Un partido de fútbol sala responde a un tipo de ejercicio intervalico, basado en esfuerzos fraccionados con pausas incompletas de recuperación. El aumento de la condición física de los jugadores y la intensidad actual de juego en los partidos hace que cada vez se alarguen más las secuencias de esfuerzos encadenados con intensidades sub máximas y máximas, por lo que la tolerancia al estrés, a la fatiga y, en términos fisiológicos, al ácido láctico es cada vez más determinante. El jugador de futsal necesita una gran potencia y capacidad anaeróbica aláctica y una rápida regeneración de los fosfágenos. Debe ser capaz de tener una buena tolerancia para soportar niveles medio-altos de ácido láctico. Debe tener una adecuada base aeróbica para soportar los esfuerzos y favorecer su recuperación.

El entrenamiento de las cualidades físicas en las categorías de formación: Existen teorías las cuales dicen que los niños no deben practicar deporte de igual modo que los jóvenes mayores o los adultos, y que un deporte en el que no se atiende a los posibles efectos dañinos del rendimiento se debe rechazar. En el desarrollo corporal, mental y moral que se produce al pasar de niño a joven aparecen grandes diferencias. En consecuencia, los entrenadores tienen que reconocer las diferentes formas de carga (corporal, mental y moral) también en entrenamiento y competición. Se puede afirmar que el deporte y el entrenamiento infantil se legitiman a través de la exigencia de toda la sociedad.
Es por esto que la sociedad tiene que tener un interés en abrir a los jóvenes otros ámbitos de experiencias (ámbitos de entrenamiento) paralelos, evidentemente, a la formación escolar. Algunos de los objetivos generales del entrenamiento en la infancia deberían estar enfocados a fomentar el desarrollo integral del niño deportista, estimular la práctica de diversos deportes

por parte del niño, promover de manera gradual el acceso del niño a desempeños cada vez más exigentes de acuerdo a su edad y evolución, crear las bases universales necesarias para futuros rendimientos deportivos, propiciar la constitución de ambientes adecuados para el desarrollo adecuado a nivel psicomotriz, socio afectivo, cognoscitivo y físico del niño y, por último, constituir una comunidad deportiva con padres, entrenadores, médico deportivo y psicólogo, que apoye permanentemente el desarrollo deportivo de los niños, etc.

ESTRUCTURA TEMAS Y CONTENIDOS DE LA PROPUESTA

Cada etapa tendrá una duración de un (1) mes para un total de seis (6) etapas es decir seis meses, en los cuales se intentará desarrollar la totalidad de los contenidos propuestos en cada una de ellas.

# ETAPA	INICIACIÓN	FUNDAMENTACIÓN	PERFECCIONAMIENTO
1	• Patrones básicos del movimiento como saltar, caminar, correr, gatear, lanzar y atrapar. • Familiarización con el elemento de juego y con la disciplina. • Actividades recreo-deportivas que fomenten la diversión de los niños y la sana convivencia del grupo.	• Fortalecer las habilidades básicas del aspecto motriz del niño y la técnica propia de la disciplina. • Actividades recreo-deportivas que fomenten la diversión de los niños y la sana convivencia del grupo. • Juegos recreativos, autóctonos, cooperativos, colaborativos.	• Ejercicios globales y analíticos que sirvan como herramienta para evaluar su condición física y su técnica deportiva. • Ejercicios aeróbicos y anaeróbicos. • Trabajos de espacio reducido. • Circuitos físico-técnicos. • Juegos recreativos,

	• Juegos recreativos, autóctonos, cooperativos, colaborativos. • Circuitos coordinativos.	• Circuitos coordinativos. • Iniciación a la técnica deportiva.	autóctonos, cooperativos, colaborativos
2	• Iniciación a la técnica deportiva. • Juegos y actividades recreativas que fomenten patrones básicos del movimiento. • Juegos y actividades que permitan el desarrollo técnico de la disciplina del mismo modo que genere alegría y gozo a la práctica deportiva. • Actividades recreo-deportivas que fomenten la diversión de los niños y la sana convivencia del	• Fortalecer las habilidades técnicas de la disciplina por medio de ejercicios, juegos y circuitos. • Espacio reducido • Juegos y actividades que permitan el desarrollo técnico de la disciplina del mismo modo que genere alegría y gozo a la práctica deportiva. • Actividades recreo-deportivas que fomenten la diversión de los niños y la sana convivencia del grupo.	• Iniciación a la táctica de la disciplina. • Juegos simplificados. • Ejercicios globales y analíticos que fomenten la actividad física. • Ejercicios aeróbicos y anaeróbicos que permitan el desarrollo de la resistencia y muscular de los deportistas. • Juegos y actividades que permitan el desarrollo técnico de la disciplina del mismo modo que genere alegría y gozo

	grupo.		a la práctica deportiva. • Actividades recreo-deportivas que fomenten la diversión de los niños y la sana convivencia del grupo.
3	• Desarrollo de patrones básicos del movimiento. • Actividades coordinativas. • Control del balón de balón raso • Control de balón a media altura • Control de balón con diversas superficies de contacto • Control dirigido • Control y pase • Control y auto habilitación	• Control del balón en jugada de acción real a ras de piso • Control del balón en jugada de acción de real a media altura • Control del balón con diversas superficies de contacto y precisión en el pase • Control dirigido con posición ofensiva • Precisión en el pase y corte • Control y auto habilitación en posición de remate. • Actividades recreo-deportivas que fomenten la diversión de los niños y la sana convivencia del grupo.	• Desarrollo muscular por medio de ejercicios analíticos o rítmicos que ayudan a fortalecer la musculatura del deportista. • Trabajo anaeróbico y aeróbico. • Control orientado. • Control dirigido con posición ofensiva • Precisión en el pase y corte • Control y auto habilitación en posición de remate • Actividades recreo-deportivas que fomenten la diversión de los

	• Actividades recreo-deportivas que fomenten la diversión de los niños y la sana convivencia del grupo.		niños y la sana convivencia del grupo.
4	• Conducción con las diferentes superficies de contacto del pie • Conducción línea sin objetos. • Conducción curvilínea con objetos (conos, platillos) • Conducción zigzag con objetos (conos, platillos) • Conducción del balón y precisión en el pase • Conducción del balón superando a un adversario • Actividades recreo-deportivas que fomenten la diversión de los niños y la sana	• Conducción con las diferentes superficies de contacto del pie • Conducción línea sin objetos. • Conducción curvilínea con objetos (conos, platillos) • Conducción zigzag con objetos (conos, platillos) • Conducción del balón y precisión en el pase • Conducción del balón superando a un adversario • Actividades recreo-deportivas que fomenten la diversión de los niños y la sana convivencia del grupo.	• Conducción del balón con las diferentes superficies de contacto del pie • Conducción línea con objetos (conos, platillos) y precisión de pase • Conducción curvilínea con objetos (conos, platillos) y precisión de pase • Conducción del balón en espacio reducido involucrando quite y movilidad • Conducción del balón y remate al arco • Conducción del balón, pase y desmarcación. • Actividades recreo-deportivas que fomenten la diversión de los niños y la sana convivencia del

	convivencia del grupo.		grupo.
5	• Atacar el balón en lugar de esperarlo • Ofrecer seguridad en la parte del cuerpo con la cual realiza la acción. (superficie de contacto más cómoda) • Relajamiento total al contacto con el balón para tomar la mejor decisión • Orientar el jugador antes de realizar el control de su posición y la del adversario • Finta a un objeto (cono) y remate • Regate y desborde para hacer jugada ofensiva • Actividades recreo-deportivas que fomenten la diversión de los niños y la sana convivencia del grupo.	• Atacar el balón en lugar de esperarlo • Ofrecer seguridad en la parte del cuerpo con la cual realiza la acción. (superficie de contacto más cómoda) • Relajamiento total al contacto con el balón para tomar la mejor decisión • Orientar el jugador antes de realizar el control de su posición y la del adversario • Finta a un objeto (cono) y remate • Regate y desborde para hacer jugada ofensiva • Actividades recreo-deportivas que fomenten la diversión de los niños y la sana convivencia del grupo.	• Atacar el balón en lugar de esperarlo y buscar la acción de juego más adecuada en posición ofensiva • Ofrecer seguridad en la parte del cuerpo con la cual realiza la acción. (superficie de contacto más cómoda) • Relajamiento total al contacto con el balón, buscar el pase y realizar el corte indicado • Orientar al jugador antes de realizar el control de su posición y la del adversario, decidiendo inmediatamente la acción posterior al control a realizar. • Finta a un objeto (cono) y remate • Finta en juego 1 vs 1 • Regate en posición ofensiva y des marcación

			• Finta de desmarque sin balón • Actividades recreo-deportivas que fomenten la diversión de los niños y la sana convivencia del grupo.
6	• Sesiones recreo-deportivas. y Ejercicios de velocidad por medio de juegos de competencia. • Ejercicios de recepción, amortiguación, pase, y ejecución de balón por medio de juegos • Ejercicios de correr por medio de juegos. • Control de respiración y recuperación. • Juegos Pre-deportivos. • Ejercicios de	• Clases recreo-deportivas. • Ejercicios de coordinación viso-manual y viso-pédica • Ejercicios de control, recepción, amortiguación y ejecución de balón. • Driblings, regates, movimientos sin balón. • Saques de banda y de meta. • Conducción del balón. • Explicación y corrección de la técnica. • Juegos simplificados	• Atacar el balón en lugar de esperarlo • Ofrecer seguridad en la parte del cuerpo con la cual realiza la acción. (superficie de contacto más cómoda) • Relajamiento total al contacto con el balón para tomar la mejor decisión • Orientar el jugador antes de realizar el control de su posición y la del adversario • Finta a un objeto (cono) y remate • Regate y desborde para hacer jugada ofensiva

	estiramiento y control. • juegos amistosos	para desarrollar una mejor técnica a la hora de la ejecución del pase, iniciación a la táctica. • Ejercicios de uno contra uno, dos contra dos, para mejorar sus movimientos y sus pases	

METODOLOGÍA

Para llevar a cabo esta propuesta pedagógica, se realizará un proceso metodológico a través del futsal con los niños y niñas del sector urbano y rural, fortaleciendo así el desarrollo motor de los deportistas desde los patrones básicos del movimiento hasta las fases técnicas y tácticas del deporte, como también se promoverá la participación, la comunicación, el fortalecimiento de sus relaciones interpersonales y el respeto hacia sus compañeros y a su profesor, entre otros.

El modelo pedagógico que se utilizará será el constructivismo social, porque concibe el aprendizaje como resultado de un proceso de construcción personal-colectiva de los nuevos conocimientos, actitudes y vida, a partir de los ya existentes y en cooperación con los compañeros y el facilitador. “En este modelo o esta teoría el profesor promueve que el niño aprenda con su ayuda o con ayuda de otros compañeros para su desarrollo integral” (Vygotski, 1896-1934)

En el desarrollo del proceso formativo se implementaran juegos, actividades, ejercicios, rondas y demás las tareas serán planteadas para que el deportista trabaje de una manera colectiva, así mejorarán sus capacidades motrices, también tendrán interés y motivación durante las distintas actividades, además podrán participar y buscar una solución a las diferentes actividades, los métodos que se trabajarán para desarrollar las diferentes

actividades serán los siguientes:

- Comando directo: porque es fundamental para que el profesor tenga el control del grupo, a pesar de ser un método tradicional, es eficiente porque el profesor puede plantear una serie de ejercicios y el niño lo realiza las veces que sea necesario para poder lograrlo. El profesor explica y demuestra el ejercicio, el alumno obedece y lo aplica.

- Asignación de tareas: este método se utilizará con el fin de darle más participación al estudiante, que no solo cumpla la orden del profesor si no que fuera más activo y tomara ciertas responsabilidades para el desarrollo de la clase.

- Basado en la tarea: este será uno de los más utilizados ya que mediante la asignación y aplicación de un ejercicio se realizarán las respectivas correcciones para la mejora de sus habilidades.

- Aprendizaje recíproco: este con la finalidad de que todos aprendan por medio de la comunicación y participación

Ya para la parte metodológica del entrenamiento se tomará como base a José Tomás Cortés Díaz Tecnólogo Deportivo, Licenciado en Educación Física, Especialista en Entrenamiento Deportivo, Magíster en Educación, que en uno de sus artículos nos describe como se debe realizar una sesión de entrenamiento adecuada de futsal así como también los fundamentos tácticos-estratégicos del futsal, este es de suma importancia para el desarrollo de la propuesta ya que el artículo sienta las bases metodológicas para llevar un adecuado proceso en el futsal y sirve de guía básica para el proceso con énfasis en aspectos tácticos y estratégicos. (Cortés Díaz, 2014)

CONTROL SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

El control y la evaluación serán al mes de inicio y una semana antes de finalizar por medio de los test que nos recomiende el INSTITUTO para el desarrollo de nuestra propuesta y para el control de nuestros deportistas en cuanto a su desarrollo físico-técnico.

Ahora bien, el seguimiento irá encaminado a tres componentes (físico, técnico y axiológico), es claro que este es un proceso de observación participante que se realiza entrenamiento tras entrenamiento.

REFERENCIAS

- Lago-Fuentes, C., Bores-Cerezal, A., López-Nieto, M., Paz-Franco, A., Mecías-Calvo, M., Abelairas-Gómez, C., Barcala-Furelos, R., & Rey-Eiras, E. (2018). Análisis fisiológico de las tareas de entrenamiento en fútbol sala. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, 32(1), 49–58.
- Medina, J. Á., Marqueta, P. M., & Virón, P. C. (2004). Planificación y cuantificación del entrenamiento en una temporada regular de fútbol sala. *Apunts. Educación física y deportes*, *2*(76), 48-52.
- Tejada, J. V., & Peñas, J. L. (2007). *Entrenamiento de base en fútbol sala* (Vol. 9999). Editorial Paidotribo.
- Calavera, F. B. (1991). *Iniciación al fútbol sala: técnica y planificación*. Cepid
- CORTÉS DÍAZ, J. T. (2014). Fundamentos tácticos-estratégicos del fútbol de salón. REVISTA DE EDUCACIÓN FÍSICA, 3, 19-66. OBTENIDO DE
- FILE:///D:/INFORMACION/DOWNLOADS/20088-71863-1-PB.PDF VYGOTSKI, L. (1896-1934). Constructivismo social. Moscú
- Ley 181 de 1995
- Constitución nacional de Colombia de 1991

"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
		MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	El niño realiza los movimientos de forma natural de todas sus extremedidades en función del patrón básico del movimiento que se este trabajando.
						RITMO	Realiza acciones motrices en función de sus estados corporales, ritmos internos y objetivos de los juegos.
						EQUILIBRIO	Realiza desplazamientos dinámicos de forma lineal, diagonal, curvilinea, zig-zag, alternando brazos y piernas, de forma bipodal y unipodal
						ORIENTACION	Participa en diferentes juegos y actividades, reconociendo su ubicación en el tiempo y el espacio de manera estática y dinámica
						DIFERENCIACION	Ejecuta movimientos previos, para lograr un movimiento global
						REACCIÓN	Demuestra coordinación viso –pédica yviso manual en la realización de ejercicios.
						ADAPTACIÓN	El niño ajusta previamente la parte del cuerpo o todo el cuerpo en función del movimiento que tiene que realizar
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	Realiza correctamente ejercicios de locomoción como: caminar
						CORRER	Participa activamente en juegos de locomoción donde intervenga la carrera, fomentando asi este patron basico.
						SALTAR	Ejecuta saltos unipodales y bipodales por medio de juegos de representación, ejemplo saltos como canguro.
						ATRAPAR	realiza actividades de lanzar y atrapar con una mano o con ambas, de forma estatica y dinamica, involucrando un movimiento previo para generar mas diversión en el niño. Ejemplo lanza el balón y da una palmada antes de atraparlo con sus manos.
						RODAR	Realiza juegos de representación, donde pueda interactuar con el medio por ejemplo: recrear el desplazamiento de una canoa con mas compañeros
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	RESISTENCIA	Realiza circuitos de baja intensidad, realizar sprint a lo largo de un juego de pilla pilla, etc.
						EXPLOSIVA	el niño realiza juegos donde pueda realizar saltos, golpeos de balón, lanzamientos, entre otros, circuitos físico-técnico
						ISOMÉTRICA	el niño desarrolla juegos o actividades donde pueda mantener su cuerpo de manera estatica durante unos segundos, como juegos de estatuas en distintas posiciones
						ISOTÓNICA	Realiza juegos cooperativos, de competencia, juegos colaborativos, entre otros, donde pueda ejercer una fuerza de manera dinamica es decir generar una contraccion muscular y posterior una relajacion muscular.
				2	RESISTENCIA	AERÓBICA	El niño participa en juegos y actividades recreo-deportivas donde tenga que hacer uso de su capacidad pulmonar.
						ANAERÓBICA	el niño participa en juegos y actividades donde tiene que realizar sprint cortos y autocargas de pocos segundos.
				3	VELOCIDAD	DESPLAZAMIENTO	el niño recorre distancias en el menor tiempo posible, por medio de juegos de competencia
						REACCIÓN	El niño responde a un estímulo determinado lo antes posible, ejemplo: Par e impar. Por parejas. Espalda con espalda. Una persona es par y la otra impar. Si se dice par, ésta persona tiene que coger a la impar antes de sobrepasar 10 metros. Si se dice impar igual pero al contrario.
						GESTUAL	El niño realiza lanzamientos con una mano o golpea el balón en el menor tiempo posible, el niño desarrolla movimientos globales como rollitos en el menor tiempo posible.
				4	FLEXIBILIDAD	GENERAL	El niño realiza estiramientos donde logra alcanzar grandes amplitudes articulares solicitando simultáneamente a muchas o a casi todas las articulaciones del cuerpo.
						ANALITICA	El niño realiza estiramientos donde logra alcanzar una gran amplitud articular en una sola articulación.
				1	PASE	INICIACIÓN A LA TÉCNICA	inicia en el conocimiento del juego y en el aprendizaje en función del pase.
						PASE CORTO	el niño participa en juegos, actividades y ejercicios donde debe realizar pases a un compañero o a varios compañeros a una distancia corta
						PASE LARGO	El niño por medio de juegos, actividades y ejercicios realiza pases largos a un compañero o a un elemento en un lugar determinado.

FÚTBOL DE SALÓN	INICIACION	TECNICO	DESTREZAS			PASE DE PRECISIÓN	Realiza pases por medio de dos elementos situados en un espacio ya definido, el niño por medio de juegos realiza goles en pequeños arcos situados en todo el espacio.
						PASE A MEDIA ALTURA	el niño realiza pases de media altura con ayuda de sus manos, de sus compañeros o del entrenador.
				2	CONTROL	INICIACIÓN A LA TÉCNICA	inicia en el conocimiento del juego y en el aprendizaje en función del control.
						CONTROL ORIENTADO	el niño luego de recibir el balón se orienta hacia la siguiente acción que debe realizar, pase, conducción, regate, etc.
						AMORTIGUACIÓN	el niño realiza ejercicios donde pueda interactuar con el balón desde la punta del píe hasta la cabeza, pasando asi por todas las superfies de contacto.
						PARADA	Realiza juegos, ejercicios y actividades donde pueda controlar el balón con la planta del pie, sin que este se vaya de su control.
						SEMIPARADA	Realiza juegos, ejercicios y actividades donde pueda controlar el balon y dejarlo en movimiento para una posterior acción
				3	CONDUCCIÓN	INICIACIÓN A LA TÉCNICA	inicia en el conocimiento del juego y en el aprendizaje en función de la conducción.
						CONDUCCIÓN SEGÚN LA TRAYECTORIA DEL BALÓN	El niño reliza ejercicios, juegos y actividades donde tenga que conducir el balón en linea recta, zig-zag, curvilinea, diagonal y con giros
						CONDUCCIÓN SEGÚN LA SUPERFICIE DE CONTACTO	Realiza conducción con algunas de las superficies de contacto del pie, borde interno, borde externo, planta del píe o combinadas
						CONDUCCIÓN LIBRE	el niño realiza ejercicios o juegos de conducción donde puede conducir el balón en cualquier dirección esquivando obstaculos y con cualquier superficie de contacto
						CONDUCCIÓN SEGÚN EL ADVERSARIO	El niño realiza juegos, ejercicicos y actividades donde pueda regatear o esquivar a compañeros de forma libre, según las habilidades de cada uno.
				4	REMATE	INICIACIÓN A LA TÉCNICA	inicia en el conocimiento del juego y en el aprendizaje en función del remate.
						REMATE CON EL EMPEINE	el niño realiza ejercicos, juegos y actividades donde debe finalizar golpenado el balón con el empeine
						REMATE A RAS DEL SUELO	ejecuta remates por medio de juegos y actividades a ras de suelo
						REMATE CRUZADO	El niño realiza remates con cualquier superficie de contacto al arco y el entrenador le indica hacia que parte debe intenar golpear el balón
						REMATE DE MEDIA VOLEA	el niño con ayuda de un compañero o del entrenador lanza la pelota o se la lanzan para que este pueda intentar golpear el balón
				5	REGATE O FINTA	INICIACIÓN A LA TÉCNICA	inicia en el conocimiento del juego y en el aprendizaje en función del regate o finta.
						REGATES CLASICOS	El niño por medio de juegos y ejercicios intenta evadir a un rival o a un elemento con el borde interno, externo, nivel de complejidad bajo
						REGATE CON AUTOPASE	el niño por medio de un regate se orienta para continua con una acción de juego, conduccion, pase o remate
						LA BICICLETA	realiza ejercicios donde pueda pasar los pies por encima del balón, circuitos fisico técnicos, tecnico coordinativos
						EL FRENO	el niño usa la planta del pie para controlar el balon, frenar o regatear a un rival o un obsctaculo
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	PAIS DE ORIGEN	El niño aprende el pais donde se origino el deporte (uruguay)
						AÑO DE ORIGEN	El niño aprende el año en que se origino el deporte (1930)
						¿POR QUÉ SE ORIGINO?	el niño reconoce los motivos sociales que dieron origen al desarrollo del deporte
						MÁXIMO CAMPEÓN DE CLUBES	El niño reconoce a Brasil como el maximo campeon del mundo
						REFERENTES HISTÓRICOS DE NUESTRO PAIS	El niño identifica los maximos referentes del pais
				2	REGLAMENTACION	SAQUE INICIAL	Realiza el saque inicial hacia adelante, según el reglamento
						SAQUE LATERAL	El niño realiza el saque lateral según los reglamentos de la disciplina
						CAMBIOS	Al niño se le indica en que momento y por donde puede hacer un cambio
						INDIRECTOS	el niño reconoce las faltas técnicas que pueden generar un lanzamiento indirecto
						INFRACCIONES	el niño reconoce cuantas faltas son para el tiro de castigo, faltas que pueden causar una amarilla, doble amarilla azul, entre otros.
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	REFERENTES DE NUESTRO PAIS	Identifica los referentes historicos y actuales del pais
						COPAS MUNDIALES GANADAS POR EL PAÍS	reconoce las copas mundiales en que la selección ha tenido participación o a obtenido un alto logro
						IMPORTANCIA DEL DEPORTE A NIVEL SOCIAL	conoce los beneficios de la práctica deportiva a nivel social
						GOLEADOR HISTORICO DEL PAIS	El niño identifica al goleador Historico del pais
						EVOLUCIÓN DEL DEPORTE EN LA REGIÓN	el niño identifica la evolución y el auge que el deporte ha tenido en el municipio y en la región como medio de ejemplo para ellos

		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	COMPAÑERISMO	desarrolla el valor de compañerismo buscando por un lado, el sentido del compromiso del jugador con el resto del equipo; así como la cooperación entre todos sus miembros.
						RESPETO	acepta que existen normas y en que hay que seguirlas, portarse bien con los adversarios y los compañeros de equipo, escuchar y aceptar las decisiones del árbitro y del entrenador, no dañar o hacer mal uso del material y de las instalaciones
						AMISTAD	reconoce que por medio de la practica deportiva puede fortalecer las relaciones interpersonales y construir unas nuevas.
						TOLERANCIA	afronta situaciones de frustración y éxito y acepta la diferencia de pensamiento y estilo de vida de los demás.
						DISCIPLINA	aprende a tomar desiciones, a ponerlas en marcha y aprender del resultado. Y si es necesario, en aprender de los errores y buscar una solución.
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	Reconoce el higiene corporal como un elemento importante para combatir bacterias, hongos y olores inadecuados.
						ALIMENTACIÓN	el niño aprende que una buena dieta alimentaria contribuye al desarrollo fisico y nos ayuda a lograr mejoras en nuestro rendimiento.
						PRESENTACION PERSONAL	Reconoce la presentación personal como un elemento de suma importancia para su vida social y deportiva, ya que por medio de el nos damos a en otros la oportunidad
						DESCANSO Y SUEÑO	El niño aprende que unas buenas horas de sueño y de descanso nos ayudan a fortalecer el sistema inmunitario, relajar totalmente el aparato la mente recupera energías y descansa la mente
						EJERCICIO FISICO	el niño reconoce el ejercicio fisico como un medio para fortalecer nuestro cuerpo, para evitar enfermedades cardiovasculares y un en medio efectivo para nuestro desarrollo biopsicosocial
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	el niño demuestra entuasiasmo en los entrenamientos y ganas de aprender, actua positivimante en los entrenamientos
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	el niño reconoce que la practica deportiva requiere un grado de esfuerzo y que cada dia es un dia de aprendizaje y superación
						DIVERSIÓN	Reconoce que la practica deportiva es un medio de diversión en el cual se siente libre y feliz.
						TRABAJO EN EQUIPO	Aprende que si se trabaja en equipo sera mas facil lograr objetivos y que todos trabajan por una meta en común
						FORMA FÍSICA	ve la practica deportiva como un medio efectivo para mejorar su forma fisica.
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCION Y CONCENTRACIÓN	Mejorar la atención y concentración por medio de juegos y actividades que posibiliten la participación de todos con un estímulo-respuesta con la finalidad de mejorar su rendimiento
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	Desarrolla, mediante juegos de equipo, actitudes de cooperación y compañerismo, haciendo de esta actividad, un espacio y un clima de convivencia
						RESILENCIA	el niño es capaz de afrontar, resistir y superar la adversidad con más recursos y mejores resultados.
						MANEJO DE EMOCIONES	tiene control emocional y el dominio de determinadas situaciones.
						EMPATIA	el niño escucha activamente, comprende y apoya emocionalmente a sus compañeros.
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	JUEGOS COOPERATIVOS	el niño por medio de este tipo de juegos trabaja en equipo y cumplen un objetivo en común y lo mas importante se divierte.
						JUEGOS DE PRESENTACIÓN	A traves de este tipo de juegos el niño pierde el miedo frente a sus compañeros y el entrenador y fotalece sus relaciones interpersonales
						UEGOS DE REPRESENTACIÓ	El niño por medio de estos actua con espontaneidad y demuestra su lado creativo.
						IVIDADES LÚDICO-RECREAT	el niño por medio de estas actividades mejora su dimensión lúdica, se divierte y crea experiencias positivas.
				2	JUEGOS TRADICIONALES	RONDAS	el niño por medio de las rondas conoce su esquema corporal, se divierte y lo transforma en un juego.
						GOLOSA	Retoma actividades que se han ido perdiendo a través del tiempo, de la misma forma en que se refuerza aspectos motrices y cognitivos, como el salto y la numerica
						YERMIS	Conoce, practica y explora habilidades y juegos con elementos pequeños y de proyección en el espacio
						GALLINA CIEGA	desarrolla la coordinación auditivo-motora, mejora el equilibrio, trabaja la estabilidad y fortalece sus relaciones interpersonales
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	JUEGO DE ROLES	desarrolla la perspectiva social y la empatía mediante la representación de diferentes papeles.
						JUEGOS DRAMATICOS	desarrolla su imaginación, creatividad, espontaneidad y desarrollo afectivo, social e intelectual del niño/a.
						DANZA	Desarrollo su esquema coirporal, su ritmo y contribuye al desarrollo de su personalidad
						MANUALIDADES O DIBUJO	desarrolla su imaginación, creatividad, espontaneidad y desarrollo afectivo, social e intelectual del niño/a.
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	JUEGOS DE COMPETENCIA	el niño por medio de este tipo de juegos compite con otros compañeros en actividades lúdicas que generen gozo y alegría por parte de ellos, siempre recomendado la sana convivencia y la sana competencia
						IVIDADES LÚDICO-RECREAT	el niño por medio de estas actividades mejora su dimensión lúdica, se divierte y crea experiencias positivas.
						CUITOS DE TRABAJO EN EQU	Fortalecer sus relaciones interpersonales y su dimension ludica.
						CIRCUITO DE JUEGOS	participa en juegos que generan gozo y diversión
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	FESTIVAL DE HÁBILIDADES	demuestra las habilidades que ha venido adquiriendo a traves de los entrenamientos y de las experiencias propias del deporte
						FÚTBOL RECREATIVO	participa en variantes de partidos que no generan tensión como los partidos de futsal oficial
						JUEGOS LÚDICOS	participa en juegos ludicos que permiten desarrollar su dimension ludica
						JUEGO DE PISTAS	el niño por medio de este juego indaga, investiga y se divierte.

FECHA DE ENTREGA	1/2/2022
NOMBRES Y APELLIDOS	
MUNICIPIO	SABANA CENTRO

"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
		MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	El niño reconoce y realiza los movimientos de forma natural de todas sus extremedidades en función del patrón básico del movimiento que se este trabajando.
						RITMO	Ajusta sus acciones motrices en función de sus estados corporales, ritmos internos y objetivos de los juegos.
						EQUILIBRIO	Realiza desplazamientos dinámicos de forma lineal, diagonal, curvilinea, zig-zag, alternando brazos y piernas, de forma bipodal y unipodal, con la mirada hacia al frente
						ORIENTACION	Participa en diferentes prácticas corporales, reconociendo su ubicación en el tiempo y el espacio de manera estática y dinámica
						DIFERENCIACION	Realiza movimientos armonicos, usando la fuerza adecuada para el desarrollo del movimiento global
						REACCIÓN	Demuestra coordinación viso –pédica y viso manual en la realización de ejercicios.
						ADAPTACIÓN	El niño ajusta previamente la parte del cuerpo o todo el cuerpo en función del movimiento que tiene que realizar
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	Alterna pies y brazos de forma dinamica y natural en función de este patrón básico del movimiento y realiza una adecuada pisada, usando la técnica correcta talón-planta-punta.
						CORRER	Diferencia los conceptos relacionados con algunos patrones básicos de locomoción como trotar, correr, saltar, entre otros.
						SALTAR	Realiza saltos unipodales y bipodales cayendo con la planta del pie,
						ATRAPAR	Ejecuta adecuadamente lanzamientos y atrapa el objeto mientras realiza trabajos técnicos propios de la disciplina
						RODAR	realiza adecuadamente los movimientos para llegar a rollito hacia adelante, hacia atrás y de forma lateral
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	RESISTENCIA	realiza sprint largos y cortos por medio de juegos y circuitos
						EXPLOSIVA	realiza circuitos fisico-técnicos y juegos donde tenga que intervenir saltos, golpeo de balón, entre otros.
						ISOMÉTRICA	realiza ejercicios propioceptivos
						ISOTÓNICA	realiza ejercicios con autocargas ejemplo, flexión de brazos, sentadillas, abdominales
				2	RESISTENCIA	AERÓBICA	Fortalecer su capacidad pulmonar por medio de ejercicios analiticos y globales, circuitos fisicos y juegos ludico-recreativos
						ANAERÓBICA	fortalecer su potencia muscular, su musculatura por medio de ejercicios globales y analiticos y con ejercicios de autocargas.
				3	VELOCIDAD	DESPLAZAMIENTO	Mejorar la técnica de carrera para obtener mejores resultados en el momento de sprintar.
						REACCIÓN	Mejorar la coordinación viso-pédica y viso-manual para que de esa manera se tomen decisiones más rapidas en el campo de juego.
						GESTUAL	Mejora de la velocidad de gestos específicos, o frecuencia
				4	FLEXIBILIDAD	GENERAL	El niño es capaz de alcanzar grandes amplitudes articulares solicitando simultáneamente a muchas o a casi todas las articulaciones del cuerpo por medio del estiramiento.
						ANALITICA	El niño es capaz de alcanzar una gran amplitud articular en una sola articulación.
				1	PASE	PASE CORTO	Realiza el pase a una distancia corta con el borde interno y con la fuerza adecuada
						PASE LARGO	realiza pase largo con borde interno y le imprime la fuerza necesaria para que este llegue hasta donde esta el otro compañero
						PASE DE HACIA ATRÁS	realiza el pase con la superficie de contacto pertinente al compañero o al elemento que le indique el profesor.

FÚTBOL DE SALÓN	FUNDAMENTACIÓN	TECNICO	DESTREZAS			PASE A MEDIA ALTURA	usa la superficie de contacto adecuada para elevar el balón y poder asi realizar un pase de media altura
						PASE DE PARED	se asocia con el compañero de forma adecuada realizando el pase con borde interno.
				2	CONTROL	CONTROL CON RESPECTO AL SUELO	usa la planta del pie para controlar el balon cuando este venga por el suelo
						CONTROL ORIENTADO	Mejorar su vision periferica y el control orientado con todas las superficies de contacto con la intención de progresar en el juego
						AMORTIGUACIÓN	utiliza la superficie de contacto mas conveniente (pecho, muslo, empeine, planta, cabeza) cuando el balón viene alto o a media altura
						PARADA	mantiene el control del balon sin movimiento en sus pies, usando primordialmente la planta del pie
						SEMIPARADA	Utiliza la superficie de contacto pertinente para dejar el balón en movimiento pero bajo su control para una posterior jugada.
				3	CONDUCCIÓN	CONDUCCIÓN SEGÚN LA TRAYECTORIA DEL BALÓN	Conduce el balón en las distintas direcciones lineal, curviline, zig-zag, con obstaculos, libre, entre otras y realiza cambios de dirección
						CONDUCCIÓN SEGÚN LA SUPERFICIE DE CONTACTO	realiza conduccion de balon con planta del pie, borde externo, borde interno, combinados, realizando cambiosd de dirección
						CONDUCCIÓN LIBRE	conduce por el espacio de forma libre sin obstaculos, manteniendo el balón en sus pies y sin usar las manos cuando este se vaya de nuestra posesion
						CONDUCCIÓN SEGÚN EL ADVERSARIO	el jugador conduce el balón frente a un adversario, de forma lateral o con la intencion de regatearlo o hacer un pase
						CONDUCCION CON TODAS LAS SUPERFICIES DE CONTACTO	el jugador puede conducir el balon en situaciones de juego real con cualquier superficie de contacto del pie
				4	REMATE	REMATE CON BORDE INTERNO	mejorar el gesto tecnico del remate con borde interno
						REMATE CON EL EMPEINE	mejorar el gesto tecnico de remate con empeine
						REMATE A RAS DEL SUELO	el jugador remata a ras de suelo con la fuciente potencia y con ubicación
						REMATE CRUZADO	el jugador remata a la ubicación que le indica el profesor con empeine para que este vaya con una mejor potencia y ubicación
						REMATE DE MEDIA VOLEA	mejorar el gesto tecnico de la volea por medio de ejercicios, juegos y actividades
				5	REGATE O FINTA	TUNEL	regatea al contrario o a un osbtaculo pasando el balon por el medio de las piernas o por el medio de dos elementos, sea con planta del pie, borde externo o interno
						REGATES CLASICOS	el jugador efectua regates con borde externo o interno para una posterior accion de juego
						SOMBRERO O VASELINA	sobrepasa al rival con un golpeo de habilitacion con empeine que pasa poir encima del contrincante para seguir con una accion de juego
						LA BICICLETA	realiza ejercicios donde pueda pasar los pies por encima del balón, circuitos fisico técnicos, tecnico coordinativos
						EL FRENO	el niño usa la planta del pie para controlar el balon, frenar o regatear a un rival o un obsctaculo
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	PAIS DE ORIGEN	El niño aprende el pais donde se origino el deporte (uruguay)
						AÑO DE ORIGEN	El niño aprende el año en que se origino el deporte (1930)
						¿POR QUÉ SE ORIGINO?	el niño reconoce los motivos sociales que dieron origen al desarrollo del deporte
						MAXIMO CAMPEON DE CLUBES	El niño reconoce a Brasil como el maximo campeon del mundo
						REFERENTES DE NUESTRO PAIS	El niño identifica los maximos referentes del pais
				2	REGLAMENTACION	SAQUE INICIAL	Realiza el saque inicial hacia adelante, según el reglamento
						SAQUE LATERAL	El niño realiza el saque lateral según los reglamentos de la disciplina
						CAMBIOS	Al niño se le indica en que momento y por donde puede hacer un cambio
						INDIRECTOS	el niño reconoce las faltas técnicas que pueden generar un lanzamiento indirecto
						INFRACCIONES	el niño reconoce cuantas faltas son para el tiro de castigo, faltas que pueden causar una amarilla, doble amarilla azul, entre otros.
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	REFERENTES DE NUESTRO PAIS	Identifica los referentes historicos y actuales del pais
						COPAS MUNDIALES GANADAS POR EL PAÍS	reconoce las copas mundiales en que la selección ha tenido participación o a obtenido un alto logro
						IMPORTANCIA DEL DEPORTE A NIVEL SOCIAL	conoce los beneficios de la práctica deportiva a nivel social
						GOLEADOR HISTORICO DEL PAIS	El niño identifica al goleador Historico del pais
						EVOLUCIÓN DEL DEPORTE EN LA REGIÓN	el niño identifica la evolución y el auge que el deporte ha tenido en el municipio y en la región como medio de ejemplo para ellos
						COMPAÑERISMO	desarrolla el valor de compañerismo buscando por un lado, el sentido del compromiso del jugador con el resto del equipo; así como la cooperación entre todos sus miembros.

		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	RESPETO	acepta que existen normas y en que hay que seguirlas, portarse bien con los adversarios y los compañeros de equipo, escuchar y aceptar las decisiones del árbitro y del entrenador, no dañar o hacer mal uso del material y de las instalaciones
						AMISTAD	reconoce que por medio de la practica deportiva puede fortalecer las relaciones interpersonales y construir unas nuevas.
						TOLERANCIA	afronta situaciones de frustración y éxito y acepta la diferencia de pensamiento y estilo de vida de los demás.
						DISCIPLINA	aprende a tomar desiciones, a ponerlas en marcha y aprender del resultado. Y si es necesario, en aprender de los errores y buscar una solución.
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	Reconoce el higiene corporal como un elemento importante para combatir bacterias, hongos y olores inadecuados.
						ALIMENTACIÓN	el niño aprende que una buena dieta alimentaria contribuye al desarrollo fisico y nos ayuda a lograr mejoras en nuestro rendimiento.
						PRESENTACION PERSONAL	Reconoce la presentación personal como un elemento de suma importancia para su vida social y deportiva, ya que por medio de el nos damos a entender a la sociedad
						DESCANSO Y SUEÑO	el niño aprende que unas buenas horas de sueño y de descanso nos ayudan a fortalecer el sistema inmunitario, relajar totalmente el aparato locomotor, conservar la concentración durante la jornada escolar
						EJERCICIO FISICO	el niño reconoce el ejercicio fisico como un medio para fortalecer nuestro cuerpo, para evitar enfermedades cardiovasculares y un en medio efectivo para nuestro desarrollo biopsicosocial
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	el niño demuestra entuasiasmo en los entrenamientos y ganas de aprender, actua positivimante en los entrenamientos
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	el niño reconoce que la practica deportiva requiere un grado de esfuerzo y que cada dia es un dia de aprendizaje y superación
						DIVERSIÓN	Reconoce que la practica deportiva es un medio de diversión en el cual se siente libre y feliz.
						TRABAJO EN EQUIPO	Aprende que si se trabaja en equipo sera mas facil lograr objetivos y que todos trabajan por una meta en común
						FORMA FÍSICA	ve la practica deportiva como un medio efectivo para mejorar su forma fisica.
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	Mejorar la atención y concentración por medio de juegos y actividades que posibiliten la participación de todos con un estímulo-respuesta con la finalidad de mejorar su rendimiento
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	Desarrolla, mediante juegos de equipo, actitudes de cooperación y compañerismo, haciendo de esta actividad, un espacio y un clima de convivencia
						RESILENCIA	el niño es capaz de afrontar, resistir y superar la adversidad con más recursos y mejores resultados.
						MANEJO DE EMOCIONES	tiene control emocional y el dominio de determinadas situaciones.
						EMPATIA	el niño escucha activamente, comprende y apoya emocionalmente a sus compañeros.
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	JUEGOS COOPERATIVOS	el niño por medio de este tipo de juegos trabaja en equipo y cumplen un objetivo en común y lo mas importante se divierte.
						JUEGOS DE PRESENTACIÓN	A traves de este tipo de juegos el niño pierde el miedo frente a sus compañeros y el entrenador y fotalece sus relaciones interpersonales
						JUEGOS DE PRESENTACIÓN	El niño por medio de estos actua con espontaneidad y demuestra su lado creativo.
						ACTIVIDADES LÚDICO-RECREATIVAS	el niño por medio de estas actividades mejora su dimensión lúdica, se divierte y crea experiencias positivas.
				2	JUEGOS TRADICIONALES	RONDAS	el niño por medio de las rondas conoce su esquema corporal, se divierte y lo transforma en un juego.
						GOLOSA	Retoma actividades que se han ido perdiendo a través del tiempo, de la misma forma en que se refuerza aspectos motrices y cognitivos, como el salto y lo números
						YERMIS	Conoce, practica y explora habilidades y juegos con elementos pequeños y de proyección en el espacio
						GALLINA CIEGA	desarrolla la coordinación auditivo-motora, mejora el equilibrio, trabaja la estabilidad y fortalece sus relaciones interpersonales
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	JUEGO DE ROLES	desarrolla la perspectiva social y la empatía mediante la representación de diferentes papeles.
						JUEGOS DRAMATICOS	desarrolla su imaginación, creatividad, espontaneidad y desarrollo afectivo, social e intelectual del niño/a.
						DANZA	Desarrollo su esquema coirporal, su ritmo y contribuye al desarrollo de su personalidad
						MANUALIDADES O DIBUJO	desarrolla su imaginación, creatividad, espontaneidad y desarrollo afectivo, social e intelectual del niño/a.
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	JUEGOS DE COMPETENCIA	el niño por medio de este tipo de juegos compite con otros compañeros en actividades lúdicas que generen gozo y alegría por parte de ellos, siempre recomendado la sana convivencia y la sana competencia
						ACTIVIDADES LÚDICO-RECREATIVAS	el niño por medio de estas actividades mejora su dimensión lúdica, se divierte y crea experiencias positivas.
						CIRCUITOS DE TRABAJO EN EQUIPO	Fortalecer sus relaciones interpersonales y su dimension ludica.
						CIRCUITO DE JUEGOS	participa en juegos que generan gozo y diversión
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	FESTIVAL DE HÁBILIDADES	demuestra las habilidades que ha venido adquiriendo a traves de los entrenamientos y de las experiencias propias del deporte
						FÚTBOL RECREATIVO	participa en variantes de partidos que no generan tensión como los partidos de futsal oficial
						JUEGOS LÚDICOS	participa en juegos ludicos que permiten desarrollar su dimension ludica
						JUEGO DE PISTAS	el niño por medio de este juego indaga, investiga y se divierte.

FECHA DE ENTREGA	1/2/2022
NOMBRES Y APELLIDOS	
MUNICIPIO	SABANA CENTRO

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL PERFECCIONAMIENTO

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
		MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	El jugador reconoce y realiza los movimientos de forma natural de todas sus extremedidades en función del patrón básico del movimiento que se este trabajando.
						RITMO	Ajusta sus acciones motrices en función de sus estados corporales, ritmos internos y objetivos de los juegos.
						EQUILIBRIO	Realiza desplazamientos dinámicos de forma lineal, diagonal, curvilinea, zig-zag, alternando brazos y piernas, de forma bipodal y unipodal, con la mirada hacia al frente
						ORIENTACION	Participa en diferentes prácticas corporales, reconociendo su ubicación en el tiempo y el espacio de manera estática y dinámica
						DIFERENCIACION	Realiza movimientos armonicos, usando la fuerza adecuada para el desarrollo del movimiento global
						REACCIÓN	Demuestra coordinación viso –pédica y viso manual en la realización de ejercicios.
						ADAPTACIÓN	El niño ajusta previamente la parte del cuerpo o todo el cuerpo en función del movimiento que tiene que realizar
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	Alterna pies y brazos de forma dinamica y natural en función de este patrón básico del movimiento y realiza una adecuada pisada, usando la técnica correcta talón-planta-punta.
						CORRER	Diferencia los conceptos relacionados con algunos patrones básicos de locomoción como trotar, correr, saltar, entre otros.
						SALTAR	Realiza saltos unipodales y bipodales cayendo con la planta del pie,
						ATRAPAR	Ejecuta adecuadamente lanzamientos y atrapa el objeto mientras realiza trabajos técnicos propios de la disciplina
						RODAR	realiza adecuadamente los movimientos para llegar a rollito hacia adelante, hacia atrás y de forma lateral
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	RESISTENCIA	Es capaz de realizar ejercicios de fuerza.
						EXPLOSIVA	Es capaz de realizar ejercicios de fuerza explosiva
						ISOMÉTRICA	Realiza ejercicios propios de tren inferior
						ISOTÓNICA	Comprende y desarrolla ejercicios de fuerza rapida
				2	RESISTENCIA	AERÓBICA	Fortalecer su capacidad pulmonar por medio de ejercicios analiticos y globales, circuitos fisicos y juegos ludico-recreativos
						ANAERÓBICA	fortalecer su potencia muscular, su musculatura por medio de ejercicios globales y analiticos y con ejercicios de autocargas.
				3	VELOCIDAD	DESPLAZAMIENTO	Es capaz de realizar ejercicios de tipo explosivo
						REACCIÓN	Ejecuta ejercicios de velocidad de reaccion al estimulo dado
						GESTUAL	Muestra dominio del ejercicio y realiza el gesto tecnico
				4	FLEXIBILIDAD	GENERAL	es capaz de realizar ejercicios para prevención de lesiones
						ANALITICA	es capaz de mejorar la amplitud en sus movimientos
				1	PASE	PASE CORTO	Desarrolla de manera adecuada el pase con precisión
						PASE LARGO	Ejecuta el ejercicio pertinente con el menor numero de errores
						PASE DE HACIA ATRÁS	Entiende y logra realizar el ejercicio de manera correcta

FÚTBOL DE SALÓN	PERFECCIONAMIENTO	TECNICO	DESTREZAS			PASE A MEDIA ALTURA	Entiende la dinamica del juego y adopta el rol correspondiente
						PASE DE PARED	Desarrolla un trabajo tecnico apropiado del pase
				2	CONTROL	CONTROL CON RESPECTO AL SUELO	Desarrolla el ejercicio de manera atenta, corriegiendo la tecnica de control
						CONTROL ORIENTADO	Logra entender y ejecutar el ejercicio en la mayor brevedad, corrigiendo posturas corporales
						AMORTIGUACIÓN	Muestra dominio del ejercicio y realiza el gesto tecnico
						PARADA	Entiende el uso de las superficies de contacto para hacer control del balón
						SEMIPARADA	Logra hacer el trabajo con facilidad y destreza
				3	CONDUCCIÓN	CONDUCCIÓN SEGÚN LA TRAYECTORIA DEL BALÓN	Ejecuta la conduccion de acuerdo a la superifice de contacto indicada
						CONDUCCIÓN SEGÚN LA SUPERFICIE DE CONTACTO	Logra realizar un buena conducción esquivando el material
						CONDUCCIÓN LIBRE	Desarrolla la habilidad de conducir frente a un adversario
						CONDUCCIÓN SEGÚN EL ADVERSARIO	Desarrolla un conduccion con habilidad en proteger el esferico
						CONDUCCIÓN CON TODAS LAS SUPERFICIES DE CONTACTO	Desarrolla un apropiado trabajo integro, mejorando su habilidad de conduccion
				4	JUEGO DE CABEZA	TÉCNICA	Realiza juego de cabeza apropiando la tecnica de su ejercicio especifico.
						DESPEJE	Realiza el ejercicio de despeje mejorando la tecnica de cabeceo
						DEFENSA	Ejecuta de manera correcta el juego de cabeza en posicion defensiva
						ATAQUE	Ejecuta de manera correcta el juego de cabeza en posicion ofensiva
						PASES	Es capaz de mantener una secuencia de pases en juego de cabeza
				5	REGATE O FINTA	TUNEL	Logra ejecutar la finta de manera correcta involucrando la precisión
						REGATES CLASICOS	Realiza la finta a un elemento con el mayor dominio del del balón.
						SOMBRERO O VASELINA	Logra hacer regate eludiendo jugadores rivales.
						LA BICICLETA	Entiende y realiza la finta en el momento que se de la orden
						EL FRENO	Logra hacer la finta sin balón para luego buscar un espacio apropiado.
		TACTICO		1	TÁCTICA INDIVIDUAL	ROTACIÓN	Entiende y realiza movimientos propios de la rotacion
						TOMA DE DECISIONES	Realiza movimientos sin balon para recuperar balón, atacar un espacio vacio o crear una linea de pase
						DOBLAJE	Realiza acciones propias del doblaje en marca
						ATAQUE	Ejecuta movimientos propios de jugada en ataque
						COBERTURA	Entiende y realiza la cobertura
				2	TÁCTICA DEFENSIVA	INICIACIÓN A LA TÁCTICA	Participa de manera correcta en cada una de las ordenes dadas por el entrenador
						MANEJO POSICIONAL	Es capaz de entender y dar manejo al rol adoptado
						CIERRES	Ejecuta de manera correcta los cierrres.
						MARCAJE DE ZONA	Es capaz de marcar la zona que corresponde .
						MARCAJE INDIVIDUAL	Entiende y ejecuta correctamente los movimientos de marca.
				3	TÁCTICA OFENSIVA	INICIACIÓN A LA TÁCTICA	Ejecuta jugadas en elaboración grupal
						POSESIÓN Y FINALIZACIÓN	Logra mantener la posesion del balon y realizar jugadas de de finalización
						DESMARQUES DE RUPTURA	Entiende y ejecuta movimientos propios de ataque
						LINEAS DE PASE	Entiende y realiza jugadas de tipo ofensivo
						PAREDES Y MOVIMIENTOS OFENSIVOS	Ejecuta combinaciones de de pared de tipo ofensivo
						PAIS DE ORIGEN	El jugador aprende el pais donde se origino el deporte (uruguay)

		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	AÑO DE ORIGEN	El jugador aprende el año en que se origino el deporte (1930)
						¿POR QUÉ SE ORIGINO?	el jugador reconoce los motivos sociales que dieron origen al desarrollo del deporte
						MÁXIMO CAMPEÓN DE CLUBES	El jugador reconoce a Brasil como el maximo campeon del mundo
						REFERENTES DE NUESTRO PAIS	El jugador identifica los maximos referentes del pais
				2	REGLAMENTACION	SAQUE INICIAL	Realiza el saque inicial hacia adelante, según el reglamento
						SAQUE LATERAL	El jugador realiza el saque lateral según los reglamentos de la disciplina
						CAMBIOS	Al jugador se le indica en que momento y por donde puede hacer un cambio
						INDIRECTOS	el jugador reconoce las faltas técnicas que pueden generar un lanzamiento indirecto
						INFRACCIONES	el jugador reconoce cuantas faltas son para el tiro de castigo, faltas que pueden causar una amarilla, doble amarilla azul, entre otros.
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	EQUIPOS REFERENTES DE NUESTRO PAIS	iIdentifica los equipos y jugadores con mas historia
						COPAS MUNDIALES GANADAS POR EL PAÍS	reconoce las copas mundiales en que la selección ha tenido participación o a obtenido un alto logro
						IMPORTANCIA DEL DEPORTE A NIVEL SOCIAL	conoce los beneficios de la práctica deportiva a nivel social
						GOLEADOR HISTORICO DEL PAIS	El jugador identifica al goleador Historico del pais
						EVOLUCION DEL DEPORTE EN LA REGIÓN	el jugador identifica la evolución y el auge que el deporte ha tenido en el municipio y en la región como medio de ejemplo para ellos
						JUGADOR REFERENTE DE LA SELECCIÓN	Identifica a jugadores como jhon Jairo pinilla , William "panadero " Estupillan o jorge cuervo como referentes
						TORNEOS REALIZADOS POR LA FEDERACION DE FUTBOL DE	Tienen conocimiento de los torneos realizados a nivel departamental y nacional , ademas de las ligas y torneos federados
						CUALES SON LOS AVANCES DE LA LIGA EN LOS ULTIMOS	Tiene conocimiento y se le imforma de todos los progresos de nuestro deporte
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	COMPAÑERISMO	desarrolla el valor de compañerismo buscando por un lado, el sentido del compromiso del jugador con el resto del equipo, así como la
						RESPETO	acepta que existen normas y en que hay que seguirlas, portarse bien con los adversarios y los compañeros de equipo, escuchar y aceptar las
						AMISTAD	reconoce que por medio de la practica deportiva puede fortalecer las relaciones interpersonales y construir unas nuevas.
						TOLERANCIA	afronta situaciones de frustración y éxito y acepta la diferencia de pensamiento y estilo de vida de los demás.
						DISCIPLINA	aprende a tomar desiciones, a ponerlas en marcha y aprender del resultado. Y si es necesario, en aprender de los errores y buscar una solución.
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	Reconoce el higiene corporal como un elemento importante para combatir bacterias, hongos y olores inadecuados.
						ALIMENTACIÓN	el jugador aprende que una buena dieta alimentaria contribuye al desarrollo fisico y nos ayuda a lograr mejoras en nuestro rendimiento.
						PRESENTACION PERSONAL	Reconoce la presentación personal como un elemento de suma importancia para su vida social y deportiva, ya que por medio de el nos damos a
						DESCANSO Y SUEÑO	El jugador aprende que unas buenas horas de sueño y de descanso nos ayudan a fortalecer el sistema inmunitario, relajar totalmente el aparato
						EJERCICIO FISICO	El jugador reconoce el ejercicio físico como un medio para fortalecer nuestro cuerpo, para evitar enfermedades cardiovasculares y un en medio
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	el jugador demuestra entuasiasmo en los entrenamientos y ganas de aprender, actua positivimante en los entrenamientos
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	el jugador reconoce que la practica deportiva requiere un grado de esfuerzo y que cada dia es un dia de aprendizaje y superación
						DIVERSIÓN	Reconoce que la practica deportiva es un medio de diversión en el cual se siente libre y feliz.
						TRABAJO EN EQUIPO	Aprende que si se trabaja en equipo sera mas facil lograr objetivos y que todos trabajan por una meta en común
						FORMA FÍSICA	ve la practica deportiva como un medio efectivo para mejorar su forma fisica.
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	Mejorar la atención y concentración por medio de juegos y actividades que posibiliten la participación de todos con un estímulo-respuesta con la
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	Desarrolla, mediante juegos de equipo, actitudes de cooperación y compañerismo, haciendo de esta actividad, un espacio y un clima de
						RESILENCIA	el jugador es capaz de afrontar, resistir y superar la adversidad con más recursos y mejores resultados.
						MANEJO DE EMOCIONES	tiene control emocional y el dominio de determinadas situaciones.
						EMPATIA	el jugador escucha activamente, comprende y apoya emocionalmente a sus compañeros.
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	JUEGOS COOPERATIVOS	el jugador por medio de este tipo de juegos trabaja en equipo y cumplen un objetivo en común y lo mas importante se divierte.
						JUEGOS DE PRESENTACIÓN	A traves de este tipo de juegos el niño pierde el miedo frente a sus compañeros y el entrenador y fotalece sus relaciones interpersonales
						JUEGOS DE REPRESENTACION	El jugador por medio de estos actua con espontaneidad y demuestra su lado creativo.
						ACTIVIDADES LUDICO-RONDAS CON BALON	el jugador por medio de estas actividades mejora su dimension ludica, se divierte y crea experiencias positivas.
				2	JUEGOS TRADICIONALES	GOLOSA	el jugador por medio de las rondas conoce su esquema corporal, se divierte y lo transforma en un juego.
						YERMIS	Retoma actividades que se han ido perdiendo a través del tiempo, de la misma forma en que se refuerza aspectos motrices y cognitivos, como el
						GALLINA CIEGA	conoce, practica y explora habilidades y juegos con elementos pequeños y de proyección en el espacio
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	JUEGO DE ROLES	desarrolla la coordinación dinámico-motora, mejora el equilibrio, trabaja la estabilidad y fortalece sus relaciones interpersonales
						JUEGOS DRAMATICOS	desarrolla la perspectiva social y la empatía mediante la representación de diferentes papeles.
						DANZA	desarrolla su imaginación, creatividad, espontaneidad y desarrollo afectivo, social e intelectual del niño/a.
						MANUALIDADES O DIBUJO	Desarrollo su esquema corporal, su ritmo y contribuye al desarrollo de su personalidad
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	JUEGOS DE COMPETENCIA	desarrolla su imaginación, creatividad, espontaneidad y desarrollo afectivo, social e intelectual del niño/a.
						ACTIVIDADES LUDICO-CIRCUITOS DE TRABAJO EN	el jugador por medio de este tipo de juegos compite con otros compañeros en actividades ludicas que generen gozo y alegria por parte de ellos,
						CIRCUITO DE JUEGOS	el jugador por medio de estas actividades mejora su dimension ludica, se divierte y crea experiencias positivas.
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	FESTIVAL DE HABILIDADES	Fortalecer sus relaciones interpersonales y su dimension ludica.
						FUTBOL RECREATIVO	participa en juegos que generan gozo y diversion
						JUEGOS LUDICOS	demuestra las habilidades que ha venido adquiriendo a través de los entrenamientos y de las experiencias propias del deporte
						JUEGO DE PISTAS	participa en variantes de partidos que no generan tension como los partidos de futsal oficial
							participa en juegos ludicos que permiten desarrollar su dimension ludica
							el jugador por medio de este juego indaga, investiga y se divierte.

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE / MODALIDAD: FUTBOL DE SALÓN

MUNICIPIO: CAJICÁ

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	OBSERVACIONES
8:00 AM A 10:00 AM	GRUPO					PERFECCIONAMIENTO			
	SEDE DE TRABAJO					FUNDACION LUIS AMIGO			
9:00 AM A 11:00 AM	GRUPO						INICIACIÓN		
	SEDE DE TRABAO						BARRIO SANTA		
10:00 AM A 12:00 PM	GRUPO					FUNDAMENTACIÓN			
	SEDE DE TRABAO					FUNDACION LUIS AMIGO			
1:30 P.M. A 3:30 P.M.	GRUPO	PERFECCIONAMIENTO		PERFECCIONAMIENTO					
	SEDE DE TRABAJO	FUNDACION LUIS AMIGO		FUNDACION LUIS AMIGO					
3:30 P.M. A 5:30 P.M.	GRUPO	FUNDAMENTACION		FUNDAMENTACIÓN					
	SEDE DE TRABAJO	FUNDACION LUIS AMIGO		FUNDACION LUIS AMIGO					
4:00 P.M. A 6:00 P.M.	GRUPO		INICIACIÓN		INICIACIÓN				
	SEDE DE TRABAJO		BARRIO SANTA CRUZ		BARRIO SANTA CRUZ				
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								

NOMBRE MONITOR JUAN CARLOS CASTELLANOS

FIRMA DEL MONITOR



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

BENEFICIADOS	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	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	5	0	5		0		0	0	0	0	0	0	0	0	5
7 AÑOS	1	1	1		1		0	0	0	0	0	0	0	0	2
8 AÑOS	0	0	0		0		0	0	0	0	0	0	0	0	0
9 AÑOS	1	0	1		0		0	0	0	0	0	0	0	0	1
10 AÑOS	3	0	3		0		0	0	0	0	0	0	0	0	3
11 AÑOS	0	0	0		0		0	0	0	0	0	0	0	0	0
12 AÑOS	1	0	1		0		0	0	0	0	0	0	0	0	1
13 AÑOS	0	0	0		0		0	0	0	0	0	0	0	0	0
14 AÑOS	5	0	5		0		0	0	0	0	0	0	0	0	5
15 AÑOS	13	0	13		0		0	0	0	0	0	0	0	0	13
16 AÑOS	6	0	6		0		0	0	0	0	0	0	0	0	6
17 AÑOS	9	0	9		0		0	0	0	0	0	0	0	0	9
TOTALES	44	1	44	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	45

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

MES: NOVIEMBRE

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	Mateo Alejandro Martinez	3015696488			1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1			12	12	0	100%
2	Hasly Gabriela Galvis Corredor	3115002849			1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1			12	12	0	100%
3	Joseph Damian Amaya Rojas	3144356974			1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1			12	12	0	100%
4	David Geronimo Pineda Salamanca	3224261687			1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1			12	12	0	100%
5	Daniel Santiago Lesmes Castro	3105618783			1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1			12	12	0	100%
6	Jhovan Matias Soler Gaitan	3124093735			1		1			1		1		1			1		0		1			1		1		1			1			12	11	1	92%
7	Alan Samuel Santana Rojas	3138127577			1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1			12	12	0	100%
8	Nigan David Castro Beltran	3212655268			1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1			12	12	0	100%
9	Dilan Lovera Galvis	3115002849			1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1			12	12	0	100%
10	Juan Jose Amorocho Rincon	3187477538			1		1			1		1		1			1		1		1			0		1		1			1			12	11	1	92%
11	Daniel Alejandro Rincon	3187477538			1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		0			1			12	11	1	92%
12	Michael Alexander Galvis Corredor	3115002849			1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1			12	12	0	100%
13																																		0	0	0	#¡DIV/0!
14																																		0	0	0	#¡DIV/0!
15																																		0	0	0	#¡DIV/0!
16																																		0	0	0	#¡DIV/0!
17																																		0	0	0	#¡DIV/0!
18																																		0	0	0	#¡DIV/0!
19																																		0	0	0	#¡DIV/0!
20																																		0	0	0	#¡DIV/0!

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

MES: NOVIEMBRE

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	Jhonatan David Navas	3144850720		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
2	Aker Samuel Castro	3133684284		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
3	Rogger Nicolas Beltran	3133684284		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
4	Leider Andres Castillo	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
5	Jorge Enrique Leon	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
6	Johan Alberny Acevedo	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
7	Farid Shadis Torrejano	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
8	Jhon Jairo Velasquez	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
9	Juan Daniel Hernandez	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
10	Jojan Arley Posada	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
11	Yeison Orlando Jossa	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
12	Edward Avila Murcia	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
13	Juan David Forero Lopez	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
14	Maicol Stiven Perez	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
15	Jesus Manuel Barbosa	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
16	Maicol Andres Rojas	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
17	Jaime Sebastian Gallego	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
18	Angel Cubillos Gonzalez	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
19																																		0	0	0	#¡DIV/0!
20																																		0	0	0	#¡DIV/0!

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

MES: NOVIEMBRE

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	Julian Santiago Peña	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
2	Jenrri Mauricio Preciado	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
3	Leonardo Fabio Perez	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
4	Andrey Rodrigo Castro	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
5	Felipe Pulido Grajales	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
6	Juan Carlos Molano	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
7	Brayan Montilla Roa	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
8	Jose Andres Calderon	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
9	Sebastian Cruz Diaz	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
10	Elin Santiago Ortiz	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
11	Kevin Javier Peña	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
12	Maicol Arbei Bernal	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
13	Elver Sneider Lopez	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
14	Reider Jose Escalante	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	0	100%
15	Johan Sebastian Cortes	8662592		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1				12	12	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!

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

MES: DICIEMBRE

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	Mateo Alejandro Martinez	3015696488	1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1					12	12	0	100%
2	Hasly Gabriela Galvis Corredor	3115002849	1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1					12	12	0	100%
3	Joseph Damian Amaya Rojas	3144356974	1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1					12	12	0	100%
4	David Geronimo Pineda Salamanca	3224261687	1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1					12	12	0	100%
5	Daniel Santiago Lesmes Castro	3105618783	1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1					12	12	0	100%
6	Jhovan Matias Soler Gaitan	3124093735	1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1					12	12	0	100%
7	Alan Samuel Santana Rojas	3138127577	1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1					12	12	0	100%
8	Nigan David Castro Beltran	3212655268	1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1					12	12	0	100%
9	Dilan Lovera Galvis	3115002849	1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1					12	12	0	100%
10	Juan Jose Amorocho Rincon	3187477538	1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1					12	12	0	100%
11	Daniel Alejandro Rincon	3187477538	1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1					12	12	0	100%
12	Michael Alexander Galvis Corredor	3115002849	1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1					12	12	0	100%
13																																		0	0	0	#¡DIV/0!
14																																		0	0	0	#¡DIV/0!
15																																		0	0	0	#¡DIV/0!
16																																		0	0	0	#¡DIV/0!
17																																		0	0	0	#¡DIV/0!
18																																		0	0	0	#¡DIV/0!
19																																		0	0	0	#¡DIV/0!
20																																		0	0	0	#¡DIV/0!

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

MES: DICIEMBRE

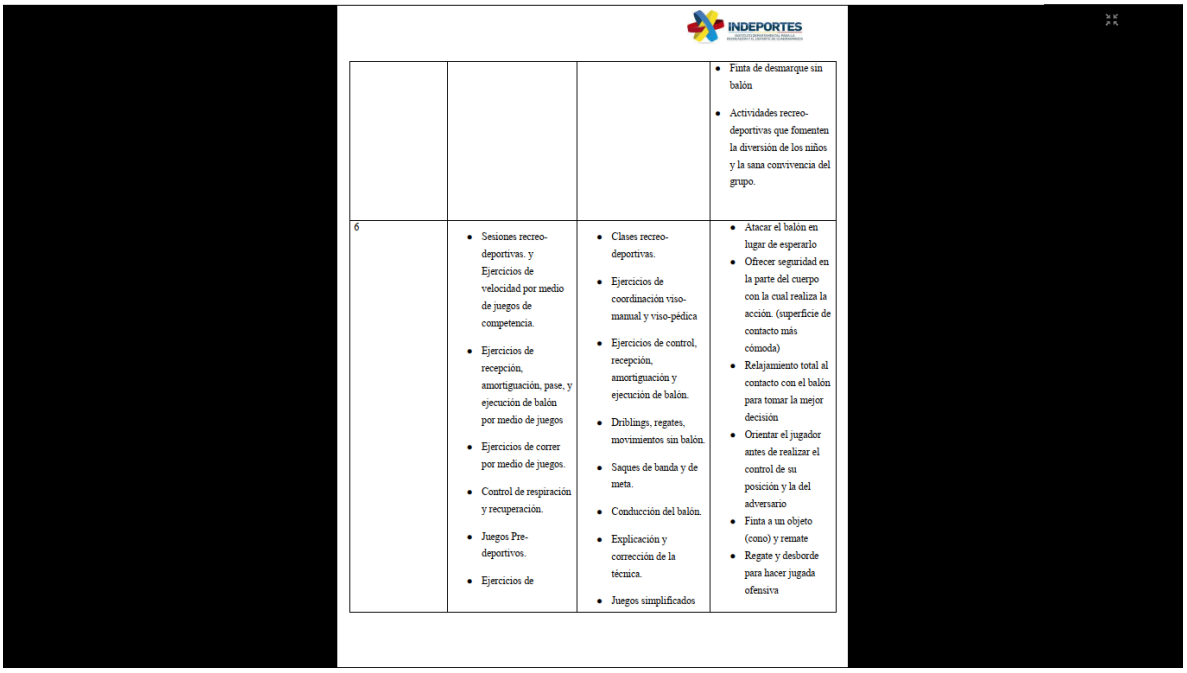
No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	Jhonatan David Navas	3144850720		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
2	Aker Samuel Castro	3133684284		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
3	Rogger Nicolas Beltran	3133684284		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
4	Leider Andres Castillo	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
5	Jorge Enrique Leon	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
6	Johan Alberny Acevedo	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
7	Farid Shadis Torrejano	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
8	Jhon Jairo Velasquez	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
9	Juan Daniel Hernandez	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
10	Jojan Arley Posada	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
11	Yeison Orlando Jossa	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
12	Edward Avila Murcia	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
13	Juan David Forero Lopez	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
14	Maicol Stiven Perez	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
15	Jesus Manuel Barbosa	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
16	Maicol Andres Rojas	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
17	Jaime Sebastian Gallego	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
18	Angel Cubillos Gonzalez	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
19																																		0	0	0	#¡DIV/0!
20																																		0	0	0	#¡DIV/0!

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

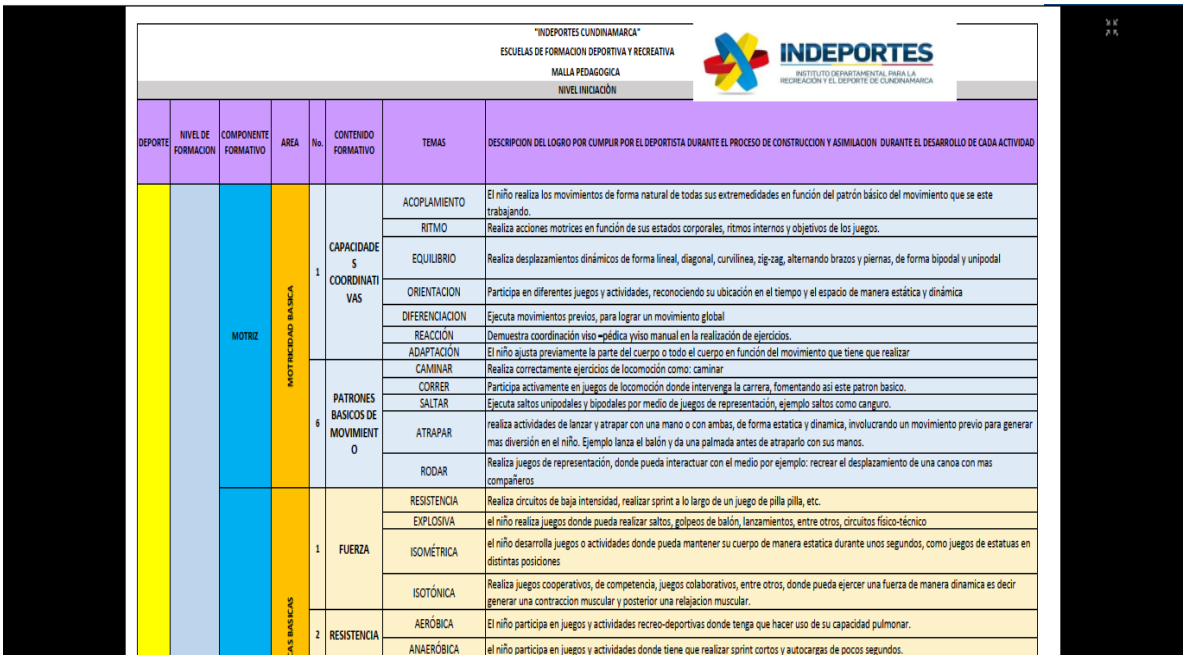
MES: DICIEMBRE

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	Julian Santiago Peña	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
2	Jenrri Mauricio Preciado	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
3	Leonardo Fabio Perez	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
4	Andrey Rodrigo Castro	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
5	Felipe Pulido Grajales	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
6	Juan Carlos Molano	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
7	Brayan Montilla Roa	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
8	Jose Andres Calderon	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
9	Sebastian Cruz Diaz	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
10	Elin Santiago Ortiz	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
11	Kevin Javier Peña	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
12	Maicol Arbei Bernal	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
13	Elver Sneider Lopez	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
14	Reider Jose Escalante	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	0	100%
15	Johan Sebastian Cortes	8662592		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1				12	12	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!

OBLIGACION 3



			• Finta de desmarque sin balón • Actividades recreo-deportivas que fomenten la diversión de los niños y la sana convivencia del grupo.
6	• Sesiones recreo-deportivas. y Ejercicios de velocidad por medio de juegos de competencia. • Ejercicios de recepción, amortiguación, pase, y ejecución de balón por medio de juegos • Ejercicios de correr por medio de juegos. • Control de respiración y recuperación. • Juegos Pre-deportivos. • Ejercicios de	• Clases recreo-deportivas. • Ejercicios de coordinación viso-manual y viso-pédica • Ejercicios de control, recepción, amortiguación y ejecución de balón. • Driblings, regates, movimientos sin balón. • Saques de banda y de meta. • Conducción del balón. • Explicación y corrección de la técnica. • Juegos simplificados	• Atacar el balón en lugar de esperarlo • Ofrecer seguridad en la parte del cuerpo con la cual realiza la acción. (superficie de contacto más cómoda) • Relajamiento total al contacto con el balón para tomar la mejor decisión • Orientar el jugador antes de realizar el control de su posición y la del adversario • Finta a un objeto (cono) y remate • Regate y desborde para hacer jugada ofensiva



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

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
		MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	El niño realiza los movimientos de forma natural de todas sus extremedidades en función del patrón básico del movimiento que se este trabajando.
						RITMO	Realiza acciones motrices en función de sus estados corporales, ritmos internos y objetivos de los juegos.
						EQUILIBRIO	Realiza desplazamientos dinámicos de forma lineal, diagonal, curvilínea, zig-zag, alternando brazos y piernas, de forma bipodal y unipodal
						ORIENTACION	Participa en diferentes juegos y actividades, reconociendo su ubicación en el tiempo y el espacio de manera estática y dinámica
						DIFERENCIACION	Ejecuta movimientos previos, para lograr un movimiento global
						REACCIÓN	Demuestra coordinación viso –pédica yviso manual en la realización de ejercicios.
						ADAPTACIÓN	El niño ajusta previamente la parte del cuerpo o todo el cuerpo en función del movimiento que tiene que realizar
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	Realiza correctamente ejercicios de locomoción como: caminar
						CORRER	Participa activamente en juegos de locomoción donde intervenga la carrera, fomentando así este patron basico.
						SALTAR	Ejecuta saltos unipodales y bipodales por medio de juegos de representación, ejemplo saltos como canguro.
						ATRAPAR	realiza actividades de lanzar y atrapar con una mano o con ambas, de forma estatica y dinamica, involucrando un movimiento previo para generar mas diversión en el niño. Ejemplo lanza el balón y da una palmada antes de atraparlo con sus manos.
						RODAR	Realiza juegos de representación, donde pueda interactuar con el medio por ejemplo: recrear el desplazamiento de una canoa con mas compañeros
			CAS BASICAS	1	FUERZA	RESISTENCIA	Realiza circuitos de baja intensidad, realizar sprint a lo largo de un juego de pilla pilla, etc.
						EXPLOSIVA	el niño realiza juegos donde pueda realizar saltos, golpeos de balón, lanzamientos, entre otros, circuitos físico-técnico
						ISOMÉTRICA	el niño desarrolla juegos o actividades donde pueda mantener su cuerpo de manera estatica durante unos segundos, como juegos de estatuas en distintas posiciones
						ISOTÓNICA	Realiza juegos cooperativos, de competencia, juegos colaborativos, entre otros, donde pueda ejercer una fuerza de manera dinamica es decir generar una contraccion muscular y posterior una relajacion muscular.
				2	RESISTENCIA	AERÓBICA	El niño participa en juegos y actividades recreo-deportivas donde tenga que hacer uso de su capacidad pulmonar.
						ANAERÓBICA	el niño participa en juegos y actividades donde tiene que realizar sprint cortos y autocargas de pocos segundos.

OBLIGACION 3

			• Finta de desmarque sin balón • Actividades recreo-deportivas que fomenten la diversión de los niños y la sana convivencia del grupo.
6	• Sesiones recreo-deportivas. y Ejercicios de velocidad por medio de juegos de competencia. • Ejercicios de recepción, amortiguación, pase, y ejecución de balón por medio de juegos • Ejercicios de correr por medio de juegos. • Control de respiración y recuperación. • Juegos Pre-deportivos. • Ejercicios de	• Clases recreo-deportivas. • Ejercicios de coordinación viso-manual y viso-pédica • Ejercicios de control, recepción, amortiguación y ejecución de balón. • Driblings, regates, movimientos sin balón. • Saques de banda y de meta. • Conducción del balón. • Explicación y corrección de la técnica. • Juegos simplificados	• Atacar el balón en lugar de esperarlo • Ofrecer seguridad en la parte del cuerpo con la cual realiza la acción. (superficie de contacto más cómoda) • Relajamiento total al contacto con el balón para tomar la mejor decisión • Orientar el jugador antes de realizar el control de su posición y la del adversario • Finta a un objeto (cono) y remate • Regate y desborde para hacer jugada ofensiva

MALLA PEDAGOGICA
NIVEL INICIACIÓN

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
		MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	El niño realiza los movimientos de forma natural de todas sus extremedidades en función del patrón básico del movimiento que se este trabajando.
						RITMO	Realiza acciones motrices en función de sus estados corporales, ritmos internos y objetivos de los juegos.
						EQUILIBRIO	Realiza desplazamientos dinámicos de forma lineal, diagonal, curvilínea, zig-zag, alternando brazos y piernas, de forma bipodal y unipodal
						ORIENTACION	Participa en diferentes juegos y actividades, reconociendo su ubicación en el tiempo y el espacio de manera estática y dinámica
						DIFERENCIACION	Ejecuta movimientos previos, para lograr un movimiento global
						REACCIÓN	Demuestra coordinación viso –pédica yviso manual en la realización de ejercicios.
						ADAPTACIÓN	El niño ajusta previamente la parte del cuerpo o todo el cuerpo en función del movimiento que tiene que realizar
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	Realiza correctamente ejercicios de locomoción como: caminar
						CORRER	Participa activamente en juegos de locomoción donde intervenga la carrera, fomentando asi este patron basico.
						SALTAR	Ejecuta saltos unipodales y bipodales por medio de juegos de representación, ejemplo saltos como canguro.
						ATRAPAR	realiza actividades de lanzar y atrapar con una mano o con ambas, de forma estatica y dinamica, involucrando un movimiento previo para generar mas diversión en el niño. Ejemplo lanza el balón y da una palmada antes de atraparlo con sus manos.
						RODAR	Realiza juegos de representación, donde pueda interactuar con el medio por ejemplo: recrear el desplazamiento de una canoa con mas compañeros
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	RESISTENCIA	Realiza circuitos de baja intensidad, realizar sprint a lo largo de un juego de pilla pilla, etc.
						EXPLOSIVA	el niño realiza juegos donde pueda realizar saltos, golpeos de balón, lanzamientos, entre otros, circuitos físico-técnico
						ISOMÉTRICA	el niño desarrolla juegos o actividades donde pueda mantener su cuerpo de manera estatica durante unos segundos, como juegos de estatuas en distintas posiciones
						ISOTÓNICA	Realiza juegos cooperativos, de competencia, juegos colaborativos, entre otros, donde pueda ejercer una fuerza de manera dinamica es decir generar una contraccion muscular y posterior una relajacion muscular.
				2	RESISTENCIA	AERÓBICA	El niño participa en juegos y actividades recreo-deportivas donde tenga que hacer uso de su capacidad pulmonar.
						ANAERÓBICA	el niño participa en juegos y actividades donde tiene que realizar sprint cortos y autocargas de pocos segundos.
				3	VELOCIDAD	DESPLAZAMIENTO	el niño recorre distancias en el menor tiempo posible, por medio de juegos de competencia
						REACCIÓN	El niño responde a un estímulo determinado lo antes posible, ejemplo: Par e impar. Por parejas. Espalda con espalda. Una persona es par y la otra impar. Si se dice par, ésta persona tiene que coger a la impar antes de sobrepasar 10 metros. Si se dice impar igual pero al contrario.
						GESTUAL	El niño realiza lanzamientos con una mano o golpea el balón en el menor tiempo posible, el niño desarrolla movimientos globales como rollitos en el menor tiempo posible.
				4	FLEXIBILIDAD	GENERAL	El niño realiza estiramientos donde logra alcanzar grandes amplitudes articulares solicitando simultáneamente a muchas o a casi todas las articulaciones del cuerpo.
						ANALITICA	El niño realiza estiramientos donde logra alcanzar una gran amplitud articular en una sola articulación.
				1	PASE	INICIACIÓN A LA TÉCNICA	inicia en el conocimiento del juego y en el aprendizaje en función del pase.
						PASE CORTO	el niño participa en juegos, actividades y ejercicios donde debe realizar pases a un compañero o a varios compañeros a una distancia corta
						PASE LARGO	El niño por medio de juegos, actividades y ejercicios realiza pases largos a un compañero o a un elemento en un lugar determinado.

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		
FORMADOR	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL DE SALON**	
MUNICIPIO	**CAJICÁ**	
NIVEL	**INICIACION**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**SANTA CRUZ**	**MES: DICIEMBRE**
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		



5-12-2022 Calentamiento- Cancha vereda



7-12-2022 Pase y remate– Cancha vereda



9-12-2022 COORDINACION – Cancha Vereda



11-12-2022 VELOCIDAD – Cancha vereda



13-12-2022 REMATE – CANCHA VEREDA



15-12-2022 MOTRICIDAD – FUNDACION

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		
FORMADOR	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL DE SALON**	
MUNICIPIO	**CAJICÁ**	
NIVEL	**FUNDAMENTACION**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**LUIS AMIGO**	**MES: DICIEMBRE**

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



03-12-2022 ESTIRAMIENTO – COLISEO LUIS AMIGO



05-12-2022 FUERZA- COLISEO LUIS AMIGO



7-12-2022 FUERZA– COLISEO LUIS AMIGO



9-12-2022 REMATE Y PASE – COLISEO LUIS AMIGO



11-12-2022 TECNICA – COLISEO LUIS AMIGO



11-12-2022 JUEGO – COLISEO LUIS AMIGO

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

FORMADOR	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL DE SALON**	
MUNICIPIO	**CAJICÁ**	
NIVEL	**PERFECCIONAMIENTO**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**LUIS AMIGO**	**MES: DICIEMBRE**

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



4-12-2022 JUEGO REAL– COLISEO LUIS AMIGO



06-12-2022 REACCION- COLISEO LUIS AMIGO



8-12-2022 JUEGOS REACCION – COLISEO LUIS AMIGO



10-12-2022 VELOCIDAD– COLISEO LUIS AMIGO



12-12-2022 REMATE TECNICA – COLISEO LUIS AMIGO



14-12-2022 REACCION – COLISEO LUIS AMIGO

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		
FORMADOR	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL DE SALON**	
MUNICIPIO	**CAJICÁ**	
NIVEL	**INICIACION**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**SANTA CRUZ**	**MES: NOVIEMBRE**

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



5-11-2022 Calentamiento- Cancha vereda



9-11-2022 Pase y remate– Cancha vereda



12-11-2022 COORDINACION – Cancha Vereda



14-11-2022 VELOCIDAD – Cancha vereda



26-11-2022 REMATE – CANCHA VEREDA



28-11-2022 MOTRICIDAD – FUNDACION

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

FORMADOR	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL DE SALON**	
MUNICIPIO	**CAJICÁ**	
NIVEL	**FUNDAMENTACION**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**LUIS AMIGO**	**MES: NOVIEMBRE**

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



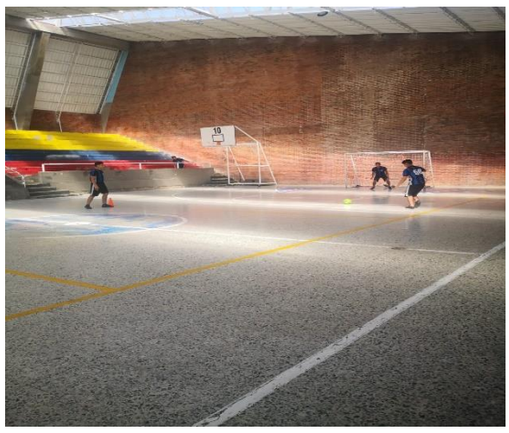
06-11-2022 ESTIRAMIENTO – COLISEO LUIS AMIGO



08-11-2022 FUERZA- COLISEO LUIS AMIGO



18-11-2022 FUERZA– COLISEO LUIS AMIGO



22-11-2022 REMATE Y PASE – COLISEO LUIS AMIGO



25-11-2022 TECNICA – COLISEO LUIS AMIGO



27-11-2022 JUEGO – COLISEO LUIS AMIGO

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

FORMADOR	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL DE SALON**	
MUNICIPIO	**CAJICÁ**	
NIVEL	**PERFECCIONAMIENTO**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**LUIS AMIGO**	**MES: NOVIEMBRE**

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



4-11-2022 JUEGO REAL– COLISEO LUIS AMIGO



06-11-2022 REACCION- COLISEO LUIS AMIGO



18-11-2022 JUEGOS REACCION – COLISEO LUIS AMIGO



20-11-2022 VELOCIDAD– COLISEO LUIS AMIGO



27-11-2022 REMATE TECNICA – COLISEO LUIS AMIGO



29-11-2022 REACCION – COLISEO LUIS AMIGO

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**NOVIEMBRE**	**MUNICIPIO: CAJICÁ**	
LUGAR:				CAJICÁ	**HORARIO DE PRACTICA:**	
NIVEL				**INICIACIÓN**	**FUNDAMENTACIÒN**	**PERFECCIONAMIENTO**
CLASES				**JUNIO**	**JUNIO**	**JUNIO**
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	X	X	X
			DISCIPLINA	X	X	X
			COMPAÑERISMO	X	X	X
			AMISTAD	X	X	X
			COOPERACION			
			TOLERANCIA	X	X	X
			TRABAJO EN EQUIPO	x	X	X
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD			
			OBEDIENCIA	X	X	X
			AUTODISCIPLINA		X	X
			PARTICIPACIÓN	X	X	X
			PERSEVERANCIA		X	X
			AUTODOMINIO			X
			RECOMPENSA			
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON	X	X	X
			MOVILIDAD ARTICULAR	X	X	X
			CALENTAMIENTO	X	X	X
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	X		
			RITMO	X	X	X
			EQUILIBRIO	X	X	X
			ORIENTACION	X		
			DIFERENCIACION		X	X
			REACCIÓN	X	X	X
			ADAPTACIÓN		X	X
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA		X	X
			VELOCIDAD	X	X	X
			FLEXIBILIDAD	X	X	X
			RESISTENCIA		X	X
		ELEMENTOS TÈCNICOS	PASE		X	X
			CONTROL			X
			CONDUCCION		X	X
			REMATE		X	X
		ELEMENTOS TACTÍCOS	TACTICA INDIVIDUAL			X
			TACTICA OFENSIVA			X
			TACTICA DEFENSIVA			X
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION		X	X
			JUEGOS TRADICIONALES	X	X	X
			ACTIVIDADES ARTISTICAS	X		
			CIRCUITOS RECREATIVOS	X	X	X
			FESTIVALES RECREATIVOS		X	X
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	X	X	X
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	X	X	X

FIRMA FORMADOR:

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

Fecha: 1-nov	**Lugar: SANTA CRUZ**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 4:00PM**	**N° de sesión: 63**	**N° de semana: 1**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Inplementar trabajos enfatizando en el desarrollo motor					
Objetivo Especifico: Generar diferentes actividades recreativas que trabajen patrones basicos motrices.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo	X	autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad	X	Participacion	x
Compañerismo	X	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x	10	

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
Realizaran el juego de tingo tingo tango con dos elementos, cuando se diga tango, saldran a correr en el sentido contrario	Orientación	**x**		
	Equilibrio			
	Ritmo			
		x		
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Realizar el juego de la lleva, cuando este claro se aplicara la variante de cadenita		**CORRER**	10	
Con la ayuda de una pelota deberan jugar ponchados		**LANZAR**	10	
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Los deportistas realizaran algunas actividades de reacción, se dividiran en dos grupos, el 1 y el 2, el numero que diga el entrenador atrapara al otro (cambiar por colores, animales,etc)			X	**25**	
TINGO TANGO , esta vez al deportista que le caiga el balon cuando se diga tango debera ponchar a los demás			X	**15**	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	10	Preguntas a cerca de los valores trabajados	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 3-nov	**Lugar: SANTA CRUZ**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 4:00PM**	**N° de sesión: 64**	**N° de semana: 1**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Identificar el juego y sus componentes					
Objetivo Especifico: Generar actividades para desarrollar la recepcion y el pase					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

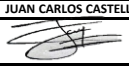
ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
Se ubicaran por parejas espalda con espalda, los de la derecha seran 1 y los otros seran 2, cuando el docenre diga algun numero deberan reaccionar y atrapar a su compañero. Se puede cambiar los numeros por animales o colores	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn	**x**	10	
Los deportistas deberan recoger diferentes elementos mientras realizan algunos desplazamientos en diferente dirección	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x	10	
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación				
Deberan realizar desplazamientos en un circuito de obstaculos con apoyo unipodal. Se ira cambiando el pie de apoyo.	Equilibrio		x	10	
	Reacción				
	Ritmo				
	diferenciacion				**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
Carrera de relevos en un recorrido corto (20 metros)			**CORRER**	10	
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
Realizar una charla sobre la importancia del tapabocas y el lavado de manos			CUIDADO E HIGIENE	5	
	Componente recreativo				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Explicar cada uno de los diferentes pases que se pueden realizar en el juego real, utilizando herramientas tecnologicas como lo son los videos	**X**			25	
El niño tomará el balón de fútbol sala con la mano, lo arrojará al aire, al caer tratará de golpearla con la cabeza, el pecho, un hombro u otro (reconocimiento de las distintas partes del cuerpo)	**X**		x	20	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 5-nov	Lugar: SANTA CRUZ	Municipio: CAJICÁ	Hora: 9:00AM	N° de sesión: 65	N° de semana: 1
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:

INICIACIÓN	x	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Reconocer las diferentes capacidades coordinativas

Objetivo Especifico: Generar actividades que involucren movimientos simultaneos de diferentes grupos musculares.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina	x	Trabajo en equipo	x		
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad			
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
Realizaran juegos de coordinacion viso manual y coordinacion viso pedica (malabares, lanzamientos)	Orientación	x	25	
Realizaran el juego del lazo, la idea es saltar mientras la cuerda da vueltas y mantener el equilibrio en un punto exacto	Equilibrio	x	10	
Juego tingo tango, al que le caiga el tango debera ponchar a los demas.	Reacción	x	10	
	Ritmo			
Ejercicios de agarre y lanzamientos	diferenciacion	x	10	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO, LAZOS**

	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**	
	Componente teorico	**TEMAS**	
	Componente Social volutivo	**TEMAS**	
	Componente recreativo		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Realiza desplazamientos dinámicos de forma lineal, diagonal, curvilinea, zig-zag, alternando brazos y piernas, de forma bipodal y unipodal	x			20	
Conducir el balón de fútbol sala hacia las vallas, saltando las mismas y pasando la pelota por debajo (salto)	x			10	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento Dinamico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	5		

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 8-nov	**Lugar: SANTA CRUZ**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 4:00PM**	**N° de sesión: 66**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Generar actividades que involucren juego					
Objetivo Especifico: Realizar ejercicios enfocados al remate, pase y conduccion					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO, PELOTAS.**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Realizaran el juego de bolos, primero lanzamientos con la mano y con pelotas, luego con el pie y balones		**Lanzar**	20	
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
realizaran circuitos de cabeceo y de saque de banda	**X**			25	
Un grupo de niños saldrá simultáneamente hacia una meta llevando el balón de fútbol sala en la mano, una vez allí la dejaran en el suelo y partirán hacia la otra meta llevándola con el pie	**X**		x	15	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
Ejercicios de rondo , espacio reducido	**x**			**20**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	5		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	5		

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 10-nov	**Lugar: SANTA CRUZ**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 4:00PM**	**N° de sesión: 67**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**

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

Objetivo General: Identificar algunos valores importantes en la vida y en el deporte.

Objetivo Especifico: Se realizaran ejercicios que nos lleven a entender algunos valores importantes en el deporte

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina	x	Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	x

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
Sesion corta de Zumba o rumba	Ritmo	x	20	
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
Actividad de telefono roto, a traves de dibujos que se mostraran mientras los demas tendran los ojos vendados.	**Componente Social volutivo**	EQUIPO	10	
socializar con los deportistas, la forma adecuada en la que se deeben comportar a la hora de jugar un partido.		RESPETO	10	
Se desarrollara un jjuego predeportivo de balon mano, la idea es enfatizar en el trabajo en equipo	**Componente recreativo**	COOPERACION	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
Se haran 2 equipos y se pondra una caja a un lado y varios materiales al otro costado, cada uno debera ir y llevar un objeto y meterlo en la caja, gana el equipo que mas objetos logre incluir en su caja	**X**		x	20	
Juegos de carrera con cambios de ritmo	**x**		x	10	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO, BAFLE**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	10	Dinamico recogiendo material	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	10	Reflexion y opiniones	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 12-nov	Lugar: SANTA CRUZ	Municipio: CAJICÁ	Hora: 9:00AM	N° de sesión: 68	N° de semana: 2
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:

INICIACIÓN	x	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Trabajar la tecnica.

Objetivo Especifico: Desarrollar actividades para mejorar en el pase y el remate

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Resistencia	Aerobica			
Los deportistas recorreran distancias cortas a media intensidad y con tiempos de trabajo cortos		Anaerobica	x	15	
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	x		
		Reacciòn			
Realizar algunos ejercicios de estiramiento y recuperación	Flexibilidad	Estatica	x	10	
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
la señal del silbato del entrenador, los jugadores con un balón, sentados mirando hacia adelante, detrás de una línea, saldrán lo más rápido posible conduciendo el balón hacía la meta, situada a mitad del campo	Reacción			
		x	20	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Pasar entre dos jugadores y tras un regate tirar a portería.Comenzará por un envío largo por parte del defensor.	X			20	
Por parejas a una distancia de 10m..Pasarse el balón entre los dos, alternando de pierna de golpeo	X			15	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	10	Preguntas de lo aprendido	

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 15-nov	Lugar: SANTA CRUZ	Municipio: CAJICÁ	Hora: 4:00PM	N° de sesión: 69	N° de semana: 3
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN	x	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Desarrollar capacidades coordinativas y Fisicas					
Objetivo Especifico: Realizar un trabajo especifico para el desarrollo de Capacidades y habilidades					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
Juego de la peste.En el momento que un jugador sea tocado por el de la peste quedará inmovilizado.Podrá ser liberado si otro jugador pasa por debajo de sus piernas.	Resistencia	Aerobica	x	15	
		Anaerobica			
El jugador de la mitad intenta conducir hasta el cono más lejano.Los otros 2 jugadores saldrán al mismo tiempo e intentarán alcanzarlo antes de que llegue al pivote.	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn	x	10	
	Flexibilidad	Estatica			
Los deportistas realizar ejercicios de estiramiento mientras se realiza un juego (Congelados)		Dinamica	x	10	

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
Los deportistas jugaran a la lleva, pero se daran indicaciones de espacios donde podran estar ubicados	Orientación	x	10	
	Equilibrio			
Competición entre 2 equipos.Deberán de llegar lo antes posible al balón para chutar a portería.	Reacción	x	15	
	Ritmo			
Realizaran lanzamientos por parejas a diferentes distancias con el balon de futsal y luego con una pelota mas pequeña	diferenciacion	x	10	CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
Circuito de Saltos con obstaculos en diferentes direcciones		Saltar	10	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
Charla a cerca de presentación personal e indumentaria adecuada para la practica		Presentacion	5	
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Ejercicios de recuperación	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	5		

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 17-nov	**Lugar: RINCON SANTO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 4:00PM**	**N° de sesión: 70**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Generar actividades con un componente motriz.

Objetivo Especifico: Generar actividades para desarrollar la orientación y trabajar recepcion y pase

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina	x	Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
Realizaran el juego del gato y el raton	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**x**	10	
		Reacciòn			
Se realizaran algunas posturas del yoga involucrando respiracion y relajacion	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x	10	
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
Desplazamiento por una misma linea en puntas de pie, a una sola pierna y diferentes variantes	Equilibrio		x	10	
	Reacción				
	Ritmo				
	diferenciacion				**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Ejercicios por pareja, realizaran pases y recepciones según vaya indicando el profesor (borde interno, externo, planta del pie)	**X**			20	
Conducción para después realizar un tiro.Tras sortear todos los conos dirigirse a uno de los 2 más alejados para tirar a portería	**X**		x	25	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
Los jugadores situados en forma triangular se pasan el balón.Los controles serán orientados.	**x**		x	15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 19-nov	Lugar: SANTA CRUZ	Municipio: CAJICÁ	Hora: 9:00AM	N° de sesión: 71	N° de semana: 3
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN	x	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Relacionar el juego con la motricidad

Objetivo Especifico: Realizar diferentes juegos que involucren patrones del movimiento

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	x	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	x	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	x	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	x	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
Realizaran el juego de la lleva, a mitad del juego realizaran la variante de Cadenita	Resistencia	Aerobica	x	10	
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
Juego de malabares y lanzamientos con diferentes tipos de pelotas	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
		lanzar y atrapar	20	
	Componente teorico	TEMAS		
		REGLAS		
		TORNEOS		
		HISTORIA		
		PERTENENCIA		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
Juego de piedra papel o tijera dentro de un circuito , de habilidades motrices, el ganador seguira el recorrido	Componente recreativo	TEORIA	20	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
A la señal del entrenador cada equipo intenta sacar las pelotas de su campo y lanzarlas al campo contrario, pierde el equipo que al finalizar tenga mas pelotas en su campo	X		x	20	
Juego del gato y el raton, realizaremos este juego tradicional , se vera la reaccion y la velocidad de desplazamiento.	x		x	20	CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 22-nov	**Lugar: SANTA CRUZ**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 4:00PM**	**N° de sesión: 72**	**N° de semana: 4**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Identificar conceptos del futbol de salon.					
Objetivo Especifico: Explicar historia y caracteristicas del futbol de salón					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
Los deportistas deberan recoger diferentes elementos mientras realizan algunos desplazamientos en diferente dirección		Dinamica	x	10	

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
Explicación Historia y reglamento del deporte.		**REGLAS**	10	
Videos de equipos y jugadores en torneos		**TORNEOS**	10	
Actividad de preguntas y opiniones entre compañeros		**HISTORIA**	10	
Trofeos, goleadores de Cundinamarca y el pais		**PERTENENCIA**	10	
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
Juego de piedra papel o tijera dentro de un circuito , el perdedor debera dar algun dato de lo aprendido en clase	**Componente recreativo**	**TEORIA**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Se desarrollara un pequeño torneo interno por equipos, enfatizando en el reglamento real, el docente tendra el papel de juez	**X**			30	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 24-nov	**Lugar: SANTA CRUZ**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 4:00PM**	**N° de sesión: 73**	**N° de semana: 4**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**

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

Objetivo General: Realizar trabajo de capacidades fisicas

Objetivo Especifico: Realizar actividades de resistencia y velocidad

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSO**
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
CIEN PIES Consiste en desplazarse a lo largo del campo.En fila uno detrás del otro con los pies en la cabeza del siguiente.	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	x	15	
Todos menos un jugador tendrán un peto "enganchado" en la parte de atrás del pantalón.El que no tiene el peto tratará de quitárselo a alguno de sus compañeros.Finalizará el juego cuando ningun jugador tenga peto.	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**X**	25	
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
A una distancia de 10 metros aprox. respecto del grupo se coloca un jugador.Este ha de cerrar los ojos y correr con velocidad hacia los compañeros, guiado por sonidos	Orientación	**x**	20	
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
Se realizara un torneo de penales por equipos, disputaran de a 2 equipos en cada arco	**X**			20	
Sucesión de pases entre 4 jugadores en la que se realiza una acción de pared o regate y se culmina con tiro				10	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 26-nov	**Lugar: SANTA CRUZ**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 9:00AM**	**N° de sesión:74**	**N° de semana: 4**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Desarrollar capacidades coordinativas y tecnica					
Objetivo Especifico: Realizar actividades de ritmo y diferenciacion con tecnica					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
Los deportistas deberan recoger diferentes elementos mientras realizan algunos desplazamientos en diferente dirección		Dinamica	x	10	
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación				
Deberan hacer dominadas de balon sin salirse de un espacio, despues lanzaran el balon hacia arriba caminando por una cuerda sin salir de ella.	Equilibrio		x	10	
	Reacción				
	Ritmo				
	diferenciacion				**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
	Componente teorico		**TEMAS**		
Videos de equipos y jugadores en torneos			**TORNEOS**	10	
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEORIA**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Se divide a la plantilla en 4 equipos (blanco, rojo, azul y verde) trabajaran la posesion 2 equipos vs los otros dos	**X**			20	
Por parejas pasarse el balón. Se puede controlar el balón.Cambiar las ditancias.Cambiar de piernas de golpeo				20	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
Partidos de eliminacion a un gol o por tiempo				20	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 2-nov	**Lugar: LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 3:30PM**	**N° de sesión: 79**	**N° de semana: 1**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Lograr un desarrollo de las capacidadesd coordinativas					
Objetivo Especifico: Generar actividades variadas de reaccion, equilibrio y tecnica de remate.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Amistad	x	tolerancia	x

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
Se dividiran en 2 equipos, cada integrante del equipo tendra un numero de 1 al ... el entrenador dira un numero, el integrante debera ir a coger un elemento, gana el que lo haga mas rapido.	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn	**x**	10	
	Flexibilidad	Estatica			
Desplazamientos con pausas para tocar alguna parte del cuerpo que indique el docente		Dinamica	x	10	

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
Realizaran diferentes trabajos y ejercicios de tren inferior con apoyo unipodal	Equilibrio	x	10	
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
Realizar una charla sobre el respeto y el uso de buen vocabulario en la clase.	**Componente Social volutivo**	Respeto	5	
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Realizaran el ejercicio de trenza para finalizar con remate al arco, se iran poniendo defensas a medida del ejercicio.	**X**			**15**	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
Deberan conducir una pelota de tenis por un circuito de obstaculos conformado por diferentes elementos	**X**			**15**	
Cada jugador completa el circuito de manera continuada.Inicia con conducción en zig- zag para finalizar con tiro	**X**			**10**	

Re

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	5	Preguntas a cerca de los valores trabajados	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 4-nov	**Lugar: LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 3:30PM**	**N° de sesión: 78**	**N° de semana: 1**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Reconocer las capacidades condicionales y fisicas.

Objetivo Especifico: Generar actividades para desarrollar la fuerza, resistencia, entre otras

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
Realizar una rutina de tabata (flexiones, abdominales y sentadillas)		Explosiva	**x**	10	
Consiste en dar vueltas de forma circular.Los jugadores deberán sentarse en las rodillas del compañero de atrás	Resistencia	Aerobica	**x**	10	
		Anaerobica			
1)Carrera en sprint realizando slalom 2)Frecuencia apoyo de ambos pies entre pica y pica con aceleración.3)Carrera en sprint mediante zig-zag.4)Ampliar la zancada progresivamente	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**x**	20	
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Por parejas haran saques de banda de manera repetitiva hasta entender el gesto		**LANZAR Y AGARRAR**	10	
		X		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Consiste en un cambio de posiciones.Cada jugador se sitúa en una marca horaria.Cuando el entrenador diga una hora y un minuto ambos jugadores intercambiarán sus posiciones rápidamente	**X**			25	
Se realizara el ejercicio de trenza por grupos de 3, se implementaran defensas con el transcurso.	**X**			15	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 9-nov	Lugar: LUIS AMIGO	Municipio: CAJICÁ	Hora: 10:00AM	N° de sesión: 79	N° de semana: 2
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Generar espacios recreativos					
Objetivo Especifico: Trabajar ejercicios de rondo, pase y situaciones reales					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	amistad	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		tolerancia	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia			

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
Por parejas deberan ubicarse frente al otro, a la indicacion del entrenador haran la mayor cantidad de toques en alguna parte del cuerpo del compañero (Cabeza, hombros, rodillas, pies)	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x	10	

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
		TEMAS		
	Patrones Basicos de Movimiento			
		TEMAS		
Compartir con los deportistas algunas reglas importantes durante un juego de futbol de salon	Componente teorico	REGLAS	10	
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Realizar espacios reducidos y rondos, se utilizara mas adelante un comodin y se ira agrandando el espacio para llevarlo a la cancha real	x			20	CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO
Mini torneo entre los intrgrantes de la clase que estaran divididos por equipos de acuerdo a la cantidad de participantes	x			30	
Rondo entre 5 jugadores.Detrás de cada pivote tendrán otro al cual cada vez que den un pase deberán de rodear.No se podrá devolver el pase al jugador que se le ha enviado.	x			10	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento Dinamico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	10		

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 11-nov	**Lugar: LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 3:30PM**	**N° de sesión: 80**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Hacer correcciones en general al grupo (postura, tecnica, etc)					
Objetivo Especifico: Realizar ejercicios enfocados al remate, pase y conduccion					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
Realizar 3 vueltas al circuito.1ª) 30" de acción 30" de recuperación - 2ª) 25" de acción 35" de recuperación - 3ª) 20" de acción 40" de recuperación	Fuerza	Maxima	x	10	
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
Carrera de relevos por equipos, la distancia a recorrer sera de 30 a 50 mts	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	x	10	
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Cuatro jugadores se colocan en forma de cuadro.Realizan acciones de pase vertical y diagonal.Tras dar el pase retroceden hasta la señal		**Recepcion**	10	
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
realizaran circuitos de cabeceo y de saque de banda	X			20	
Se realizara un juego que involucre el pase entre sus actividades	X		x	10	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
Ejercicios de rondo , espacio reducido	x			20	
Paredes entre los jugadores que finaliza con un pase en profundidad.Tras un control pasará al área para que remate a portería el jugador que ha realizado el desmarque.	x			**10**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 16-nov	Lugar: LUIS AMIGO	Municipio: CAJICÁ	Hora: 3:30PM	N° de sesión: 81	N° de semana: 3
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Entender la importancia de los valores dentro de la cancha y fuera de esta.					
Objetivo Especifico: Se realizaran ejercicios que nos lleven a entender algunos valores importantes en el deporte					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad		amistad	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		tolerancia	x

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
Se ubicaran por parejas espalda con espalda, los de la derecha seran 1 y los otros seran 2, cuando el docenre diga algun numero deberan reaccionar y atrapar a su compañero. Se puede cambiar los numeros por animales o colores	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn	x	10	
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
	Orientación		
	Equilibrio		
	Reacción		
	Ritmo		
	diferenciacion		

	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
	Componente teorico	TEMAS	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
Actividad de tingo tango y actividad por equipos (retos)		EQUIPO	10
socializar con los deportistas, la forma adecuada en la que se deeben comportar a la hora de jugar un partido (indumentaria, presentación, respeto a los jueces).		RESPETO	10
Se desarrollara un jjuego predeportivo de balon mano, la idea es enfatizar en el trabajo en equipo	Componente recreativo	COOPERACION	15

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Los deportistas practicaran el remate hacia al estilo de los bolos que en esta ocasión seran conos, la actividad sera por equipos, por ultimo haran un rondo.	X		x	25	CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO
Se formaran por equipos en una fila, cada integrante debera llevar un elemento hasta cierto punto y regresar para darle salida a su compañero,			x	10	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Dinamico recogiendo material	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	10	Reflexion y opiniones	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 18-nov	**Lugar: LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora:** 10:00AM	**N° de sesión: 82**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**

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

Objetivo General: Comprender y reconocer algunas tecnicas propias del deporte.

Objetivo Especifico: Desarrollar actividades para mejorar en el pase y el remate

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSO**
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Los deportistas recorreran distancias cortas a media intensidad y con tiempos de trabajo cortos		Anaerobica	**x**	15	
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
Realizar algunas posturas del yoga buscando la relajacion a través de la respiración.	Flexibilidad	Estatica	**x**	10	
		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
Se diviran por equipos, iniciaran 1 vs 1 luego 2v1, 2 v2 y secuencialmente hasta terminar vs 5 en la misma jugada, el objetivo llegar al arco rival y hacer gol en una sola jugada	**X**			20	
Un deportista de ubicara para jugar de pivote y los demas realizaran un pase para luego recibir y rematar	**X**			15	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
Se haran por grupos de 3 para realizar el ejercicio de trenza y finalizacion de remate para englobar lo anteriormente aprendido	**x**			20	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	10	Preguntas de lo aprendido	

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 21-nov	Lugar: LUIS AMIGO	Municipio: CAJICÁ	Hora: 3:30PM	N° de sesión: 82	N° de semana: 4
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Desarrollar capacidades coordinativas
Objetivo Especifico: Realizar un trabajo especifico para el desarrollo de Capacidades y habilidades
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina	x	Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion	x	Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Un deportista ira dando vueltas alrededor de sus compañeros que estan en circulo, al tocar la cabeza de alguno debera correr en sentido contrario.	Orientación	x	10	
	Equilibrio			
Carrera de relevos, los deportistas tendran que estar sentados y esperar de espaldas el toque de su compañero (distintas señales para arrancar)	Reacción	x	15	
	Ritmo			
Realizaran lanzamientos por parejas a diferentes distancias con el balon de futsal y luego con una pelota mas pequeña y a diferente distancia.	diferenciacion	x	10	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Circuito de Saltos con obstaculos en diferentes direcciones		Saltar	10	
Se sitúan 3 conos separados y el portero se sitúa en uno de los extremos.El portero deberá desplazarse lateralmente hasta el cono del medio y cuando le tiren el balón atraparlo		Agarrar		
		Lanzar	15	
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Los jugadores se pasan el balón entre éllos mientras que los 2 jugadores situados dentro procuran interceptar los pases.Los pases deberán pasar siempre por dentro del cuadrado.	x			15	
Los deportistas jugaran un torneo de penales, la idea es lograr avanzar en el remate.	x			15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Ejercicios de recuperación	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 23-nov	Lugar: LUIS AMIGO	Municipio: CAJICÁ	Hora: 3:30PM	N° de sesión: 83	N° de semana: 4
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Buscar una relacion entre la tecnica y las capacidades a través del componente recreativo					
Objetivo Especifico: Generar juegos variados que involucren obstaculos y tecnica.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina	x	Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	x

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
Se realizara el juego del virus, iniciara un solo deportista atrapando a los demas , para quitar el virus pasaran debajo de las piernas del otro.	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	x	20	
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
Estiramiento de tipo Balistico cefalocaudal, cada ejercici se realizara por 30 segundos		Dinamica	x	10	

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
Se hara una pequeña sesión de Zumba o rumba	Ritmo	x	10	
	diferenciacion			CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
Todo el grupo estara a un costado de la cancha, un jugador estara en la linea del medio, a la señal del silbato deberan cruzar evitando ser atrapados por el jugador del medio	Componente recreativo	Velocidad de reaccion	20	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Ejercicios por pareja, realizaran pases y recepciones según vaya indicando el profesor (borde interno, externo, planta del pie)	X			20	
Ejercicio del rondo, iniciara todo el grupo y se iran formando grupos mas pequeños en espacio reducido	X			20	CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 25-nov	Lugar:LUIS AMIGO	Municipio: CAJICÁ	Hora: 10:00AM	N° de sesión: 84	N° de semana: 4
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Identificar conceptos del futbol de salon.					
Objetivo Especifico: Explicar historia y caracteristicas del futbol de salón					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
Entrenamiento tipo HIT para el desarrollo de la fuerza en tren superior e inferior	Fuerza	Maxima			
		Explosiva	x	20	
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
Los deportistas deberan recoger diferentes elementos mientras realizan algunos desplazamientos en diferente dirección	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x	10	

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO, BAFLE
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
	Componente teorico	TEMAS		
Explicación Historia y reglamento del deporte.		REGLAS	10	
Videos de equipos y jugadores en torneos		TORNEOS	10	
Actividad de preguntas y opiniones entre compañeros		HISTORIA	10	
Trofeos, goleadores de Cundinamarca y el pais		PERTENENCIA	10	
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Se desarrollara un pequeño torneo interno por equipos, enfatizando en el reglamento real, el docente tendra el papel de juez	X			20	CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 28-nov	**Lugar:LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 3:30PM**	**N° de sesión: 85**	**N° de semana: 5**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Enfatizar en algunos juegos predeportivos para un desarrollo integral.					
Objetivo Especifico: Llevar a cabo diferentes actividades que nos ayuden a avanzar tecnicamente.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
Realizar el juego de balonmano enfatizando en los lanzamientos y la velocidad de desplazamiento	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	x	20	
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
Actividad fisica y ejercicios musicalizados	Ritmo	x	10	
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO, BAFLE**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Ejercicios en circuito por parejas, uno de los dos lleva el balon y lo ira lanzando al compañero para que este lo regrese con la cabeza rematando según la indicación del entrenador	X			20	
Juegos predeportivos, combinando beisbol, baloncesto, voleibol, todo aplicado al futsal con una combinación de componentes y habilidades	x		x	20	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
los deportistas realizarán una serie de ejercicios y circuitos para trabajar la técnica, incluyendo el pase, el cabeceo y haciendo un enfasis en el remate y la definición	x			10	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	10		

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 30-nov	**Lugar:LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 3:30PM**	**N° de sesión: 86**	**N° de semana: 5**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Desarrollar las capacidades fisicas

Objetivo Especifico: Planificar ejercicios que fortalezcan diferentes grupos musculares del cuerpo.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
Ejercicio con musica tabata, rutina de pecho, pierna y abdomen		Explosiva	**x**	20	
Consiste en dar vueltas de forma circular.Los jugadores deberán sentarse en las rodillas del compañero de atrás.	Resistencia	Aerobica	**x**	10	
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
Carreras al estilo atletismo por trios y de a parejas,la distancia seran de 10 a 20 mts		maxima	**x**	20	
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
Realizaran juegos de coordinacion viso manual y coordinacion viso pedica	Orientación	**x**	10	
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
Enseñar a los deportistas himno de cundinamarca, hablar a cerca de nuestra pertenencia y directores		**Institución**	10	
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Los deportistas contaran con un tiempo para realizar practica libre, sera de su elección entrenar fisico, coordinacion o jugar futbol de salon	**X**			20	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 2-dic	Lugar:LUIS AMIGO	Municipio: CAJICÁ	Hora: 10:00AM	N° de sesión: 87	N° de semana: 5
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Realizar retroalimentación y globalizar lo aprendido durante el mes.					
Objetivo Especifico: Identificar fortalezas , ventajas y desventajas del proceso Realizado					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	x	20	
Se realizaran test de velocidad para poder evaluar a los deportistas		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica	x	20	
Se realizaran test de flexibilidad para poder evaluar a los deportistas		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
	Componente teorico	TEMAS		
Ronda de preguntas aleatorias a cerca del futbol de salon		REGLAS	10	
	Componente Social volutivo	TEMAS		
Reflexion de grupo para evaluar avances y dar opiniones a cerca de la clase		Participación	5	
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
					CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO
Juego por equipos y finalizando compartir entre deportistas y docente				25	

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		5		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		5		

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 2-nov	Lugar: LUIS AMIGO	Municipio: CAJICÁ	Hora: 1:30PM	N° de sesión: 83	N° de semana: 1
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X
Objetivo General: Identificar algunos planteamientos tacticos					
Objetivo Especifico: Reconocer la tactica ofensiva y defensiva a través de diferentes trabajos.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
Por parejas deberan ubicarse frente al otro, a la indicacion del entrenador haran la mayor cantidad de toques en alguna parte del cuerpo del compañero (Cabeza, hombros, rodillas, pies)	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	X	10	

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
	Orientación		
	Equilibrio		
	Reacción		
	Ritmo		
	diferenciacion		

	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
Explicar conceptos basicos que entiendan los deportistas	Componente teorico	REGLAS BASICAS	10
Dar a conocer algunos conceptos tacticos defensivos y ofensivos a través de ayuda audiovisual		TACTICA	10
Realizar una charla sobre la importancia del tapabocas y el lavado de manos	Componente Social volutivo	CUIDADO E HIGIENE	5
	Componente recreativo		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Dependiendo del sistema empleado por cada equipo se situarán "X" jugadores en las respectivas posiciones.El objetivo será que los propios jugadores elaboren difrentes jugadas de ataque simulando acciones reales de juego		X		25	CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO
Movimientos base de presión colectiva media en un 4-4-2.Las diferentes variaciones de puestos determinarán las variaciones puntuales de movimientos.Insistir en el como (2x1) y donde (banda) iniciar la presión.		X		25	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	5	Preguntas a cerca de los valores trabajados	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 4-nov	Lugar: LUIS AMIGO	Municipio: CAJICÁ	Hora: 1:30PM	N° de sesión: 84	N° de semana: 1
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X
Objetivo General: Desarrollar trabajos tecnicos					
Objetivo Especifico: Generar actividades para desarrollar la recepcion y el pase					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
1)Abdominal superior piernas extendidas.2)Abdominal inferior elevando alternativamente las piernas extendidas.3)Oblicuos mediante inclinaciones laterales	Fuerza	Maxima			
		Explosiva	X	15	
	Resistencia	Aerobica			
Sprint 15 metros y volviendo suave recuperando.		Anaerobica	x	20	
Desarrollo de la potencia.1ª serie; 8 minutos de carrera continua.2ª serie; 8 minutos con diferentes tipos de desplazamientos	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	x		
		Reacciòn		15	
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
		TEMAS		
Ronda de pases por parejas, 10 mts, 20mts, 30 mts	Patrones Basicos de Movimiento	Recepcion	10	
		TEMAS		
	Componente teorico			
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Realizar algunos ejercicios de velocidad de reaccion para subir el ritmo cardiaco y trabajar el sistema cardiovascular	X			20	CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		5		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		5		

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 9-nov	**Lugar: LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 8:00AM**	**N° de sesión:85**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Entrenar algunas rutinas de capacidades fisicas y condicionales					
Objetivo Especifico: Realizar diferentes ejercicios de tren inferior y superior					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina	x	Trabajo en equipo	x		
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad			
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia			

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
Entrenamiento hit tren inferior, Jumping Squat, jump Jacks		Explosiva	**x**	10	
n un recorrido en las gradas, la idea es subir y tocar la pared y volv	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	**x**	10	
Se ubicaran por parejas espalda con espalda, los de la derecha seran 1 y los otros seran 2, cuando el docenre diga algun numero deberan reaccionar y atrapar a su compañero. Se puede cambiar los numeros por animales o colores	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn	**x**	10	
	Flexibilidad	Estatica			
Estiramientos de tipo balistico a una intensidad alta.		Dinamica	x	10	

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Realiza desplazamientos dinámicos de forma lineal, diagonal, curvilinea, zig-zag, alternando brazos y piernas, de forma bipodal y unipodal	**x**			15	
Se jugara la famosa banquita en equipos de a 3 personas	**x**		x	15	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
Juego libre al estilo "micro" sin reglas para el saque del portero y para los saques de banda	**x**		x	**15**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento Dinamico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	5		

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 11-nov	**Lugar: LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 1:30PM**	**N° de sesión:86**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: enfatizar el entrenamiento en juegos predeportivas .					
Objetivo Especifico: Llevar a cabo diferentes actividades que nos ayuden al desarrollo de capacidades coordinativas					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Realizaran juegos de coordinacion viso manual y coordinacion viso pedica de mayor dificultad	Orientación	x	10	
Desplazamiento por una misma linea y con obstaculos, despues se implementara el balon, zigzag, etc	Equilibrio	x	10	
	Reacción			
Los deportistas realizaran ejercicios musicalizados con trabajo muscular	Ritmo	x	10	
Ejercicios de porteros donde deberan atrapar pelotas, balones y otros elementos que generen distraccion	diferenciacion	x	10	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Ejercicios en circuito por parejas, uno de los dos lleva el balon y lo ira lanzando al compañero para que este lo regrese con la cabeza rematando según la indicación del entrenador	**X**			20	
Juegos predeportivos, combinando beisbol, baloncesto, voleibol, todo aplicado al futsal con una combinación de componentes y habilidades	**x**		x	20	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	10		

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 16-nov	**Lugar: LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 1:30PM**	**N° de sesión: 87**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Reconocer los valores y el trabajo en equipo.					
Objetivo Especifico: Se realizaran ejercicios que nos lleven a entender algunos valores importantes en el deporte					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina	x	Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
Rutina con ayuda de peso basadas en el RM	Fuerza	Maxima	x	15	
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Realizar un compartir con una merienda y charlar sobre temas sociales	**Componente teorico**	**TEMAS**		
		COMPAÑERISMO	10	
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
Poner situaciones problema y dar solucion a esos conflictos		RESPETO	10	
Se desarrollara un jjuego predeportivo de balon mano, la idea es enfatizar en el trabajo en equipo	**Componente recreativo**	COOPERACION	15	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
los deportistas practicaran el remate hacia el arco , el que no logre meter gol tendra que realizar una serie de 5 sentadillas (compromiso).	X			20	
Se formaran por equipos en una fila, cada integrante debera llevar un elemento hasta cierto punto y regresar para darle salida a su compañero,			x	10	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento				
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	10	Reflexion y opiniones	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 18-nov	**Lugar: LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 8:00AM**	**N° de sesión: 88**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar las capacidades fisicas					
Objetivo Especifico: Planificar ejercicios que fortalezcan diferentes grupos musculares del cuerpo.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSO**
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
Ejercicio con musica tabata, rutina de pecho, pierna y abdomen		Explosiva	**x**	20	
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
Carreras al estilo atletismo por trios y de a parejas,la distancia seran de 10 a 20 mts, despues se haran relevos		Desplazamiento			
		maxima	**x**	20	
	Flexibilidad	Estatica			
Los deportistas deberan recoger diferentes elementos mientras realizan algunos desplazamientos en diferente dirección		Dinamica	x	10	

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
Realizaran juegos de coordinacion viso manual y coordinacion viso pedica	Orientación	**x**	10	
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Enseñar a los deportistas himno de cundinamarca, hablar a cerca de nuestra pertenencia y directores	**Componente teorico**	**TEMAS** **Institución**	10	
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
Se dividiran por equipos y se jugaran eliminatorias por gol o tiempo, se pondran algunas reglas, a un toque, dos toques maximo, etc	**X**			20	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 21-nov	Lugar: LUIS AMIGO	Municipio: CAJICÁ	Hora: 1:30PM	N° de sesión: 89	N° de semana: 4
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X
Objetivo General: Identificar conceptos de la tactica					
Objetivo Especifico: Reconocer la tactica ofensiva a través de diferentes trabajos.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
	Orientación		
	Equilibrio		
	Reacción		
	Ritmo		
	diferenciacion		

	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
	Componente teorico	TEMAS	
Explicación principios ofensivos		TACTICA	10
Videos de equipos y jugadores en torneos			
Actividad de preguntas y opiniones entre compañeros			
Trofeos, goleadores de Cundinamarca y el pais			
	Componente Social volutivo		
	Componente recreativo		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
ejercicios analiticos y de repetición aplicando los pincipios de desmarque, espacio libre, progresión y ataque	X			25	CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO
Se desarrollaran ejercicios de contragolpe, posesion y otras tacticas del futsal				25	
Finalizaremos con una practica de juego real aplicando conceptos aprendidos				30	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 23-nov	**Lugar: LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 1:30PM**	**N° de sesión: 90**	**N° de semana: 4**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar una clase recreativa					
Objetivo Especifico: Identificar como el juego es un factor fundamental en cualquier practica deportiva					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		amistad	x	Participacion	
Compañerismo	x	Tolerancia	x	Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
Ejercicios de Estiramiento y recuperacion en el puesto	Flexibilidad	Estatica	**x**	10	
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
Clase de aerobicos apoyada de musica	Reacción	x	20	
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
Se realizara el juego de la lleva y y triki evidenciando conduccion de balon al tiempo	**Componente recreativo**		20	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Trabajaremos el remate a traves del juego de bolos, esta vez con el ballon y con conos que supliran los elementos	**X**			20	
					CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO
Los deportistas estaran realizando conduccion por toda la cancha, a la señal del silbato deberan ingresar en una zona demarcada por el docente	**x**		x	15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	5		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 25-nov	**Lugar:LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 8:00AM**	**N° de sesión: 91**	**N° de semana: 4**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Profundizar a cerca de estilos y metodos de juego					
Objetivo Especifico: Identificar conceptos de la tactica					
Objetivo Tecnico o Tactico : Reconocer la tactica ofensiva través de diferentes trabajos.					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**x**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**x**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**x**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**x**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
Los deportistas deberan recoger diferentes elementos mientras realizan algunos desplazamientos en diferente dirección		Dinamica	x	10	
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación				
	Equilibrio				
	Reacción				
	Ritmo				
	diferenciacion				**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
	Componente teorico		**TEMAS**		
Explicación Historia y reglamento del deporte.			**REGLAS**	10	
Videos de equipos y jugadores en torneos			**TORNEOS**	10	
Actividad de preguntas y opiniones entre compañeros			**HISTORIA**	10	
Trofeos, goleadores de Cundinamarca y el pais			**PERTENENCIA**	10	
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
Juego de 21, el que no realice 10 toques minimo con el balon respondera pregunta	**Componente recreativo**		**TEORIA**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Se desarrollara un pequeño torneo interno por equipos, enfatizando en el reglamento real, el docente tendra el papel de juez	**X**			30	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 28-nov	**Lugar:LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 1:30PM**	**N° de sesión: 92**	**N° de semana: 5**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**

INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X

Objetivo General: Profundizar a cerca de estilos y metodos de juego
Objetivo Especifico: Identificar conceptos de la tactica
Objetivo Tecnico o Tactico : Reconocer la tactica defensiva través de diferentes trabajos.

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
Por parejas realizaran carreras de atletismo con una distancia de 20 a 30 mts		Desplazamiento	x	15	
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Explicar algunos estilos y concetos defensivos	**Componente teorico**	**TEMAS** **TACTICA**	10	
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
La actividad se realizara desde un tiro de esquina, el equipo que defiende tiene que salir a la contra y el que ataca debera ubicarse rapido en su zona para trabajar temporizacion y repliegue	**X**	**x**		20	
Se desarrollaran ejercicios de marca individual y marca en zona aplicando variantes al ejercicio	**x**	**x**		20	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
Finalizaremos con una practica de juego real aplicando conceptos aprendidos				25	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 30-nov	**Lugar:LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 1:30PM**	**N° de sesión: 93**	**N° de semana: 5**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Profundizar a cerca de estilos y metodos de juego					
Objetivo Especifico: Identificar conceptos de la tactica					
Objetivo Tecnico o Tactico : Reconocer la tactica ofensiva través de diferentes trabajos.					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
Explicación principios ofensivos		**TACTICA**	10	
Videos de equipos y jugadores en torneos				
Actividad de preguntas y opiniones entre compañeros				
Trofeos, goleadores de Cundinamarca y el pais				
	Componente Social volutivo			
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
ejercicios analiticos y de repetición aplicando los pincipios de desmarque, espacio libre, progresión y ataque	**X**			25	
Se desarrollaran ejercicios de contragolpe, posesion y otras tacticas del futsal				25	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
Finalizaremos con una practica de juego real aplicando conceptos aprendidos				30	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 2-dic	**Lugar:LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 8:00AM**	**N° de sesión: 94**	**N° de semana: 5**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Profundizar a cerca de estilos y metodos de juego					
Objetivo Especifico: Identificar conceptos de la tactica					
Objetivo Tecnico o Tactico : Reconocer la tactica defensiva a través de diferentes trabajos.					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
Por parejas realizaran carreras de atletismo con una distancia de 20 a 30 mts		Desplazamiento	x	15	
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Explicar algunos estilos y concetos defensivos	**Componente teorico**	**TEMAS** **TACTICA**	10	
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

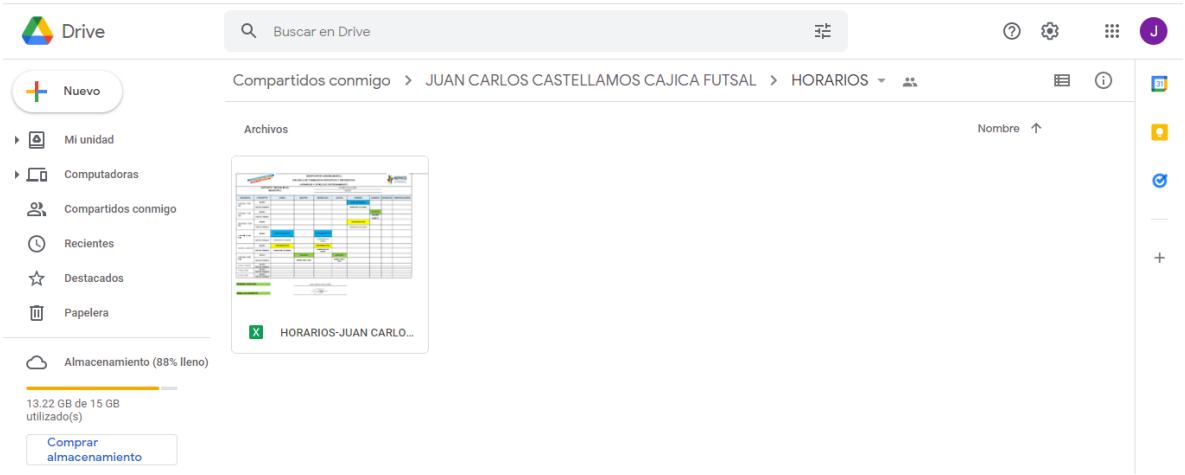
ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
La actividad se realizara desde un tiro de esquina, el equipo que defiende tiene que salir a la contra y el que ataca debera ubicarse rapido en su zona para trabajar temporizacion y repliegue	**X**	x		20	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
Se desarrollaran ejercicios de marca individual y marca en zona aplicando variantes al ejercicio	x	x		20	
Finalizaremos con una practica de juego real aplicando conceptos aprendidos				25	

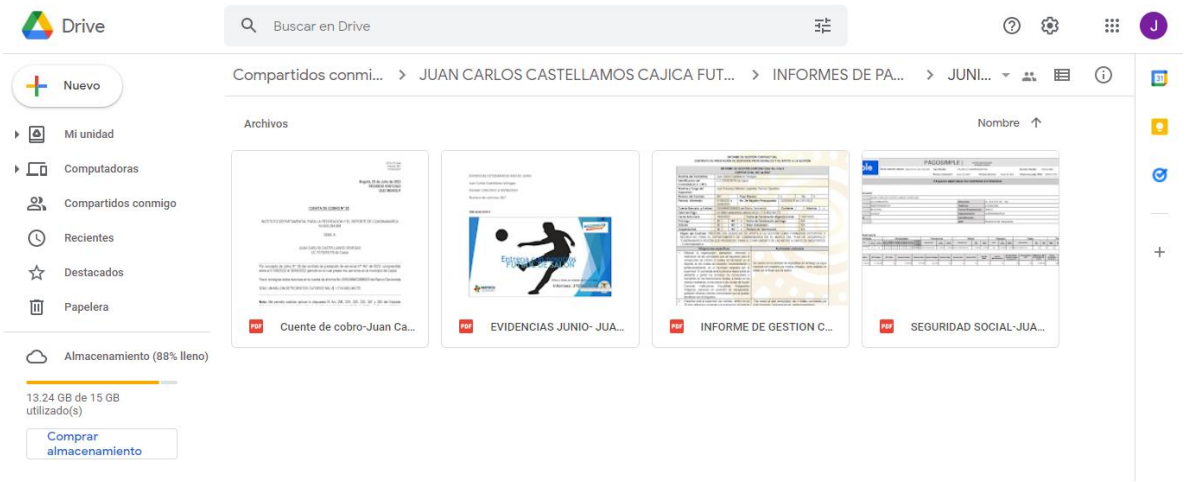
PARTE FINAL

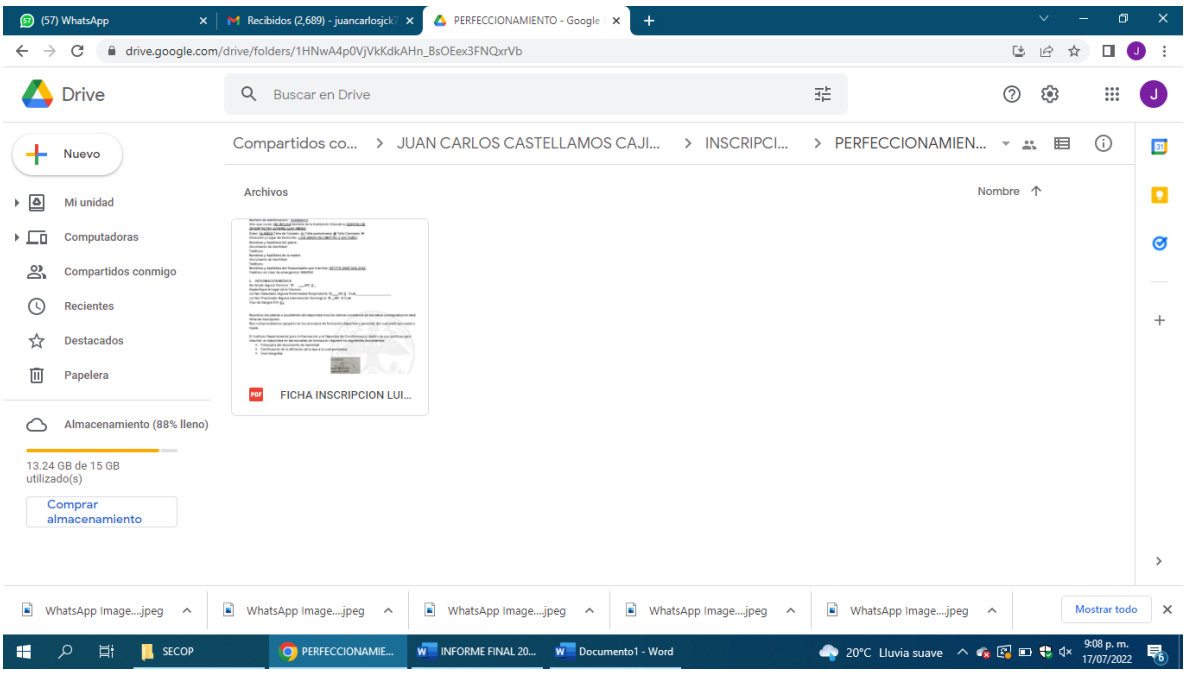
ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

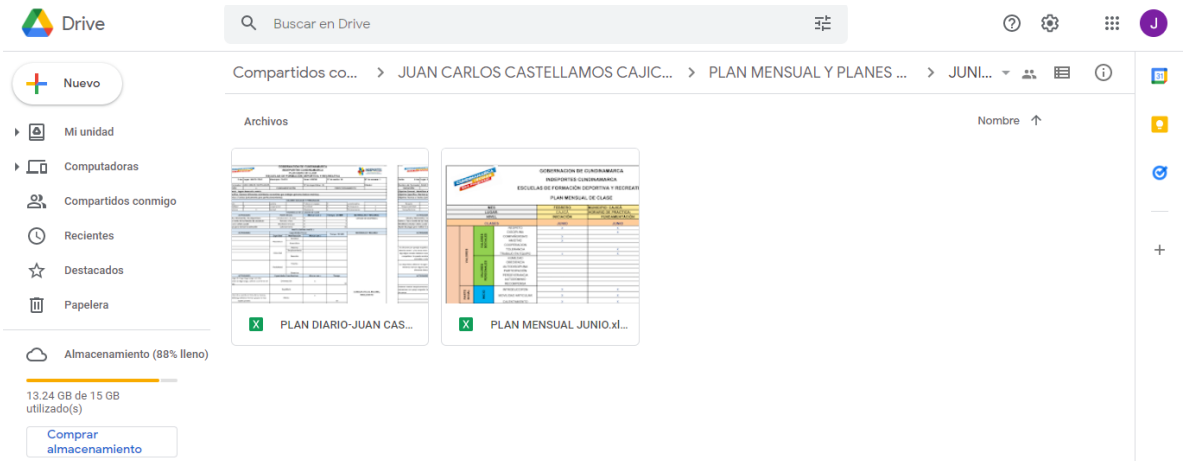
Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

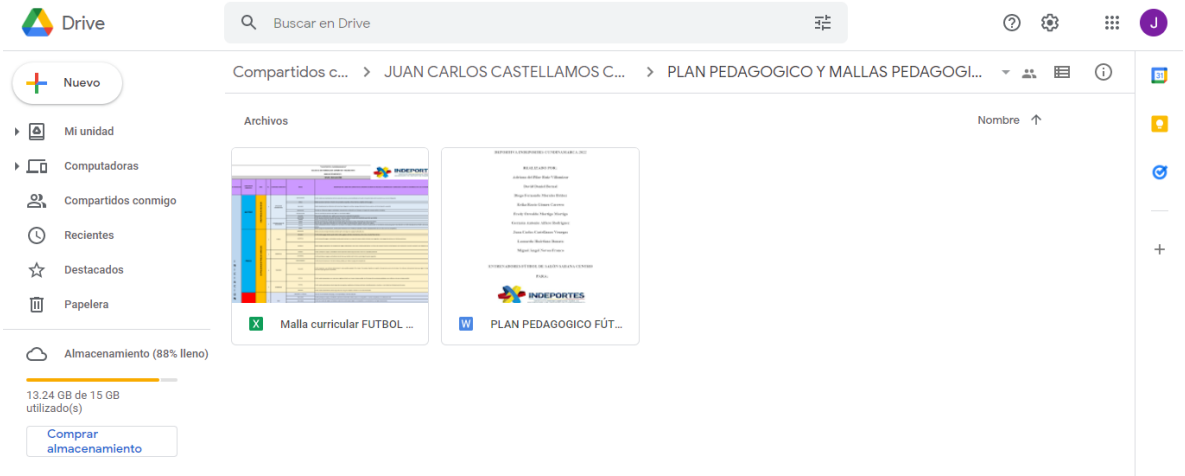
OBLIGACIÓN 7

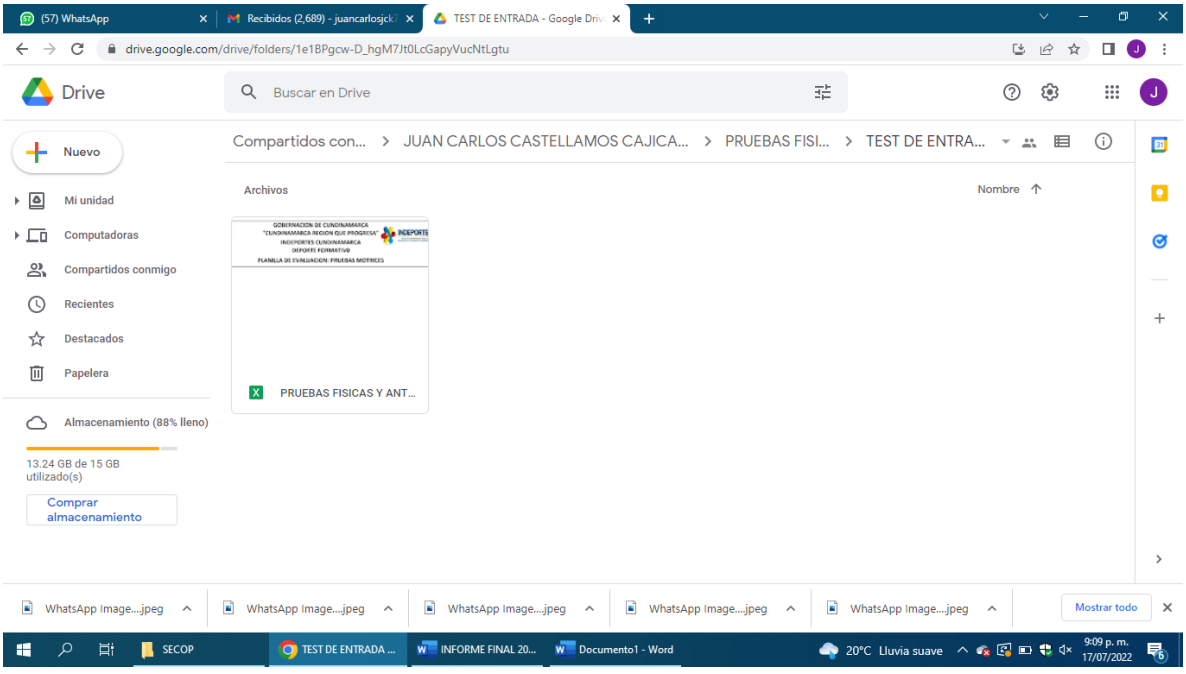












OBLIGACION 8

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

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

FIRMA FORMADOR:

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

Fecha: 1-dic	Lugar: SANTA CRUZ	Municipio: CAJICÁ	Hora: 4:00PM	N° de sesión: 75	N° de semana: 1
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN	x	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Conseguir un desarrollo motor a través de juegos.					
Objetivo Especifico: Realizar diferentes actividades recreativas					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo	X	autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad	X	Participacion	x
Compañerismo	X	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	X

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Resistencia	Aerobica			CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
Por parejas deberan ubicarse frente al otro, a la indicacion del entrenador haran la mayor cantidad de toques en alguna parte del cuerpo del compañero (Cabeza, hombros, rodillas, pies)	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x	10	

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
	Orientación		
	Equilibrio		
	Reacción		
	Ritmo		
	diferenciacion		

	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
Realizar el juego de la lleva, cuando este claro se aplicara la variante de cadenita		CORRER	10
Con la ayuda de una pelota deberan jugar ponchados		LANZAR	10
	Componente teorico	TEMAS	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
	Componente recreativo		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Los deportistas realizaran algunas actividades de reacción, se dividiran en dos grupos, el 1 y el 2, el numero que diga el entrenador atrapara al otro (cambiar por colores, animales,etc)			X	25	CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO
TINGO TANGO , esta vez al deportista que le caiga el balon cuando se diga tango debera ponchar a los demás			X	15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	10	Preguntas a cerca de los valores trabajados	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 3-dic	Lugar: SANTA CRUZ	Municipio: CAJICÁ	Hora: 4:00PM	N° de sesión: 76	N° de semana: 1
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN	x	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Identificar algunas tecnicas del Futbol de salon.

Objetivo Especifico: Generar actividades para desarrollar la recepcion y el pase

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
Se ubicaran por parejas espalda con espalda, los de la derecha seran 1 y los otros seran 2, cuando el docenre diga algun numero deberan reaccionar y atrapar a su compañero. Se puede cambiar los numeros por animales o colores	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn	x	10	
Los deportistas deberan recoger diferentes elementos mientras realizan algunos desplazamientos en diferente dirección	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x	10	

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
Deberan realizar desplazamientos en un circuito de obstaculos con apoyo unipodal. Se ira cambiando el pie de apoyo.	Equilibrio	x	10	
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Carrera de relevos en un recorrido corto (20 metros)		**CORRER**	10	
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
Realizar una charla sobre la importancia del tapabocas y el lavado de manos		CUIDADO E HIGIENE	5	
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Explicar cada uno de los diferentes pases que se pueden realizar en el juego real, utilizando herramientas tecnologicas como lo son los videos	X			25	
El niño tomará el balón de fútbol sala con la mano, lo arrojará al aire, al caer tratará de golpearla con la cabeza, el pecho, un hombro u otro (reconocimiento de las distintas partes del cuerpo)	X		x	20	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 6-dic	Lugar: SANTA CRUZ	Municipio: CAJICÁ	Hora: 9:00AM	N° de sesión: 77	N° de semana: 2
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN	x	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Desarrollar las capacidades coordinativas					
Objetivo Especifico: Generar actividades que involucren movimientos simultaneos de diferentes grupos musculares.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina	x	Trabajo en equipo	x		
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad			
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x		

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
Realizaran juegos de coordinacion viso manual y coordinacion viso pedica (malabares, lanzamientos)	Orientación		x	25	
Realizaran el juego del lazo, la idea es saltar mientras la cuerda da vueltas y mantener el equilibrio en un punto exacto	Equilibrio		x	10	
Juego tingo tango, al que le caiga el tango debera ponchar a los demas.	Reacción		x	10	
	Ritmo				
Ejercicios de agarre y lanzamientos	diferenciacion		x	10	CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO, LAZOS
	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		
	Componente teorico		TEMAS		
	Componente Social volutivo		TEMAS		
	Componente recreativo				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Realiza desplazamientos dinámicos de forma lineal, diagonal, curvilinea, zig-zag, alternando brazos y piernas, de forma bipodal y unipodal	x			20	
Conducir el balón de fútbol sala hacia las vallas, saltando las mismas y pasando la pelota por debajo (salto)	x			10	CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento Dinamico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	5		

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 10-dic	**Lugar: SANTA CRUZ**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 4:00PM**	**N° de sesión: 78**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Generar actividades que involucren juego y tecnica					
Objetivo Especifico: Realizar ejercicios enfocados al remate, pase y conduccion					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO, PELOTAS.**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Realizaran el juego de bolos, primero lanzamientos con la mano y con pelotas, luego con el pie y balones		**Lanzar**	20	
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
realizaran circuitos de cabeceo y de saque de banda	**X**			25	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
Un grupo de niños saldrá simultáneamente hacia una meta llevando el balón de fútbol sala en la mano, una vez allí la dejaran en el suelo y partirán hacia la otra meta llevándola con el pie	**X**		x	15	
Ejercicios de rondo , espacio reducido	**x**			**20**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	5		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	5		

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 13-dic	**Lugar: SANTA CRUZ**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 4:00PM**	**N° de sesión: 79**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**

INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**			
Objetivo General: Reconocer algunos valores importantes en la vida y en el deporte.							
Objetivo Especifico: Se realizaran ejercicios que nos lleven a entender algunos valores importantes en el deporte							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina	x	Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	x

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
Sesion corta de Zumba o rumba	Ritmo	x	20	
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
Actividad de telefono roto, a traves de dibujos que se mostraran mientras los demas tendran los ojos vendados.	**Componente Social volutivo**	EQUIPO	10	
socializar con los deportistas, la forma adecuada en la que se deeben comportar a la hora de jugar un partido.		RESPETO	10	
Se desarrollara un jjuego predeportivo de balon mano, la idea es enfatizar en el trabajo en equipo	**Componente recreativo**	COOPERACION	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
Se haran 2 equipos y se pondra una caja a un lado y varios materiales al otro costado, cada uno debera ir y llevar un objeto y meterlo en la caja, gana el equipo que mas objetos logre incluir en su caja	**X**		x	20	
Juegos de carrera con cambios de ritmo	**x**		x	10	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO, BAFLE**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	10	Dinamico recogiendo material	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	10	Reflexion y opiniones	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 15-dic	**Lugar: SANTA CRUZ**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 9:00AM**	**N° de sesión: 80**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Trabajar la tecnica.					
Objetivo Especifico: Desarrollar actividades para mejorar en el pase y el remate					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Resistencia	Aerobica			
Los deportistas recorreran distancias cortas a media intensidad y con tiempos de trabajo cortos		Anaerobica	**x**	15	
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**x**		
		Reacciòn			
Realizar algunos ejercicios de estiramiento y recuperación	Flexibilidad	Estatica	**x**	10	
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación				
	Equilibrio				
la señal del silbato del entrenador, los jugadores con un balón, sentados mirando hacia adelante, detrás de una línea, saldrán lo más rápido posible conduciendo el balón hacía la meta, situada a mitad del campo	Reacción				
			x	20	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Pasar entre dos jugadores y tras un regate tirar a portería.Comenzará por un envío largo por parte del defensor.	**X**			20	
Por parejas a una distancia de 10m..Pasarse el balón entre los dos, alternando de pierna de golpeo	**X**			15	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	10	Preguntas de lo aprendido	

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 17-dic	Lugar: SANTA CRUZ	Municipio: CAJICÁ	Hora: 4:00PM	N° de sesión: 81	N° de semana: 3
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN	x	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Desarrollar capacidades coordinativas y Fisicas					
Objetivo Especifico: Realizar un trabajo especifico para el desarrollo de Capacidades y habilidades					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
Juego de la peste.En el momento que un jugador sea tocado por el de la peste quedará inmovilizado.Podrá ser liberado si otro jugador pasa por debajo de sus piernas.	Resistencia	Aerobica	x	15	CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
		Anaerobica			
El jugador de la mitad intenta conducir hasta el cono más lejano.Los otros 2 jugadores saldrán al mismo tiempo e intentarán alcanzarlo antes de que llegue al pivote.	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn	x	10	
	Flexibilidad	Estatica			
Los deportistas realizar ejercicios de estiramiento mientras se realiza un juego (Congelados)		Dinamica	x	10	

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
Los deportistas jugaran a la lleva, pero se daran indicaciones de espacios donde podran estar ubicados	Orientación	x	10
	Equilibrio		
Competición entre 2 equipos.Deberán de llegar lo antes posible al balón para chutar a portería.	Reacción	x	15
	Ritmo		
Realizaran lanzamientos por parejas a diferentes distancias con el balon de futsal y luego con una pelota mas pequeña	diferenciacion	x	10

	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
Circuito de Saltos con obstaculos en diferentes direcciones		Saltar	10
	Componente teorico	TEMAS	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
Charla a cerca de presentación personal e indumentaria adecuada para la practica		Presentacion	5
	Componente recreativo		

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo

PARTE FINAL — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades
1.Estiramiento	x	10	Ejercicios de recuperación
2.Retroalimentaciòn de la clase valores			
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	5	

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 20-dic	**Lugar: RINCON SANTO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 4:00PM**	**N° de sesión: 82**	**N° de semana: 4**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Generar actividades con un componente motriz.

Objetivo Especifico: Generar actividades para desarrollar la orientación y trabajar recepcion y pase

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina	x	Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
Realizaran el juego del gato y el raton	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**x**	10	
		Reacciòn			
Se realizaran algunas posturas del yoga involucrando respiracion y relajacion	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x	10	
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
Desplazamiento por una misma linea en puntas de pie, a una sola pierna y diferentes variantes	Equilibrio		x	10	
	Reacción				
	Ritmo				
	diferenciacion				**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Ejercicios por pareja, realizaran pases y recepciones según vaya indicando el profesor (borde interno, externo, planta del pie)	**X**			20	
Conducción para después realizar un tiro.Tras sortear todos los conos dirigirse a uno de los 2 más alejados para tirar a portería	**X**		x	25	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
Los jugadores situados en forma triangular se pasan el balón.Los controles serán orientados.	**x**		x	15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 22-dic	Lugar: SANTA CRUZ	Municipio: CAJICÁ	Hora: 9:00AM	N° de sesión: 83	N° de semana: 4
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:

INICIACIÓN	x	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Relacionar el juego con la motricidad

Objetivo Especifico: Realizar diferentes juegos que involucren patrones del movimiento

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	x	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	x	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	x	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	x	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
Realizaran el juego de la lleva, a mitad del juego realizaran la variante de Cadenita	Resistencia	Aerobica	x	10	
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
Juego de malabares y lanzamientos con diferentes tipos de pelotas	**Patrones Basicos de Movimiento**	**TEMAS**		
		lanzar y atrapar	20	
	Componente teorico	**TEMAS**		
		REGLAS		
		TORNEOS		
		HISTORIA		
		PERTENENCIA		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
Juego de piedra papel o tijera dentro de un circuito , de habilidades motrices, el ganador seguira el recorrido	**Componente recreativo**	**TEORIA**	20	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
A la señal del entrenador cada equipo intenta sacar las pelotas de su campo y lanzarlas al campo contrario, pierde el equipo que al finalizar tenga mas pelotas en su campo	X		x	20	
Juego del gato y el raton, realizaremos este juego tradicional , se vera la reaccion y la velocidad de desplazamiento.	x		x	20	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 24-dic	**Lugar: SANTA CRUZ**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 4:00PM**	**N° de sesión: 84**	**N° de semana: 4**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Identificar conceptos del futbol de salon.					
Objetivo Especifico: Explicar historia y caracteristicas del futbol de salón					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
Los deportistas deberan recoger diferentes elementos mientras realizan algunos desplazamientos en diferente dirección		Dinamica	x	10	

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
Explicación Historia y reglamento del deporte.		**REGLAS**	10	
Videos de equipos y jugadores en torneos		**TORNEOS**	10	
Actividad de preguntas y opiniones entre compañeros		**HISTORIA**	10	
Trofeos, goleadores de Cundinamarca y el pais		**PERTENENCIA**	10	
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
Juego de piedra papel o tijera dentro de un circuito , el perdedor debera dar algun dato de lo aprendido en clase	**Componente recreativo**	**TEORIA**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Se desarrollara un pequeño torneo interno por equipos, enfatizando en el reglamento real, el docente tendra el papel de juez	**X**			30	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 27-dic	**Lugar: SANTA CRUZ**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 4:00PM**	**N° de sesión: 85**	**N° de semana: 5**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Identificar conceptos del futbol de salon.
Objetivo Especifico: Explicar historia y caracteristicas del futbol de salón
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
CIEN PIES Consiste en desplazarse a lo largo del campo.En fila uno detrás del otro con los pies en la cabeza del siguiente.	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	x	15	
Todos menos un jugador tendrán un peto "enganchado" en la parte de atrás del pantalón.El que no tiene el peto tratará de quitárselo a alguno de sus compañeros.Finalizará el juego cuando ningun jugador tenga peto.	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	X	25	
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
A una distancia de 10 metros aprox. respecto del grupo se coloca un jugador.Este ha de cerrar los ojos y correr con velocidad hacia los compañeros, guiado por sonidos	Orientación	x	20	
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Se realizara un torneo de penales por equipos, disputaran de a 2 equipos en cada arco	X			20	
Sucesión de pases entre 4 jugadores en la que se realiza una acción de pared o regate y se culmina con tiro				10	CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 29-dic	**Lugar: SANTA CRUZ**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 9:00AM**	**N° de sesión:86**	**N° de semana: 5**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Identificar conceptos del futbol de salon.					
Objetivo Especifico: Explicar historia y caracteristicas del futbol de salón					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
Los deportistas deberan recoger diferentes elementos mientras realizan algunos desplazamientos en diferente dirección		Dinamica	x	10	
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación				
Deberan hacer dominadas de balon sin salirse de un espacio, despues lanzaran el balon hacia arriba caminando por una cuerda sin salir de ella.	Equilibrio		x	10	
	Reacción				
	Ritmo				
	diferenciacion				**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
	Componente teorico		**TEMAS**		
Videos de equipos y jugadores en torneos			**TORNEOS**	10	
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo		**TEORIA**		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Se divide a la plantilla en 4 equipos (blanco, rojo, azul y verde) trabajaran la posesion 2 equipos vs los otros dos	**X**			20	
Por parejas pasarse el balón. Se puede controlar el balón.Cambiar las ditancias.Cambiar de piernas de golpeo				20	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
Partidos de eliminacion a un gol o por tiempo				20	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 2-dic	**Lugar: LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 3:30PM**	**N° de sesión: 88**	**N° de semana: 1**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Lograr un desarrollo de las capacidadesd coordinativas y tecnica					
Objetivo Especifico: Generar actividades variadas de reaccion, equilibrio y tecnica de remate.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Amistad	x	tolerancia	x

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
Se dividiran en 2 equipos, cada integrante del equipo tendra un numero de 1 al ... el entrenador dira un numero, el integrante debera ir a coger un elemento, gana el que lo haga mas rapido.	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn	**x**	10	
	Flexibilidad	Estatica			
Desplazamientos con pausas para tocar alguna parte del cuerpo que indique el docente		Dinamica	x	10	
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación				
Realizaran diferentes trabajos y ejercicios de tren inferior con apoyo unipodal	Equilibrio		x	10	
	Reacción				
	Ritmo				
	diferenciacion				**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
	Componente teorico		**TEMAS**		
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
Realizar una charla sobre el respeto y el uso de buen vocabulario en la clase.			Respeto	5	
	Componente recreativo				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Realizaran el ejercicio de trenza para finalizar con remate al arco, se iran poniendo defensas a medida del ejercicio.	**X**			**15**	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
Deberan conducir una pelota de tenis por un circuito de obstaculos conformado por diferentes elementos	**X**			**15**	
Cada jugador completa el circuito de manera continuada.Inicia con conducción en zig- zag para finalizar con tiro	**X**			**10**	

Re				
ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	5	Preguntas a cerca de los valores trabajados	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 5-dic	Lugar: LUIS AMIGO	Municipio: CAJICÁ	Hora: 3:30PM	N° de sesión: 89	N° de semana: 2
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Generar desarrollo de capacidades condicionales y fisicas.					
Objetivo Especifico: Generar actividades para desarrollar la fuerza, resistencia, entre otras					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
Realizar una rutina de tabata (flexiones, abdominales y sentadillas)		Explosiva	x	10	
Consiste en dar vueltas de forma circular.Los jugadores deberán sentarse en las rodillas del compañero de atrás	Resistencia	Aerobica	x	10	
		Anaerobica			
1)Carrera en sprint realizando slalom 2)Frecuencia apoyo de ambos pies entre pica y pica con aceleración.3)Carrera en sprint mediante zig-zag.4)Ampliar la zancada progresivamente	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	x	20	
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
	Orientación		
	Equilibrio		
	Reacción		
	Ritmo		
	diferenciacion		

	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
Por parejas haran saques de banda de manera repetitiva hasta entender el gesto		LANZAR Y AGARRAR	10
		X	
	Componente teorico	TEMAS	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
	Componente recreativo		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Consiste en un cambio de posiciones.Cada jugador se sitúa en una marca horaria.Cuando el entrenador diga una hora y un minuto ambos jugadores intercambiarán sus posiciones rápidamente	X			25	CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO
Se realizara el ejercicio de trenza por grupos de 3, se implementaran defensas con el transcurso.	X			15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 7-dic	Lugar: LUIS AMIGO	Municipio: CAJICÁ	Hora: 10:00AM	N° de sesión: 90	N° de semana: 2
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Generar juego real entre los jugadores					
Objetivo Especifico: Trabajar ejercicios de rondo, pase y situaciones reales					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	amistad	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		tolerancia	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia			

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
Por parejas deberan ubicarse frente al otro, a la indicacion del entrenador haran la mayor cantidad de toques en alguna parte del cuerpo del compañero (Cabeza, hombros, rodillas, pies)	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x	10	

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
		TEMAS		
	Patrones Basicos de Movimiento			
		TEMAS		
Compartir con los deportistas algunas reglas importantes durante un juego de futbol de salon	Componente teorico	REGLAS	10	
		TEMAS		
	Componente Social volutivo			
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Realizar espacios reducidos y rondos, se utilizara mas adelante un comodin y se ira agrandando el espacio para llevarlo a la cancha real	x			20	CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO
Mini torneo entre los intrgrantes de la clase que estaran divididos por equipos de acuerdo a la cantidad de participantes	x			30	
Rondo entre 5 jugadores.Detrás de cada pivote tendrán otro al cual cada vez que den un pase deberán de rodear.No se podrá devolver el pase al jugador que se le ha enviado.	x			10	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento Dinamico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	10		

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 9-dic	**Lugar: LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 3:30PM**	**N° de sesión: 91**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**

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

Objetivo General: Corregir algunas tecnicas propias del futbol de salon.

Objetivo Especifico: Realizar ejercicios enfocados al remate, pase y conduccion

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
Realizar 3 vueltas al circuito.1ª) 30" de acción 30" de recuperación - 2ª) 25" de acción 35" de recuperación - 3ª) 20" de acción 40" de recuperación	Fuerza	Maxima	x	10	
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
Carrera de relevos por equipos, la distancia a recorrer sera de 30 a 50 mts	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	x	10	
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**

	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Cuatro jugadores se colocan en forma de cuadro.Realizan acciones de pase vertical y diagonal.Tras dar el pase retroceden hasta la señal		**Recepcion**	10	
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
realizaran circuitos de cabeceo y de saque de banda	X			20	
Se realizara un juego que involucre el pase entre sus actividades	X		x	10	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
Ejercicios de rondo , espacio reducido	x			20	
Paredes entre los jugadores que finaliza con un pase en profundidad.Tras un control pasará al área para que remate a portería el jugador que ha realizado el desmarque.	x			**10**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 12-dic	**Lugar: LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 3:30PM**	**N° de sesión: 92**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**

INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Entender la importancia de los valores dentro de la cancha y fuera de esta.

Objetivo Especifico: Se realizaran ejercicios que nos lleven a entender algunos valores importantes en el deporte

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad		amistad	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		tolerancia	x

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
Se ubicaran por parejas espalda con espalda, los de la derecha seran 1 y los otros seran 2, cuando el docenre diga algun numero deberan reaccionar y atrapar a su compañero. Se puede cambiar los numeros por animales o colores	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn	x	10	
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
Actividad de tingo tango y actividad por equipos (retos)		EQUIPO	10	
socializar con los deportistas, la forma adecuada en la que se deeben comportar a la hora de jugar un partido (indumentaria, presentación, respeto a los jueces).		RESPETO	10	
Se desarrollara un jjuego predeportivo de balon mano, la idea es enfatizar en el trabajo en equipo	**Componente recreativo**	COOPERACION	15	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Los deportistas practicaran el remate hacia al estilo de los bolos que en esta ocasión seran conos, la actividad sera por equipos, por ultimo haran un rondo.	X		x	25	
Se formaran por equipos en una fila, cada integrante debera llevar un elemento hasta cierto punto y regresar para darle salida a su compañero,			x	10	CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Dinamico recogiendo material	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	10	Reflexion y opiniones	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 14-dic	**Lugar: LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora:** 10:00AM	**N° de sesión: 93**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Comprender y reconocer algunas tecnicas propias del deporte.
Objetivo Especifico: Desarrollar actividades para mejorar en el pase y el remate
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSO**
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
Los deportistas recorreran distancias cortas a media intensidad y con tiempos de trabajo cortos		Anaerobica	**x**	15	
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
Realizar algunas posturas del yoga buscando la relajacion a través de la respiración.	Flexibilidad	Estatica	**x**	10	
		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
Se diviran por equipos, iniciaran 1 vs 1 luego 2v1, 2 v2 y secuencialmente hasta terminar vs 5 en la misma jugada, el objetivo llegar al arco rival y hacer gol en una sola jugada	**X**			20	
Un deportista de ubicara para jugar de pivote y los demas realizaran un pase para luego recibir y rematar	**X**			15	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
Se haran por grupos de 3 para realizar el ejercicio de trenza y finalizacion de remate para englobar lo anteriormente aprendido	**x**			20	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	10	Preguntas de lo aprendido	

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 16-dic	Lugar: LUIS AMIGO	Municipio: CAJICÁ	Hora: 3:30PM	N° de sesión: 94	N° de semana: 3
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Desarrollar capacidades coordinativas					
Objetivo Especifico: Realizar un trabajo especifico para el desarrollo de Capacidades y habilidades					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina	x	Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion	x	Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
Un deportista ira dando vueltas alrededor de sus compañeros que estan en circulo, al tocar la cabeza de alguno debera correr en sentido contrario.	Orientación	x	10
	Equilibrio		
Carrera de relevos, los deportistas tendran que estar sentados y esperar de espaldas el toque de su compañero (distintas señales para arrancar)	Reacción	x	15
	Ritmo		
Realizaran lanzamientos por parejas a diferentes distancias con el balon de futsal y luego con una pelota mas pequeña y a diferente distancia.	diferenciacion	x	10

	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
Circuito de Saltos con obstaculos en diferentes direcciones		Saltar		10
Se sitúan 3 conos separados y el portero se sitúa en uno de los extremos.El portero deberá desplazarse lateralmente hasta el cono del medio y cuando le tiren el balón atraparlo		Agarrar		
		Lanzar		15
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Los jugadores se pasan el balón entre éllos mientras que los 2 jugadores situados dentro procuran interceptar los pases.Los pases deberán pasar siempre por dentro del cuadrado.	x			15	
Los deportistas jugaran un torneo de penales, la idea es lograr avanzar en el remate.	x			15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Ejercicios de recuperación	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 19-dic	Lugar: LUIS AMIGO	Municipio: CAJICÁ	Hora: 3:30PM	N° de sesión: 95	N° de semana: 4
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Buscar una relacion entre la tecnica y las capacidades a través del componente recreativo					
Objetivo Especifico: Generar juegos variados que involucren obstaculos y tecnica.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina	x	Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	x

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
Se realizara el juego del virus, iniciara un solo deportista atrapando a los demas , para quitar el virus pasaran debajo de las piernas del otro.	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	x	20	
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
Estiramiento de tipo Balistico cefalocaudal, cada ejercici se realizara por 30 segundos		Dinamica	x	10	

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
Se hara una pequeña sesión de Zumba o rumba	Ritmo	x	10	
	diferenciacion			CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
Todo el grupo estara a un costado de la cancha, un jugador estara en la linea del medio, a la señal del silbato deberan cruzar evitando ser atrapados por el jugador del medio	Componente recreativo	Velocidad de reaccion	20	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Ejercicios por pareja, realizaran pases y recepciones según vaya indicando el profesor (borde interno, externo, planta del pie)	X			20	
Ejercicio del rondo, iniciara todo el grupo y se iran formando grupos mas pequeños en espacio reducido	X			20	CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 21-dic	**Lugar:LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 10:00AM**	**N° de sesión: 96**	**N° de semana: 4**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Identificar conceptos del futbol de salon.					
Objetivo Especifico: Explicar historia y caracteristicas del futbol de salón					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
Entrenamiento tipo HIT para el desarrollo de la fuerza en tren superior e inferior	Fuerza	Maxima			
		Explosiva	**x**	20	
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
Los deportistas deberan recoger diferentes elementos mientras realizan algunos desplazamientos en diferente dirección	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x	10	

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
Explicación Historia y reglamento del deporte.		**REGLAS**	10	
Videos de equipos y jugadores en torneos		**TORNEOS**	10	
Actividad de preguntas y opiniones entre compañeros		**HISTORIA**	10	
Trofeos, goleadores de Cundinamarca y el pais		**PERTENENCIA**	10	
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
Se desarrollara un pequeño torneo interno por equipos, enfatizando en el reglamento real, el docente tendra el papel de juez	**X**			20	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 23-dic	**Lugar:LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 3:30PM**	**N° de sesión: 97**	**N° de semana: 4**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Realizar juegos predeportivos afianzando distintas tecnicas,					
Objetivo Especifico: Llevar a cabo diferentes actividades que nos ayuden a avanzar tecnicamente.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
Actividad fisica y ejercicios musicalizados	Ritmo	x	20	
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
Ejercicios en circuito por parejas, uno de los dos lleva el balon y lo ira lanzando al compañero para que este lo regrese con la cabeza rematando según la indicación del entrenador	**X**			20	
Juegos predeportivos, combinando beisbol, baloncesto, voleibol, todo aplicado al futsal con una combinación de componentes y habilidades	**x**		x	20	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
los deportistas realizarán una serie de ejercicios y circuitos para trabajar la técnica, incluyendo el pase, el cabeceo y haciendo un enfasis en el remate y la	**x**			20	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	10		

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 26-dic	**Lugar:LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 3:30PM**	**N° de sesión: 98**	**N° de semana: 5**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Desarrollar las capacidades fisicas

Objetivo Especifico: Planificar ejercicios que fortalezcan diferentes grupos musculares del cuerpo.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
Ejercicio con musica tabata, rutina de pecho, pierna y abdomen		Explosiva	**x**	20	
Consiste en dar vueltas de forma circular.Los jugadores deberán sentarse en las rodillas del compañero de atrás.	Resistencia	Aerobica	**x**	10	
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
Carreras al estilo atletismo por trios y de a parejas,la distancia seran de 10 a 20 mts		maxima	**x**	20	
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
Realizaran juegos de coordinacion viso manual y coordinacion viso pedica	Orientación	**x**	10	
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
Enseñar a los deportistas himno de cundinamarca, hablar a cerca de nuestra pertenencia y directores		**Institución**	10	
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Los deportistas contaran con un tiempo para realizar practica libre, sera de su elección entrenar fisico, coordinacion o jugar futbol de salon	**X**			20	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 28-dic	**Lugar:LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora:** 10:00AM	**N° de sesión: 99**	**N° de semana: 5**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Realizar retroalimentación y globalizar lo aprendido durante el mes.
Objetivo Especifico: Identificar fortalezas , ventajas y desventajas del proceso Realizado
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSO**
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**x**	20	
Se realizaran test de velocidad para poder evaluar a los deportistas		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica	**x**	20	
Se realizaran test de flexibilidad para poder evaluar a los deportistas		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
Ronda de preguntas aleatorias a cerca del futbol de salon		**REGLAS**	10	
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
Reflexion de grupo para evaluar avances y dar opiniones a cerca de la clase		Participación	5	
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
					CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO
Juego por equipos y finalizando compartir entre deportistas y docente				**25**	

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		5		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		5		

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 2-dic	Lugar: LUIS AMIGO	Municipio: CAJICÁ	Hora: 1:30PM	N° de sesión: 95	N° de semana: 1
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X
Objetivo General: Identificar conceptos de la tactica					
Objetivo Especifico: Reconocer la tactica ofensiva a través de diferentes trabajos.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
Por medio de un juego ubicar en diferentes zonas del campo	Orientación	x	10
	Equilibrio		
	Reacción		
	Ritmo		
	diferenciacion		

	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
Circuito de saltos con algunos obstaculos		SALTAR	15
	Componente teorico	TEMAS	
Explicar conceptos basicos que entiendan los deportistas		REGLAS BASICAS	5
	Componente Social volutivo	TEMAS	
Realizar una charla sobre la importancia del tapabocas y el lavado de manos		CUIDADO E HIGIENE	5
	Componente recreativo		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Dependiendo del sistema empleado por cada equipo se situarán "X" jugadores en las respectivas posiciones.El objetivo será que los propios jugadores elaboren difrentes jugadas de ataque simulando acciones reales de juego		X		25	CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO
Movimientos base de presión colectiva media en un 4-4-2.Las diferentes variaciones de puestos determinarán las variaciones puntuales de movimientos.Insistir en el como (2x1) y donde (banda) iniciar la presión.		X		25	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	5	Preguntas a cerca de los valores trabajados	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 5-dic	Lugar: LUIS AMIGO	Municipio: CAJICÁ	Hora: 1:30PM	N° de sesión: 96	N° de semana: 2
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X
Objetivo General: Desarrollar capacidades fisicas y algunas tecnicas.					
Objetivo Especifico: Generar actividades para desarrollar la recepcion y el pase					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
1)Abdominal superior piernas extendidas.2)Abdominal inferior elevando alternativamente las piernas extendidas.3)Oblicuos mediante inclinaciones laterales	Fuerza	Maxima			
		Explosiva	X	15	
	Resistencia	Aerobica			
Sprint 15 metros y volviendo suave recuperando.		Anaerobica	x	20	
Desarrollo de la potencia.1ª serie; 8 minutos de carrera continua.2ª serie; 8 minutos con diferentes tipos de desplazamientos	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	x		
		Reacciòn		15	
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
Ronda de pases por parejas, 10 mts, 20mts, 30 mts		Recepcion	10	
	Componente teorico	TEMAS		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Realizar algunos ejercicios de velocidad de reaccion para subir el ritmo cardiaco y trabajar el sistema cardiovascular	X			20	CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		5		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		5		

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 7-dic	Lugar: LUIS AMIGO	Municipio: CAJICÁ	Hora: 8:00AM	N° de sesión:97	N° de semana: 2
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X
Objetivo General: Desarrollar capacidades coordinativas					
Objetivo Especifico: Generar actividades para desarrollar capacidades coordinativas					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina	x	Trabajo en equipo	x		
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad			
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia			

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Realizaran juegos de coordinacion viso manual y coordinacion viso pedica de mayor dificultad	Orientación	x	25	
Desplazamiento por una misma linea y con obstaculos, despues se implementara el balon, zigzag, etc	Equilibrio	x	10	
	Reacción	x	10	
Los deportistas realizaran ejercicios musicalizados con trabajo muscular	Ritmo			
Ejercicios de porteros donde deberan atrapar pelotas, balones y otros elementos que generen distraccion	diferenciacion	x	10	CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO

Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
Componente teorico	TEMAS		
Componente Social volutivo	TEMAS		
Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Realiza desplazamientos dinámicos de forma lineal, diagonal, curvilinea, zig-zag, alternando brazos y piernas, de forma bipodal y unipodal	x			15	CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO
Se jugara la famosa banquita en equipos de a 3 personas	x		x	15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento Dinamico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	5		

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 9-dic	**Lugar: LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 1:30PM**	**N° de sesión:98**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Realizar juegos predeportivas afianzando distintas tecnicas,					
Objetivo Especifico: Llevar a cabo diferentes actividades que nos ayuden a avanzar tecnicamente.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
Actividad fisica y ejercicios musicalizados	Ritmo	x	20	
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**

Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Componente teorico	**TEMAS**		
Componente Social volutivo	**TEMAS**		
Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Ejercicios en circuito por parejas, uno de los dos lleva el balon y lo ira lanzando al compañero para que este lo regrese con la cabeza rematando según la indicación del entrenador	**X**			20	
Juegos predeportivos, combinando beisbol, baloncesto, voleibol, todo aplicado al futsal con una combinación de componentes y habilidades	**x**		x	20	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
los deportistas realizarán una serie de ejercicios y circuitos para trabajar la técnica, incluyendo el pase, el cabeceo y haciendo un enfasis en el remate y la definición	**x**			20	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	10		

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 12-dic	**Lugar: LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 1:30PM**	**N° de sesión: 99**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Enfatizar en los valores y el trabajo en equipo.					
Objetivo Especifico: Se realizaran ejercicios que nos lleven a entender algunos valores importantes en el deporte					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina	x	Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
Introduccion con rutina corta de sentadillas y flexiones de pecho		Explosiva	**x**	10	
Realizaran un trote en las gradas subiendo y bajando	Resistencia	Aerobica	**x**	15	
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
Realozar ejemplos de equipos y jugadores profesionales que manejan bien este valor		COMPAÑERISMO	10	
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
socializar con los deportistas, la forma adecuada en la que se deeben comportar a la hora de jugar un partido.		RESPETO	10	
Se desarrollara un jjuego predeportivo de balon mano, la idea es enfatizar en el trabajo en equipo	**Componente recreativo**	COOPERACION	15	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
los deportistas practicaran el remate hacia el arco , el que no logre meter gol tendra que realizar una serie de 5 sentadillas (compromiso).	**X**			20	
Se formaran por equipos en una fila, cada integrante debera llevar un elemento hasta cierto punto y regresar para darle salida a su compañero,			x	10	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento				
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	10	Reflexion y opiniones	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 14-dic	Lugar: LUIS AMIGO	Municipio: CAJICÁ	Hora: 8:00AM	N° de sesión: 100	N° de semana: 3
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:

INICIACIÁN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X

Objetivo General: Desarrollar las capacidades fisicas

Objetivo Especifico: Planificar ejercicios que fortalezcan diferentes grupos musculares del cuerpo.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
Ejercicio con musica tabata, rutina de pecho, pierna y abdomen		Explosiva	**x**	20	
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
Carreras al estilo atletismo por trios y de a parejas,la distancia seran de 10 a 20 mts		maxima	**x**	20	
	Flexibilidad	Estatica			
Los deportistas deberan recoger diferentes elementos mientras realizan algunos desplazamientos en diferente dirección		Dinamica	x	10	
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
Realizaran juegos de coordinacion viso manual y coordinacion viso pedica	Orientación		**x**	10	
	Equilibrio				
	Reacción				
	Ritmo				
	diferenciacion				**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
Enseñar a los deportistas himno de cundinamarca, hablar a cerca de nuestra pertenencia y directores	**Componente teorico**		**Institución**	10	
	Componente Social volutivo		**TEMAS**		
	Componente recreativo				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Los deportistas contaran con un tiempo para realizar practica libre, sera de su elección entrenar fisico, coordinacion o jugar futbol de salon	X			20	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 16-dic	Lugar: LUIS AMIGO	Municipio: CAJICÁ	Hora: 1:30PM	N° de sesión: 101	N° de semana: 3
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X
Objetivo General: Identificar conceptos de la tactica					
Objetivo Especifico: Reconocer la tactica ofensiva a través de diferentes trabajos.					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	X	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	X	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	X	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
	Orientación		
	Equilibrio		
	Reacción		
	Ritmo		
	diferenciacion		

	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
	Componente teorico	TEMAS	
Explicación principios ofensivos		TACTICA	10
Videos de equipos y jugadores en torneos			
Actividad de preguntas y opiniones entre compañeros			
Trofeos, goleadores de Cundinamarca y el pais			
	Componente Social volutivo		
	Componente recreativo		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
ejercicios analiticos y de repetición aplicando los pincipios de desmarque, espacio libre, progresión y ataque	X			25	CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO
Se desarrollaran ejercicios de contragolpe, posesion y otras tacticas del futsal				25	
Finalizaremos con una practica de juego real aplicando conceptos aprendidos				30	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 19-dic	**Lugar: LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 1:30PM**	**N° de sesión: 102**	**N° de semana: 4**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Desarrollar una clase recreativa					
Objetivo Especifico: Identificar como el juego es un factor fundamental en cualquier practica deportiva					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		amistad	x	Participacion	
Compañerismo	x	Tolerancia	x	Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
Ejercicios de Estiramiento y recuperacion en el puesto	Flexibilidad	Estatica	x	10	
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
Clase de aerobicos apoyada de musica	Reacción	x	20	
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
Se realizara el juego de la lleva y y triki evidenciando conduccion de balon al tiempo	**Componente recreativo**		20	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Trabajaremos el remate a traves del juego de bolos, esta vez con el ballon y con conos que supliran los elementos	**X**			20	
					CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO
Los deportistas estaran realizando conduccion por toda la cancha, a la señal del silbato deberan ingresar en una zona demarcada por el docente	**x**		x	15	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	5		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 21-dic	Lugar:LUIS AMIGO	Municipio: CAJICÁ	Hora: 8:00AM	N° de sesión: 103	N° de semana: 4
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			N° de deportistas: 15		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X
Objetivo General: Profundizar a cerca de estilos y metodos de juego					
Objetivo Especifico: Identificar conceptos de la tactica					
Objetivo Tecnico o Tactico : Reconocer la tactica ofensiva través de diferentes trabajos.					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	x	2	LISTADO DE ASISTENCIA
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	x	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	x	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	x	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
Los deportistas deberan recoger diferentes elementos mientras realizan algunos desplazamientos en diferente dirección		Dinamica	x	10	

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		
	Componente teorico	TEMAS		
Explicación Historia y reglamento del deporte.		REGLAS	10	
Videos de equipos y jugadores en torneos		TORNEOS	10	
Actividad de preguntas y opiniones entre compañeros		HISTORIA	10	
Trofeos, goleadores de Cundinamarca y el pais		PERTENENCIA	10	
	Componente Social volutivo	TEMAS		
Juego de 21, el que no realice 10 toques minimo con el balon respondera pregunta	Componente recreativo	TEORIA	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Se desarrollara un pequeño torneo interno por equipos, enfatizando en el reglamento real, el docente tendra el papel de juez	X			30	CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	JUAN CARLOS CASTELLANOS
Firma formador	

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

Fecha: 23-dic	**Lugar:LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 1:30PM**	**N° de sesión: 104**	**N° de semana: 4**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**

INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	X

Objetivo General: Profundizar a cerca de estilos y metodos de juego
Objetivo Especifico: Identificar conceptos de la tactica
Objetivo Tecnico o Tactico : Reconocer la tactica defensiva través de diferentes trabajos.

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
Por parejas realizaran carreras de atletismo con una distancia de 20 a 30 mts		Desplazamiento	x	15	
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Explicar algunos estilos y concetos defensivos	**Componente teorico**	**TEMAS** **TACTICA**	10	
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
La actividad se realizara desde un tiro de esquina, el equipo que defiende tiene que salir a la contra y el que ataca debera ubicarse rapido en su zona para trabajar temporizacion y repliegue	**X**	**x**		20	
Se desarrollaran ejercicios de marca individual y marca en zona aplicando variantes al ejercicio	**x**	**x**		20	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
Finalizaremos con una practica de juego real aplicando conceptos aprendidos				25	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 26-dic	**Lugar:LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 1:30PM**	**N° de sesión: 105**	**N° de semana: 5**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Profundizar a cerca de estilos y metodos de juego					
Objetivo Especifico: Identificar conceptos de la tactica					
Objetivo Tecnico o Tactico : Reconocer la tactica ofensiva través de diferentes trabajos.					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
	Componente teorico	**TEMAS**		
Explicación principios ofensivos		**TACTICA**	10	
Videos de equipos y jugadores en torneos				
Actividad de preguntas y opiniones entre compañeros				
Trofeos, goleadores de Cundinamarca y el pais				
	Componente Social volutivo			
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
ejercicios analiticos y de repetición aplicando los pincipios de desmarque, espacio libre, progresión y ataque	**X**			25	
Se desarrollaran ejercicios de contragolpe, posesion y otras tacticas del futsal				25	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
Finalizaremos con una practica de juego real aplicando conceptos aprendidos				30	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

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

Fecha: 28-dic	**Lugar:LUIS AMIGO**	**Municipio: CAJICÁ**	**Hora: 8:00AM**	**N° de sesión: 40**	**N° de semana: 5**
Nombre del Formador: JUAN CARLOS CASTELLANOS			**N° de deportistas: 15**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Profundizar a cerca de estilos y metodos de juego					
Objetivo Especifico: Identificar conceptos de la tactica					
Objetivo Tecnico o Tactico : Reconocer la tactica defensiva a través de diferentes trabajos.					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Disciplina		Trabajo en equip	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion		Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MI	MATERIALES Y RECURSO
Saludo y bienvenida a los deportistas	Introduccion a la clase	**X**	2	**LISTADO DE ASISTENCIA**
Llamar a lista a través de los listados de asistencia	llamado a lista	**X**	3	
Movilidad articular cefalo caudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Ayuda de juegos para realizar la activación	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
	Fuerza	Maxima			
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
Por parejas realizaran carreras de atletismo con una distancia de 20 a 30 mts		Desplazamiento	x	15	
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	Orientación			
	Equilibrio			
	Reacción			
	Ritmo			
	diferenciacion			**CONOS,PLATILLOS, BALONES, AROS,SILBATO**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Explicar algunos estilos y concetos defensivos	**Componente teorico**	**TEMAS** **TACTICA**	10	
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	Componente recreativo			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
La actividad se realizara desde un tiro de esquina, el equipo que defiende tiene que salir a la contra y el que ataca debera ubicarse rapido en su zona para trabajar temporizacion y repliegue	**X**	x		20	**CONOS,PLATILLOS, BALONES, PELOTAS AROS,SILBATO**
Se desarrollaran ejercicios de marca individual y marca en zona aplicando variantes al ejercicio	x	x		20	
Finalizaremos con una practica de juego real aplicando conceptos aprendidos				25	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	10	Estiramiento estatico	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				

Nombre del formador:	**JUAN CARLOS CASTELLANOS**
Firma formador	

PROGRAMA DE FORMACIÓN DEPORTIVA INDEPORTES CUNDINAMARCA

ANÁLISIS CUANTITATIVO Y CUALITATIVO, PRUEBAS MOTRICES ESCUELAS CAJICÁ SEGUNDA TOMA

JUAN CARLOS CASTELLANOS

22 DE OCTUBRE DEL 2022

Introducción
En el siguiente trabajo se mostrará el análisis cuantitativo y cualitativo de la segunda toma de las pruebas físicas y antropométricas de los deportistas de las escuelas de formación de futbol a cargo de Rafael Cantor, atletismo a cargo de Brian Castillo, ultimate a cargo de Esteban Pinzón, baloncesto a cargo de Ruben Noguera y futbol de salón a cargo de Juan Carlos Castellanos del municipio de Cajicá, los grupos se dividen en 3 niveles, los cuales son, iniciación, fundamentación y perfeccionamiento, de igual manera se evidenciara en este trabajo el desarrollo del análisis a partir de grupos a partir de las edades correspondientes, para finalizar es pertinente aclarar que tanto el trabajo como el análisis de las pruebas es impartido de los formadores

Justificación

Este trabajo se da con la intensión de poder evaluar el desarrollo de los deportistas que están en el proyecto de escuelas de formación de Indeportes Cundinamarca, por ende, cada año se toman de a 2 a 3 momentos en el año para evaluar las capacidades físicas de los deportistas y el avance que han logrado a partir de las planificaciones del formador, así como también, la salud de cada uno de los deportistas.

Planeamiento del problema

¿En qué estado antropométrico y físico se encuentran los deportistas del municipio Cajicá?

Objetivos

- Evaluar e identificar las medidas antropométricas de los deportistas en cuanto al peso, talla, talla sentada, envergadura y perímetro de cintura.
- Evaluar y analizar las capacidades de salto partir de las pruebas de salto vertical y horizontal.
- Evaluar y analizar la capacidad de velocidad a partir de las pruebas de 20 metros lisos, sutter run, 300 metros planos y course de navette de acuerdo a las edades de los deportistas.
- Evaluar la capacidad de reacción a partir de la prueba de agarre de bastón.

Diseño metodológico

Las pruebas se darán en las sesiones de clases planteadas en la planificación mensual que para los grupos de formación de Cajicá se dará la primera semana del mes de octubre del 2022, así como también, estas se darán en los campos deportivos de, Mario donozo, canelón, estadio Tigre Moyano, estadio alterno, fundación Luis Amigó y calle 7 respetivamente a las edades de formación

Para la toma de las pruebas se necesitarán los siguientes materiales, cinta métrica, decámetro, bascula, cronometro, silbato, platillos, bastón y planillero.

En cuanto al análisis de las pruebas, se dará una tabulación en Excel de acuerdo a los parámetros impartidos por Indeportes Cundinamarca, donde se pondrán los valores de resultado de cada prueba, donde estos valores darán sus respectivas tablas de resultados para poder generar el análisis cuantitativo y cualitativo correspondiente.

Interpretación datos:

Cualitativa:
Conclusiones tentativas y revisiones que se van dando sobre la marcha del estudio, generalizaciones especulativas o no se producen generalizaciones. El análisis de la información es no estadístico.

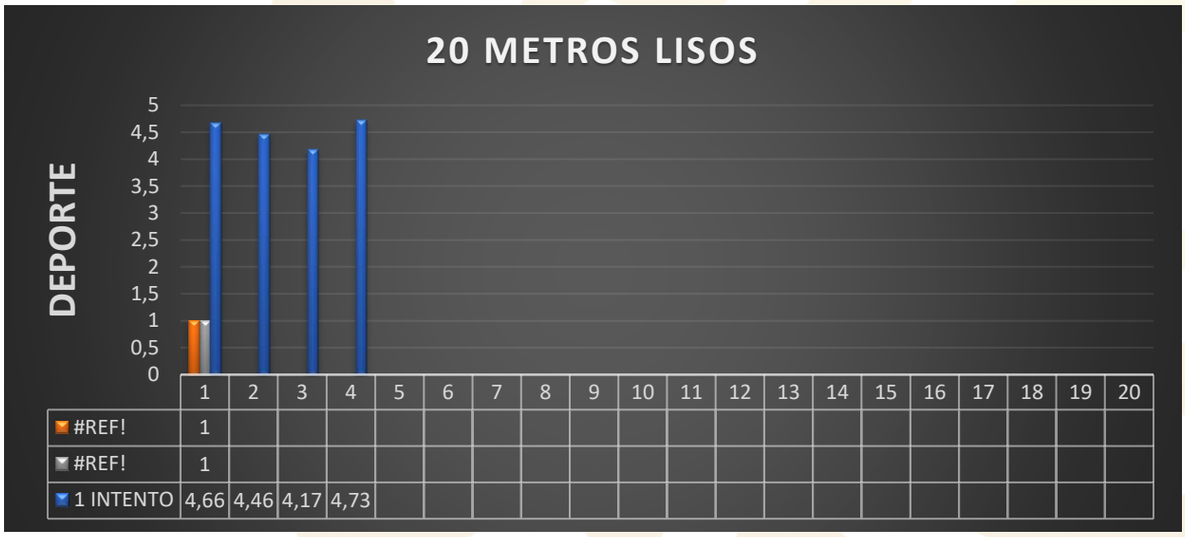
Cuantitativo:
Las conclusiones y generalizaciones se formulan al concluir el estudio y se expresan con un grado predeterminado de certeza. El análisis de la información es estadístico. (en esta sección ubican las gráficas y sus conclusiones cuantitativas)

análisis de cada uno de los test por nivel.

NIVEL INICIACIÓN:

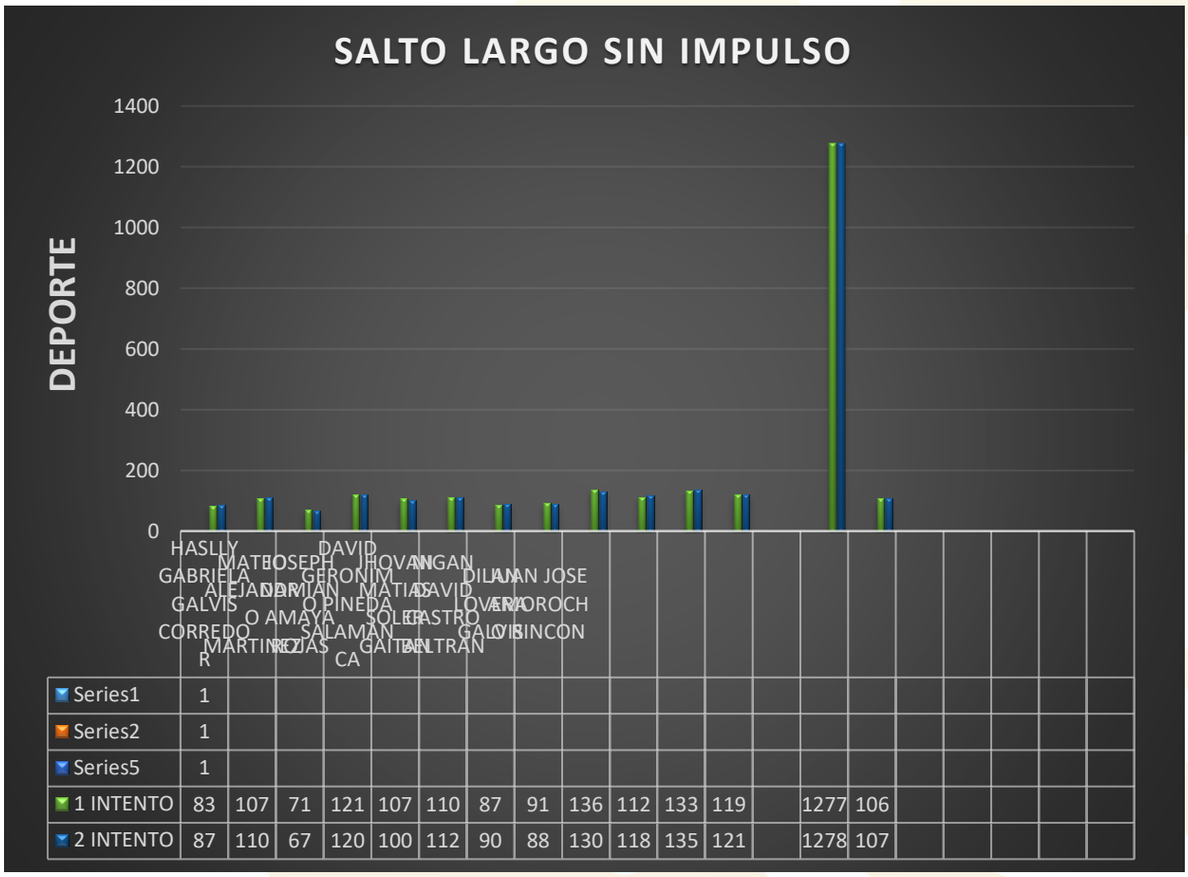
20 Metros lisos:

La prueba se realizo a un total de 12 deportistas que estuvieron entre las edades de 6 a 8 años, en relación a esto se concluye que el grupo evaluado tuvo un promedio de 4,9 segundos entre todos los deportistas, lo cual es un resultado positivo, sin embargo cabe resaltar que se pueden hacer trabajos de velocidad para reforzar a los que no tuvieron el mejor desempeño, Por otra parte, el resultado menos optimo fue el del deportista Joshep Damian Amaya con un tiempo de 5,18 segundos y por ultimo, el mejor resultado fue el del deportista Jhovan Matias Soler con un tiempo de 4,46 segundos. Se adjunta grafico de resultados.



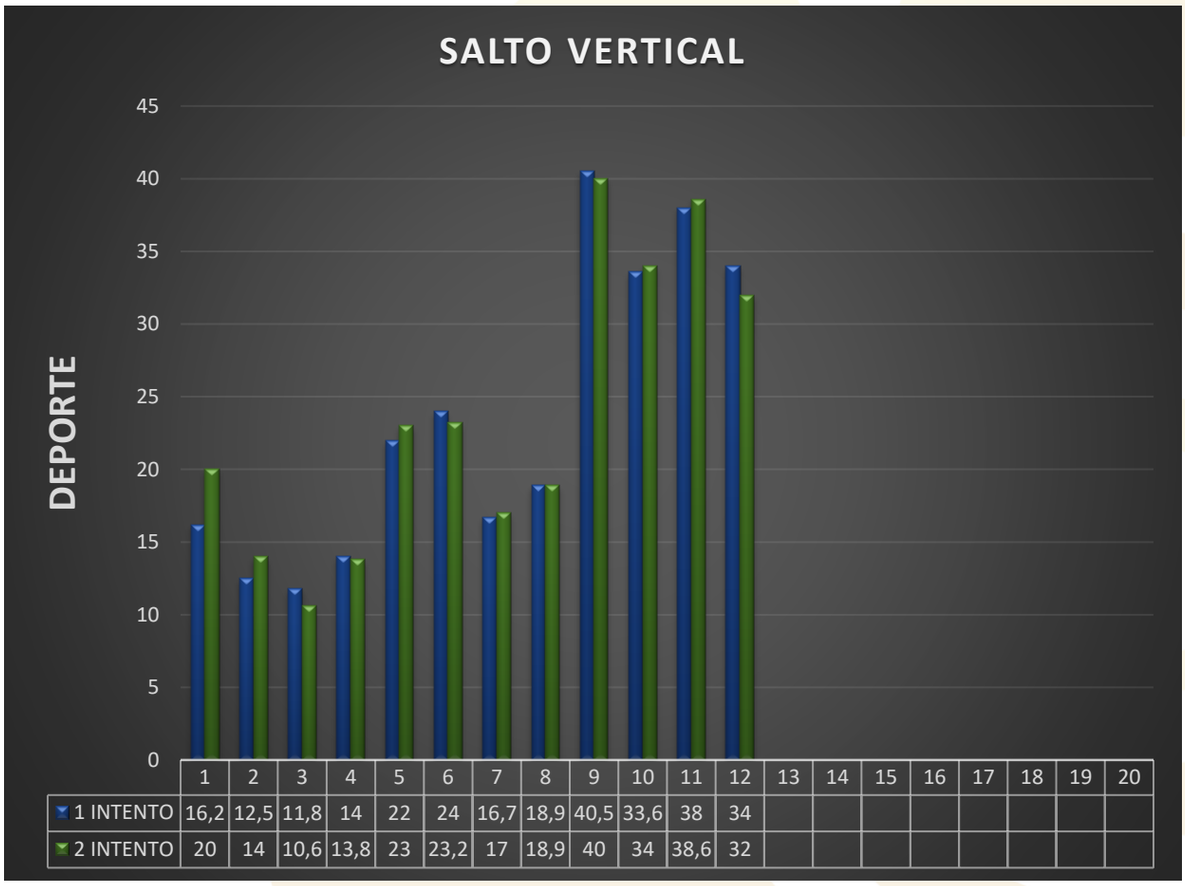
Salto largo sin impulso:

La prueba se realizo dividida en 2 intentos a un total de 12 deportistas que estuvieron entre las edades de 6 a 8 años, en relación a esto se concluye que el grupo evaluado tuvo un promedio en el primer salto de salto de 106,4 cm y en el segundo intento un promedio de 106,5 cm lo cual nos indica que hubo una leve mejora del grupo en el segundo intento, sin embargo no fue gran la diferencia y podemos concluir que los dos intentos en la prueba son suficientes para tener resultados verídicos. Por otra parte, el resultado menos optimo fue el del deportista Joshep Damian Amaya con 71 cm y 67 cm en sus respectivos saltos y por ultimo, el mejor resultado fue el del deportista Daniel Santiago Lesmes con 133cm y 135cm. Se adjunta grafico de resultados.



Salto Vertical:

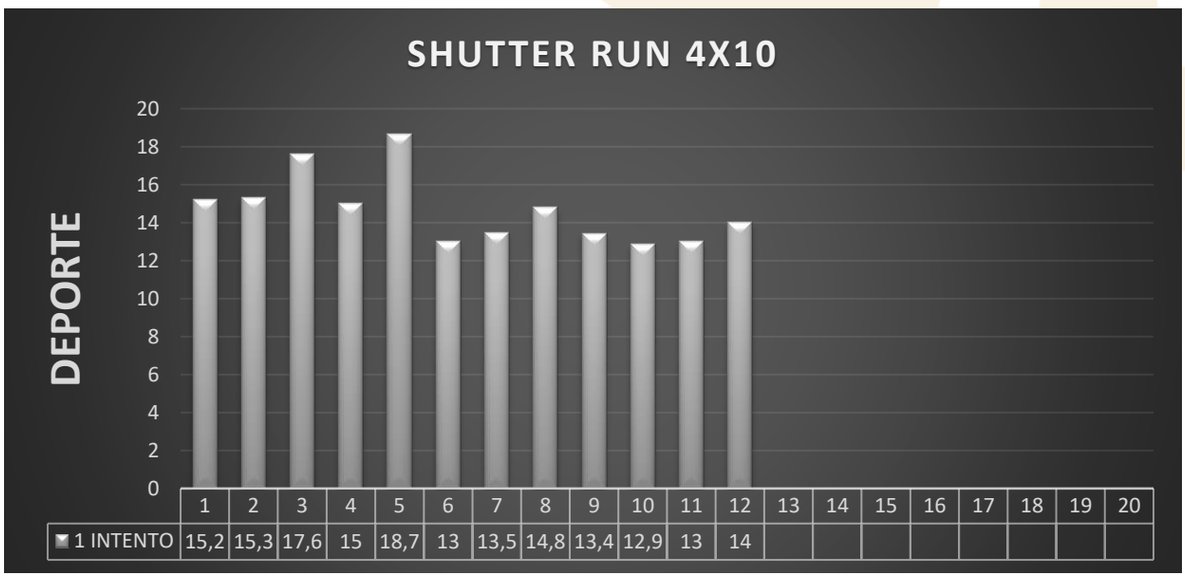
La prueba se realizo dividida en 2 intentos a un total de 12 deportistas que estuvieron entre las edades de 6 a 8 años, en relación a esto se concluye que el grupo evaluado tuvo un promedio en el primer salto de salto de 23,5 cm y en el segundo intento un promedio de 23,7 cm lo cual nos indica que hubo una leve mejora del grupo en el segundo intento, sin embargo no fue gran la diferencia y podemos concluir que los dos intentos en la prueba son suficientes para tener resultados verídicos. Por otra parte, el resultado menos optimo fue el del deportista Joshep Damian Amaya con 11,8 cm y 10,6 cm en sus respectivos saltos y por ultimo, el mejor resultado fue el del deportista Daniel Santiago Lesmes con 38cm y 38,6cm. Se adjunta grafico de resultados



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1 INTENTO	16,2	12,5	11,8	14	22	24	16,7	18,9	40,5	33,6	38	34								
2 INTENTO	20	14	10,6	13,8	23	23,2	17	18,9	40	34	38,6	32								

Shutter Run 4x10:

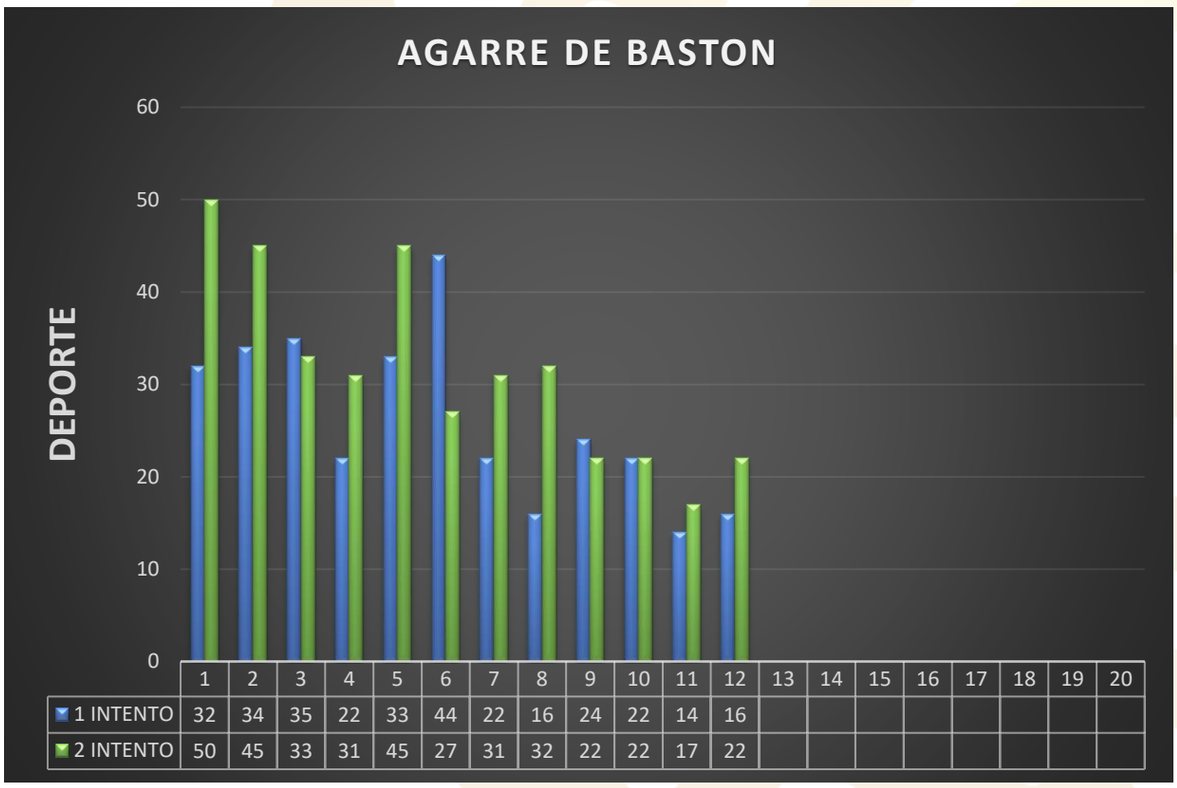
La prueba se realizo a un total de 12 deportistas que estuvieron entre las edades de 6 a 8 años, en relación a esto se concluye que el grupo evaluado tuvo un promedio de 14,70 segundos entre todos los deportistas, se puede mejorar este resultado al hacer trabajos de velocidad de reacción y agilidad para reforzar a los que no tuvieron el mejor desempeño, Por otra parte, el resultado menos optimo fue el del deportista Jhovan Matias Soler con un tiempo de 18,7 segundos y por ultimo, el mejor resultado fue el del deportista Michael Alexander Galvis Corredor con un tiempo de 12,87 segundos. Se adjunta grafico de resultados.



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

Agarre de Baston:

La prueba se realizo dividida en 2 intentos a un total de 12 deportistas que estuvieron entre las edades de 6 a 8 años, en relación a esto se concluye que el grupo evaluado tuvo un promedio en su primer intento de 26,16 cm y en el segundo intento un promedio de 31,41 cm lo cual nos indica que hubo un resultado menos favorable en el segundo intento, algunos deportistas fallaron por temas de presión, otros factores externos y exceso de confianza, Por otra parte, el resultado menos optimo fue el del deportista Nigan David Castro con 44 cm y 27 cm en sus respectivos saltos y por ultimo, el mejor resultado fue el del deportista Daniel Santiago Lesmes con 14cm y 17cm. Se adjunta grafico de resultados

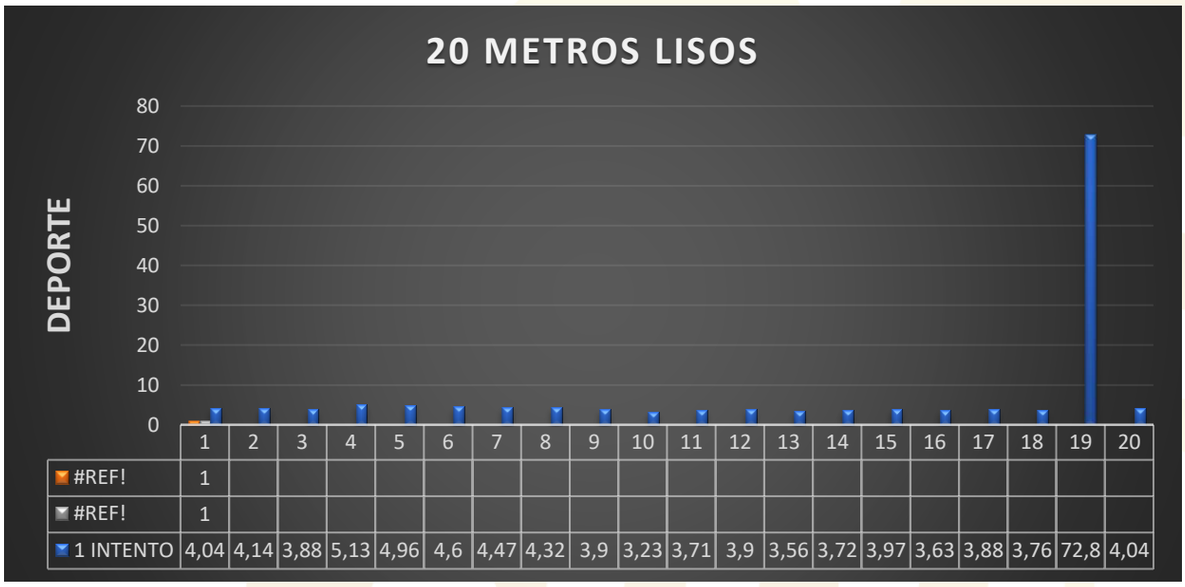


	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1 INTENTO	32	34	35	22	33	44	22	16	24	22	14	16								
2 INTENTO	50	45	33	31	45	27	31	32	22	22	17	22								

FUNDAMENTACIÓN:

20 Metros lisos:

La prueba se realizo a un total de 18 deportistas que estuvieron entre las edades de 9 a 12 años, en relación a esto se concluye que el grupo evaluado tuvo un promedio de 4,04 segundos entre todos los deportistas, lo cual es un resultado positivo en general, se hará refuerzo en algunos deportistas con el fin de mejorar su desempeño, Por otra parte, el resultado menos optimo fue el del deportista Leider Andres Castillo con un tiempo de 5,13 segundos y por ultimo, el mejor resultado fue el del deportista Jojan Arley Posada con un tiempo de 3,23 segundos. Se adjunta grafico de resultados.



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
#REF!	1																			
#REF!	1																			
1 INTENTO	4,04	4,14	3,88	5,13	4,96	4,6	4,47	4,32	3,9	3,23	3,71	3,9	3,56	3,72	3,97	3,63	3,88	3,76	72,8	4,04

Salto largo sin impulso:

La prueba se realizo dividida en 2 intentos a un total de 18 deportistas que estuvieron entre las edades de 9 a 12 años, en relación a esto se concluye que el grupo evaluado tuvo un promedio en el primer salto de salto de 147,3 cm y en el segundo intento un promedio de 155,8 cm lo cual nos indica que hubo una gran mejora del grupo en el segundo intento, sin embargo no fue gran la diferencia, se evidencia que la mejora del resultado fue debido a una mejor ejecución de la técnica.. Por otra parte, el resultado menos optimo fue el del deportista Jesus Manuel Barbosa con 115 cm y 124 cm en sus respectivos saltos y por ultimo, el mejor resultado fue el del deportista Roger Nicolas Beltran con 175cm y 165cm. Se adjunta grafico de resultados.

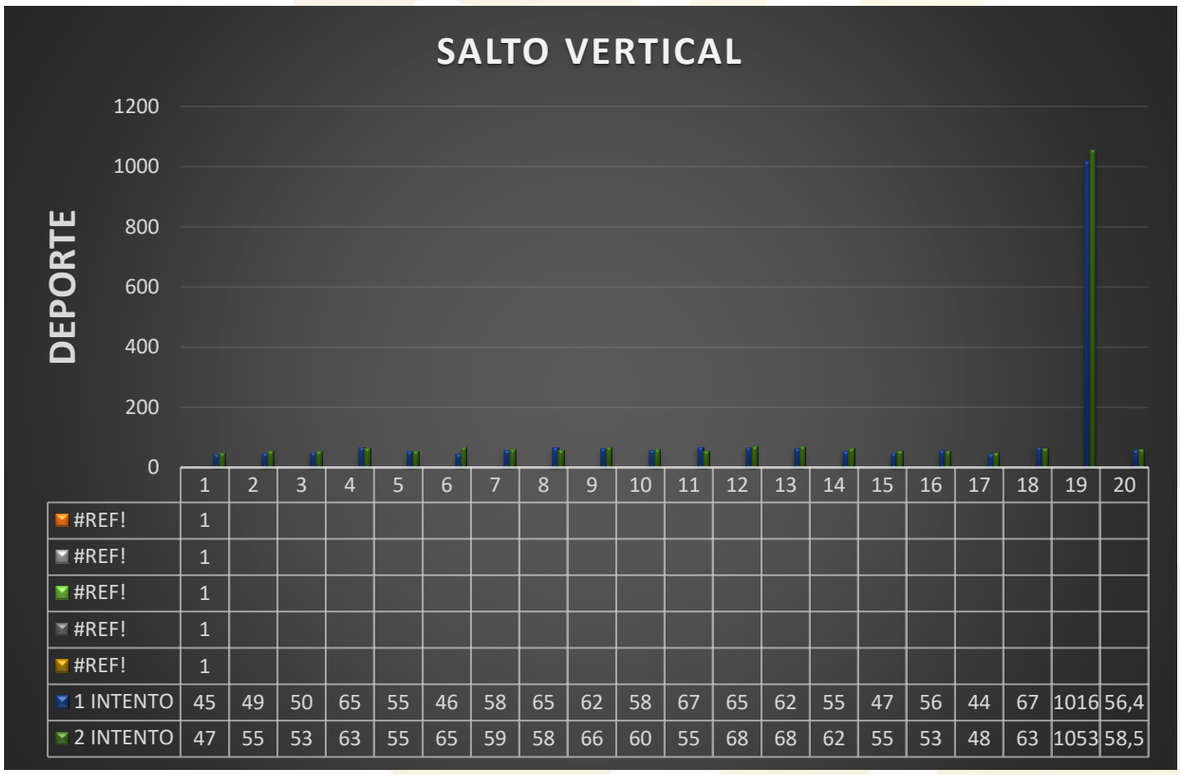


	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
#REF!	1																			
#REF!	1																			
#REF!	1																			
1 INTENTO	137	128	175	165	140	143	167	175	145	156	140	135	180	130	115	156	140	125	2652	147
1 INTENTO	139	135	165	170	135	160	154	156	168	150	167	155	178	156	124	167	179	148	2806	156

Salto Vertical:

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

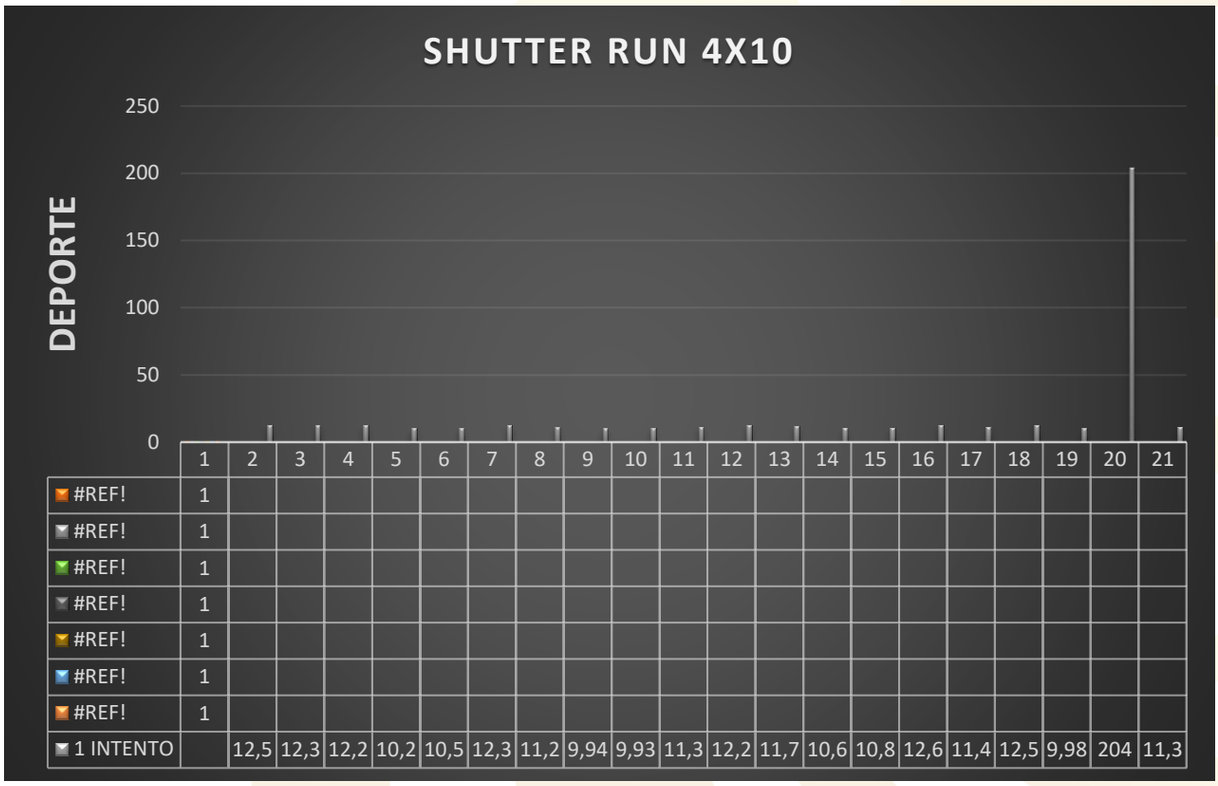
La prueba se realizo dividida en 2 intentos a un total de 18 deportistas que estuvieron entre las edades de 9 a 12 años, en relación a esto se concluye que el grupo evaluado tuvo un promedio en el primer salto de salto de 56,4 cm y en el segundo intento un promedio de 58,5 cm lo cual nos indica que hubo una leve mejora del grupo en el segundo intento, sin embargo no fue gran la diferencia y podemos concluir que los dos intentos en la prueba son suficientes para tener resultados verídicos. Por otra parte, el resultado menos optimo fue el del deportista Jaime Sebastian Gallego con 44 cm y 48 cm en sus respectivos saltos y por ultimo, el mejor resultado fue el del deportista Angel Cubillos Gonzalez con 67cm y 63cm. Se adjunta grafico de resultados



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
#REF!	1																			
#REF!	1																			
#REF!	1																			
#REF!	1																			
#REF!	1																			
1 INTENTO	45	49	50	65	55	46	58	65	62	58	67	65	62	55	47	56	44	67	1016	56,4
2 INTENTO	47	55	53	63	55	65	59	58	66	60	55	68	68	62	55	53	48	63	1053	58,5

Shutter Run 4x10:

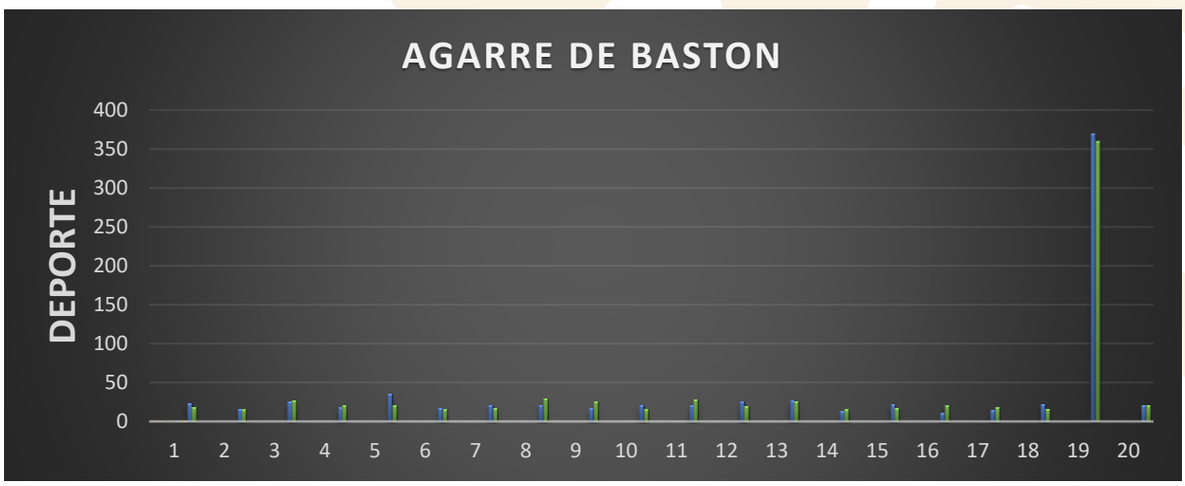
La prueba se realizo a un total de 18 deportistas que estuvieron entre las edades de 9 a 12 años, en relación a esto se concluye que el grupo evaluado tuvo un promedio de 11,34, un resultado bastante positivo para el grupo, se evidencia buena velocidad y agilidad. Por otra parte, el resultado menos optimo fue el del deportista Jhonatan David Navas con un tiempo de 12,45 segundos y por ultimo, el mejor resultado fue el del deportista Juan Daniel Hernandez con un tiempo de 9,93 segundos. Se adjunta grafico de resultados.



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
#REF!	1																				
#REF!	1																				
#REF!	1																				
#REF!	1																				
#REF!	1																				
#REF!	1																				
#REF!	1																				
1 INTENTO		12,5	12,3	12,2	10,2	10,5	12,3	11,2	9,94	9,93	11,3	12,2	11,7	10,6	10,8	12,6	11,4	12,5	9,98	204	11,3

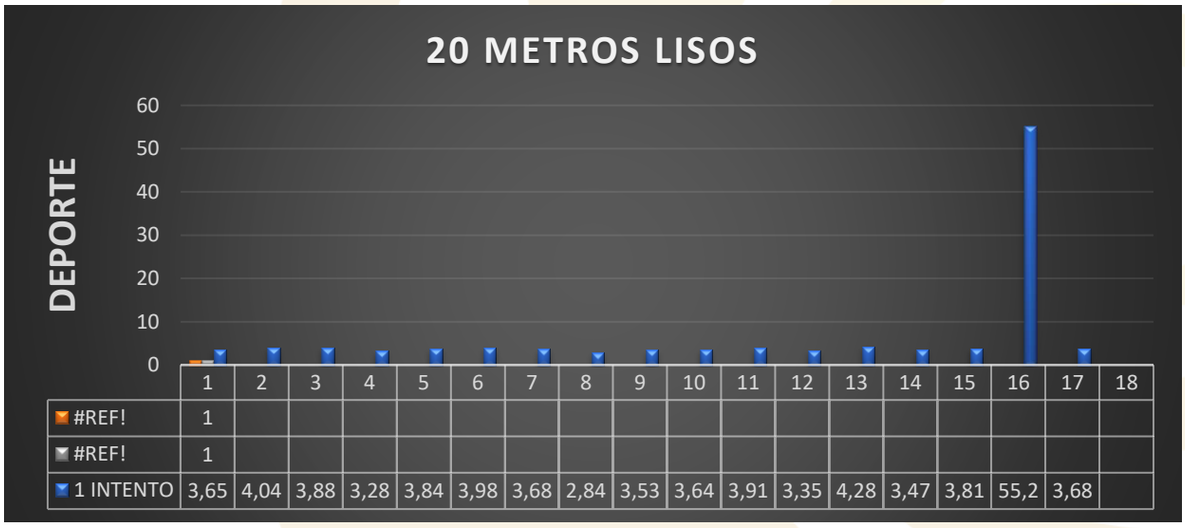
Agarre de Baston:

La prueba se realizo dividida en 2 intentos a un total de 18 deportistas que estuvieron entre las edades de 9 a 12 años, en relación a esto se concluye que el grupo evaluado tuvo un promedio en su primer intento de 20,5 cm y en el segundo intento un promedio de 20 . Por otra parte, el resultado menos optimo fue el del deportista Jorge Enrique Leon con 35 cm y 20 cm en sus respectivos saltos y por ultimo, el mejor resultado fue el del deportista Maicol Stiven Perez con 13cm y 15cm. Se adjunta grafico de resultados



PERFECCIONAMIENTO
20 Metros lisos:

La prueba se realizo a un total de 15 deportistas que estuvieron entre las edades de 13 a 17 años, en relación a esto se concluye que el grupo evaluado tuvo un promedio de 3,67 segundos entre todos los deportistas, lo cual es un resultado positivo en general, se hará refuerzo en algunos deportistas con el fin de mejorar su desempeño, Por otra parte, el resultado menos optimo fue el del deportista Elver Sneider Lopez con un tiempo de 4,28 segundos y por ultimo, el mejor resultado fue el del deportista Jose Andres Calderon con un tiempo de 2,84 segundos. Se adjunta grafico de resultados.



DEPORTE	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
#REF!	1																	
#REF!	1																	
1 INTENTO	3,65	4,04	3,88	3,28	3,84	3,98	3,68	2,84	3,53	3,64	3,91	3,35	4,28	3,47	3,81	55,2	3,68	

Salto largo sin impulso:

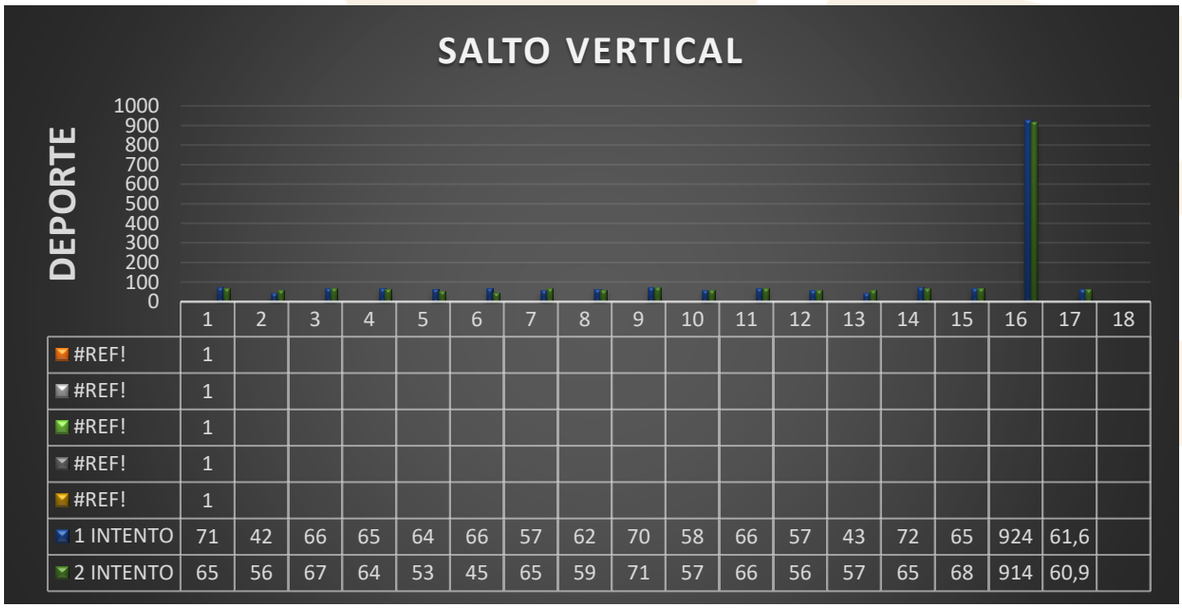
La prueba se realizo dividida en 2 intentos a un total de 15 deportistas que estuvieron entre las edades de 13 a 17 años, en relación a esto se concluye que el grupo evaluado tuvo un promedio en el primer salto de salto de 155 cm y en el segundo intento un promedio de 149 cm lo cual nos indica que hubo una leve baja del grupo en el segundo intento, sin embargo no fue gran la diferencia. Por otra parte, el resultado menos optimo fue el del deportista Elian Santiago Ortiz con 97 cm y 69 cm en sus respectivos saltos y por ultimo, el mejor resultado fue el del deportista Kevin Javier Peña Beltran con 205cm y 170cm. Se adjunta grafico de resultados.



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
#REF!	1																	
#REF!	1																	
#REF!	1																	
1 INTENTO	130	176	180	160	145	167	189	133	120	97	205	165	167	144	156	2334	156	
2 INTENTO	120	159	169	150	170	150	170	159	111	69	170	130	180	166	167	2240	149	

Salto Vertical:

La prueba se realizo dividida en 2 intentos a un total de 15 deportistas que estuvieron entre las edades de 13 a 17 años, en relación a esto se concluye que el grupo evaluado tuvo un promedio en el primer salto de salto de 61,6 cm y en el segundo intento un promedio de 60,9 cm . Por otra parte, el resultado menos optimo fue el del deportista Jenri Mauricio Preciado con 42 cm y 56 cm en sus respectivos saltos y por ultimo, el mejor resultado fue el del deportista Sebastian Cruz Diaz con 70cm y 71cm. Se adjunta grafico de resultados

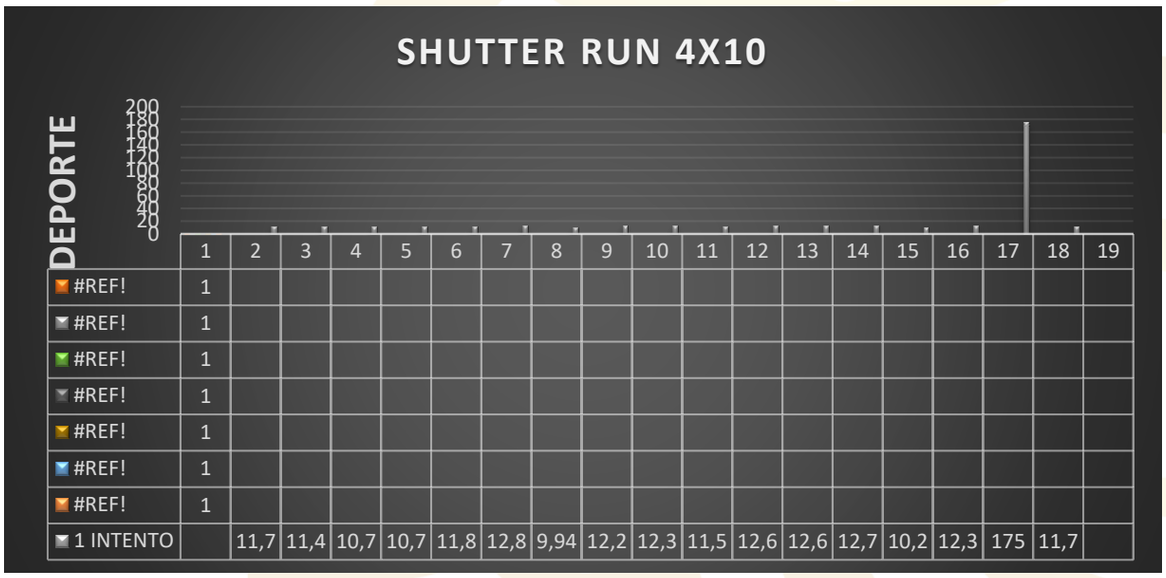


	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
#REF!	1																	
#REF!	1																	
#REF!	1																	
#REF!	1																	
#REF!	1																	
1 INTENTO	71	42	66	65	64	66	57	62	70	58	66	57	43	72	65	924	61,6	
2 INTENTO	65	56	67	64	53	45	65	59	71	57	66	56	57	65	68	914	60,9	

Shutter Run 4x10:

La prueba se realizo a un total de 15 deportistas que estuvieron entre las edades de 13 a 17 años, en relación a esto se concluye que el grupo evaluado tuvo un promedio de 11,68, un resultado

bastante positivo para el grupo, se evidencia buena velocidad y agilidad. Por otra parte, el resultado menos optimo fue el del deportista Juan Carlos Molano con un tiempo de 12,77 segundos y por ultimo, el mejor resultado fue el del deportista Brayan Montilla con un tiempo de 9,94 segundos. Se adjunta grafico de resultados.



DEPORTE	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
#REF!	1																		
#REF!	1																		
#REF!	1																		
#REF!	1																		
#REF!	1																		
#REF!	1																		
#REF!	1																		
1 INTENTO		11,7	11,4	10,7	10,7	11,8	12,8	9,94	12,2	12,3	11,5	12,6	12,6	12,7	10,2	12,3	175	11,7	

Agarre de Baston:

La prueba se realizo dividida en 2 intentos a un total de 15 deportistas que estuvieron entre las edades de 13 a 17 años, en relación a esto se concluye que el grupo evaluado tuvo un promedio en su primer intento de 22,6 cm y en el segundo intento un promedio de 23,2cm . se evidencia falta de velocidad de reacción en varios deportistas por lo cual es bueno implementar varios trabajos visomanuales Por otra parte, el resultado menos optimo fue el del deportista Rodrigo Castro con 39 cm y 27 cm en sus respectivos saltos y por ultimo, el mejor resultado fue el del deportista Jose Escalante con 13cm y 10cm. Se adjunta grafico de resultados

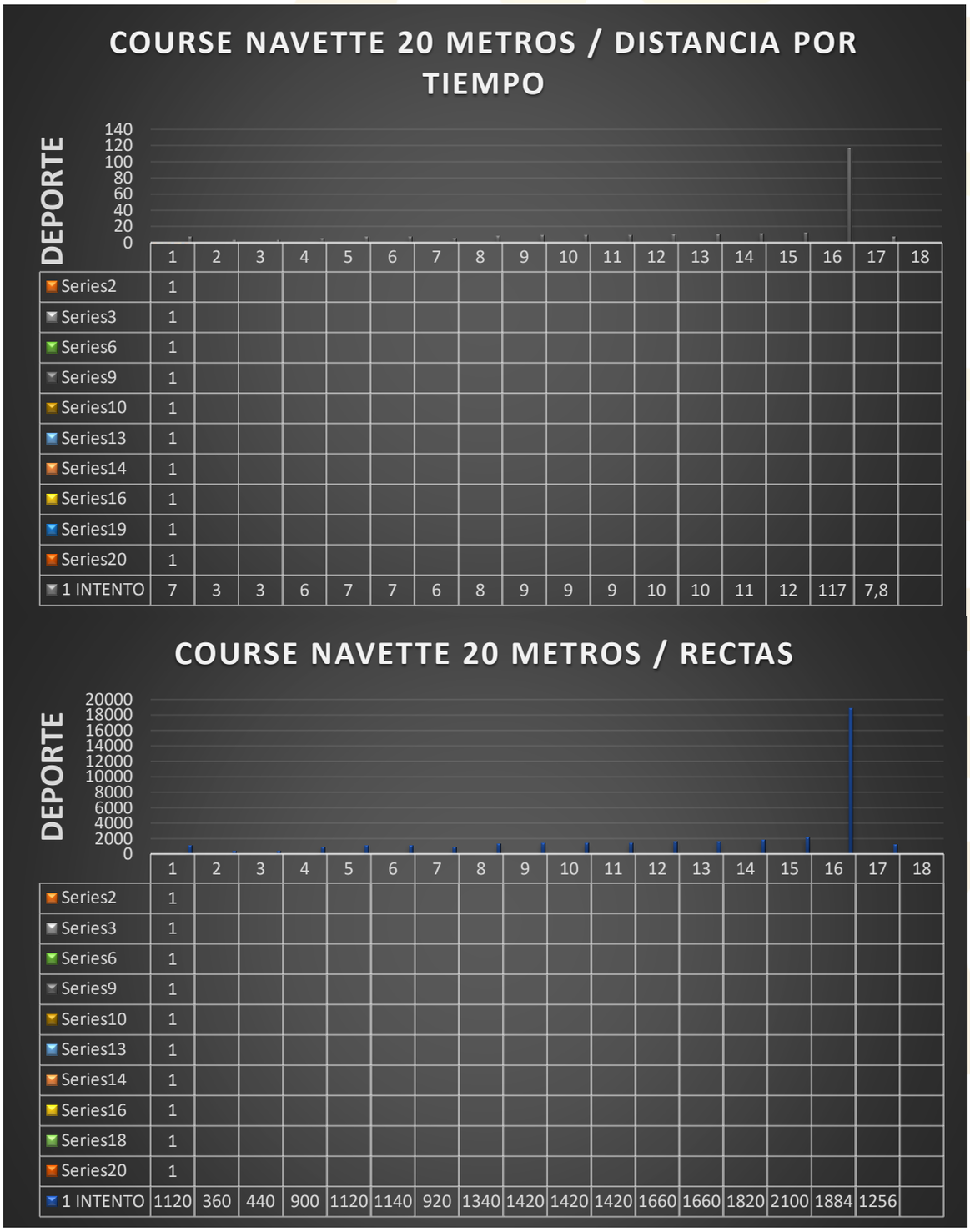


DEPORTE	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
#REF!	1																	
#REF!	1																	
#REF!	1																	
#REF!	1																	
#REF!	1																	
#REF!	1																	
#REF!	1																	
#REF!	1																	
1 INTENTO	27	34	27	39	22	26	12	21	18	32	17	15	18	13	19	340	22,7	
2 INTENTO	22	40	19	27	35	31	17	17	24	27	15	23	27	10	14	348	23,2	

COURSETTE NAVETTE

La prueba se realizo a un total de 15 deportistas que estuvieron entre las edades de 13 a 17 años, en relación a esto se concluye que el grupo evaluado tuvo un promedio de etapa 7,8 entre todos

los deportistas, lo cual es un resultado regular para el grupo, se hará refuerzo en general en resistencia aerobica con el fin de mejorar su desempeño, Por otra parte, los resultados menos optimos fueron los de los deportistas Mauricio Preciado y Leonardo Fabio Perez alcanzando apenas la etapa 3 y por ultimo, el mejor resultado fue el del deportista Johan Sebastian Cortes que logro alcanzar la etapa 12. Se adjunta grafico de resultados.

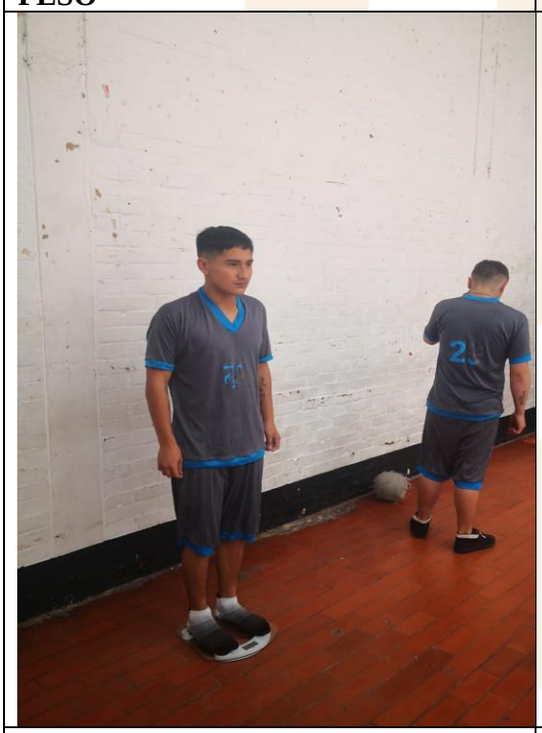
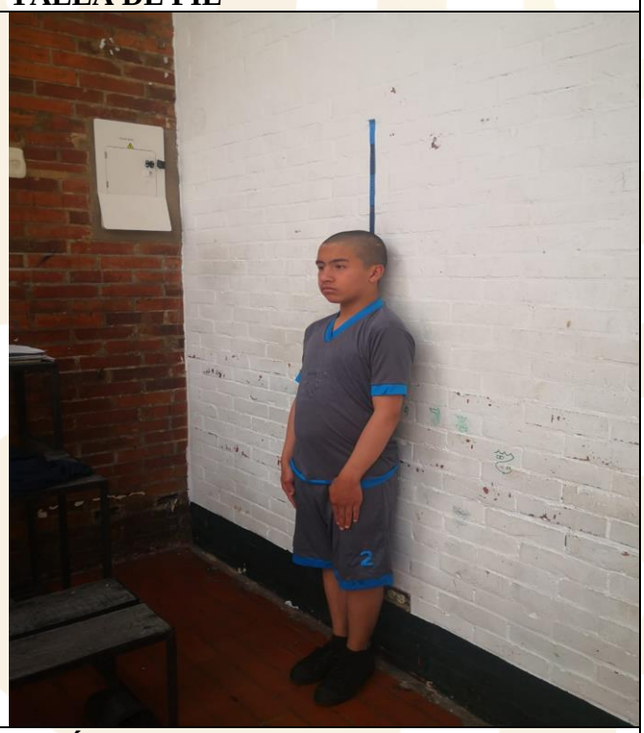


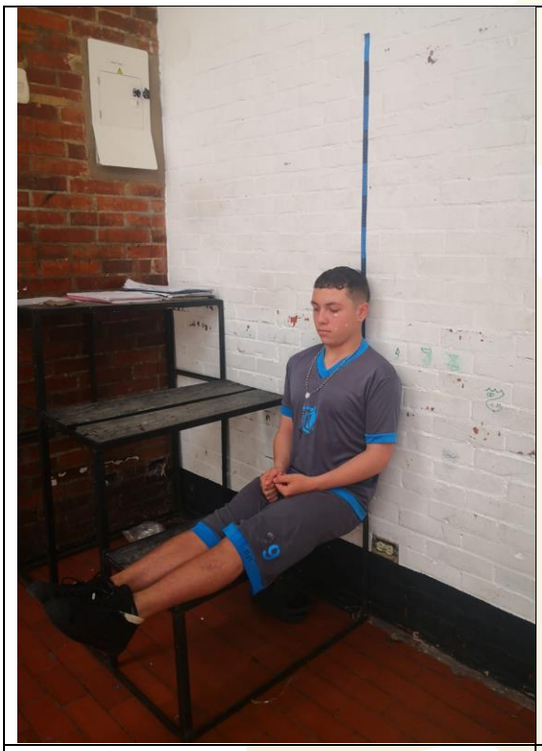
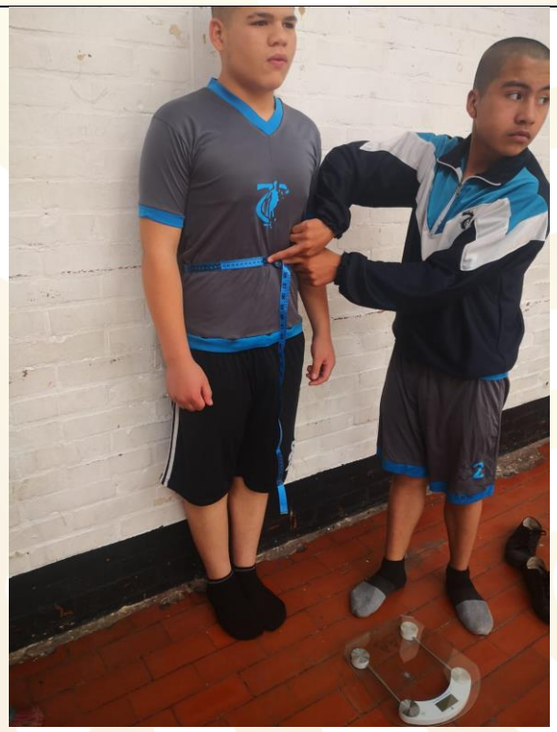
Referencias

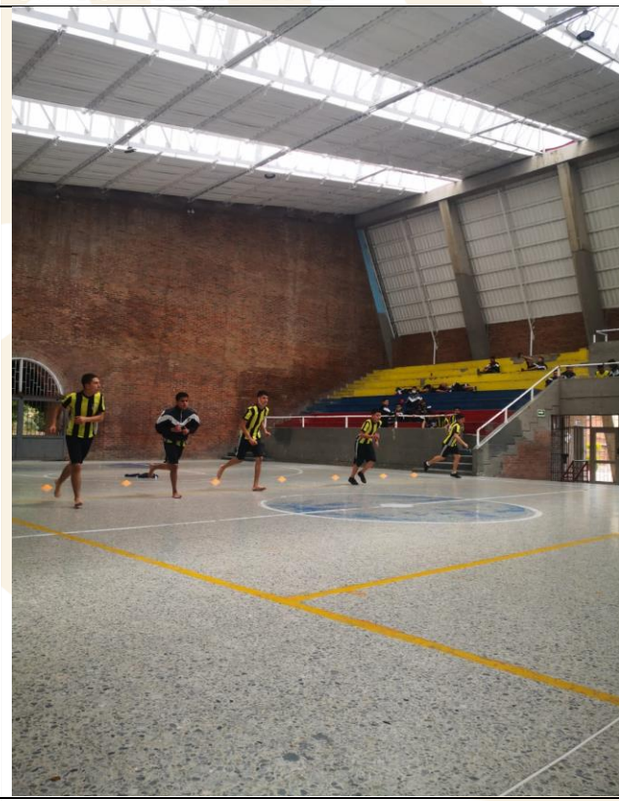
Las referencias bibliográficas sirven para que nuestros lectores puedan identificar y localizar los recursos que hemos citado en nuestro escrito. Las mismas se colocan en la lista de referencias incluida al final de un trabajo, y las veremos también en las bibliografías.

Anexos

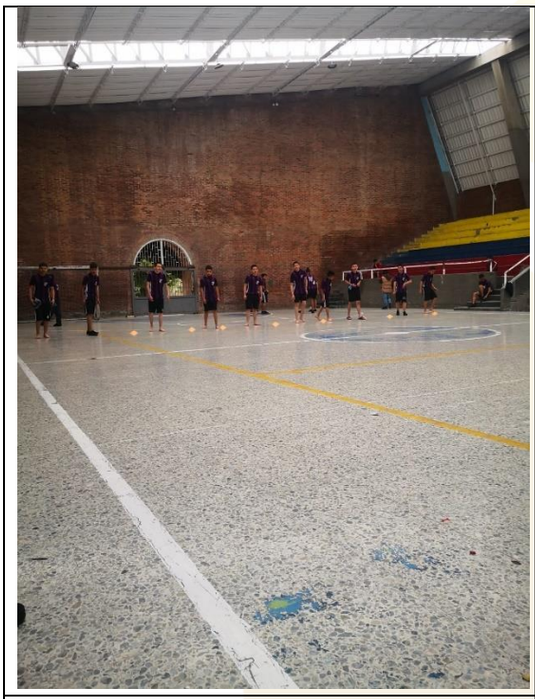
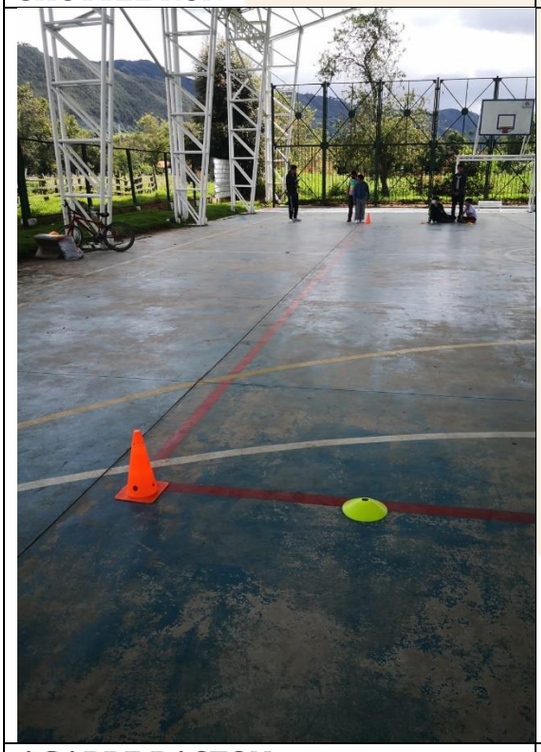
Los anexos son elementos opcionales dentro del Trabajo de investigación, son materiales complementarios, relevantes pero demasiado extensos para ser incluidos en el cuerpo del documento. (Planillas Excel, planilla en físico, registro fotográfico (una fotografía por cada prueba aplicada)).

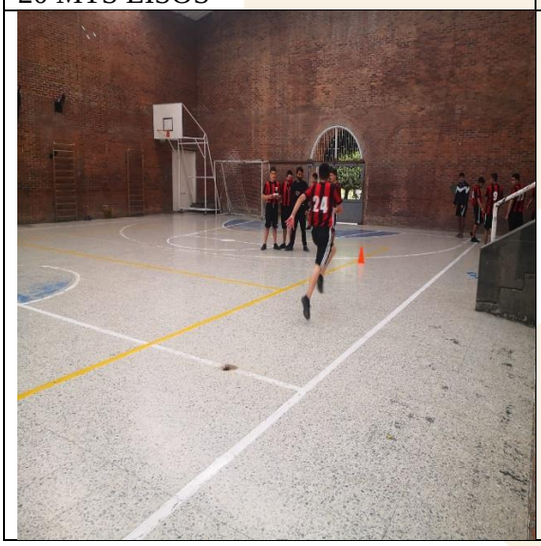
EVIDENCIA FOTOGRAFICA (se sugiere realizar un collas por cada test (3-6) fotos y ubicar evidencias por cada Nivel.	
PESO	**TALLA DE PIE**
	
TALLA SENTADO	**PERÍMETRO ABDOMINAL**

	
20 mts lisos	20 mts lisos
	
SALTO LARGO	SALTO LARGO

	
ESTATURA DE PIE	COURSETTE NAVETTE
	
COURSETTE NAVETTE	COURSETTE NAVETTE

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

	
SHUTTLE RUN	PESO
	
AGARRE BASTON	AGARRE BASTON

	
20 MTS LISOS	AGARRE BASTON
	

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

NIVEL: INICIACION DISCIPLINA: FUTBOL DE SALON

	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	HASLLY GABRIELA GALVIS CORREDOR	7	27/01/2015	FUTBOL DE SALON	21,75	123	65	125	57
2	MATEO ALEJANDRO MARTINEZ	6	21/04/2016	FUTBOL DE SALON	19	120	57	111	55
3	JOSEPH DAMIAN AMAYA ROJAS	7	12/04/2015	FUTBOL DE SALON	21,75	118	62	125	58
4	DAVID GERONIMO PINEDA SALAMANCA	6	28/05/2016	FUTBOL DE SALON	20	114	63	127	56
5	DANIEL SANTIAGO LESMES CASTRO	9	20/11/2012	FUTBOL DE SALON	49,15	154	68	128	63
6	JHOVAN MATIAS SOLER GAITAN	6	11/02/2016	FUTBOL DE SALON	22	123	58	118	56,2
7	ALAN SAMUEL SANTANA ROJAS	10	11/04/2012	FUTBOL DE SALON	32	132	68	127	62
8	NIGAN DAVID CASTRO BELTRAN	6	16/09/2016	FUTBOL DE SALON	20,85	123	54	110	60
9	DILAN LOVERA GALVIS	6	6/08/2016	FUTBOL DE SALON	19	101	55	115	55
10	JUAN JOSE AMOROCHO RINCON	6	29/07/2016	FUTBOL DE SALON	20,85	123	57	115	56,7
11	DANIEL ALEJANDRO RINCON	9	8/05/2013	FUTBOL DE SALON	33,15	134	66	124	64
12	MICHAEL ALEXANDER GALVIS CORREDOR	9	15/11/2012	FUTBOL DE SALON	32,5	132	62	126	63
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

MUNICIPIO EVALUADO: CAJICÁ

FORMADOR: JUAN CARLOS CASTELLANOS

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

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

NIVEL: FUNDAMENTACIÓN **DISCIPLINA: FUTBOL DE SALON**

	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	JHONATAN DAVID NAVAS	13	29/07/2008	FUTBOL DE SALON	45,6	155	85	165	77
2	AKER SAMUEL CASTRO	11	24/08/2010	FUTBOL DE SALON	50,8	160	88	166	80
3	ROGGER NICOLAS BELTRAN	13	7/08/2008	FUTBOL DE SALON	42,3	153	84	166	76
4	LEIDER ANDRES CASTILLO	15	9/10/2007	FUTBOL DE SALON	68,6	174	95	167	87
5	JORGE ENRIQUE LEON	15	15/12/2007	FUTBOL DE SALON	67,2	170	93	165	85
6	JOHAN ALBERNY ACEVEDO	15	5/08/2007	FUTBOL DE SALON	55,7	165	90	164	82
7	FARID SHADIS TORREJANO	15	13/10/2007	FUTBOL DE SALON	70,6	169	93	167	84
8	JHON JAIRO VELASQUEZ	15	16/07/2007	FUTBOL DE SALON	52,7	166	91	167	83
9	JUAN DANIEL HERNANDEZ	15	4/08/2007	FUTBOL DE SALON	64,7	169	93	162	84
10	JOJAN ARLEY POSADA	15	2/11/2007	FUTBOL DE SALON	58,2	167	91	169	83
11	YEISON ORLANDO JOSSA	14	25/08/2008	FUTBOL DE SALON	68,6	167	91	167	83
12	EDWARD AVILA MURCIA	15	14/05/2007	FUTBOL DE SALON	63,4	174	95	167	87
13	JUAN DAVID FORERO LOPEZ	15	4/11/2007	FUTBOL DE SALON	62,5	175	96	166	87
14	MAICOL STIVEN PEREZ	15	16/12/2007	FUTBOL DE SALON	83,5	181	99	162	90
15	JESUS MANUEL BARBOSA	15	24/12/2007	FUTBOL DE SALON	66	172	94	165	85
16	MAICOL ANDRES ROJAS	15	4/06/2007	FUTBOL DE SALON	67,3	173	95	167	82
17	JAIME SEBASTIAN GALLEGO	15	18/09/2007	FUTBOL DE SALON	67,9	163	89	159	83
18	ANGEL CUBILLOS GONZALEZ	15	15/10/2007	FUTBOL DE SALON	61,8	169	93	163	81
19									
20									

MUNICIPIO EVALUADO: **CAJICÁ**

FORMADOR: **JUAN CARLOS CASTELLANOS**

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

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

NIVEL: PERFECCIONAMIENTO **DISCIPLINA: FUTBOL DE SALON**

	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	JULIAN SANTIAGO PEÑA	16	12/06/2006	FUTBOL DE SALON	55,9	161	85	167	83
2	JENRRI MAURICIO PRECIADO	16	3/07/2006	FUTBOL DE SALON	60,2	168	88	166	87
3	LEONARDO FABIO PEREZ	17	12/12/2005	FUTBOL DE SALON	53,2	165	84	167	85
4	ANDREY RODRIGO CASTRO	17	8/09/2005	FUTBOL DE SALON	55,9	158	95	175	82
5	FELIPE PULIDO GRAJALES	16	26/11/2006	FUTBOL DE SALON	72,9	167	93	172	86
6	JUAN CARLOS MOLANO	16	15/10/2006	FUTBOL DE SALON	61,4	170	90	166	88
7	BRAYAN MONTILLA ROA	17	13/04/2005	FUTBOL DE SALON	57,4	160	93	172	83
8	JOSE ANDRES CALDERON	17	5/04/2005	FUTBOL DE SALON	54,7	166	91	165	86
9	SEBASTIAN CRUZ DIAZ	17	22/08/2005	FUTBOL DE SALON	55,6	166	93	164	86
10	ELIN SANTIAGO ORTIZ	16	15/06/2006	FUTBOL DE SALON	59,9	177	91	172	92
11	KEVIN JAVIER PEÑA	17	7/12/2005	FUTBOL DE SALON	63,5	168	92	171	84
12	MAICOL ARBEI BERNAL	17	2/11/2005	FUTBOL DE SALON	71,1	168	95	177	89
13	ELVER SNEIDER LOPEZ	17	27/08/2005	FUTBOL DE SALON	55,2	169	96	179	87
14	REIDER JOSE ESCALANTE	17	25/06/2005	FUTBOL DE SALON	60,5	175	99	180	88
15	JOHAN SEBASTIAN CORTES	16	30/12/2006	FUTBOL DE SALON	61,2	168	94	181	91
16									
17									
18									
19									
20									

MUNICIPIO EVALUADO: **CAJICA**

FORMADOR: **JUAN CARLOS CASTELLANOS**

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	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	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		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	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	
	NOMBRES Y APELLIDOS		1 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO		1 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO
1	HASLLY GABRIELA GALVIS CORREDOR	FUTBOL DE SALON	5,13	83	87	16,2	20	20	15,2	32	50
2	MATEO ALEJANDRO MARTINEZ	FUTBOL DE SALON	4,96	107	110	12,5	14	14	15,3	34	45
3	JOSEPH DAMIAN AMAYA ROJAS	FUTBOL DE SALON	5,18	71	67	11,8	10,6	11,8	17,6	35	33
4	DAVID GERONIMO PINEDA SALAMANCA	FUTBOL DE SALON	4,47	121	120	14	13,8	14	15	22	31
5	JHOVAN MATIAS SOLER GAITAN	FUTBOL DE SALON	4,6	107	100	22	23	23	18,7	33	45
6	NIGAN DAVID CASTRO BELTRAN	FUTBOL DE SALON	4,87	110	112	24	23,2	24	13	44	27
7	DILAN LOVERA GALVIS	FUTBOL DE SALON	5,5	87	90	16,7	17	17	13,5	22	31
8	JUAN JOSE AMOROCHO RINCON	FUTBOL DE SALON	4,8	91	88	18,9	18,9	18,9	14,8	16	32
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											
16											
17											
18											
19											
20											

MUNICIPIO EVALUADO: CAJICA

FORMADOR : JUAN CARLOS CASTELLANOS

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
SEGUNDO SEMESTRE

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

	NOMBRES Y APELLIDOS	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	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	
	NOMBRES Y APELLIDOS		1 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO
1	DANIEL ALEJANDRO RINCON	FUTBOL DE SALON	4,66	136	130	40,5	40	13,43	24	22
2	MICHAEL ALEXANDER GALVIS CORREDOR	FUTBOL DE SALON	4,46	112	118	33,6	34	12,87	22	22
3	DANIEL SANTIAGO LESMES CASTRO	FUTBOL DE SALON	4,17	133	135	38	38,6	13,02	14	17
4	ALAN SAMUEL SANTANA ROJAS	FUTBOL DE SALON	4,73	119	121	34	32	14	16	22
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										

MUNICIPIO EVALUADO: CAJICA

FORMADOR : JUAN CARLOS CASTELLANOS

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

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	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	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		300 METROS PLANOS UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA
			1 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO	
1	JHONATAN DAVID NAVAS	FUBOL DE SALON	4,04	137	139	45	47	12,45	23	18	81
2	AKER SAMUEL CASTRO	FUBOL DE SALON	4,14	128	135	49	55	12,33	16	15	67
3	ROGGER NICOLAS BELTRAN	FUBOL DE SALON	3,88	175	165	50	53	12,2	25	27	71
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											
16											
17											
18											
19											
20											

MUNICIPIO EVALUADO:	CAJICA
FORMADOR :	JUAN CARLOS CASTELLANOS

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	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	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		COURSE NAVETTE 20 MTS NUMERO DE ETAPA LOGRADA	RESULTADO NUMERO DE RECTAS	COURSE NAVETTE 20 METROS DISTANCIA ACUMULADA DE RECTAS UNIDAD DE MEDIDA: NUMERO DE RECTAS X 20
			1 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO	ETAPA		
1	LEIDER ANDRES CASTILLO	FUTBOL DE SALON	5,13	165	170	65	63	10,23	18	20	11	95	1900
2	JORGE ENRIQUE LEON	FUTBOL DE SALON	4,96	140	135	55	55	10,5	35	20	9	78	1560
3	JOHAN ALBERNY ACEVEDO	FUTBOL DE SALON	4,6	143	160	46	65	12,34	17	15	11	97	1940
4	FARID SHADIS TORREJANO	FUTBOL DE SALON	4,47	167	154	58	59	11,2	21	17	7	55	1100
5	JHON JAIRO VELASQUEZ	FUTBOL DE SALON	4,32	175	156	65	58	9,94	21	29	8	65	1300
6	JUAN DANIEL HERNANDEZ	FUTBOL DE SALON	3,9	145	168	62	66	9,93	17	25	6	47	940
7	JOJAN ARLEY POSADA	FUTBOL DE SALON	3,23	156	150	58	60	11,34	21	15	6	47	940
8	YEISON ORLANDO JOSSA	FUTBOL DE SALON	3,71	140	167	67	55	12,16	21	28	7	68	1360
9	EDWARD AVILA MURCIA	FUTBOL DE SALON	3,9	135	155	65	68	11,71	25	19	6	46	920
10	JUAN DAVID FORERO LOPEZ	FUTBOL DE SALON	3,56	180	178	62	68	10,62	27	26	8	67	1340
11	MAICOL STIVEN PEREZ	FUTBOL DE SALON	3,72	130	156	55	62	10,78	13	15	8	68	1360
12	JESUS MANUEL BARBOSA	FUTBOL DE SALON	3,97	115	124	47	55	12,6	22	17	9	76	1520
13	MAICOL ANDRES ROJAS	FUTBOL DE SALON	3,63	156	167	56	53	11,38	11	20	11	99	1980
14	JAIME SEBASTIAN GALLEGO	FUTBOL DE SALON	3,88	140	179	44	48	12,45	14	18	3	21	420
15	ANGEL CUBILLOS GONZALEZ	FUTBOL DE SALON	3,76	125	148	67	63	9,98	22	16	6	44	880
16	JULIAN SANTIAGO PEÑA	FUTBOL DE SALON	3,65	130	120	71	65	11,73	27	22	7	56	1120
17	JENRRI MAURICIO PRECIADO	FUTBOL DE SALON	4,04	176	159	42	56	11,44	34	40	3	18	360
18	LEONARDO FABIO PEREZ	FUTBOL DE SALON	3,88	180	169	66	67	10,65	27	19	3	22	440
19	ANDREY RODRIGO CASTRO	FUTBOL DE SALON	3,28	160	150	65	64	10,65	39	27	6	45	900
20	FELIPE PULIDO GRAJALES	FUTBOL DE SALON	3,84	145	170	64	53	11,78	22	35	7	56	1120
21	JUAN CARLOS MOLANO	FUTBOL DE SALON	3,98	167	150	66	45	12,77	26	31	7	57	1140
22	BRAYAN MONTILLA ROA	FUTBOL DE SALON	3,68	189	170	57	65	9,94	12	17	6	46	920
23	JOSE ANDRES CALDERON	FUTBOL DE SALON	2,84	133	159	62	59	12,22	21	17	8	67	1340
24	SEBASTIAN CRUZ DIAZ	FUTBOL DE SALON	3,53	120	111	70	71	12,33	18	24	9	71	1420
25	ELIN SANTIAGO ORTIZ	FUTBOL DE SALON	3,64	97	69	58	57	11,45	32	27	9	71	1420
26	KEVIN JAVIER PEÑA	FUTBOL DE SALON	3,91	205	170	66	66	12,55	17	15	9	71	1420
27	MAICOL ARBEI BERNAL	FUTBOL DE SALON	3,35	165	130	57	56	12,55	15	23	10	83	1660
28	ELVER SNEIDER LOPEZ	FUTBOL DE SALON	4,28	167	180	43	57	12,67	18	27	10	83	1660
29	REIDER JOSE ESCALANTE	FUTBOL DE SALON	3,47	144	166	72	65	10,22	13	10	11	91	1820
30	JOHAN SEBASTIAN CORTES	FUTBOL DE SALON	3,81	156	167	65	68	12,25	19	14	12	105	2100
31													

MUNICIPIO EVALUADO: CAJICA

FORMADOR : JUAN CARLOS CASTELLANOS

OBLIGACION 11





OBLIGACION 12



OBLIGACION 11



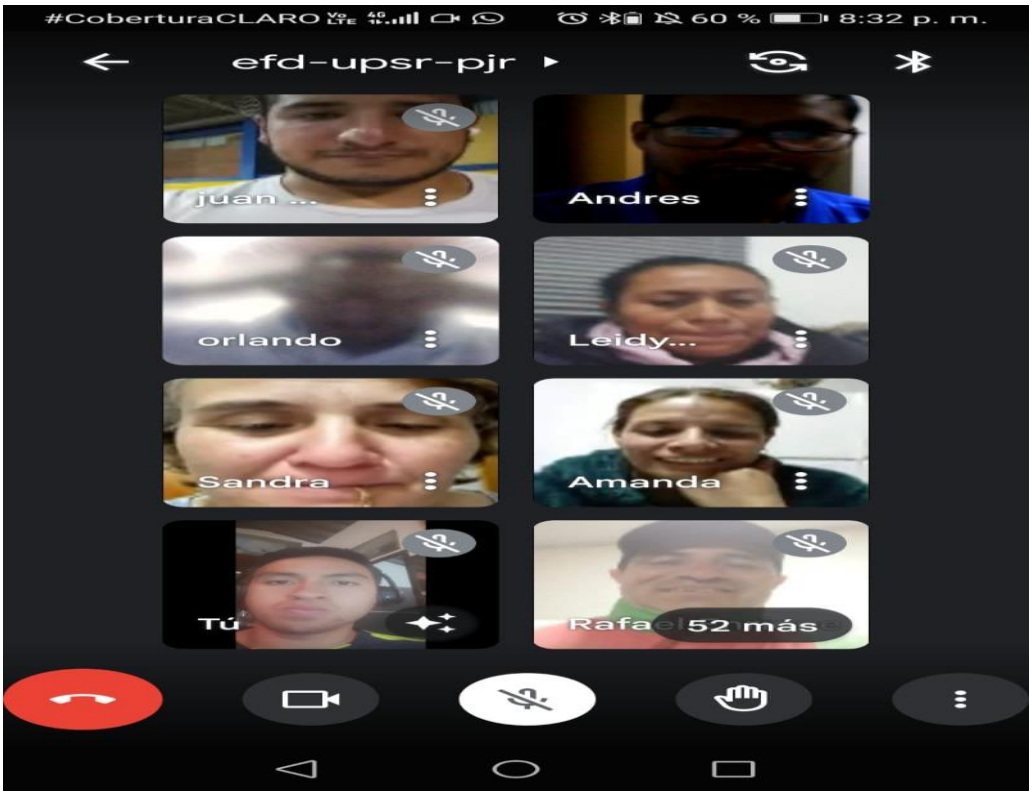


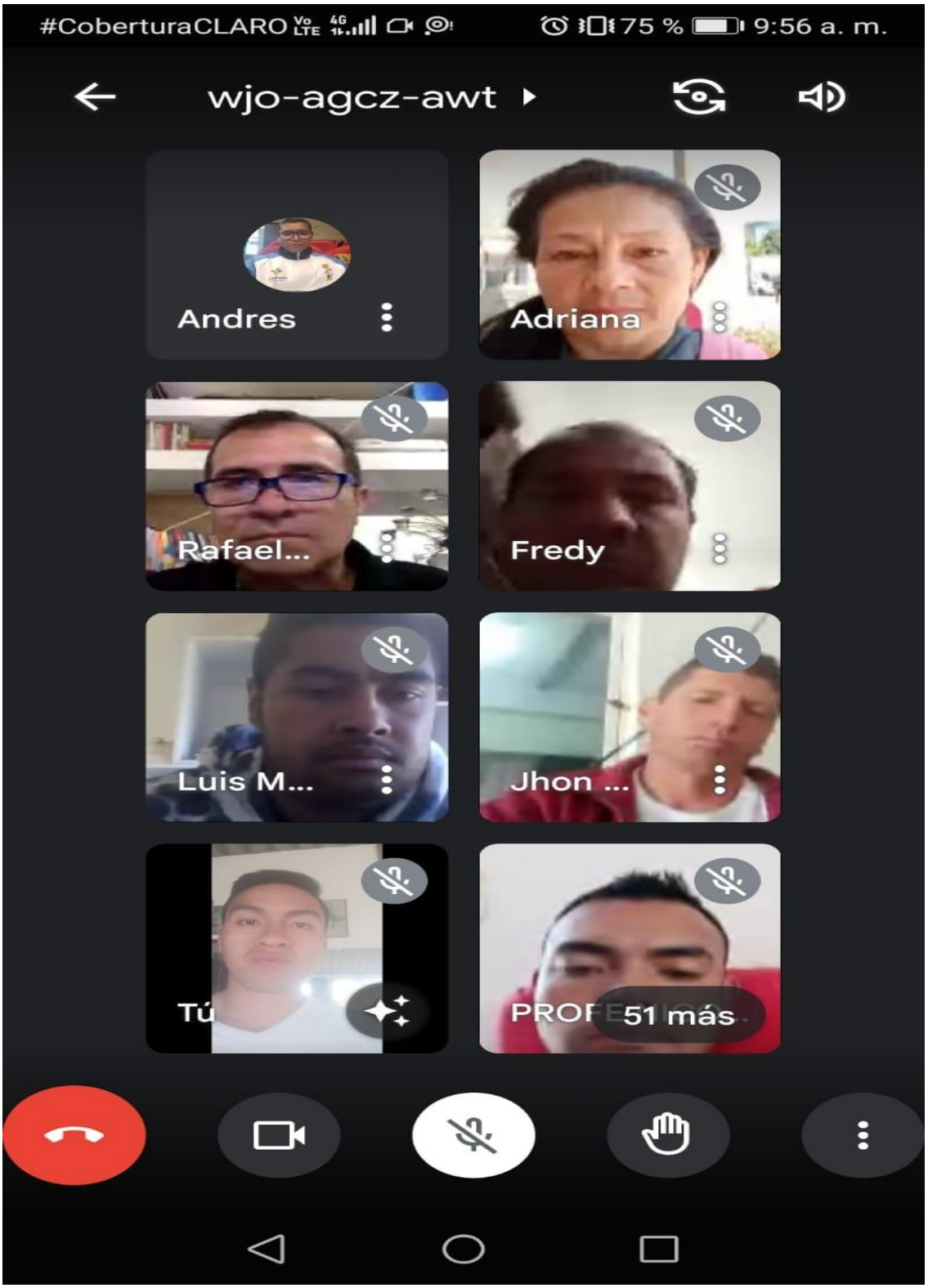


OBLIGACION 12




#CoberturaCLARO
75 %
10:17 a. m.
sey-bnjg-gdw
Sandra
Andres
William
PAUL...
JHO...
Tú
47 más

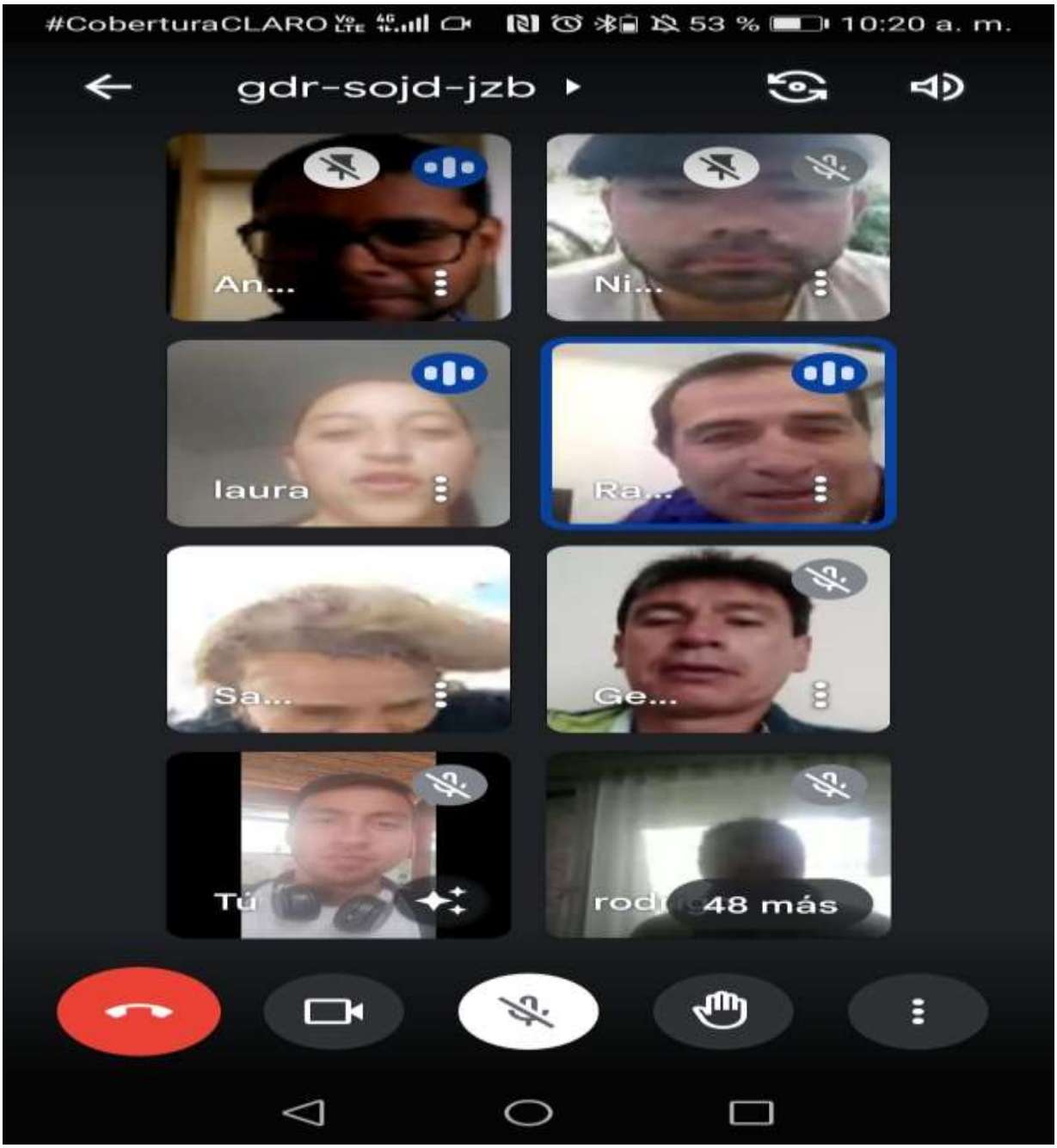

#CoberturaCLARO
60 %
8:32 p. m.
efd-upsr-pjr
juan ...
Andres
orlando
Leidy...
Sandra
Amanda
Tú
52 más


#CoberturaCLARO
75 %
9:56 a. m.
wjo-agcz-awt
Andres
Adriana
Rafael...
Fredy
Luis M...
Jhon ...
Tú
51 más

OBIGACION 11

Se esta presto a apoyar cualquier evento por parte del instituto de deportes.

OBLIGACION 12




Juan David Sánchez fajardo
Andres Castro Rodriguez
55 más
19:18 | osr-ifmd-dsc



OBLIGACION 11





OBLIGACION 12



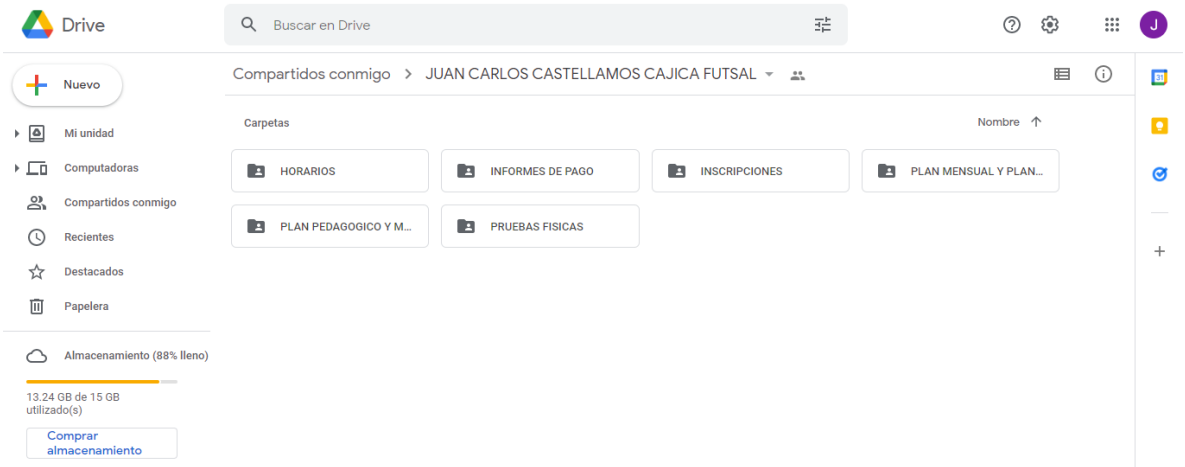




OBLIGACION 13

Se esta a la espera de la entrega por parte de la subgerencia administrativa y financiera el formato único de inventario documento (FUID) cuando se requiera enviar o trasladar documentos al archivo del instituto.

OBLIGACION 14



OBLIGACION 15

VENTANILLA UNICA
Recibido por: Valeria Díaz G.
Fecha: 28/09/2022 Hora: 12:08 PM
Folios: 1
R. 202201195
Instituto Municipal de Deporte y Recreacíode Cajicá

CERTIFICACIÓN No. 0173-2022

La suscrita directora del instituto Municipal de Deporte y Recreación de Cajicá, dando alcance a los apoyos remitidos por INDEPORTES CUNDINAMARCA me permito certificar que, el señor **JUAN CARLOS CASTELLANOS VENEGAS** identificado con cédula de ciudadanía número **1070018776** de Cajicá, realizó actividades de apoyo y acompañamiento en el proceso de formadores deportivo teniendo en cuenta:

ACTIVIDAD DEPORTIVA	**FÚTBOL SALA**
INTENSIDAD HORARIA	**18 HORAS SEMANALES**
ENTRENADOR	**JUAN CARLOS CASTELLANOS VENEGAS**
PERIODO	**1 DE SEPTIEMBRE AL 30 DE SEPTIEMBRE**

En virtud de lo anterior quedamos atentos a cualquier inquietud, agradeciendo su atención, así mismo su valioso aporte para el fomento y desarrollo deportivo del municipio, deseándole éxitos en su labor.

La presente certificación se expide en Cajicá a los veintiocho (28) días del mes de septiembre del dos mil veintidós (2022).

Ana Katherine Artunduaga Mendoza
DIRECTORA

Responsable	Nombre(s) y apellidos	Firma	Área
Proyectó:	Angelica Daza		Apoyo deporte formativo
Revisó:	Catherine Nieto		Apoyo Dirección
Revisó:	Edwin Torres		Deporte formativo
Revisó y Aprobó:	Katherine Artunduaga		Directora
Los firmantes, manifestamos expresamente que hemos estudiado y revisado el presente documento, y por encontrarlo ajustado a las disposiciones constitucionales, legales y reglamentarias vigentes, lo presentamos para su firma bajo nuestra responsabilidad.			

VENTANILLA UNICA
Recibido por: Valeria Díaz G.
INSDEPORTES Fecha: 31/10/2022 Hora 04:16 PM
Folios: 1
R. 202201419
Instituto Municipal de Deporte y Recreación de Cajicá

CERTIFICACIÓN No. 0191-2022

La suscrita directora del instituto Municipal de Deporte y Recreación de Cajicá, dando alcance a los apoyos remitidos por INDEPORTES CUNDINAMARCA me permito certificar que, el señor **JUAN CARLOS CASTELLANOS VENEGAS** identificado con cédula de ciudadanía número **1070018776** de Cajicá, realizó actividades de apoyo y acompañamiento en el proceso de formadores deportivo teniendo en cuenta:

ACTIVIDAD DEPORTIVA	**FÚTBOL SALA**
INTENSIDAD HORARIA	**18 HORAS SEMANALES**
ENTRENADOR	**JUAN CARLOS CASTELLANOS VENEGAS**
PERIODO	**1 DE OCTUBRE AL 30 DE OCTUBRE**

En virtud de lo anterior quedamos atentos a cualquier inquietud, agradeciendo su atención, así mismo su valioso aporte para el fomento y desarrollo deportivo del municipio, deseándole éxitos en su labor.

La presente certificación se expide en Cajicá a los veintiocho (27) días del mes de octubre del dos mil veintidós (2022).

Ana Katherine Arbunduaga Mendoza
DIRECTORA

Responsable	Nombre(s) y apellidos	Firma	Área
Proyectó:	Angelica Daza		Apoyo deporte formativo
Revisó:	Catherine Nieto		Apoyo Dirección
Revisó:	Edwin Torres		Deporte formativo
Revisó y Aprobó:	Katherine Artunduaga		Directora
Los firmantes, manifestamos expresamente que hemos estudiado y revisado el presente documento, y por encontrarlo ajustado a las disposiciones constitucionales, legales y reglamentarias vigentes, lo presentamos para su firma bajo nuestra responsabilidad.			

CERTIFICACIÓN No. 247-2022

La suscrita directora del instituto Municipal de Deporte y Recreación de Cajicá, dando alcance a los apoyos remitidos por INDEPORTES CUNDINAMARCA me permito certificar que, el señor **JUAN CARLOS CASTELLANOS VENEGAS** identificado con cédula de ciudadanía número **1070018776** de Cajicá, realizó actividades de apoyo y acompañamiento en el proceso de formadores deportivo teniendo en cuenta:

ACTIVIDAD DEPORTIVA	**FÚTBOL SALA**
INTENSIDAD HORARIA	**18 HORAS SEMANALES**
ENTRENADOR	**JUAN CARLOS CASTELLANOS VENEGAS**
PERIODO	**1 DE NOVIEMBRE AL 30 DE NOVIEMBRE**

En virtud de lo anterior quedamos atentos a cualquier inquietud, agradeciendo su atención, así mismo su valioso aporte para el fomento y desarrollo deportivo del municipio, deseándole éxitos en su labor.

La presente certificación se expide en Cajicá a los seis (06) días del mes de diciembre del dos mil veintidós (2022).

Ana Katherine Artunduaga Mendoza
DIRECTORA

Responsable	Nombre(s) y apellidos	Firma	Área
Proyectó:	Paula Sánchez		Contratista - secretaria
Revisó:	Catherine Nieto		Apoyo Dirección
Revisó:	Edwin Torres		Deporte formativo
Revisó y Aprobó:	Katherine Artunduaga		Directora
Los firmantes, manifestamos expresamente que hemos estudiado y revisado el presente documento, y por encontrarlo ajustado a las disposiciones constitucionales, legales y reglamentarias vigentes, lo presentamos para su firma bajo nuestra responsabilidad.			

VENTANILLA UNICA
Recibido por: Paola Castiblan
INSDEPORTES Fecha: 06/12/2022 Hora:10:18 AM
Folios: 1
R. 202201626
Instituto Municipal de Deporte y Recreación de Cajicá

CERTIFICACIÓN -2022

La suscrita directora del instituto Municipal de Deporte y Recreación de Cajicá, dando alcance a los apoyos remitidos por INDEPORTES CUNDINAMARCA me permito certificar que, el señor **JUAN CARLOS CASTELLANOS VENEGAS** identificado con cédula de ciudadanía número **1070018776** de Cajicá, realizó actividades de apoyo y acompañamiento en el proceso de formadores deportivo teniendo en cuenta:

ACTIVIDAD DEPORTIVA	**FÚTBOL SALA**
INTENSIDAD HORARIA	**18 HORAS SEMANALES**
ENTRENADOR	**JUAN CARLOS CASTELLANOS VENEGAS**
PERIODO	**1 DE DICIEMBRE AL 30 DE DICIEMBRE**

En virtud de lo anterior quedamos atentos a cualquier inquietud, agradeciendo su atención, así mismo su valioso aporte para el fomento y desarrollo deportivo del municipio, deseándole éxitos en su labor.

La presente certificación se expide en Cajicá a los treinta días (30) días del mes de diciembre del dos mil veintidós (2022).

Ana Katherine Artunduaga Mendoza
DIRECTORA

Responsable	Nombre(s) y apellidos	Firma	Área
Proyectó:	Angelica Daza		Apoyo deporte formativo
Revisó:	Catherine Nieto	Nieto	Apoyo Dirección
Revisó:	Edwin Torres		Deporte formativo
Revisó y Aprobó:	Katherine Artunduaga		Directora

Los firmantes, manifestamos expresamente que hemos estudiado y revisado el presente documento, y por encontrarlo ajustado a las disposiciones constitucionales, legales y reglamentarias vigentes, lo presentamos para su firma bajo nuestra responsabilidad.

Powered by CamScanner

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: HASLY GABRIELA
APELLIDOS: GALVIS CORREDOR
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 27 MES 01 AÑO 2015
Número de Identificación: 1141347316
Año que cursa: SEGUNDO Nombre de la Institución Educativa SAN GABRIEL
Edad: 7 AÑOS Talla de Calzado: 29 Talla pantaloneta: 8 Talla Camiseta: 8
Dirección y Lugar de Domicilio: CRA 6#15-12
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre: YANET ELIANA GALVIS
Documento de identidad: 1051211676 de CAJICÁ
Teléfono: 3115002849
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: YANER ELIANA GALVIS
Teléfono en caso de emergencia: 3115002849

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**

Yanetn Galvis corredor

Firma del Menor:
T.I: 1141347316
CELULAR 3115002849

Firma del acudiente
C.C 1051211676
CELULAR 3115002849

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535 **Email:**
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN:

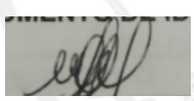
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: _MATEO ALEJANDRO
APELLIDOS: _MARTINEZ AZOCAR_
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 21 MES 04 AÑO 2016
Número de Identificación: 113321042017
Año que cursa: TRANSICIÓN Nombre de la Institución Educativa SANGABRIEL
Edad: 6 AÑOS Talla de Calzado: 28 Talla pantaloneta: 8 Talla Camiseta: 8
Dirección y Lugar de Domicilio: SANTA CRUZ
Nombres y Apellidos del padre: MANUEL MARTINEZ
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre: ANGELICA AZOCAR
Documento de identidad: 17236160 de CAJICÁ
Teléfono: 3015696488
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: ANGELICA AZOCAR_
Teléfono en caso de emergencia: 3015696488

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X__
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI___NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 113321042017
CELULAR 3015696488

Firma del acudiente
C.C 17236160
CELULAR 3015696488



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535 **Email:**
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: JOSEPH DAMIAN
APELLIDOS: AMAYA ROJAS
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 12 MES 04 AÑO 2015
Número de Identificación: 120146983
Año que cursa: SEGUNDO Nombre de la Institución Educativa RINCON SANTO
Edad: 7 AÑOS Talla de Calzado: 30 Talla pantaloneta: 8 Talla Camiseta: 8
Dirección y Lugar de Domicilio: SANTA INES
Nombres y Apellidos del padre: JOHN AMAYA
Documento de identidad: 1070012077 de CAJICA
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre: ZAIRA ROJAS
Documento de identidad: 1110527536 de IBAGUE
Teléfono: 3144356974
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: MARIBEL SANCHEZ
Teléfono en caso de emergencia: 3144356974

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI __NO X__Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**

Firma del Menor:
T.I: 120146983
CELULAR 3144356974

Firma del acudiente
C.C 52665287
CELULAR 3144356974

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535 **Email:**
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: DAVID GERONICMO
APELLIDOS: PINEDA SALAMANCA
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 28 MES 05 AÑO 2016
Número de Identificación: 1070020799
Año que cursa: PRIMERO Nombre de la Institución Educativa SAN GABRIEL
Edad: 6 AÑOS Talla de Calzado: 29 Talla pantaloneta: 8 Talla Camiseta: 8
Dirección y Lugar de Domicilio: SANTA INES
Nombres y Apellidos del padre: CRISTIAN PINEDA
Documento de identidad: 1070018747
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre: NICOL SALAMANDA
Documento de identidad: 1070023177 de CAJICÁ
Teléfono: 3224261687
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NICOL SALAMANCA
Teléfono en caso de emergencia: 3224261687

3. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI___NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X__Cual
Tipo de Sangre RH: A+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**

Nicol Salamanca

Firma del Menor:
T.I: 1070020799
CELULAR 3224261687

Firma del acudiente
C.C 1070023177
CELULAR 3115002849

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535 **Email:**
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

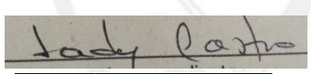
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: DANIEL SANTIAGO
APELLIDOS: LESMES CASTRO
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 20 MES 11 AÑO 2012
Número de Identificación: 1076247906
Año que cursa: CUARTO Nombre de la Institución Educativa PABLOHERRERA
Edad: 9 AÑOS Talla de Calzado: 35 Talla pantaloneta: 12 Talla Camiseta: 12
Dirección y Lugar de Domicilio: CALLE 8ª 19ª 05
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre: LADY CASTRO
Documento de identidad: 1070005030 de CAJICÁ
Teléfono: 3105618783
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: LADY CASTRO
Teléfono en caso de emergencia: 3105618783

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X_Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1076247906
CELULAR 3105618783

Firma del acudiente
C.C 1070005030
CELULAR 3105618783



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535 **Email:**
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

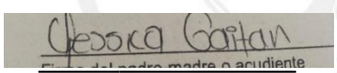
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: JHOVAN MATIAS
APELLIDOS: SOLER GAITAN
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 11 MES 02 AÑO 2016
Número de Identificación: 1070020330
Año que cursa: PRIMERO Nombre de la Institución Educativa POMPILIO MARTINEZ
Edad: 6 AÑOS Talla de Calzado: 28 Talla pantaloneta: 8 Talla Camiseta: 8
Dirección y Lugar de Domicilio: SANTA INES
Nombres y Apellidos del padre: VICTOR SOLER
Documento de identidad: 1070006701
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre: YESSICA GAITAN
Documento de identidad: 1072716620
Teléfono: 3124093735
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: YESSICA GAITAN
Teléfono en caso de emergencia: 3124093735

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI___NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X_Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1070020330
CELULAR 3124093735

Firma del acudiente
C.C 1072716620
CELULAR 3124093735



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535 **Email:**
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: ALAN SAMUEL
APELLIDOS: SANTANA ROJAS
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 11 MES 04 AÑO 2012
Número de Identificación: 1072702420
Año que cursa: QUINTO Nombre de la Institución Educativa RINCON SANTO
Edad: 10 AÑOS Talla de Calzado: 36 Talla pantaloneta: 12 Talla Camiseta: 12
Dirección y Lugar de Domicilio: CR 10 46 37
Nombres y Apellidos del padre: OSCAR SANTANA
Documento de identidad: 81720467
Teléfono: 3138127577
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad: de
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: OSCAR SANTANA
Teléfono en caso de emergencia: 3138127577

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI NO X Cual
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**

Firma del Menor:
T.I: 1072702420
CELULAR 3138127577

Firma del acudiente
C.C 8 1 7 2 0 4 6 7
CELULAR 3138127577

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535 **Email:**
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: NIGAN DAVID
APELLIDOS: CASTRO BELTRAN
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 16 MES 09 AÑO 2016
Número de Identificación: 1072670607
Año que cursa: TRANSICIÓN Nombre de la Institución Educativa IED POMPILIO MARTINEZ
Edad: 6 AÑOS Talla de Calzado: 28 Talla pantaloneta: 8 Talla Camiseta: 8
Dirección y Lugar de Domicilio: CAJICÁ
Nombres y Apellidos del padre: JORGE CASTRO
Documento de identidad: 80406651
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre: YOSYANI BELTRAN
Documento de identidad: 52666385
Teléfono: 3115002849
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: YANET BELTRAN
Teléfono en caso de emergencia: 3133684284

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**

Firma del Menor:
T.I: 1072670507
CELULAR 3133684284

Firma del acudiente
C.C
CELULAR 3133684284

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535 **Email:**
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: DILAN
APELLIDOS: LORENA GALVIS
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 06 MES 08 AÑO 2016
Número de Identificación: 1028408573
Año que cursa: PRIMERO Nombre de la Institución Educativa SAN GABRIEL
Edad: 6 AÑOS Talla de Calzado: 27 Talla pantaloneta: 8 Talla Camiseta: 8
Dirección y Lugar de Domicilio: CAJICÁ
Nombres y Apellidos del padre: EFRAIN LOVERA
Documento de identidad: 80500852
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre: YANETH GALVIS
Documento de identidad: 1 0 5 1 2 1 1 6 7 6 de BOYACA
Teléfono: 3115002849
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: YANER ELIANA GALVIS
Teléfono en caso de emergencia: 3115002849

2. INFORMACIÓN MEDICA

Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**

Yaneth Galvis corredor

Firma del Menor:
T.I: 1141347316
CELULAR 1028408573

Firma del acudiente
C.C 1051211676
CELULAR 3115002849

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535 **Email:**
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: DANIEL ALEJANDRO
APELLIDOS: RINCON VILLAMIL
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 08 MES 05 AÑO 2013
Número de Identificación: 1072706097
Año que cursa: CUARTO Nombre de la Institución Educativa SAN GABRIEL
Edad: 9 AÑOS Talla de Calzado: 34 Talla pantaloneta: 12 Talla Camiseta:12
Dirección y Lugar de Domicilio: SANTA INES
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre: MARLEN RINCON
Documento de identidad:1076622109de BOYAC
Teléfono: 3187477538
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: MARLEN RINCON Teléfono en caso de emergencia: 3187477538

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI___NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**

Firma del Menor:
T.I: 1072706097
CELULAR 3187477538

Firma del acudiente
C.C 1076622109
CELULAR 3187477538

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535 **Email:**
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: JUAN JOSE
APELLIDOS: AMOROCHO
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 29 MES 07 AÑO 2016
Número de Identificación: 1070021208
Año que cursa: PRIMERO Nombre de la Institución Educativa IED POMPILIO MARTINEZ
Edad: 6 AÑOS Talla de Calzado: 28 Talla pantaloneta: 8 Talla Camiseta: 8
Dirección y Lugar de Domicilio: CAJICÁ
Nombres y Apellidos del padre: OMAR RINCON
Documento de identidad: 1070006817
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre: MARLEN RINCON
Documento de identidad: 10076622109 DE CAJICA
Teléfono: 3187477538
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: MARLEN RINCON
Teléfono en caso de emergencia: 3187477538

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI __NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**

Firma del Menor:
T.I: 1070021208
CELULAR 3133684284

Firma del acudiente
C.C
CELULAR 3133684284

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535 **Email:**
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: MICHEL ALEXANDER
APELLIDOS: LOVERA SIERRA
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 15 MES 11 AÑO 2012
Número de Identificación: 1075674670
Año que cursa: CUARTO Nombre de la Institución Educativa SAN GABRIEL
Edad: 9 AÑOS Talla de Calzado: 34 Talla pantaloneta: 12 Talla Camiseta: 12
Dirección y Lugar de Domicilio: SANTA INES
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre: YURI SIERRA
Documento de identidad: 1075674670
Teléfono: 3144850720
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: YANET ELIANA GALVIS
Teléfono en caso de emergencia: 3144850720

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI __NO X Cual
Tipo de Sangre RH: A+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**

Yanetn Galvis corredor

Firma del Menor:
T.I: 1075674670
CELULAR 3144850720

Firma del acudiente
C.C 1051211676
CELULAR 3144850720

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535 **Email:**
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: JHONATAN DAVID
APELLIDOS: NAVAS ROMERO
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 29 MES 07 AÑO 2008
Número de Identificación: 1105373404
Año que cursa: SEPTIMO Nombre de la Institución Educativa RINCON SANTO
Edad: 13 AÑOS Talla de Calzado: 39 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S
Dirección y Lugar de Domicilio: CHUNTAME
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre: BRENDA ROMERO
Documento de identidad: 1113620005 de CAJICÁ
Teléfono: 3144850720
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: BRENDA ROMERO
Teléfono en caso de emergencia: 3144850720

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**

Brenda Giselle Romero

Firma del Menor:
T.I: 1105373404
CELULAR 3144850720

Firma del acudiente
C.C 1113620005
CELULAR 3144850720

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535 **Email:**
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

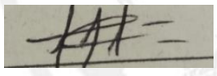
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: AKER SAMUEL
APELLIDOS: CASTRO BELTRAN
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 24 MES 08 AÑO 2010
Número de Identificación: 1075667358
Año que cursa: SEXTO Nombre de la Institución Educativa SAN GABRIEL
Edad: 11 AÑOS Talla de Calzado: 37 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S
Dirección y Lugar de Domicilio: CALLE 8 19ª 11 05
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre: ROCIO BELTRAN
Documento de identidad: 52666385 de CAJICÁ
Teléfono: 3133684284
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: ROCIO BELTRAN
Teléfono en caso de emergencia: 3133684284

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1075667358
CELULAR 3133684284

Firma del acudiente
C.C 52666385
CELULAR 3133684284



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535 **Email:**
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

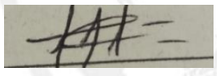
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: ROGER NICOLAS
APELLIDOS: CASTRO BELTRAN
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 07 MES 08 AÑO 2008
Número de Identificación: 1072657636
Año que cursa: OCTAVO Nombre de la Institución Educativa SAN GABRIEL
Edad: 13 AÑOS Talla de Calzado: 39 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S
Dirección y Lugar de Domicilio: CALLE 8 19ª 11 05
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre: ROCIO BELTRAN
Documento de identidad: 52666385 de CAJICÁ
Teléfono: 3133684284
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: ROCIO BELTRAN
Teléfono en caso de emergencia: 3133684284

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1072657636
CELULAR 3133684284

Firma del acudiente
C.C 52666385
CELULAR 3133684284



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

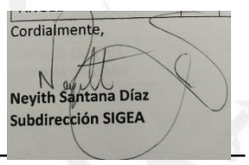
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: LEIDER ANDRES
APELLIDOS: ASPRILLA CASTILLO
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1045498930
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 15 AÑOS Talla de Calzado: 40 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1045498930
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

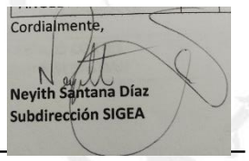
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: JORGE ENRIQUE
APELLIDOS: LEON SANCHEZ
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1034659765
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 15 AÑOS Talla de Calzado: 40 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ___NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI___NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1034659765
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: JOHAN ALBERNY
APELLIDOS: ALIPIO ACEVEDO
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1140914611
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 15 AÑOS Talla de Calzado: 40 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

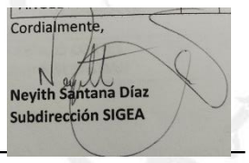
2. INFORMACIÓN MEDICA

Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: A+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1140914611
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: SHADIS FARID
APELLIDOS: DAVILA TORREJANO
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1121533183
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 15 AÑOS Talla de Calzado: 40 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

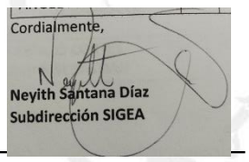
2. INFORMACIÓN MEDICA

Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1121533183
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: JHON JAIRO
APELLIDOS: MORALES VELASQUEZ
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1012917201
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 15 AÑOS Talla de Calzado: 40 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

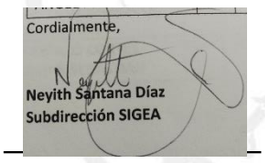
2. INFORMACIÓN MEDICA

Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1012917201
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

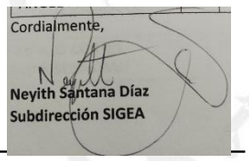
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: JUAN MANUEL
APELLIDOS: MENDEZ HERNANDEZ
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1140915739
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 15 AÑOS Talla de Calzado: 40 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ___NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI___NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1140915739
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

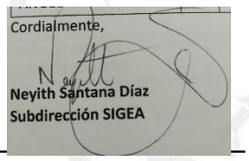
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: JOJAN ARLEY
APELLIDOS: POSADA ANTURY
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1013597162
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 15 AÑOS Talla de Calzado: 40 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ___NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI___NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: A+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1013597162
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

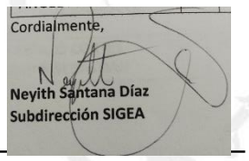
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: YEISON ORLANDO
APELLIDOS: JOSSA CHASOY
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1124313473
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 14 AÑOS Talla de Calzado: 40 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ___NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI___NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1124313473
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: EDWARD

APELLIDOS: AVILA MURCIA

FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO

Número de Identificación: 1141517405

Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO

Edad: 15 AÑOS Talla de Calzado: 40 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S

Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO

Nombres y Apellidos del padre:

Documento de identidad:

Teléfono:

Nombres y Apellidos de la madre:

Documento de identidad:

Teléfono:

Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ

Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA

Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X

Especifique el lugar de la fractura:

Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____

Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual

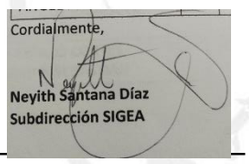
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.

Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1141517405
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

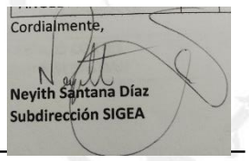
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: JUAN DAVID
APELLIDOS: FORERO LOPEZ
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1073681349
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 15 AÑOS Talla de Calzado: 40 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ___NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI___NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1073681349
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535 **Email:**
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

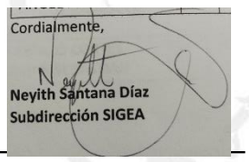
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: MAICOL ESTIBEN
APELLIDOS: PEREZ LIZARAZO
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1022949600
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 15 AÑOS Talla de Calzado: 40 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1022949600
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535 **Email:**
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

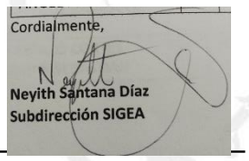
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: JESUS MANUEL
APELLIDOS: BARBOSA NARVAEZ
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1065874406
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 15 AÑOS Talla de Calzado: 40 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ___NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI___NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1065874406
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535 **Email:**
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

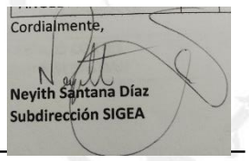
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: MAICOL ANDRES
APELLIDOS: ROJAS GONZALEZ
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1021671251
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 15 AÑOS Talla de Calzado: 40 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ___NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI___NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1021671251
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: JAIME SEBASTIAN
APELLIDOS: GALLEGO OLAVE
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1028663070
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 15 AÑOS Talla de Calzado: 40 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

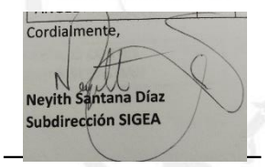
2. INFORMACIÓN MEDICA

Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1028663070
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: ANGEL FEDERLAYN
APELLIDOS: CUBILLOS GONZALEZ
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1073677883
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 15 AÑOS Talla de Calzado: 40 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

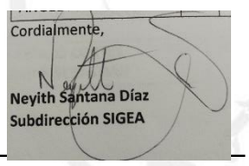
2. INFORMACIÓN MEDICA

Ha tenido alguna fractura: SI ___NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI___NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1073677883
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

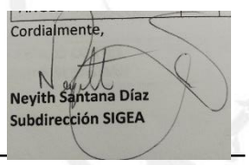
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: JULIAN SANTIAGO
APELLIDOS: CHAUX PEÑA
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1034659315
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 16 AÑOS Talla de Calzado: 41 Talla pantaloneta: M Talla Camiseta: M
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1034659315
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

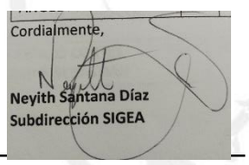
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: JENSRI MAURICIO
APELLIDOS: QUIÑONES PRECIADO
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1140164468
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 16 AÑOS Talla de Calzado: 41 Talla pantaloneta: M Talla Camiseta: M
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1140164468
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

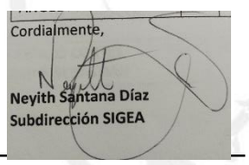
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: LEONARDO FABIO
APELLIDOS: PEREZ OSORIO
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1105781709
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 17 AÑOS Talla de Calzado: 41 Talla pantaloneta: M Talla Camiseta: M
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1105781709
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

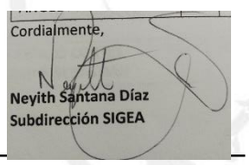
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: ANDREY RODRIGO
APELLIDOS: CASTRO TORRES
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1074184416
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 17 AÑOS Talla de Calzado: 42 Talla pantaloneta: M Talla Camiseta: M
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1074184416
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

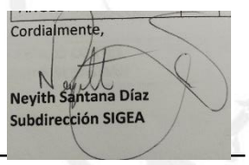
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: CHRISTHOPFER FELIPE
APELLIDOS: PULIDO GRAJALES
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1072492860
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 16 AÑOS Talla de Calzado: 41 Talla pantaloneta: M Talla Camiseta: M
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1072492860
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

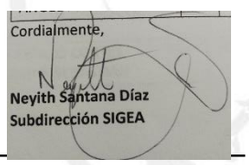
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: JUAN CARLOS
APELLIDOS: BUCURO MOLANO
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1028881453
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 16 AÑOS Talla de Calzado: 41 Talla pantaloneta: M Talla Camiseta: M
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: B+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1028881453
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

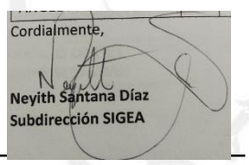
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: BRAYAN STIVEN
APELLIDOS: MONTILLA ROA
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1068926368
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 17 AÑOS Talla de Calzado: 42 Talla pantaloneta: M Talla Camiseta: M
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1068926368
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

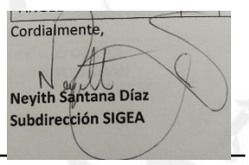
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: JOSE ANDRES
APELLIDOS: COTRINA CALDERON
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1011081672
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 17 AÑOS Talla de Calzado: 42 Talla pantaloneta: M Talla Camiseta: M
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1011081672
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

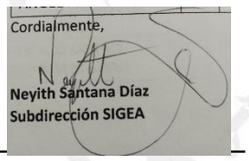
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: SEBASTIAN ISAAC
APELLIDOS: DIAZ CRUZ
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1013101026
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 17 AÑOS Talla de Calzado: 42 Talla pantaloneta: M Talla Camiseta: M
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ___NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI___NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1013101026
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

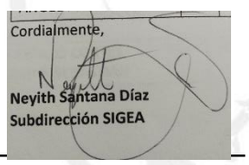
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: _ELIN SANTIAGO
APELLIDOS: _ORTIZ VELASQUEZ_
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1032678150
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 16 AÑOS Talla de Calzado: 41 Talla pantaloneta: M Talla Camiseta: M
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO _X__
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X_Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1032678150
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

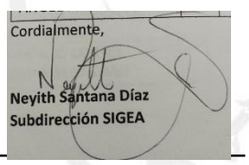
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: KEVIN JAVIER
APELLIDOS: BALLESTEROS PEÑA
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1033680518
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 17 AÑOS Talla de Calzado: 42 Talla pantaloneta: M Talla Camiseta: M
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: A+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1033680518
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

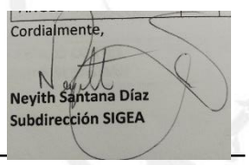
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: MAICOL ARBEI
APELLIDOS: CASALLAS BERNAL
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1023862682
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 17 AÑOS Talla de Calzado: 42 Talla pantaloneta: M Talla Camiseta: M
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: B+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1023862682
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

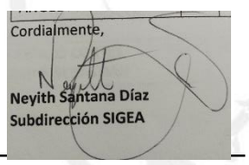
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: ELVER SNEIDER
APELLIDOS: LOPEZ RAMIREZ
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1097094172
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 17 AÑOS Talla de Calzado: 42 Talla pantaloneta: M Talla Camiseta: M
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1097094172
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

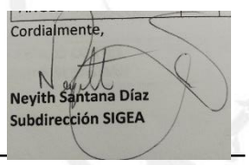
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: REIDER JOSE
APELLIDOS: CASTILLO ESCALANTE
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 11001A1352
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 17 AÑOS Talla de Calzado: 42 Talla pantaloneta: M Talla Camiseta:
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X__
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI __NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 11001A1352
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592



INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2022

Disciplina deportiva: FÚTBOL DE SALÓN

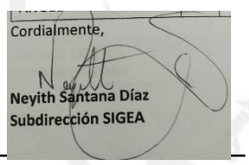
1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: JOHAN SEBASTIAN
APELLIDOS: CASTILLO CORTES
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA MES AÑO
Número de Identificación: 1026554877
Año que cursa: NO APLICA Nombre de la Institución Educativa CENTRO DE ORIENTACIÓN JUVENIL LUIS AMIGO
Edad: 16 AÑOS Talla de Calzado: 41 Talla pantaloneta: M Talla Camiseta: M
Dirección y Lugar de Domicilio: LUIS AMIGO KILOMETRO 2 VIA TABIO
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre:
Documento de identidad:
Teléfono:
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: NEYITH SANTANA DIAZ
Teléfono en caso de emergencia: 8662592

2. INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _NO X Cual
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- **Fotocopia del documento de identidad**
- **Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.**
- **Una fotografía.**



Firma del Menor:
T.I: 1026554877
CELULAR 8662592

Firma del acudiente
C.C 35422107
CELULAR 8662592

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC 1070018776
Dirección: Cajicá
Teléfono: 3107627535
Email:
juancarlosjck700@gmail.com

PROVINCIA	MUNICIPIO	FORMADOR(A) NOMBRES & APELLIDOS	DISCIPINA DEPORTIVA	BENEFICIARIO(A) NOMBRES & APELLIDOS	BENEFICIARIO(A) N° DOCUMENTO	BENEFICIARIO(A) NACIONALIDAD	RANGO DE EDAD PRIMERA INFANCIA (ENTRE LOS 0 A LOS 5 AÑOS) INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS) ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A 17 AÑOS) JUVENTUD (ENTRE 18 A LOS 28 AÑOS)	BENEFICIARIO(A) DIRECCIÓN DE DOMICILIO	RH	EPS	SEXO FEMENINO MASCULINO INTERSEXUAL	ORIENTACIÓN SEXUAL HOMOSEXUAL BISEXUAL HETEROSEXUAL TRANSEXUAL	IDENTIFICACIÓN DE GÉNERO CISGÉNERO- TRANSGÉNERO	VULNERABILIDAD EN SITUACIÓN DE DESPLAZAMIENTO CONFLICTO ARMADO EN CONDICIÓN DE DISCAPACIDAD FAMILIA EN EMERGENCIA SOCIAL Y CATASTRÓFICA MINORÍA ÉTNICA REPATRIADOS PRIMERA INFANCIA	DISCAPACIDAD FÍSICA VISUAL AUDITIVA INTELECTUAL PSICOSOCIAL SORDOCEGUERA MÚLTIPLE NINGUNA	GRUPO ETNICO INDIGENAS AFROCOLOMBIANOS/NEGRITUDES PALEQUERO ROOM RAIZAL OTROS	LENGUAS CASTELLANO INDÍGENA CRIOLLA ROMANÍ SEÑAS LENGUA EXTRANJERA	SECTOR DE RESIDENCIA URBANO RURAL	ACUDIENTE NOMBRES & APELLIDOS	ACUDIENTE TELEFONO MOVIL	ACUDIENTE CORREO
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	HASLY GABRIELA GALVIS CORREDOR	1141347316	COLOMBIANA	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	CRA6#15-12	O POSITIVO	SALUD TOTAL	FEMENINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	YANET ELIANA GALVIS	3115002849	DILANGALVIS06@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	MATEO ALEJANDRO MARTINEZ	1070020443	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	SANTA INES	O POSITIVO	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	MANUEL MARTINEZ	3102604990	NO APLICA
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JOSEPH DAMIAN AMAYA ROJAS	1201469283	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	SANTA INES	O POSITIVO	SANIDAD MILITAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	MARIBEL SANCHEZ VALERO	3144356974	MARIBELSANCHES506@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	DAVID GERONIMO PINEDA SALAMANCA	1070020799	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	SANTA INES	A POSITIVO	CONVIDA	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NICOLL SALAMANCA	3224261687	MARIBELSANCHES506@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	DANIEL SANTIAGO LESMES CASTRO	1076247906	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	CALLE 8A#19A-05	O POSITIVO	SANITAS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	LADY VIVIANA CASTRO	3105618783	VIVIS.CASTRO@YAHOO.ES
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JHOVAN MATIAS SOLER GAITAN	1070020330	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	CALLE 7 #17B-70	O POSITIVO	COMPENSAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	YESICA PAOLA GAITAN	3124093735	PAOLAGAITHAN.18@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	ALAN SAMUEL SANTANA ROJAS	81720467	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	CR10 #46-37	O POSITIVO	SALUD TOTAL	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	OSCAR SANTANA SANCHEZ	3138127577	JAVIERSAN033@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	NIGAN DAVID CASTRO BELTRAN	1072670507	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	SANTA INES	O POSITIVO	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	YOSYANY ROCIO BELTRAN TORRES	3133684284	JORGECASTROGUERRERO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	DILAN LOVERA GALVIS	1028408573	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	CR6 #15-12	O POSITIVO	SALUD TOTAL	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	YANET ELIANA GALVIS	3115002849	MARIBELSANCHES506@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JUAN JOSE AMOROCHO RINCON	10766222709	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	SANTA INES	O POSITIVO	SALUD TOTAL	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	MARLEN STEFANI RINCON	3187477538	JUANDANI-2809@HOTMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	DANIEL ALEJANDRO RINCON	1072706097	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	SANTA INES	A POSITIVO	SALUD TOTAL	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	MARLEN STEFANI RINCON	3187477538	JUANDANI-2809@HOTMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	MICHAEL ALEXANDER GALVIS CORREDOR	1051212676	COLOMBIANO	INFANCIA (ENTRE LOS 6 A 11 AÑOS)	SANTA INES	A POSITIVO	SALUD TOTAL	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	YANET ELIANA GALVIS	3115002849	MARIBELSANCHES506@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JHONATAN DAVID NAVAS	1113620005	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	SANTA INES	O POSITIVO	SALUD TOTAL	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	BRENDA GISELLE ROMERO	3144850720	BRENDAGISELLEROMEROMEJIA48@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	AKER SAMUEL CASTRO	1075667358	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	CALLLE 8 #19A-04	O POSITIVO	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	YOSYANY ROCIO BELTRAN TORRES	3133684284	JORGECASTROGUERRERO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	ROGGER NICOLAS BELTRAN	1072657636	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	CALLLE 8 #19A-05	O POSITIVO	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	YOSYANY ROCIO BELTRAN TORRES	3133684284	JORGECASTROGUERRERO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	LEIDER ANDRES CASTILLO	1045498930	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JORGE ENRIQUE LEON	1034659765	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JOHAN ALBERNY ACEVEDO	1140914611	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	A POSITIVO	SALUD TOTAL	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	FARID SHADIS TORREJANO	1121533183	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	CAPITAL SALUD	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JHON JAIRO VELASQUEZ	1012917201	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	CAPITAL SALUD	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JUAN DANIEL HERNANDEZ	1140915739	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JOJAN ARLEY POSADA	1013597162	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	A POSITIVO	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	YEISON ORLANDO JOSSA	1124313473	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	EMSSANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	EDWARD AVILA MURCIA	1141517405	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	CAPITAL SALUD	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JUAN DAVID FORERO LOPEZ	1073681349	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	CONVIDA	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	MAICOL STIVEN PEREZ	1022949600	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JESUS MANUEL BARBOSA	1065874406	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	COOMEVA	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	MAICOL ANDRES ROJAS	1021671251	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	COMPENSAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JAIME SEBASTIAN GALLEGO	1028663070	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	CAPITAL SALUD	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	ANGEL CUBILLOS GONZALEZ	1073677883	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	SALUD TOTAL	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JULIAN SANTIAGO PEÑA	1034659315	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	SANITAS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JENRRI MAURICIO PRECIADO	1140164468	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	LEONARDO FABIO PEREZ	1105781709	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	ASMET SALUD	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	ANDREY RODRIGO CASTRO	1074184416	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	FELIPE PULIDO GRAJALES	1072492860	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JUAN CARLOS MOLANO	1028881453	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	B POSITIVO	NUEVA EPS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	BRAYAN MONTILLA ROA	10068926368	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	CONVIDA	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JOSE ANDRES CALDERON	1011081673	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	SALUD TOTAL	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	SEBASTIAN CRUZ DIAZ	1013101026	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	CAPITAL SALUD	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	ELIN SANTIAGO ORTIZ	1032678150	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	SANITAS	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	KEVIN JAVIER PEÑA	1033680518	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	A POSITIVO	FAMISANAR	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	MAICOL ARBEI BERNAL	1023862682	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	B POSITIVO	SALUD TOTAL	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	ELVER SNEIDER LOPEZ	1097094172	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	CONVIDA	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	REIDER JOSE ESCALANTE	1100141352	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	CAPITAL SALUD	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM
SABANA CENTRO	CAJICÁ	JUAN CARLOS CASTELLANOS	FUTBOL DE SALON	JOHAN SEBASTIAN CORTES	1026554877	COLOMBIANO	ADOLESCENTE (ENTRE LOS 12 A LOS 17 AÑOS)	KILOMETRO 2 VIA TABIO	O POSITIVO	CAPITAL SALUD	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CISGENERO	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	CASTELLANO	URBANO	NEYITH SANTANA DIAZ	8662592	CAJICAAMIGO@GMAIL.COM

PAGOSIMPLE | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creación reporte: 2022-10-03, 10:07:49 AM **Tipo Planilla:** I: PLANILLA INDEPENDIENTES **Numéro Planilla:** 1049212476

Periodo Cotización: septiembre de 2022 **Periodo Servicio:** septiembre de 2022 **Referencia pago (PIN):** 8853925740

PAGADO 03/10/2022 EN HORARIO EXTENDIDO

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	JUAN CARLOS CASTELLANOS VENEGAS		
Documento	CC1070018776	**Dirección**	CL 16 ESTE #2 - 102
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	**Teléfono**	3107627535
Tipo Persona	NATURAL	**Forma Presentación**	ÚNICO
Ciudad	CAJICA	**Departamento**	CUNDINAMARCA
Representante Legal		**Identificación**	
Total Afiliados	1	**ARP**	POSITIVA DE SEGUROS

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado				Novedades																				Pensiones			Salud			Riesgos			Cajas			Parafiscales					Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante	ING	RET	RET P	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días APP	Días EPS	Días ARP	Días CCF	Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte SENA	Aporte ICBF	ESAP	Aporte Ministerio	Total
CC 1070018776	JUAN CARLOS CASTELLANOS VENEGAS	59	00																	0	30	30	30	0	(230201) PROTECCION	$ 1.000.000	$ 160.000	(EPS017) FAMISANAR EPS	$ 1.000.000	$ 125.000	2,436	$ 1.000.000	$ 24.400	(NIN-CC) NINGUNA CCF	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 309.400

III.TOTALES

IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	(Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor) EPS	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 1.000.000	$ 1.000.000	$ 1.000.000	$ 0	$ 160.000	$ 125.000	$ 24.400	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 309.400	$ 0	$ 309.400

Líneas de Servicio FonoSIMPLE: Bogotá 4446634 - Cali: 554 0515 - Medellín: 514 66 69 - Bucaramanga: 643 80 00 - Cartagena: 694 54 44 - Pereira: 340 25 82 - Barranquilla: 361 88 50 - Resto del País: 018000 971 971 - ¡Más que Fácil, SIMPLE!

Antes de imprimir, asegúrese que sea realmente necesario. Proteger el medio ambiente está en nuestras manos.

¡El Poder de lo SIMPLE!

PAGOSIMPLE | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creación reporte: 2022-11-01, 04:13:38 AM **Tipo Planilla:** I: PLANILLA INDEPENDIENTES **Numéro Planilla:** 1049246434

Periodo Cotización: octubre de 2022 **Periodo Servicio:** octubre de 2022 **Referencia pago (PIN):** 8853925740

PAGADO 31/10/2022 EN HORARIO EXTENDIDO

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	JUAN CARLOS CASTELLANOS VENEGAS		
Documento	CC1070018776	**Dirección**	CL 16 ESTE #2 - 102
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	**Teléfono**	3107627535
Tipo Persona	NATURAL	**Forma Presentación**	ÚNICO
Ciudad	CAJICA	**Departamento**	CUNDINAMARCA
Representante Legal		**Identificación**	
Total Afiliados	1	**ARP**	POSITIVA DE SEGUROS

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado				Novedades																				Pensiones			Salud			Riesgos			Cajas			Parafiscales					Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante	ING	RET	RET P	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días APP	Días EPS	Días ARP	Días CCF	Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte SENA	Aporte ICBF	ESAP	Aporte Ministerio	Total
CC 1070018776	JUAN CARLOS CASTELLANOS VENEGAS	59	00																	0	30	30	30	0	(230201) PROTECCION	$ 1.000.000	$ 160.000	(EPS017) FAMISANAR EPS	$ 1.000.000	$ 125.000	2,436	$ 1.000.000	$ 24.400	(NIN-CC) NINGUNA CCF	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 309.400

III.TOTALES

IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	(Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor) EPS	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 1.000.000	$ 1.000.000	$ 1.000.000	$ 0	$ 160.000	$ 125.000	$ 24.400	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 309.400	$ 0	$ 309.400

Líneas de Servicio FonoSIMPLE: Bogotá 4446634 - Cali: 554 0515 - Medellín: 514 66 69 - Bucaramanga: 643 80 00 - Cartagena: 694 54 44 - Pereira: 340 25 82 - Barranquilla: 361 88 50 - Resto del País: 018000 971 971 - ¡Más que Fácil, SIMPLE!

Antes de imprimir, asegúrese que sea realmente necesario. Proteger el medio ambiente está en nuestras manos.

¡El Poder de lo SIMPLE!

PAGOSIMPLE | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creación reporte: 2022-11-29, 12:39:56 PM **Tipo Planilla:** I: PLANILLA INDEPENDIENTES **Numéro Planilla:** 1049917369

Periodo Cotización: noviembre de 2022 **Periodo Servicio:** noviembre de 2022 **Referencia pago (PIN):** 8853925740

PAGADO 29/11/2022

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	JUAN CARLOS CASTELLANOS VENEGAS		
Documento	CC1070018776	**Dirección**	CL 16 ESTE #2 - 102
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	**Teléfono**	3107627535
Tipo Persona	NATURAL	**Forma Presentación**	ÚNICO
Ciudad	CAJICA	**Departamento**	CUNDINAMARCA
Representante Legal		**Identificación**	
Total Afiliados	1	**ARP**	POSITIVA DE SEGUROS

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado				Novedades																				Pensiones			Salud			Riesgos			Cajas			Parafiscales					Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante	ING	RET	RET P	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días AFP	Días EPS	Días ARP	Días CCF	Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte SENA	Aporte ICBF	ESAP	Aporte Ministerio	Total
CC 1070018776	JUAN CARLOS CASTELLANOS VENEGAS	59	00																	0	30	30	30	0	(230201) PROTECCION	$ 1.000.000	$ 160.000	(EPS017) FAMISANAR EPS	$ 1.000.000	$ 125.000	2,436	$ 1.000.000	$ 24.400	(NIN-CC) NINGUNA CCF	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 309.400

III.TOTALES

IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	(Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor) EPS	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 1.000.000	$ 1.000.000	$ 1.000.000	$ 0	$ 160.000	$ 125.000	$ 24.400	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 309.400	$ 0	$ 309.400

Líneas de Servicio FonoSIMPLE: Bogotá 4446634 - Cali: 554 0515 - Medellín: 514 66 69 - Bucaramanga: 643 80 00 - Cartagena: 694 54 44 - Pereira: 340 25 82 - Barranquilla: 361 88 50 - Resto del País: 018000 971 971 - ¡Más que Fácil, SIMPLE!

Antes de imprimir, asegúrese que sea realmente necesario. Proteger el medio ambiente está en nuestras manos.

¡El Poder de lo SIMPLE!

PAGOSIMPLE | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creación reporte: 2022-12-15, 04:15:05 AM **Tipo Planilla:** I: PLANILLA INDEPENDIENTES **Numéro Planilla:** 1051022037

Periodo Cotización: diciembre de 2022 **Periodo Servicio:** diciembre de 2022 **Referencia pago (PIN):** 8840432380

PAGADO 14/12/2022 EN HORARIO EXTENDIDO

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	JUAN CARLOS CASTELLANOS VENEGAS		
Documento	CC1070018776	**Dirección**	CL 16 ESTE #2 - 102
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	**Teléfono**	3107627535
Tipo Persona	NATURAL	**Forma Presentación**	ÚNICO
Ciudad	CAJICA	**Departamento**	CUNDINAMARCA
Representante Legal		**Identificación**	
Total Afiliados	1	**ARP**	POSITIVA DE SEGUROS

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado				Novedades																				Pensiones			Salud			Riesgos			Cajas			Parafiscales					Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante	ING	RET	RET P	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días AFP	Días EPS	Días ARP	Días CCF	Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte SENA	Aporte ICBF	ESAP	Aporte Ministerio	Total
CC 1070018776	JUAN CARLOS CASTELLANOS VENEGAS	59	00		X															0	30	30	30	0	(230201) PROTECCION	$ 1.000.000	$ 160.000	(EPS017) FAMISANAR EPS	$ 1.000.000	$ 125.000	2,436	$ 1.000.000	$ 24.400	(NIN-CC) NINGUNA CCF	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 309.400

III.TOTALES

IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	(Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor) EPS	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 1.000.000	$ 1.000.000	$ 1.000.000	$ 0	$ 160.000	$ 125.000	$ 24.400	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 309.400	$ 0	$ 309.400

Líneas de Servicio FonoSIMPLE: Bogotá 4446634 - Cali: 554 0515 - Medellín: 514 66 69 - Bucaramanga: 643 80 00 - Cartagena: 694 54 44 - Pereira: 340 25 82 - Barranquilla: 361 88 50 - Resto del País: 018000 971 971 - ¡Más que Fácil, SIMPLE!

Antes de imprimir, asegúrese que sea realmente necesario. Proteger el medio ambiente está en nuestras manos.

¡El Poder de lo SIMPLE!