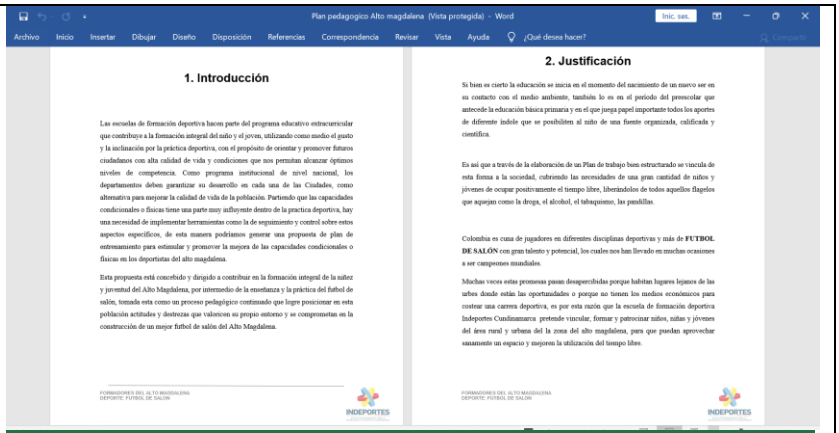
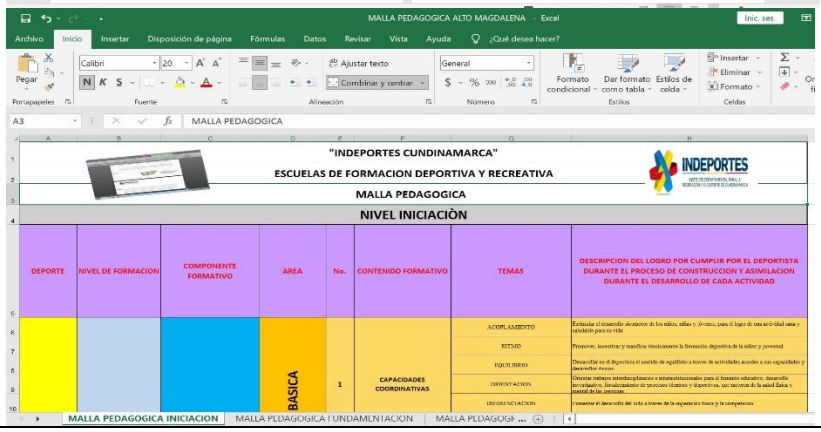
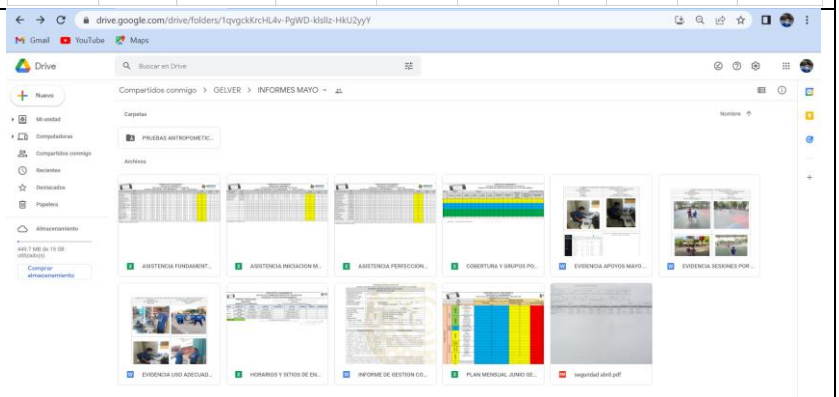
EVIDENCIAS INFORME 10 MES DE NOVIEMBRE- CTO 047 -2022			
Nombre del contratista	GELVER AUGUSTO LOZANO BOLIVAR		
Número de identificación	1070597343	**Tipo de documento**	Cedula de ciudadanía
Período informado	1 DICIEMBRE 2022 AL 13 DICIEMBRE 2022	**N° de Registro Presupuestal**	RES-2022000422 DEL 31/ 01/ 2022 RES-**2022003353 DEL 09/09/2022**
Objeto del Contrato: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO “CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA”, PARA EL CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES – CUNDINAMARCA			

Obligaciones específicas:	**Actividades realizadas:**
1. Efectuar la organización, planeación, dirección y realización de las actividades que se requieran para la consecución de mínimo 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.	Se realizo la presentación con el ente deportivo Municipal en el municipio de Ricaurte “CUNDEPORTES” – Cundinamarca, desarrolle la convocatoria para la posterior inscripción a la escuela de formación deportiva en la disciplina de fútbol de salón, invitando de manera presencial a los niños, niñas y jóvenes de las instituciones educativas del municipio 
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.	Se Realizo una reunión virtual para la consolidación y respectiva construcción de plan pedagógico y mallas curriculares con los diferentes formadores deportivos de futbol de salón de la región de alto magdalena.

	 
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.	Se desarrollaron las 18 sesiones de trabajo con las diferentes categorías, en la cual se realizaron actividades de fundamentación, técnicos, tácticos.
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.	Para este periodo se obtiene una cobertura inicial de 45 deportista en las diferentes categorías en la escuela de formación de fútbol de salón INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO INDEPORTES BENERICIADOS | 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 | 1 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 7 AÑOS | 1 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 8 AÑOS | 3 | 0 | 2 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 9 AÑOS | 2 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 10 AÑOS | 4 | 1 | 3 | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 11 AÑOS | 8 | 0 | 4 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 8 12 AÑOS | 7 | 0 | 5 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 7 13 AÑOS | 6 | 2 | 2 | 4 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 8 14 AÑOS | 6 | 0 | 5 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6 15 AÑOS | 1 | 2 | 1 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 16 AÑOS | 1 | 2 | 1 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 17 AÑOS | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 TOTALES | 38 | 7 | 23 | 15 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 45 INSTRUCTOR GELVER AUGUSTO LOZANO BOLIVAR

<table>
<tr>
<td>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.</td>
<td>Se proyecta mantener el decoro, imagen, nombre de Indeportes Cundinamarca en todas las actividades, resaltando siempre la labor pedagógica, lúdica y deportiva que asiste a nuestra institución ante la comunidad dentro y fuera del municipio de Ricaurte Cundinamarca


</td>
</tr>
<tr>
<td>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.</td>
<td>Para el mes de octubre se ejecutaron las sesiones de clase programadas según el horario estipulado, donde se trabajo 9 sesiones semanales de 2 horas en diferentes días, cumpliendo con 18 sesiones en el mes de diciembre:

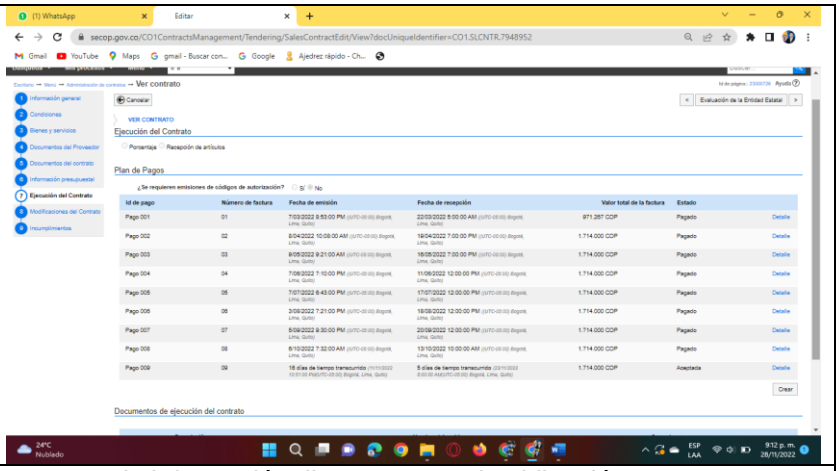
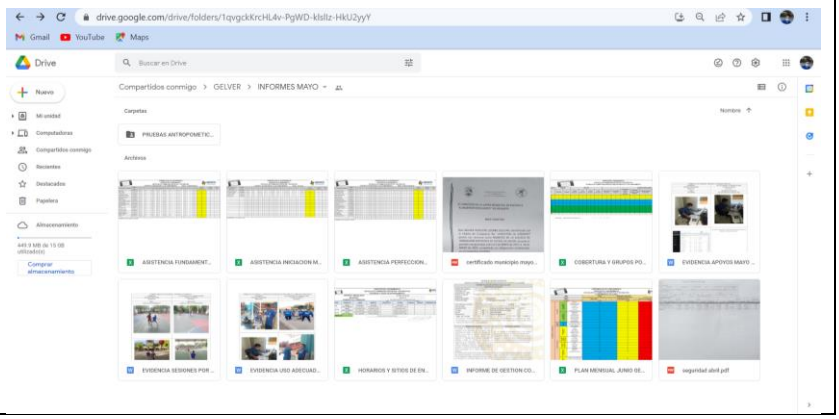
<table>
<tr><td colspan="10">INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO</td></tr>
<tr><td colspan="3">DEPORTE / MODALIDAD:</td><td colspan="7">FUTBOL DE SALON</td></tr>
<tr><td colspan="3">MUNICIPIO:</td><td colspan="7">RICAURTE</td></tr>
<tr><td colspan="3">NOMBRE DEL FORMADOR:</td><td colspan="7">__ GELVER AUGISTO LOZANO BOLIVAR___</td></tr>
<tr><td>HORARIOS</td><td>CONCEPTO</td><td>LUNES</td><td>MARTES</td><td>MIERCOLES</td><td>JUEVES</td><td>VIERNES</td><td>SABADO</td><td>DOMINGO</td><td>OBSERVACIONES</td></tr>
<tr><td rowspan="2">3:00 P.M. A 5 P.M.</td><td>GRUPO</td><td>INICIACION</td><td>INICIACION</td><td></td><td>INICIACION</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>SEDE DE TRABAJO</td><td>COLISEO LLANO EL POZO</td><td>COLISEO PRINCIPAL</td><td></td><td>COLISEO PRINCIPAL</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="2">5:00 P.M. A 7:00 P.M.</td><td>GRUPO</td><td>FUNDAMENTACION</td><td>FUNDAMENTACION</td><td></td><td>FUNDAMENTACION</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>SEDE DE TRABAJO</td><td>COLISEO LLANO EL POZO</td><td>COLISEO PRINCIPAL</td><td></td><td>COLISEO PRINCIPAL</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="2">7:00 P.M. A 9:00 P.M.</td><td>GRUPO</td><td>PERFECCIONAMIENTO</td><td>PERFECCIONAMIENTO</td><td></td><td>PERFECCIONAMIENTO</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>SEDE DE TRABAJO</td><td>COLISEO LLANO EL POZO</td><td>COLISEO PRINCIPAL</td><td></td><td>COLISEO PRINCIPAL</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="2">NOMBRE MONITOR</td><td colspan="2">GELVER AUGUSTO LOZANO BOLIVAR</td><td colspan="6"></td></tr>
</table>
</td>
</tr>
<tr>
<td>7. Consolidar y mantener actualizada la información pertinente a través de la plataforma o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad.</td>
<td>
</td>
</tr>
<tr>
<td>8. Presentar la planeación de las sesiones mensuales de clase antes del inicio de cada mes, al respectivo supervisor, describiendo los objetivos, aspectos físicos, técnicos y evaluativos a tener</td>
<td></td>
</tr>
</table>

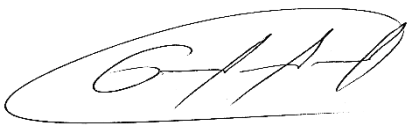
en cuenta, así como los métodos empleados en ellas.	 **GOBERNACION DE CUNDINAMARCA** **INDEPORTES CUNDINAMARCA** **ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA** **PLAN MENSUAL DE CLASE** INDEPORTES
9. Presentar ante el Supervisor las evaluaciones técnicas, físicas y teóricas que le realice a los grupos de alumnos a su cargo, de acuerdo con los manuales y formatos que le sean entregados, las cuales deberán estar establecidas en el cronograma general. Los resultados obtenidos deberán ser entregados junto con el informe del respectivo periodo y un consolidado en el informe final	Para este mes no se programo de acuerdo al cronograma establecido aplicando los diferentes test y pruebas .
10. El contratista deberá entregar una certificación por parte del organismo deportivo municipal en donde conste la realización de actividades mensuales relacionadas con las obligaciones contractuales en el municipio asignado.	Se realizo el trabajo con las diferentes categorías en el municipio de Ricaurte durante el mes de noviembre, la cual la certifica el director de deportes del municipio.

MES					**DICIEMBRE**		**MUNICIPIO: RICAURTE**			
LUGAR:					COLISEO PRINCIPAL-LLANO EL POZO		**HORARIO DE PRACTICA:**		3:00 PM : 9:00 PM	
NIVEL					**INICIACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
CLASES					**DICIEMBRE**		**DICIEMBRE**		**DICIEMBRE**	
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES		RESPETO	x		X		x	
				RESPONSABILIDAD	X		x		X	
				COMPAÑERISMO	X		X		X	
				JUSTICIA	X		X		X	
				COOPERACION	X		X		X	
				LEALTAD	X		X		X	
				TRABAJO EN EQUIPO	X		X		X	
		VALORES PERSONALES		HUMILDAD	X		X		X	
				OBEDIENCIA	X		X		X	
				AUTODISCIPLINA	X		X		X	
				PARTICIPACIÓN	X		X		X	
				PERSEVERANCIA	X		X		X	
				AUTODOMINIO	X		X		X	
				RECOMPENSA	X		X		X	
	PARTE INICIAL	INICIO		INTRODUCCIPON	X		X		X	
				MOVILIDAD ARTICULAR	X		X		X	
				CALENTAMIENTO	X		X		X	
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ		ACOPLAMIENTO	X		X		X	
				RITMO	X		X		X	
				EQUILIBRIO	X		X		X	
				ORIENTACION	X		X		X	
				DIFERENCIACION	X		X		X	
				REACCIÓN	X		X		X	
				ADAPTACIÓN	X		X		X	
		CAPACIDADES CONDICIONALES		FUERZA	X		X		X	
				VELOCIDAD	X		X		X	
				FLEXIBILIDAD	X		X		X	
				RESISTENCIA	X		X		X	
		ELEMENTOS TÉCNICOS		PASE	X		X		X	
				CONDUCCION	X		X		X	
				DRIBLING	X		X		X	
				REMATE	X		X		X	
		ELEMENTOS TACTICOS		DEFENSIVO	X		X		X	
				OFENSIVO	X		X		X	
				SISTEMAS DE JUEGO	X		X		X	
		RECREATIVO		JUEGOS DE INTEGRACION	X		X		X	
				JUEGOS TRADICIONALES	X		X		X	
				ACTIVIDADES ARTISTICAS	X		X		X	
				CIRCUITOS RECREATIVOS	X		X		X	
				FESTIVALES RECREATIVOS						
	PARTE FINAL	FINAL		ESTIRAMIENTO	X		X		X	
				RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	X		X		X	

FIRMA FORMADOR: GELVER AUGUSTO LOZANO BOLIVAR

	 CUNDEPORTES RICAURTE NIT. 800.000.021-6 RICAURTE CUNDINAMARCA EL DIRECTOR DE LA JUNTA MUNICIPAL DE DEPORTES "CUNDEPORTESRICAURTE" DE RICAURTE HACE CONSTAR: Que GELVER AUGUSTO LOZANO BOLIVAR, identificado con la Cédula de Ciudadanía No. 1.070.597.343 de GIRARDOT presto sus servicios como MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE FUTBOL DE SALON , durante el período comprendido entre el 1 de diciembre de 2022 al 13 de diciembre de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato. La presente se expide a los 13 días del mes de diciembre de 2022 EDUYN ESTRELLA CORTES DIRECTOR CUNDEPORTES RICAURTE "RICAURTE CON EQUIDAD SEGURIDAD Y COMPROMISO SOCIAL"
11. Apoyar a los demás componentes en las diferentes actividades que realicen en los municipios asignados por la Subgerencia Técnica	Se realizo el apoyo en el baby mundialito realizado en el municipio de Tocaima en la cual se llevo un equipo que represento al municipio de Ricaurte
12. Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.	Asistí en el desarrollo de cada una de las reuniones convocadas por el coordinador y el gestor provincial las cuales fueron las siguientes: 9 de diciembre reunión virtual con el licenciado cesar soler para dar instrucciones de los festivales . 12 de diciembre reunión con los formadores del municipio de Ricaurte para dar estrategias de los festivales
13. Entregar debidamente diligenciado al área de archivo de la Subgerencia Administrativa y Financiera el Formato Único de Inventario Documental (FUID) o su equivalente, cuando se requiera enviar y/o trasladar documentos al archivo del Instituto.	Entregare la información dispuesta para la obligación cuando sea requerida
14. Consolidar y presentar a través de la plataforma SECOP II; informe de ejecución contractual con sus respectivos soportes y evidencias; de acuerdo con la forma de pago, condiciones técnicas y/o productos establecidos.	Realice el cargue de los documentos requeridos por Indeportes - Cundinamarca en la plataforma SECOP, en los tiempos establecidos indicados por el gestor.

	
15. Realizar la entrega al supervisor del contrato los documentos, estudios y demás productos elaborados durante la ejecución del contrato a la entrega del informe final del mismo en formato digital y modificable.	Entregue la información dispuesta para la obligación. 



GELVER AUGUSTO LOZANO BOLIVAR
FIRMA CONTRATISTA
C.C. 1070597343 GIRARDOT CUNDINAMARCA.

Anexo 1

Horarios y sitios de entrenamiento diciembre



INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE / MODALIDAD: FUTBOL DE SALON

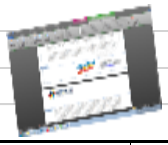
MUNICIPIO: RICAURTE

NOMBRE DEL FORMADOR: __ GELVER AUGISTO LOZANO BOLIVAR___

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	OBSERVACIONES
3:00 P.M. A 5 P.M.	GRUPO	INICIACION	INICIACION		INICIACION				
	SEDE DE TRABAJO	COLISEO LLANO EL POZO	COLISEO PRINCIPAL		COLISEO PRINCIPAL				
5:00 P.M. A 7:00 P.M.	GRUPO	FUNDAMENTACION	FUNDAMENTACION		FUNDAMENTACION				
	SEDE DE TRABAJO	COLISEO LLANO EL POZO	COLISEO PRINCIPAL		COLISEO PRINCIPAL		.		
7:00 P.M. A 9:00 P.M.	GRUPO	PERFECCIONAMIENTO	PERFECCIONAMIENTO		PERFECCIONAMIENTO				
	SEDE DE TRABAJO	COLISEO LLANO EL POZO	COLISEO PRINCIPAL		COLISEO PRINCIPAL				
NOMBRE MONITOR			GELVER AUGUSTO LOZANO BOLIVAR						

Anexo 2

Cobertura mes de diciembre



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	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
7 AÑOS	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
8 AÑOS	3	0	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3
9 AÑOS	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
10 AÑOS	4	1	3	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5
11 AÑOS	8	0	4	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8
12 AÑOS	7	0	5	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7
13 AÑOS	6	2	2	4	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8
14 AÑOS	6	0	5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6
15 AÑOS	1	2	1	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3
16 AÑOS	1	2	1	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3
17 AÑOS	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
TOTALES	38	7	23	15	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	45

INSTRUCTOR GELVER AUGUSTO LOZANO BOLIVAR

Anexo 3

Asistencia mes de diciembre

INICIACION



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

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	jean pool smith palacios rojas	3142260365	0				0	1		1				1	1																			5	4	1	80%
2	lian damian giraldo castaño	3115739087	1				1	0		1				1	1																			5	4	1	80%
3	santiago mamian romero	3103064700	0				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
4	fabian mamian romero	3103064700	1				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
5	iker kaleth ortiz avila	3206054508	1				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
6																																		0	0	0	#¡DIV/0!
7																																		0	0	0	#¡DIV/0!
8																																		0	0	0	#¡DIV/0!
9																																		0	0	0	#¡DIV/0!
10																																		0	0	0	#¡DIV/0!
11																																		0	0	0	#¡DIV/0!
12																																		0	0	0	#¡DIV/0!
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!

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar

ASISTENCIA FUNDAMENTACION



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL: Fundamentacion

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	Dilan giovany pinto	3212594875	1				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
2	jowell pelaez pedraza	3112752162	0				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
3	jeferson rivero alturo	3223361464	0				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
4	iker said bohorquez montaña	3193086599	0				1	1		1				0	1																			5	4	1	80%
5	freddy alejandro ramirez quesada	3103245875	1				1	1		0				1	1																			5	4	1	80%
6	harold adrian toledo victoria	3218547590	1				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
7	danna negrete diaz	3223083962	1				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
8	daniel steven rojas villa	3142260365	0				1	1		1				0	1																			5	4	1	80%
9	brayan steven rodriguez rodriguez	3108557245	1				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
10	jose david reyes gelves	3123003120	1				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
11	jhosting santiago trujillo parrado	3112237892	0				1	0		1				1	1																			5	4	1	80%
12	juan jose cardona abril	3182739844	1				1	1		1				0	1																			5	4	1	80%
13	kevin alfonso	3122280871	0				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
14	juan manuel garcia abril	3053697118	1				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
15	luis miguel gomez cortes	3014796550	1				1	0		1				1	1																			5	4	1	80%
16	juan david cortes morales	3223909051	1				1	1		0				1	1																			5	4	1	80%
17	sergio andres ortega rico	3132197401	1				1	0		1				1	1																			5	4	1	80%
18	jhon alejandro rosas barrera	3114756102	0				0	1		1				0	1																			5	3	2	60%
19	juan sebastian piragua	3216186921	1				1	0		1				1	1																			5	4	1	80%
20	joel diaz lopez	3136056831	1				0	0		1				1	1																			5	3	2	60%
21																																		0	0	0	#¡DIV/0!

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar

ASISTENCIA PERFECIONAMIENTO



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL: Perfeccionamiento

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	kiron steven quintana blanco	3228624421	0				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
2	jerson david garcia gutierrez	3203532728	1				1	1		1				0	1																			5	4	1	80%
3	andres felipe afanador nieto	3124268159	1				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
4	kevin andres hernandez cortez	3132767321	1				1	0		1				1	1																			5	4	1	80%
5	julio cesar sanchez franco	3113558719	0				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
6	angie caterin arias tovar	3134065859	0				0	0		1				1	1																			5	3	2	60%
7	danna valeria leal amaya	3214030214	1				0	1		1				1	1																			5	4	1	80%
8	maria jose hernandez carrillo	3229548414	1				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
9	dilan santiago bohorquez montaña	3193086599	1				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
10	melissa elena castro tapiero	3142988950	1				0	0		1				1	1																			5	3	2	60%
11	isabela paz parra	3216509087	1				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
12	paula andrea tafur perdomo	3212725484	1				0	1		1				1	1																			5	4	1	80%
13	jeferson andres martinez medina	3213392890	1				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
14	jaider fabian martinez medina	3213392890	1				1	0		1				1	1																			5	4	1	80%
15	darwin arley gallo	3143581084	1				0	1		1				1	1																			5	4	1	80%
16	juan david pinto rodriguez	3142672308	1				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
17	jose alejandro matta	3115949002	1				0	1		1				1	1																			5	4	1	80%
18	alejandro negrete diaz	3223083962	1				1	0		1				1	1																			5	4	1	80%
19	Dila felipe medina mata	3114733741	1				1	1		1				1	1																			5	5	0	100%
20	juan miguel posada arboleda	3143581084	1				0	1		1				0	1																			5	3	2	60%
21																																		0	0	0	#¡DIV/0!
22																																		0	0	0	#¡DIV/0!

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar

Anexo 4

Evidencias fotograficas de las sesiones de trabajo

FORMATO DIARIO DE ACTIVIDADES- EVIDENCIA FOTOGRÁFICA	
FORMADOR	**GELVER AUGUSTO LOZANO BOLIVAR**
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL DE SALON**
MUNICIPIO	**RICAURTE**
NIVEL	**INICIACION**
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**LLANO EL POZO Y POLIDEPORTIVO**
	
	

FORMATO DIARIO DE ACTIVIDADES- EVIDENCIA FOTOGRÁFICA	
FORMADOR	**GELVER AUGUSTO LOZANO BOLIVAR**
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL DE SALON**
MUNICIPIO	**RICAURTE**
NIVEL	**FUNDAMENTACION**
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**POLIDEPORTIVO ,LLANO EL POZO**
	
	

FORMATO DIARIO DE ACTIVIDADES- EVIDENCIA FOTOGRÁFICA	
FORMADOR	GELVER AUGUSTO LOZANO BOLIVAR
DEPORTE/ DISCIPLINA	FUTBOL DE SALON
MUNICIPIO	RICAURTE
NIVEL	PERFECIONAMIENTO
SITIO DE ENTRENAMIENTO	LLANO EL POZO Y POLIDEPORTIVO









Anexo 5

Evidencia fotográfica donde se utiliza adecuadamente la imagen de indeportes

FORMATO DE ACTIVIDADES- EVIDENCIA FOTOGRÁFICA USO ADECUADO DE LA IMAGEN DE INDEPORTES	
FORMADOR	**GELVER AUGUSTO LOZANO BOLIVAR**
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL DE SALON**
MUNICIPIO	**RICAURTE**
	
	

Anexo 6 plan mensual diciembre



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

MES				**DICIEMBRE**		**MUNICIPIO: RICAURTE**					
LUGAR:				COLISEO PRINCIPAL-LLANO EL POZO		**HORARIO DE PRACTICA:**		3:00 PM : 9:00 PM			
NIVEL				**INICIACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACIÒN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	**X**		
CLASES				**DICIEMBRE**		**DICIEMBRE**		**DICIEMBRE**			
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	X		X		x			
			RESPONSABILIDAD	X		x		X			
			COMPAÑERISMO	X		X		X			
			JUSTICIA	X		X		X			
			COOPERACION	X		X		X			
			LEALTAD	X		X		X			
			TRABAJO EN EQUIPO	X		X		X			
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD	X		X		X			
			OBEDIENCIA	X		X		X			
			AUTODISCIPLINA	X		X		X			
			PARTICIPACIÓN	X		X		X			
			PERSEVERANCIA	X		X		X			
			AUTODOMINIO	X		X		X			
			RECOMPENSA	X		X		X			
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON	X		X		X			
			MOVILIDAD ARTICULAR	X		X		X			
			CALENTAMIENTO	X		X		X			
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	X		X		X			
			RITMO	X		X		X			
			EQUILIBRIO	X		X		X			
			ORIENTACION	X		X		X			
			DIFERENCIACION	X		X		X			
			REACCIÓN	X		X		X			
			ADAPTACIÓN	X		X		X			
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA	X		X		X			
			VELOCIDAD	X		X		X			
			FLEXIBILIDAD	X		X		X			
			RESISTENCIA	X		X		X			
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE	X		X		X			
			CONDUCCION	X		X		X			
			DRIBLING	X		X		X			
			REMATE	X		X		X			
		ELEMENTOS TACTICOS	DEFENSIVO	X		X		X			
			OFENSIVO	X		X		X			
			SISTEMAS DE JUEGO	X		X		X			
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	X		X		X			
			JUEGOS TRADICIONALES	X		X		X			
			ACTIVIDADES ARTISTICAS	X		X		X			
			CIRCUITOS RECREATIVOS	X		X		X			
			FESTIVALES RECREATIVOS								
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	X		X		X			
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	X		X		X			

FIRMA FORMADOR: GELVER AUGUSTO LOZANO BOLIVAR

Anexo 7 planes diarios diciembre



INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**1/12/2022**	**Lugar:** **Poliderportivo**	**Municipio: Ricaurte**	**Hora: 3 a 5 pm**	**N° de sesión: 343**	**N° de semana: 1**
Nombre del Formador: Gelver Augusto Lozano Bolivar				**N° de deportistas: 5**		**Edades: 6 a 8 años**
INICIACIÓN		**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: fortalecer la velocidad de reacion mediante ejercicios y formas jugadas

Objetivo Especifico:mejorar el respeto de los alumos hacia sus compañeros mediante las actividades propuestas para la sesion de clase

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES				**Tiempo 20**	**MATERIALES Y RECURSO**
2.MOVILIDAD ARTICULAR DE PIES A CABEZA	Introduccion a la clase			6	CAMPO DE JUEGO
3.SALTOS DIRIGIDOS CON PIE JUNTO Y UN SOLO PIE DESPLAZANDOSE POR LA CANCHA SALTANDO	llamado a lista			7	planillas de asistencia, platillo, aros, conc
4.	Movilidad Articular			7	
4.	Calentamiento				

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. ENTRADA EN CALOR TROTE EN CIRCULOS Y EN TODA LA CANCHA DE PORTERIA A PORTERIA Y AUMENTANDO LA VELOCIDAD	Fuerza	Maxima		10	CONOS
2.CARRERA CORTA DE 20 METROS AL SONIDO DEL SILBATO CON BALON Y SIN BALON		Explosiva		10	platillo, aros, conos, escalera , balones PLATILLOS
3.	Resistencia	Aerobica	**X**		SIBATO
4.		Anaerobica			BALON
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn	**X**		
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.EJERCICIOS CORTOS DE REACCION Conducción de balón en slalom entre conos 20 metros, conduccion del balon en trote hasta la mitad de la cancha y en velocidad cuando pase la mitad	Acoplamiento		10	
2.	Ritmo			CONOS, PLATILLOS
3.	Equilibrio			platillo, aros, conos, balones
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción	X		
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.PRACTICAR RECORRIDOS CON BALON PLANTA PIE, BORDE INTERNO Y EXTERNO Y	**X**		**10**	
2. PARAR EL BALON CON EL PIE Y MUSLO PIERNA DERECHA Y LUEGO IZQUIERDA Y	**X**		**10**	platillo, aros, conos, balones BALON
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	7	los alumnos forman un circulo y	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	3	el formado deportivo	platillo, aros, conos, balones
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**1/12/2022**	**Lugar: polideportivo**	**Municipio: Ricaurte**	**Hora: 5 a 7 pm**	**N° de sesión: 344**	**N° de semana: 1**
Nombre del Formador: Gelver Augusto Lozano Bolivar				**N° de deportistas: 20**		**Edades: 9 a 12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: GENERAR EN LOS DEPORTISTAS GUSTO Y AGRADO POR PRÁCTICAR EN EL TIEMPO LIBRE FUTBOL DE SALON

Objetivo Especifico: mejorar la fuerza expliva y el fundamento tecnico del pase por medio de juegos y formas jugadas

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.el formador deportivo realizara el llamado a lista	Introduccion a la clase			
2.se situan los niños en el circulo central y realizan movilidad articular dirigido por uno de sus compañeros	llamado a lista	**x**	2	
3.se realizara el juego tradicional de la lleva	Movilidad Articular	**x**	8	
4.	Calentamiento	**x**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**		
	Capacidad	**Manifestaciòn**					
1. 10 repeticiones x 5 series de sentadillas con brazos alfrente	Fuerza	Maxima	**x**	10	conos	espacio deportivo	
2.10 repeticiones x 5series de entadillas sosteniendo botellas de agua		Explosiva		10	botellas con agua		
3.10 repeticiones x 5 series de skiping de 5 segundos y salir corriendo hacia un cono ubicado a 5 metros	Resistencia	Aerobica		10	platillos		
4.10 repeticiones x 5 series de saltos a un pie por platillos unicados en fila separados a 50 cm y al llegar al ultimo sale en velocidad hasta un cono ubicado a 5 metros		Anaerobica		10			
5.	Velocidad	Maxima					
6.		Desplazamiento	**x**				
7.		Reacciòn					
8.	Flexibilidad	Estatica					
9.		Dinamica					

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

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.por parejas se realizaran pases por todo el campo del juego intentando no chocar con los demas compañeros	**x**		**10**	balones
2.por trios realizaran el ejercicio llamado la trenza	**x**		**10**	platillos
3.se dividen en dos grupos y en un espacio delimitado debera cada equipo realizar 10	**x**		**10**	conos
4.partidos de futbol de salon	**x**		**20**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	7	estirmaiento dirigido por el formador	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	3	el formador responde a inquitudes de los	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar

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

Fecha:	**1/12/2022**	**Lugar:** polideportivo	**Municipio: Ricaurte**	**Hora: 7 a 9 pm**	**N° de sesión: 345**	**N° de semana: 1**
Nombre del Formador: Gelver Augusto Lozano Bolivar				**N° de deportistas: 20**		**Edades:13 a 17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		**x**

Objetivo General: MEJORAR LOS FUNDAMENTOS BASICOS OFENSIVOS Y DEFENSIVOS PARA LA RECUPERACION Y CONSERVACION DEL BALON

Objetivo Especifico: ESTABLECER UNA RELACION EN EL PASE EN INTERVENCION CON EL JUEGO

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Utilizar aprendizajes basados en los juegos de cooperación y oposición, la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.MOVILIDAD ARTICULAR DE PIES A CABEZA	Introduccion a la clase		6	CAMPO DE JUEGO
2.SALTOS DIRIGIDOS CON PIE JUNTO Y UN SOLO	llamado a lista		7	
3.DESARROLLO DE LA CLASE	Movilidad Articular		7	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. ENTRADA EN CALOR TROTE EN CIRCULOS	Fuerza	Maxima		20	CONOS
2.CARRERA CORTA DE 20 METROS AL SONIDO		Explosiva		20	PLATILLOS
3.	Resistencia	Aerobica	**X**		SILBATO
4.		Anaerobica			BALON
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn	**X**		
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.EJERCICIOS CORTOS DE REACCION	Acoplamiento	**x**	20	
2.CIRCUITO DE PIERNAS POR PAREJAS	Ritmo		30	CONOS, PLATILLOS
3.	Equilibrio			
4.	Orientación	x		
5.	Diferenciación			
6.	Reacción	X		
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

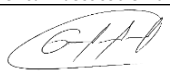
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.PRACTICAR RECORRIDOS CON BALON	**X**		**10**	
2. PARAR EL BALON CON EL PIE Y MUSLO	**X**	**x**	**10**	BALON
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	6	los alumnos forman un circulo	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	2	el formado deportivo	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	2	revisar videos sobre marcaje	

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar





INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**5/12/2022**	**Lugar: Llano el pozo**	**Municipio: Ricaurte**	**Hora: 3:00 a 5:00 pm**	**N° de sesión: 346**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: Gelver Augusto Lozano Bolivar				**N° de deportistas: 5**		**Edades: 6 a 8 años**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General: REALIZAR ACTIVIDADES RECREATIVAS CON LA FINALIDAD DE GENERAR INTEGRACIÓN Y UNIFICACIÓN EN EL GRUPO

Objetivo Especifico: COMPRENDE LA IMPORTANCIA DE COMPARTIR CON EL GRUPO ACTIVIDADES INHERENTES AL FUTBOL DE SALÓN COMO MEDIO DE DE RELAJACIÓN Y DIVERSIÓN.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. EXPLICACIÓN DE LOS TEMAS A TRABAJAR EN LA CLASE.	Introduccion a la clase	**x**	3	
2. MOVILIDAD ARTICULAR.	llamado a lista			CAMPO DE JUEGO
3. JUEGON AL GATO Y AL RATON	Movilidad Articular	**x**	5	
	Calentamiento	**x**	12	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. EL REY ORDENA. LOS DEPORTISTAS	Fuerza	Maxima	**x**	10	
2. CARRERA DE ENCOSTALADOS		Explosiva		10	
3. COMPETENCIA DE SOGA, LOS DEPORTISTAS	Resistencia	Aerobica		10	
		Anaerobica		10	COSTALES
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			SOGAS
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Acoplamiento			
1. ESTRIBILLO EL CIEN PIES ES UN BICHO MUY RARO PARACE UN MONTON DE BICHOS ATADOS CUANDO LO MIRO PARECDE UN TREN LE CUENTO	Ritmo	x	10	
2. AL PIN AL PON	Equilibrio		8	
3. ESCONDIDAS	Orientación		12	BALON
4. JUEGO	Diferenciación		20	
	Reacción			
	Adaptación			
	Patrones Basicos de			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
				BALONES
				PLATILLOS
	JUEGO			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	7 MIN	15 S MINIMO POR CADA GRUPO MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	3 MIN	CHARLA	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	5	LOS DEPORTISTAS ESTARÁN SENTADOS MIENTRAS EL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x		SUS PADRES O HACIA LA PARED PARA MEJORAR LA TECNICA	NINGUNO

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar



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

Fecha:	**5/12/2022**	**Lugar: llano el pozo**	**Municipio: Ricaurte**	**Hora: 5:00 a 7:00**	**N° de sesión: 347**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: Gelver Augusto Lozano Bolivar				**N° de deportistas: 20**		**Edades: 9 a12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: MANTENER EL FUNDAMENTO TECNICO DEL PASE, COMO MEDIO CENTRAL PARA LA REALIZACION DE LA PRACTIC A DEPORTIVA.

Objetivo Especifico: REALOIZA PASE DESDE DIVERSAS SITUACIONES OBTANDO POR LA MEJOR ELECCION

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.el formador da la bienvenida a sus estudiantes y en una explicacion breve les dira que se va a realizar en la sesion de clase	Introduccion a la clase	**x**	2	
2.se realizara el llamado a lista	llamado a lista	**x**	2	
3.un niño dirige lamovilidad articular en el centro del campo	Movilidad Articular	**x**	6	
4.trote	Calentamiento	**x**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			cinta metrico
1. PASES CON EL COMPAÑERO AL SONIDO DEL SILBATO 1 VS 1	Fuerza	Maxima		12	conos
2. DOS PASES AL COMPAÑERO CORTOS E IMPLEMENTAMOS UNO LARGO PARA REALIZAR UN REMATE		Explosiva	**x**	12	´platillos
3. CIRCUITO TECNICO DEL PASE	Resistencia	Aerobica		30	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima	**x**		
6.		Desplazamiento	**x**		
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

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

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. JUEGO 3VS2	**PASE**		**15**	
2. 5VS2	**PASE**		**20**	balon
3. JUEGO	**LIBRE**		**20**	
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	7	estiramiento dirigido por el formador	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	3	retroalimentacion de los test realizados	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar

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

Fecha:	**5/12/2022**	**Lugar: llano el pozo**	**Municipio: Ricaurte**	**Hora: 7 a 9 pm**	**N° de sesión: 348**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: Gelver Augusto Lozano Bolivar				**N° de deportistas: 20**		**Edades:13 a 17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		**x**

Objetivo General: DESARROLLAR LA VELOCIDAD DE REACCION Y GESTUAL CON Y SIN BALON

Objetivo Especifico: IDENTIFICAR EL REGATE COMO MEDIO TECNICO PARA ELUDIR A UN RIVAL.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Utilizar ejercicios acordes para los aprendizajes basados en la

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.LOS ALUMNOS FORMAN UN CIRULO E	Introduccion a la clase			
2.REALIZAN TROTE SUAVE POR EL ESPACIO	llamado a lista	**X**	3	CAMPO DE JUEGO
3.	Movilidad Articular	**X**	7	
4.	Calentamiento	**X**	7	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. Carreras con cambio de ritmo.	Fuerza	Maxima		10	Conos, sogas, platillos
2. preparacion fisica: a la señal del silbato del		Explosiva	**X**	10	
3. Caminar suave y rápido al frente	Resistencia	Aerobica		10	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento	**X**		
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Correr rápido distancias de 10 hasta 20	Acoplamiento		10	
2. se trazan lineas con tiza, el cual el alumno	Ritmo		10	
3.	Equilibrio	x		conos, platillos, tiza
4.	Orientación	x		
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.practica de futbol de salon	**x**		**20**	
2.				balon
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	7	forman un circulo y un	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	3	el formador deportivo	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar





INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	6/12/2022	lugar: polideportivo	Municipio: Ricaurte	Hora: 3:00 a 5:00 pm	N° de sesión: 349	N° de semana: 2
Nombre del Formador: Gelver Augusto Lozano Bolivar				N° de deportistas: 5		Edades: 6 a 8 años
INICIACIÓN		x	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Desarrollo de capacidades coordinativas

Objetivo Especifico: desarrollar las capacidades coordinativas mediante actividades orientadas (acoplamiento, ritmo, equlibrio, orientación, diferenciación, reacción, adap

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. explicacion de la clase a desarrollar	Introduccion a la clase	x	5 min	planillas de asistencia, platillo, aros, conos.
2. control de asistencia	llamado a lista	x	5 min	
3. elevacion de la temperatura corporal	Movilidad Articular	x	5 min	
4. activacion del cuerpo mediante ejercicios corporales	Calentamiento	x	5 min	

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1.organizacion del material	Introduccion a la clase	**x**	**5'**	
2.asistencia planillas	llamado a lista	**x**	**5'**	
3. Mobilidad articular	Movilidad Articular			
4.juegos predeportivos	Calentamiento	**x**	**10'**	platillo, aros, conos, escalera , balones

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. lenzamiento de objetos livianos	Fuerza	Maxima			platillo, aros, conos, balones
2.saltos bi-podal y uni-podal con aros		Explosiva			
3.carrera de 15', 20', 30', 40' con o sin balon	Resistencia	Aerobica			
4.carreras intermitentes con y sin balon		Anaerobica			
5. velocidad de desplazamiento	Velocidad	Maxima			
5.juegos ludicos con desplazamientos		Desplazamiento	**x**	**20'**	
7.reaccion de velocidad en posiciones diferentes		Reacciòn			
8.flexibilidad antes durantes y despues	Flexibilidad	Estatica			
9.flexibilidad articular con mobilidad		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.acoplamiento a las tareas diarias	Acoplamiento			platillo, aros, conos, balones
2.ritmo de carreras largas y cotas	Ritmo			
3. caminar y correr sobre lineas	Equilibrio			
4.giros sobre propio eje + desplazamiento	Orientación	**x**	**20'**	
5.competencia conos de colores	Diferenciación	**x**	**25**	
6.reaccion con desplazamientos cortos	Reacción	**x**	**25'**	
7.adaptacion y descubrimiento guiado	Adaptación	**x**		
carreras + movilidad articular con balon	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.rondos 4+2 5+1				platillo, aros, conos, balones
2.defender y atacar 1 vs 1 2 vs 2 3 vs 3				
3.partidos 3 vs 3 4 vs 4 5vs 5				
4.transiciones defensa-ataque y ataque-defensa				

PARTE FINAL

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

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar



GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 6/12/2022	**lugar: polideportivo**	**Municipio: Ricaurte**	**Hora: 5:00 a 7:00**	**N° de sesión: 350**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: Gelver Augusto Lozano Bolivar			**N° de deportistas: 20**		**Edades: 9 a 12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: POTENCIALIZAR EL FUNDAMENTO DEL PASE QUE PRESENTAN LOS DEPORTISTAS EN LAS DIVERSAS ACCIONES DE JUEGO.

Objetivo Especifico: EXPRESAR EL PASE EN DIFERENTES CIRCUNSTACIAS OBTANDO POR LA MEJOR OPCIÓN.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.LOS ALUMNOS FORMAN UN CIRULO E INICAN LA MOVILIDAD ARTICULAR DIRIGDA POR UN ESTUDIANTE, MIENTRAS EL FORMADOR DEPORTIVO HACE LLAMADO A LISTA	Introduccion a la clase			
2.REALIZAN TROTE SUAVE POR EL ESPACIO DEPORTIVO	llamado a lista	**X**	3	CAMPO DE JUEGO
3.	Movilidad Articular	**X**	7	
4.	Calentamiento	**X**	7	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. JUEGO EL BOBITO, RECUPERAR Y MANTENER EL BALÓN EL MAYOR TIEMPO POSIBLE	Fuerza	Maxima		10	Conos, sogas, platillos
2. EL CUEDRO, REALIZAR UHN PASES CON MOVILIDAD PARA UN GRUPO DE 5 JUGADORES.		Explosiva	**X**	20	
3. DESPLAZARSE POR EL CAMPO ELUDIENDO DIFERENTES OBSTACULOS, AL SONIDO DEL SILBATO EL JUGADOR REALIZA UN PASE LARGO A SU COMPAÑERO, GRUPO DE DOS AMBOS CON BALÓN.	Resistencia	Aerobica		15	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento	**X**		
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Carreras por parejas con y sin obstáculos..	Acoplamiento		10	
2. se trazan lineas con tiza, el cual el alumno debera caminar sobre la linea sin salirce, despues a pie junto, a un solo pie, con los brazps hacia los lados	Ritmo		10	
3.	Equilibrio	x		conos, platillos, tiza
4.	Orientación	x		
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. JUEGO EL BOBITO, RECUPERA CORRECION REALIZANDO SALIDA DE TRESR Y MANTENER EL BALÓN EL MAYOR TIEMPO POSIBLE	**x**	**ROTACION**	**20**	
JUEGO LIBRE	**PASE**		**20**	balon
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	7	forman un circulo y un estudiante dirige	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	3	el formador deportivo retralimenta los	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar

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

Fecha:	**6/12/2022**	**lugar: polideportivo**	**Municipio: Ricaurte**	**Hora: 7 a 9 pm**	**N° de sesión: 351**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: Gelver Augusto Lozano Bolivar				**N° de deportistas: 20**		**Edades:13 a 17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**x**	
Objetivo General: GENERAR CONCIENCIA Y RESPETO HACIA EL CUMPLIMIENTO DE LA NORMATIVIDAD VIGENTE EN EL FUTBOL DE SALON						
Objetivo Especifico: CONOCER LAS REGLAS BASICAS DEL FUTBOL DE SALON PARA APLICARLAS DURANTE EL JUEGO						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Iniciar el trabajo a la velocidad de reacción y gestual con y sin balón.						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20**	**MATERIALES Y**
1.el formador deportivo realiza el llamado a	Introduccion a la clase			
2.los alumnos realizan movilidad articular de	llamado a lista	**x**	3	balon
3.	Movilidad Articular	**x**	7	
4. En un espacio delimitado cada pareja	Calentamiento	**x**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.Se delimita un cuadro, seubican 4 jugadores	Fuerza	Maxima	**x**	15	
2.Se ubican dos grupos de 3 jugadores que se		Explosiva		15	
3. trabajo de resistencia Los jugadores, tumbados boca arriba, detrás de una línea,	Resistencia	Aerobica	**x**	15	platillos, conos
4. trabajo de resistencia Burpees: se colocan		Anaerobica	**x**	15	
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento	**x**		
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y**
1.lanzar con dos manos y con una	Acoplamiento		15	
2.Rodar con dos manos y con una	Ritmo		15	
3.	Equilibrio			balones
4.	Orientación	x		
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y**
1.Se colocan 3 dentro del cuadro, los jugadores que están fuera se realizan pases entre sí, mientras que los de ~~adentro tratan de robar el balón~~	**x**		**15**	
de 10 jugadores cada uno, el equipo que logre 10 pases consecutivos tiene derecho a ir 1 x 1	**x**		**15**	conos, platillos, balones
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	10	estiramiento por parte de los	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar





INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 8/12/2022	**Lugar:** polideportivo	**Municipio:** Ricaurte	**Hora:** 3 a 5 pm	**N° de sesión:** 352	**N° de semana:** 2
Nombre del Formador: Gelver Augusto Lozano Bolivar			**N° de deportistas:** 5		**Edades:** 6 a 8 años
INICIACIÓN	x	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: MEJORAR EL PASE A RAS DE PISO POR MEDIO DE ACTIVIDADES SIMPLIFICADAS, CON SUS COMPAÑEROS

Objetivo Especifico: REALIZA EL PASE HACIA SUS COMPAÑEROS DE MANERA FLUIDA, CONTROLANDO Y ENTREGANDO ADECUADAMENTE EL ELEMENTO.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. EXPLICACIÓN DE LOS TEMAS A TRABAJAR	Introduccion a la clase	x	2	
2. MOVILIDAD ARTICULAR.	llamado a lista		5	CAMPO PRINCIPAL
3. TROTE SUEVE POR EL CAMPO DE JUEGO	Movilidad Articular	x	5	
	Calentamiento	x	8	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn			
	Fuerza	Maxima			
1. CADENITA SE UBICA UN JUGADOR EN EL CENTRO, EL CUAL DEBE TOCAR A SUS		Explosiva		10	balon
2. CONDUCIR EL BALON POR LAS DIVERSAS PARTES DEL CAMPO, SIN TOCAR LOS OBSTACULOS NI GOLPEARSE CON UN COMPAÑERO AL SONIDO DEL SILBATO	Resistencia	Aerobica	x	10	
3. FORMAREMOS DOS HILERAS, REALIZAR PASE AL ENTRENADOR, Y POSTERIOR A		Anaerobica		5	conos
3. POR PAREJAS CADA JUGADOR SE UBICA EN UN PLATILLO Y REALIZA SQUIPING, SALTOS, DESPLAMIENTOS, SU COMPAÑERO REALIZA	Velocidad	Maxima		5	
		Desplazamiento			
		Reacciòn	x		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	Acoplamiento			
1. JUEGO DE COLORES, CADA DEPORTISTA	Ritmo		5	
2. POR PAREJAS REALIZO PASE, HACIA	Equilibrio		5	
3. POR PAREJAS REALIZAR 15 PASES	Orientación		10	balon
	Diferenciación	x		
	Reacción	x		
	Adaptación			
	Patrones Basicos de			

PARTE CENTRAL-ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. 2 VS 2 JUEGO CON CUATRO PORTERIAS. EL PROPOSITO DE ESTA ACTIVIDAD ES VELOCIDAD DE REACCIÓN PARA EVITAR UNA	x		20	
2. JUEGO IMPLEMENTANDO 5 PASES PARA	x		20	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	5	FORMAREMOS UN CIRCULO, EN DONDE EL COMPAÑERO DEL CENTRO REALIZA EL ESTIRAMIENTO	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	3	MIENTRAS QUE LOS DEPORTISTAS ESTIRAN, EL ENTRENADOR EXPLICA LOS OBJETIVOS TRABAJADOS	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2	EL ENTRENADOR EXPRESA LA IMPORTANCIA DE LOS EJERCICIOS REALIZADOS, DURANTE LA SESION DE CLASE Y RECONOCE EL ESFUERZO DE CADA JUGADOR POR REALIZAR LA PRACTICA DEPORTIVA	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales			DELEGA ALGUNAS ACCIONES PARA FORTALECER EL TRABAJO EN CASA.	NINGUNO

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar



GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 8/12/2022	**Lugar: polideportivo**	**Municipio: Ricaurte**	**Hora: 5 a 7 pm**	**N° de sesión: 353**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: Gelver Augusto Lozano Bolivar			**N° de deportistas: 20**		**Edades: 9 a 12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: INTERPRETAR LA COBERTURA Y EL MARCAJE COMO MECANISMO FUNDAMENTAL PARA EL TRABAJO EN EQUIPO.

Objetivo Especifico: AYUDA AL SU COMPAÑERO FRENTE A UNA ACTIVIDAD DE JUEGO GENERADA, Y DESEMPEÑA ADECUADAMENTE EL MARCAJE

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1.el formador realiza una explicacion del trabajo a realizar	Introduccion a la clase	**x**	2	
2.el formador realiza llamado a lista	llamado a lista	**x**	3	
3.los alumnos realizan movilidad articular de manera dinamica dirigida por el formador	Movilidad Articular	**x**	15	
4.	Calentamiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. REALIZA DESPLAMIENTOS A MAXIMA VELOCIDAD DE UN LUGAR AL OTRO	Fuerza	Maxima		10	
2. FORMAREMOS DOS GRUPOS EN DONDE A, DEBE TOCAR B, ANTES DE QUE ESTE PASE LA LINEA DE META. REALIZANDO FINTAS Y CAMBIOS DE RITMO.		Explosiva		15	
3. EL BOSQUE FORMAREMOS DOS GRUPOS, EN DONDE A ESTARA UBICADO EN EL CENTRO DEL CAMPO EL POSICION DE MESA, Y B ESTARA UBICADO EN UN EXTREMO DEL CAMPO CON TODOS LOS BALONES, LA IDEA ES PASARLOS EVITANDO SER TOCADOS POR A	Resistencia	Aerobica		20	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn	**X**		
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

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

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. COBERTURAS SIN BALÓN, IMPLEMENTAMOS PLATILLOS LOS CUALES ESTARAN ENUMERADOS, AL ESCUCHAR DICHO NUMERO LOS DEPORTISTAS DEBEN IR HASTA ESE PLATILLO Y REALIZAR LAS COBERTURAS HACIA SU COMPÑAERO.		**COBERTURAS**	**15**	
2. TRABAJO DE MARCA REALIZAREMOS JUEGO 3 VS 3 CON MARCA FIJA		**MARCA FIJA**	**10**	
3. JUEGO MARCA FIJA		**MARCA FIJA**	**20**	
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	8	los alumnos realizan estiramiento final	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2	se les vuelve a recalcar la importancia de	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar

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

Fecha:	**8/12/2022**	**Lugar: polideportivo**	**Municipio: Ricaurte**	**Hora: 7 a 9 pm**	**N° de sesión: 354**	**N° de semana: 2**
Nombre del Formador: Gelver Augusto Lozano Bolivar				**N° de deportistas: 20**		**Edades:13 a 17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		**x**

Objetivo General: COORDINACION DINAMICA GENERAL

Objetivo Especifico: OPTIMIZAR POR MEDIO DE DISTINTAS ACTIVIDADES MOVIMIENTOS QUE PERMITAN EJECUTAR EJERCICIOS

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Mostrar una actitud positiva y de respeto, a los compañeros, al

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Cada jugador realiza los ejercicios para	Introduccion a la clase			
2.En parejas los jugadores realizan dominio	llamado a lista	**x**	3	
3.	Movilidad Articular	**x**	7	
4.	Calentamiento	**x**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.los alumos realizan recorridos corta a su	Fuerza	Maxima		15	
2.los alumnos realizan saltos por encima de		Explosiva		15	conos, platillo
3. FORMAR GRUPOS DE COMPETENCIA EN	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica	**x**		
5.	Velocidad	Maxima	**x**		
6.		Desplazamient			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.se dividen en dos grupos y se ubican en una	Acoplamiento		15	
2.el alumno situado a un solo pi con los	Ritmo	x	15	
3.preparacion fisica Coordinación de grupo	Equilibrio	x		
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y**
1.se ubican por trios y realizaran la trenza, el	**x**	**x**	**15**	
2.se ubican por grupos de 5 y jugaran al	**x**		**15**	balones
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		x	estiramiento por parte de los	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		x		
4. Tareas en casa y recomendaciones				

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar





INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**12/12/2022**	**Lugar: llano el pozo**	**Municipio: Ricaurte**	**Hora: 3 a 5 pm**	**N° de sesión: 355**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: Gelver Augusto Lozano Bolivar				**N° de deportistas: 5**		**Edades: 6 a 8 años**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: EXPLORAR LAS CAPACIDADES MOTRICES BASICAS, QUE PRESENTAN LOS DEPORTISTAS EN REFERENCIA A LAS ACTIVIDADES						
Objetivo Especifico: EXPLORAR LAS HABILIDADES MOTRICES BASICAS DEL DESPLAZAMIENTO.						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. EXPLICACIÓN DE LOS TEMAS A TRABAJAR EN LA CLASE.	Introduccion a la clase		5	
2. MOVILIDAD ARTICULAR.	llamado a lista	**x**	3	CAMPO DE JUEGO
3. JUEGO CADENITA CONDUCCIENDO EL	Movilidad Articular	**x**	12	
	Calentamiento	**x**		

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. REALIZAR DESPLAMIENTOS CON Y SIN BALÓN EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE.	Fuerza	Maxima		10	
2. COMPENTENCIA DE TRENES. UN DEPORTISTA DEBERA IR DE UN LUGAR AL OTRO, TOMANDO DE LA MANO A SUS COMPAÑEROS, PARA CULMINAR EL		Explosiva		15	CONOS
3.REALIZAR TALONEO, AL SONIDO DEL SILBATO VELOCIDAD HASTA EL PLATILLO	Resistencia	Aerobica	**x**	8	
MISMO EJERCICIO ANTERIOR PERO EN		Anaerobica		8	BALONES
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento			
		Reacciòn	**x**		
	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. CIRCUITO DE HABILIDADES MOTRICES	Acoplamiento		20	
2. CADA DEPORTISTA DEBERA PASAR POR UNA SOGA EVITANDO SER TOCADO, Y	Ritmo		15	
3. LOS DEPORTISTAS REALIZAN SQUIPING, Y A LA SEÑAL AUDITIVA DEBERA GIRAR EN LA	Equilibrio	x	8	
4. JUEGO	Orientación		20	BALONES
5.	Diferenciación			SOGA
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento	x		CONOS

PARTE CENTRAL-PARTE 2

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

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	7 MIN	EJECUCION DEL ESTIRAMIENTO 15 S MINIMO POR CADA GRUPO	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	3 MIN	CHARLA	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x			
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x			NINGUNO

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar



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

Fecha: 12/12/2022	**Lugar: llano el pozo**	**Municipio: Ricaurte**	**Hora: 5 a 7 pm**	**N° de sesión: 356**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: Gelver Augusto Lozano Bolivar			**N° de deportistas: 20**		**Edades: 9 a 12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: MEJORAR LA CONDICION FISICA DE LOS DEPORTISTAS, POR MEDIO DE UN CIRCUITO FISICO

Objetivo Especifico: MEJORAR LA VIA ANAEROBICA LACTICA DE LOS DEPORTISTAS POR MEDO DE EJERCCIOS DE 45 SEGUNDO CON UN DESCANSO DE 25 SEGUNDOS

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.MOVILIDAD ARTICULAR DE PIES A CABEZA TOBILLO RODILLA CADERA BRAZOS CUELLO	Introduccion a la clase			CAMPO DE JUEGO
2.ENTRADA EN CALOR TROTE EN CIRCULOS Y EN TODA LA CANCHA DE PORTERIA A PORTERIA Y AUMENTANDO LA VELOCIDAD	llamado a lista	**x**	3	
3	Movilidad Articular	**x**	7	
4.	Calentamiento	**x**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. FORMAREMOS GRUPOS DE 4 INTEGRANTES. EN DONDE CADA DEPORTISTA SE UBICA EN SU RESPECTIVO CIRCUITO. EN DONDE REPETIREMOS EL CIRCUITO 3 VECES SALTOS DE SOGA	Fuerza	Maxima		6	CONOS
2. ESCALADORES		Explosiva		6	PLATILLOS
3. BURPEE	Resistencia	Aerobica		6	SIBATO
4. SALTOS SENTADILLAS		Anaerobica	**X**	6	BALON
5. CONDUCCION DEL BALON DE UN CONO AL OTRO 5 MTS	Velocidad	Maxima		6	
6. DOMINIO DEL BALON PLANTA INTERNA		Desplazamiento		6	
7. IR A UN PLATILLO Y VOLVER A CABECEAR EL BALON		Reacciòn		6	
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. RELEVOS CON BALÓN, DESPLAZAR DE UN LUGAR AL OTRO EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE GRUPOS DE 3 CADA DEPORTISTA DEBE IR 3 VECES	Acoplamiento		25	
2. JUEGO DE PRECISION, CADA DEPORTISTA DEBERA INGRESAR SU BALÓN POR MEDIO DE UNOS CONOS LOS CUALES CADA VEZ ESTARAN MAS LEJOS	Ritmo		30	CONOS, PLATILLOS
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción	X		
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. ROTACION DE DOS		**ROTACION**	**15**	
2. SALIDA A PRESION		**SALIDA**	**8**	BALON
3.partidos de futbol de salon		**JUEGO**	**25**	
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	X	7	los alumnos forman un circulo y un	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	3	el formado deportivo retroalimenta de la	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar

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

Fecha:	**12/12/2022**	**Lugar: llano el pozo**	**Municipio: Ricaurte**	**Hora: 7 a 9 pm**	**N° de sesión: 357**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: Gelver Augusto Lozano Bolivar				**N° de deportistas: 20**		**Edades:13 a 17 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		**x**

Objetivo General: OPTIMIZAR LA EJECUCION Y TECNICA DE DIFRENTES MOVIMIENTOS A TRAVEZ DE EJECICIOS Y ACTIVIDADES

Objetivo Especifico: POTENCIALIZAR EL DESARROLLO SICOMOTRIZ A TRAVES DE EJERCICIOS COORDINATIVOS

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): POTENCIALIZAR HABILIDADES DEL JUGADOR EN EJERCICIOS

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20**	**MATERIALES**
1.Cada jugador realiza los ejercicios para	Introduccion a la clase			
2.Se realia el juego huir del peloton, el cual	llamado a lista	**X**	3	balon
3.	Movilidad Articular	**X**	7	
4.	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. actividades motoras Llegadas libres según sistema 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 regateando, simulando acciones reales de	Fuerza	Maxima		50	platillo, conos
2. preparacion fisica Ejercicio zonal 2 contra 2 Se divide a la plantilla por parejas y se les distribuye por los exteriores de los cuadros delimitados		Explosiva	**x**		silbato
3. trabajo de resistencia Posesión y tiro Partido entre 2 equipos Campo dividido en 3 zonas Para marcar gol deben de tirar desde la zona intermedia (que se encuentra alejada de las porterías)	Resistencia	Aerobica	**x**		cinta metrica
4.		Anaerobica	**x**		
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento	**x**		
7.		Reacciòn	**x**		
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. capacidades coordinativas	Acoplamiento			
2. adaptacion en espacio reducido	Ritmo			
3. trabajos individuales	Equilibrio			
4. conduccion y control	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de			

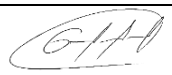
PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.partidos de futbol de salon.			**40**	
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	8	los alumnos realizan	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2	el formador realizara una	
4. Tareas en casa y recomendaciones				

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar





INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 13/12/2022	**Lugar:** polideportivo	**Municipio:** Ricaurte	**Hora:** 3 a 5pm	**N° de sesión:** 358	**N° de semana:** 3
Nombre del Formador: Gelver Augusto Lozano Bolivar			**N° de deportistas:** 5		**Edades:** 6 a 8 años
INICIACIÓN	x	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: FORTALECER EL TRABAJO EN EQUIPO Y COLECTIVO

Objetivo Especifico: EFECTUAR UN TRABAJO EN EQUIPO POR MEDIO DE UN PARTIDO CON SUPERIORIDAD NUMERICA

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1. EXPLICACIÓN DE LOS TEMAS A TRABAJAR EN LA	Introduccion a la clase	x	3	
2. MOVILIDAD ARTICULAR.	llamado a lista			CAMPO DE JUEGO
	Movilidad Articular	x	5	
	Calentamiento	x	12	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1 SE REALIZARA PARITDOS, EN EL CUAL SE ENFRENTARAN 1VS1 1VS2, 2VS3, 3VS4 … TRATANDO DE FORTALECER EL TRABAJO EN EQUIPO	Fuerza	Maxima	X	40	
		Explosiva	X		BALONES CONOS
	Resistencia	Aerobica	X		
		Anaerobica	X		
	Velocidad	Maxima	X		
		Desplazamiento	X		
		Reacciòn	X		
	Flexibilidad	Estatica	X		
		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	Acoplamiento			
	Ritmo			
se hace por parejas con un balon, el cual conduciran por la cancha entre ambos; cuando se encuentren a otro grupo trataran de quitarle el balon, el equipo que no pierda su balon ganara.	Equilibrio	x	25	
	Orientación			
	Diferenciación			
se hace el juego de blancos y negros; unos niños tendran el color blanco y otros el negro ; cuando el entrenador diga un color este tendra que salir a coger a los otros compañeros de diferente color.	Reacción		25	
	Adaptación			
	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	5	EJECUCION DEL ESTIRAMIENTO 15 S MINIMO POR CADA GRUPO MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	3 MIN	CHARLA	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	x	2	LOS DEPORTISTAS ESTARÁN SENTADOS MIENTRAS EL ENTRENADOR Y ALGUNOS COMPAÑEROS EXPRESAN LA REALIZACIÓN DE LOS EJERCICIOS.	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				NINGUNO

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar



GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**13/12/2022**	**Lugar: polideportivo**	**Municipio: Ricaurte**	**Hora: 5 a 7 pm**	**N° de sesión: 359**	**N° de semana: 3**
Nombre del Formador: Gelver Augusto Lozano Bolivar				**N° de deportistas: 20**		**Edades: 9 a 12 años**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**x**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: MEJORAR EL TRABAJO DEFENCIVO POR MEDIO DE ACTIVIDADES LUDICAS

Objetivo Especifico: ANTICIPAR AL ADVERSARIO FRENTE A DIVERSAS ACTIVIDADES DE JUEGO

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
1.el formador realiza una explicacion del trabajo a realizar	Introduccion a la clase	**x**	2	
2.el formador realiza llamado a lista	llamado a lista	**x**	2	
3.los alumnos realizan movilidad articular de manera dinamica dirigida por el formador	Movilidad Articular	**x**	6	
4.los niños se situan en las lineas del campo y jugaran al comecocos el cual Se trata de ir caminando por las líneas pintadas en el suelo (cocos) para no ser atrapados por el que se la queda (comecocos). No se podrá dar media vuelta, correr o salirse de las líneas. En el caso de que dos cocos se encuentren frente a frente no podrán cruzarse y tendrán que dar media vuelta. El niño atrapado intercambiará su rol con el comecocos.	Calentamiento	**x**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. LOS DEPORTISTAS SE UBICAN EN EL CAMPO Y REALIZAN DESPLAZAMIENTO EN POSICION DEFENCIVA	Fuerza	Maxima		8	palatillos
2. 1VS 1 POSICION DE DEFENZA LATERALIDAD Y PERFILES		Explosiva		5	balones
3. POR PAREJAS, CADA JUGADOR SE UBICA EN UN ESPACIO DELIMITADO POR TRES CONOS, UN JUGADOR LANZA EL BALÓN Y EL OTRO DEBE INTERCEPTARLO ANTES DE QUE TOQUE EL CONO	Resistencia	Aerobica	**x**	10	
4.		Anaerobica	**x**		
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. SALTOS AL PECHO MAS VELOCIDAD	Acoplamiento		6	
2. DESPLAZO ZIG-ZAG Y VELOCIDAD	Ritmo	x	6	balones
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. FORMAREMOS DOS GRUPOS, EN DONDE UN GRUPO REALIZA, MARCAJE EN ROMBO, Y LOS COMPAÑEROS TOCAN BALON	x		25	
2. REALIZAREMOS PASES LARGOS, CON LA FINALIDAD DE INTERCEPTAR LOS BALONES Y JUGAR 1 VS 1	x			balon
A REALIZA PASE LÑARGO A B EL CUAL INTERCEPTA Y CONTROLA EL BALÓN, PARA CONTRATACAR A B	x		10	
4. JUEGO PRIORIZANDO EN LAS MARCAS	x		25	

PARTE FINAL

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

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	13/12/2022	Lugar: polideportivo	Municipio: Ricaurte	Hora: 7 a 9 pm	N° de sesión: 360	N° de semana: 3
Nombre del Formador: Gelver Augusto Lozano Bolivar				N° de deportistas: 20		Edades:13 a 17 años

INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	x

Objetivo General: COMUNICACIÓN Y CONFIANZA GRUPAl

Objetivo Especifico: ASUMIR DERECHOS Y EJERCER DEBERES, DEMOSTRANDO EL RESPETO HACIA LAS DEMAS PERSONAS Y SU ENTORNO

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): promover y cumplir deberes

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20	MATERIALES Y RECURSO
1. En un espacio libre los jugadores realizan movimientos articulares abarcando todas las articulaciones	Introduccion a la clase			
2.Se distribuye el grupo formando un círculo	llamado a lista	x	3	
3.	Movilidad Articular	x	7	
4.	Calentamiento	x	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn			
1. Apertura lateral de ambas piernas e	Fuerza	Maxima		15	
2.actividades de malabarismo: conduccion del		Explosiva		15	
3.. trabajo de resistencia 15 segundos de	Resistencia	Aerobica		20	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica	x		
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1.Se trata de un circuito de velocidad con	Acoplamiento		20	
2.	Ritmo	x		conos, platillos
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y
1.partidos de futsal	x		40	
2.				balon, campo deportivo
3.				
4.				

PARTE FINAL

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

FIRMA FORMADOR: Gelver Augusto Lozano Bolivar

ANEXO 8

certificado municipio

CUNDEPORTES RICAURTE
NIT. 800.000.021-6
RICAURTE CUNDINAMARCA

EL DIRECTOR DE LA JUNTA MUNICIPAL DE DEPORTES "CUNDEPORTESRICAURTE" DE RICAURTE

HACE CONSTAR:

Que GELVER AUGUSTO LOZANO BOLIVAR, identificado con la Cédula de Ciudadanía No. 1.070.597.343 de GIRARDOT presto sus servicios como MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE FUTBOL DE SALON , durante el período comprendido entre el 1 de diciembre de 2022 al 13 de diciembre de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato.

La presente se expide a los 13 días del mes de diciembre de 2022

EDUYN ESTRELLA CORTES
DIRECTOR CUNDEPORTES RICAURTE

"RICAURTE CON EQUIDAD SEGURIDAD Y COMPROMISO SOCIAL"
Ricaurte Cundinamarca
321x319446-8000008

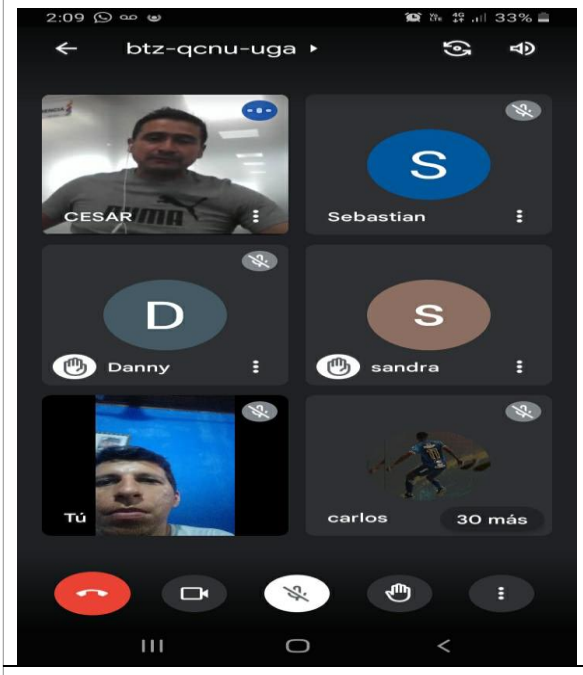
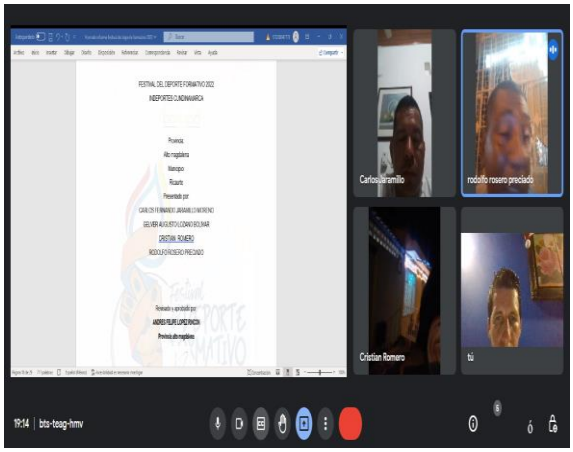
ANEXO 8

Actividades apoyada

FORMATO DE ACTIVIDADES- EVIDENCIA FOTOGRÁFICA APOYOS	
FORMADOR	**GELVER AUGUSTO LOZANO BOLIVAR**
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTBOL DE SALON**
MUNICIPIO	**RICAURTE**
LUGAR	**TOCAIMA**
ACTIVIDAD	**TORNEO FUTBOLDE SALON**
	
	Se realizo el apoyo en el baby mundialito realizado en el municipio de Tocaima en la cual se llevo un equipo que represento al municipio de Ricaurte

Anexo 9

Evidencias reuniones y capacitaciones

<table>
<tr><th colspan="2">FORMATO DE ACTIVIDADES- EVIDENCIA FOTOGRÁFICA REUNIONES Y CAPACITACIONES</th></tr>
<tr><td>FORMADOR</td><td>GELVER AUGUSTO LOZANO BOLIVAR</td></tr>
<tr><td>DEPORTE/ DISCIPLINA</td><td>FUTBOL DE SALON</td></tr>
<tr><td>MUNICIPIO</td><td>RICAURTE</td></tr>
<tr><td>
</td><td>
</td></tr>
<tr><td>
</td><td>Se asistió a la reunión

9 de diciembre reunión virtual con el licenciado cesar soler para dar instrucciones de los festivales .
12 de diciembre reunión con los formadores del municipio de Ricaurte para dar estrategias de los festivales</td></tr>
</table>