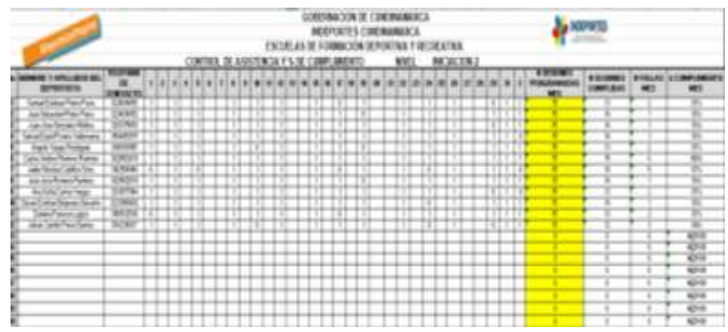
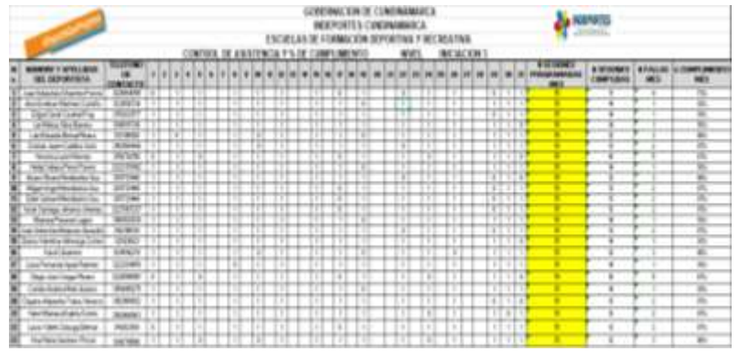
<table>
<tr><th colspan="4">EVIDENCIAS INFORME 03 MES DE MAYO - CTO 225 -2023</th></tr>
<tr><td>Nombre del contratista</td><td colspan="3">JUAN DAVID CORTES VARGAS</td></tr>
<tr><td>Número de identificación</td><td>1.071.167.502 de La Calera</td><td>Tipo de documento</td><td>Cedula de Ciudadanía</td></tr>
<tr><td>Período informado</td><td>01//05/2023 a 30/05/2023</td><td>N° de Registro Presupuestal</td><td>RES-2023000233 De 21/02/2023</td></tr>
<tr><td colspan="4">Objeto del Contrato: PRESTACION SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO “CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA”, EN CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES – CUNDINAMARCA.</td></tr>
<tr><th>Obligaciones específicas:</th><th colspan="3">Actividades realizadas:</th></tr>
<tr><td>1. Efectuar la organización, planeación, dirección y realización de las actividades que se requieran para la consecución de mínimo 2 grupos de formación en el deporte, en los niveles de iniciación, fundamentación, 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 con discapacidad, población diversa y demás comunidades que se puedan beneficiar con el programa.</td><td colspan="3">

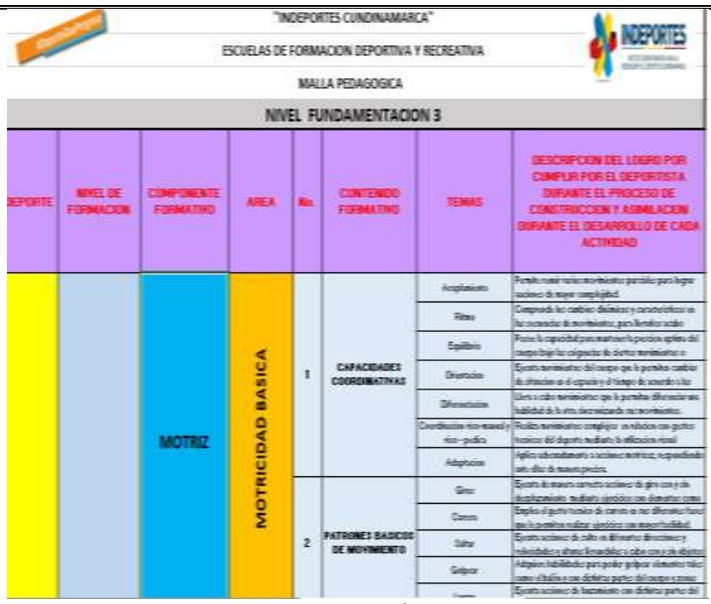
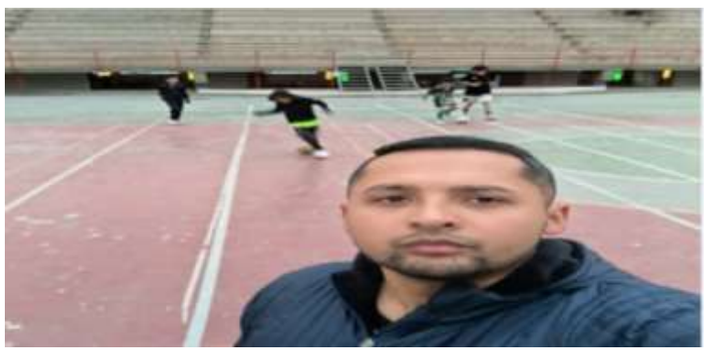
(Invitación para inscripciones a escuela de formación redes sociales)





(informacion de inscripciones grupo de whatsapp)</td></tr>
</table>

2. Realizar la inscripción, y registro de asistencia de los beneficiarios que participan en la escuela de formación, por cada una de las sesiones máximo (24h) después de ejecutadas las mismas en la plataforma Hércules o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad.	 (planillas de asistencia mes de mayo) **Adjunto anexo #1: asistencias por nivel de formación**
3. Presentar ante el supervisor del contrato mediante la plataforma Hércules o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad dentro de los 15 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.	INDEPORTES **ACTA DE INICIO** **CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS No. 225 DE 2023** **Nº de contrato:** 225 – 2023 **Contratante:** INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA **Contratista:** JUAN DAVID CORTES VARGAS **Objeto:** PRESTACIÓN 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", EN CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES – CUNDINAMARCA. **Valor:** TRECE MILLONES CIENTO NOVENTA Y SIETE MIL OCHOCIENTOS PESOS ($13.197.800) M/CTE **Plazo:** SIETE (07) MESES, contados a partir de la suscripción del acta de inicio, la cual se realizará una vez cumplidos los requisitos de ejecución del contrato. **Municipio:** LA CALERA **Deporte o disciplina:** FUTSAL El 01 de marzo de 2023, en la ciudad de Bogotá D.C. se reunieron JUAN DAVID CORTES VARGAS, identificado civilmente con cédula de ciudadanía N° 1.071.167.502 DE LA CALERA y JUAN FRANCISCO MENDEZ LASPRIELLA en calidad de Técnico operativo, del Instituto Departamental para la Recreación y el Deporte de Cundinamarca, quien fue designado como supervisor del contrato No. 225 de 2023, con el fin de suscribir acta de inicio del contrato señalado a partir de la fecha de la suscripción de la presente acta. Para el efecto se han verificado por parte del supervisor designado los siguientes requisitos de ejecución contractualmente establecidos para dar inicio al contrato. **Registro Presupuestal** RES-2023000233 Fecha de expedición: 21/02/2023 **Afiliación a ARL** Positiva Compañía de Seguros S. A. Fecha de cobertura: 23/02/2023 **Póliza de garantías** N.A N.A En tal virtud, una vez verificado el cumplimiento de los requisitos de ejecución, las partes expresan conocer a cabalidad las respectivas obligaciones contractuales. Para la constancia se firma la presente por quienes en ella intervinieron, el día 01 de marzo de 2023. JUAN FRANCISCO MENDEZ LASPRIELLA Supervisor Juan D.C. Vargas JUAN DAVID CORTES VARGAS Contratista CUNDINAMARCA EL DORADO Calle 26 #51-53 Bogotá D.C. Sede Administrativa - Torre Benefiencia Piso 5. Código Postal: 111321 – Teléfono: 749 1203 Ext 122 @CundinamarcaGob @CundinamarcaGob (acta de inicio)

	"INDEPORTES CUNDINAMARCA" ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA MALLA PEDAGOGICA **NIVEL FUNDAMENTACION 3**  (mallas pedagógicas)  (horarios y sitios de entrenamiento) **Adjunto anexo #2: horarios y sitios de entrenamiento.**
4. 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 en la plataforma Hércules o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad.	 (evidencia de clase Iniciación 2)  (evidencia de clase Iniciación 3)

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	Permite coordinar varios movimientos parciales para lograr acciones de mayor complejidad.
						Ritmo	Comprende los cambios dinámicos y corporal ofrece en las secuencias de movimientos, para formativo motor.
						Equilibrio	Posee la capacidad para mantener la posición ajustes del cuerpo bajo las exigencias de cierta movimiento o
						Orientación	Ejecuta movimientos del cuerpo que le permiten cambiar de dirección en el espacio y el tiempo de acuerdo a las
						Diferenciación	Libre y cabo movimientos que le permiten diferenciarse habilidad de la otra desarrollando movimientos.
						Coordinación viso-manual y viso - pedica	Realiza movimientos coordinados en relación con partes básicas del deporte mediante la utilización visual
						Adaptación	Agilice adecuadamente acciones motrices, respondiendo adecuadas de manera precisa.
				2	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	Giros	Ejecuta de manera correcta acciones de giro con y sin desplazamiento, mediante ejercicios con diferentes cortes
						Carrera	Emplea el gesto técnico de carrera en sus diferentes fases que la permiten realizar ejercicios con eficacia y habilidad
						Saltos	Ejecuta acciones de salto en diferentes direcciones y velocidades y diferentes alturas y cabe con y sin objetos
						Golpeo	Adquiere habilidades para poder golpear elementos tales como el balón y con diferentes partes del cuerpo y zonas
							Ejecuta acciones de lanzamiento con diferentes partes del

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

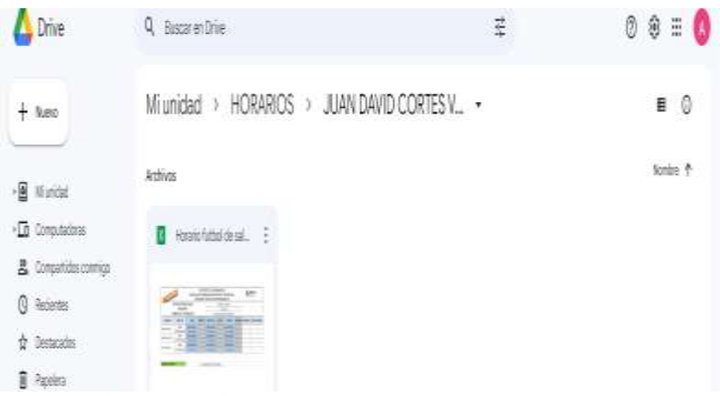
DEPORTE / MODALIDAD: FUTBOL DE SALON
MUNICIPIO: LA CALERA
NOMBRE DEL FORMADOR: JUAN DAVID CORTES VARGAS

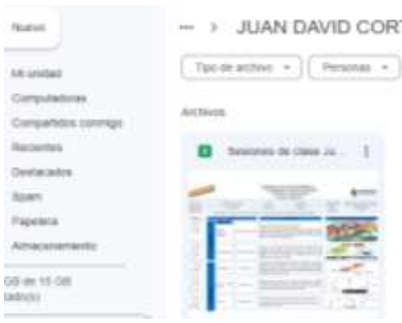
HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	OBSERVACIONES
3:00 PM A 5:00 PM	GRUPO	INICIACION 2		INICIACION 2		INICIACION 2			
	SEDE DE TRABAJO	Coliseo naranja		Coliseo naranja		CIC La Portada			
5:00 PM A 07:00 PM	GRUPO	INICIACION 3		INICIACION 3		INICIACION 3			
	SEDE DE TRABAJO	Coliseo naranja		Coliseo naranja		CIC La Portada			
7:00 PM A 9:00 PM	GRUPO	FUNDAMENTACION 3		FUNDAMENTACION 3		FUNDAMENTACION 3			
	SEDE DE TRABAJO	CIC La Portada		Coliseo naranja		CIC La Portada			

NOMBRE MONITOR: JUAN DAVID CORTES VARGAS

	 (evidencia de clase fundamentación 3) **Adjunto anexo #3:evidenvias iniciación 2, iniciación 3, fundamentación 3 mes de mayo.**
5. 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 cargados en la plataforma Hércules o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad.	 (video promocional para procesos de inscripción en acompañamiento oficina de deportes) INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELA DE FORMACIÓN 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 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 7 AÑOS | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 8 AÑOS | 0 | 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 | 0 | 1 10 AÑOS | 2 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 11 AÑOS | 2 | 0 | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 12 AÑOS | 5 | 2 | 3 | 2 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 7 13 AÑOS | 6 | 1 | 7 | 2 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 10 14 AÑOS | 8 | 7 | 4 | 1 | 5 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 12 15 AÑOS | 7 | 4 | 5 | 2 | 2 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 9 16 AÑOS | 1 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 17 AÑOS | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 TOTALES | 32 | 14 | 24 | 8 | 9 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 46 (total población beneficiada mayo)  (control y seguimiento beneficiarios mayo) **Adjunto anexo #4: cuadro de cobertura poblacional, control y seguimiento de beneficiarios**

6. 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.	 (utilizacion de prendas instituto reunion municipio de Ubala)  (imagen de Indeportes en publicaciones medio tecnológico (Facebook, WhatsApp) para promoción de escuela formación futbol de salón)  (utilización adecuada imagen y prendas en sesiones de clase)
7. Preparar y ejecutar **9 sesiones** de formación a la semana 3 por cada grupo de formación, mínimo 36 sesiones al mes con las escuelas de formación del área URBANA a cargo o 6 **sesiones** de formación a la semana 3 por cada grupo de formación, mínimo 24 sesiones al mes con las escuelas de formación a cargo del área RURAL, cabe resaltar que las sesiones que se desarrollan en área rural, aplican siempre y cuando el formador deba desplazarse a	 (preparación de clase iniciación 2)

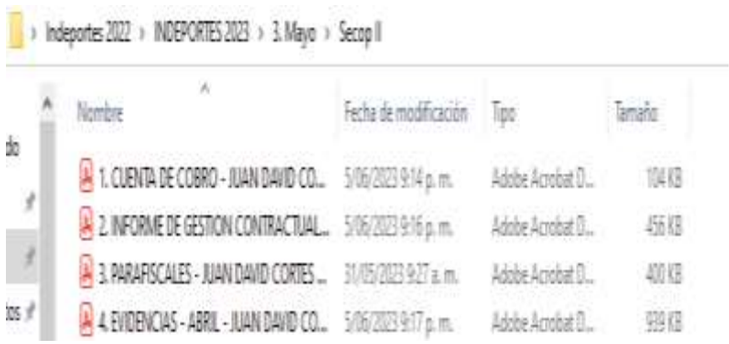
la zona rural a una distancia mayor a 30 minutos La sesión de práctica debe tener una duración de 120 minutos (2 horas) distribuidas con cada grupo de formación con una fase inicial, central y final, las sesiones de práctica no son acumulables en el mismo día (máximo una sesión diaria por grupo de formación. Las sesiones deben programarse en días intercalados y no se pueden modificar los horarios.	 (preparación de clase iniciación 3)  (preparación de clase fundamentación 3) **Adjunto anexo #5: sesiones de clase junio iniciación 2, iniciación 3, fundamentación 3.**
8. Consolidar y mantener actualizada la información pertinente a través de la plataforma Hércules o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad.	 (Cargue de información plan pedagógico)  (cargue de información mallas pedagógicas)  (cargue de información horarios y sitios de entrenamiento)

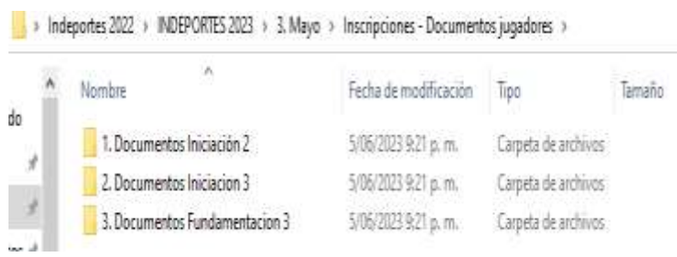
<table>
<tr><td></td><td>

(cargue de sesiones de clase proyectadas junio)</td></tr>
<tr><td>9. Presentar la planeación de las sesiones mensuales de clase antes del inicio de cada mes, al respectivo supervisor y plataforma hércules o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad, describiendo los objetivos, aspectos físicos, técnicos y evaluativos a tener en cuenta, así como los métodos empleados en ellas.</td><td>

(planeación mensual junio)
Adjunto anexo #6: plan mensual junio</td></tr>
<tr><td>10. 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.</td><td>Realice la aplicación de pruebas físicas y antropométricas para los grupos de formación iniciación 2 – 3 y fundamentación 3 en la semana del 17 al 23 de abril en los horarios correspondientes de cada categoría. En el inicio de la sesión de clase se realizó un calentamiento general y luego una explicación teórico-práctica de cada una de las pruebas que se iban a realizar. En la cancha de futbol de salón se organizó el espacio para ejecutar cada una de las pruebas de tal manera que se pudieran realizar de la manera más rápida y organizada posible; la tabulación de los datos fue ingresada directamente al computador tras el llamado individual de cada jugador y posterior ejecución de cada una de las pruebas. Se pudo ejecutar las pruebas al total de jugadores inscritos (46) para el mes de abril teniendo en cuenta que para iniciación 2 se cuenta con 12 jugadores inscritos, iniciación 3 inscritos 23 jugadores y fundamentación 3 inscritos 11 jugadores. Para las pruebas físicas se ejecutaron 2 intentos tabulados en el formato siempre y cuando el jugador realizara de la mejor manera cada prueba para tener fiabilidad del resultado, de lo contrario se volvía a explicar la correcta ejecución de los mismos.
<table>
<tr><th>Categoría</th><th>Antropométricas</th><th>Físicas</th></tr>
<tr><td>Iniciación 2</td><td rowspan="3">Peso corporal, estatura de pie, estatura sentado, envergadura, perímetro de cintura</td><td rowspan="3">20 mts lisos – salto largo sin impulso – salto vertical – shutter run 4x10</td></tr>
<tr><td>Iniciación 3</td></tr>
<tr><td>Fundamentación 3</td></tr>
</table>
Entregue formato de Excel con la consolidación de datos pruebas físicas y antropométricas en la plataforma de google drive.
Proyecte la segunda y cierre toma de evaluaciones físicas y antropométricas para el mes de agosto en donde se tendrán en cuenta los mismo criterios de evaluación ejecutados en la primer toma, de igual manera se entregara las evidencias y respectivo informe.</td></tr>
<tr><td>11. El contratista deberá entregar una certificación por parte del organismo deportivo municipal en</td><td></td></tr>
</table>

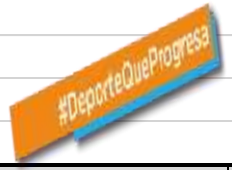
donde conste la realización de actividades mensuales relacionadas con las obligaciones contractuales en el municipio asignado.	 República De Colombia Departamento De Cundinamarca ALCALDÍA MUNICIPAL DE LA CALERA GEN-F-17, V1. Juntos a Reconstruir LA CALERA LA OFICINA DE DEPORTES DE LA CALERA CERTIFICA: Que JUAN DAVID CORTES VARGAS, identificado con la Cédula de Ciudadanía No. 1.071.167.502 de La Calera, presto sus servicios como MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE FUTBOL DE SALÓN, durante el periodo comprendido desde el 01 de Mayo al 30 de Mayo de 2023, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato con INDEPORTES Cundinamarca. Se expide en La Calera, a los treinta (30) días del mes de Mayo del dos mil veintitrés (2023). YENY MARCELA CIFUENTES SANCHEZ Coordinación Escuelas de Formación **Adjunto anexo #7. Certificado de cumplimiento municipal mayo**
12. Planear, organizar, dirigir y controlar el desarrollo de los festivales deportivos que se realicen en el Departamento, entregando los respectivos informes que se le sean solicitados por la coordinación del programa.	Proyecte la planeación organización y participación de los festivales deportivos a realizar en el departamento y junto con ello la entrega de los informes solicitados por la coordinación del programa.
13. Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.	 INDEPORTES PROGRAMA: ESCUELAS DEPORTIVAS PARA TODOS, DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA COMPONENTE: DEPORTE FORMATIVO NOMBRE DE LA REUNIÓN: / No. / FECHA: / ACTA 29/04/2023 14 LUGAR / HORA INICIO / HORA FINALIZACIÓN Municipio de La Calera 9:00 am OBJETIVO DE LA REUNIÓN: Socialización de informe ORDEN DEL DIA: DESARROLLO DE LA REUNIÓN: (acta de reunión presencial de formadores Ubala)  Wilmer Harold Yesid patricia Juana Jairo leonel (asistencia reunión virtual 02/05/2023)

	 (asistencia reunion virtual 05/05/2023)  (asistencia reunión virtual 23/05/2023)  (asistencia reunión presencial Ubala 27/04/2023) **Adjunto anexo #8: acta de reunión.**
14. 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.	Proyecte la entrega del formato (FUID) debidamente diligenciado al área de archivo de la subgerencia administrativa y financiera en el momento que se requiera.
15. 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, fechas, condiciones técnicas y/o productos establecidos en las circulares emitidas por Subgerencia Administrativa y Financiera. (socializar con supervisores).	 (documentos de cargue plataforma secop II mayo)

16. Entregar y mantener actualizado la documentación requerida en medio físico la documentación de las inscripción y participación de los beneficiarios al programa deporte formativo.	 (documentación de inscripción jugadores)

anexo #1: asistencias por nivel de formación (obligación 2)

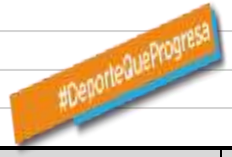
INICIACION 2



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL___INICIACION 2_____

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	31	2	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	Samuel Esteban Prieto Parra	3224614852	1		1		1			1		1		1			1		0		1			1		1		1			0	1	1	15	13	2	87%
2	Juan Sebastian Prieto Parra	3224614852	1		1		1			1		1		1			1		1		0			1		1		1			1	1	1	15	14	1	93%
3	Juan Jose Gonzales Molina	3203175883	1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			0	1	1	15	14	1	93%
4	Samuel David Forero Valderrama	3508452517	1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1	1	0	15	14	1	93%
5	Angelo Vargas Rodriguez	3166931005	1		1		1			1		0		1			1		1		0			1		1		1			1	1	1	15	13	2	87%
6	Carlos Andres Romero Ramirez	3028512074	1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1	1	1	15	15	0	100%
7	Jaider Nicolas Cubillos Soto	3142584946	0		1		0			1		1		1			1		0		1			1		0		1			1	1	0	15	10	5	67%
8	Juan Jose Romero Ramirez	3028512074	1		1		1			1		1		1			1		1		0			1		1		1			1	1	1	15	14	1	93%
9	Ana Sofia Cortes Vargas	3213877944	1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			0	1	0	15	13	2	87%
10	Duvan Esteban Bejarano Garavito	3223006082	1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		0		1			1	1	1	15	14	1	93%
11	Daniela Patacon Lagos	3166532530	0		1		1			1		1		1			1		0		1			1		1		1			1	1	1	15	13	2	87%
12	Johan Camilo Perez Gomez	3143218837	1		1		1			1		0		1			1		1		1			1		0		1			0	1	1	15	12	3	80%

INICIACION 3



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL___INICIACION 3_____

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	Juan Sebastian Cifuentes Forero	3224544155	0		1		1			1		1		1			1		0		1			0		1		1			0	1	1	15	11	4	73%
2	Jhon Esteban Martinez Carreño	3132156734	1		1		1			1		1		1			1		1		0			1		1		1			1	1	1	15	14	1	93%
3	Edgar David Carabali Fray	3176632577	1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			0	1	1	15	14	1	93%
4	Ian Matias Silva Barrera	3186197336	1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1	1	0	15	14	1	93%
5	Luis Eduardo Bernal Rivera	3133145126	1		0		1			1		0		1			1		1		0			1		1		1			1	1	1	15	12	3	80%
6	Cristian Javier Cubillos Soto	3142584946	1		1		1			1		0		1			1		1		1			0		1		1			1	1	1	15	13	2	87%
7	Veronica Leon Moreno	3156782158	0		1		0			1		1		1			1		0		1			1		0		1			1	1	0	15	10	5	67%
8	Heidy Yuliana Perez Forero	3222378992	1		1		1			1		1		1			1		1		0			1		1		1			1	1	1	15	14	1	93%
9	Alvaro Stiven Mendivelso Sua	3107721440	1		1		1			1		1		1			1		1		1			0		1		1			0	1	0	15	12	3	80%
10	Miguel Angel Mendivelso Sua	3107721440	1		1		1			1		1		1			1		0		1			1		1		1			0	1	1	15	13	2	87%
11	Elder Samuel Mendivelso Sua	3107721440	1		1		1			1		1		1			1		0		1			1		1		1			0	1	1	15	13	2	87%
12	Kevin Santiago Jimenez Jimenez	3227087237	1		1		1			1		1		1			1		0		1			1		1		1			0	1	1	15	13	2	87%
13	Mariana Patacon Lagos	3166532530	1		1		1			1		1		1			1		1		0			1		1		1			1	1	1	15	14	1	93%
14	Juan Sebastian Bejarano Garavito	3102110439	1		1		1			1		1		1			1		1		1			0		1		1			0	1	1	15	13	2	87%
15	Danna Valentina Almeciga Cortes	3219216121	1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1	1	0	15	14	1	93%
16	Karol Cifuentes	3124516279	1		1		1			1		0		1			1		1		0			1		1		0			1	1	1	15	12	3	80%
17	Luisa Fernanda Ayala Ramirez	3222381458	1		1		1			0		1		1			1		1		1			1		1		1			1	1	1	15	14	1	93%
18	Diego Jose Vargas Rivero	3228595957	0		1		0			1		1		1			1		0		1			1		0		1			1	1	0	15	10	5	67%
19	Camila Andrea Melo Garzon	3154845275	1		1		1			1		1		1			1		1		0			1		1		1			1	1	1	15	14	1	93%
20	Dayana Alejandra Triana Velasco	3152954502	1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			0	1	0	15	13	2	87%
21	Valeri Mariana Espitia Cortes	3102666863	1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		0		1			1	0	1	15	13	2	87%
22	Laura Yulieth Zuluaga Beltran	314202980	0		1		1			1		1		1			1		0		1			1		1		1			1	1	1	15	13	2	87%
23	Ana Maria Sanchez Piscal	3108710560	1		1		0			1		0		1			1		1		1			1		0		1			1	1	1	15	12	3	80%

FUNDAMENTACION 3



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL_____FUNDAMENTACION 3_____

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	Danny Stiven Barrera Carreño	3217129386	1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			0	1	1	15	14	1	93%
2	Juan Esteban Caceres Leon	3108996546	1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1	1	1	15	15	0	100%
3	Juan Manuel Cifuentes Martinez	3106281518	1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			0	1	1	15	14	1	93%
4	Elkin Danilo Velasquez Alarcon	3128582857	1		0		1			0		1		1			1		1		1			0		1		1			1	1	1	15	12	3	80%
5	Nicolas Rozo Barrera	3209796112	1		1		0			1		0		1			0		1		1			1		1		1			1	1	1	15	12	3	80%
6	David Santiago Veloza Garcia	3143722788	1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1	1	1	15	15	0	100%
7	Keiverlyn Lormary Jimenez Urbano	3143337908	0		1		0			1		1		1			1		0		1			1		0		1			1	1	0	15	10	5	67%
8	Moises Sebastian Ramirez Urbano	3202162114	1		1		1			1		1		1			1		1		0			1		1		1			1	1	1	15	14	1	93%
9	Robert Eduardo Reyes Urbano	3175145385	1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			0	1	0	15	13	2	87%
10	Manuel David Rodriguez Trujillo	3125034727	1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1	1	1	15	15	0	100%
11	Daniel Santiago Morales	3222383940	0		1		0			1		1		0			1		0		1			1		1		0			1	1	0	15	9	6	60%

Anexo #2: Horarios y sitios de entrenamiento. (obligación 3)

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

DEPORTE / MODALIDAD: FUTBOL DE SALON
MUNICIPIO: LA CALERA
NOMBRE DEL FORMADOR: JUAN DAVID CORTES VARGAS

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	OBSERVACIONES
3:00 PM A 5:00 PM	GRUPO	INICIACION 2		INICIACION 2		INICIACION 2			
	SEDE DE TRABAJO	Coliseo naranja		Coliseo naranja		CIC La Portada			
5:00 PM A 07:00 PM	GRUPO	INICIACION 3		INICIACION 3		INICIACION 3			
	SEDE DE TRABAO	Coliseo naranja		Coliseo naranja		CIC La Portada			
7:00 PM A 9:00 PM	GRUPO	FUNDAMENTACION 3		FUNDAMENTACION 3		FUNDAMENTACION 3			
	SEDE DE TRABAO	CIC La Portada		Coliseo naranja		CIC La Portada			

NOMBRE MONITOR JUAN DAVID CORTES VARGAS

Anexo #3: Evidencias iniciación 2 (obligación 4)

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA INICIACION 2		
FORMADOR	**JUAN DAVID CORTES VARGAS**	
No DE CONTRATO	**CPS 225 DE 2023**	
MUNICIPIO	**LA CALERA**	
DEPORTE/DISCIPLINA	**FUTBOL DE SALON**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**COLISEO NARANJA - CIC**	**MES: MAYO**



01/05/2023

INICIACION 2



12/05/2023

INICIACION 2



19/05/2023



31/05/2023

Evidencias Iniciación 3 (obligación 4)

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA INICIACION 3		
FORMADOR	**JUAN DAVID CORTES VARGAS**	
No DE CONTRATO	**CPS 225 DE 2023**	
MUNICIPIO	**LA CALERA**	
DEPORTE/DISCIPLINA	**FUTBOL DE SALON**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**COLISEO NARANJA - CIC**	**MES: MAYO**



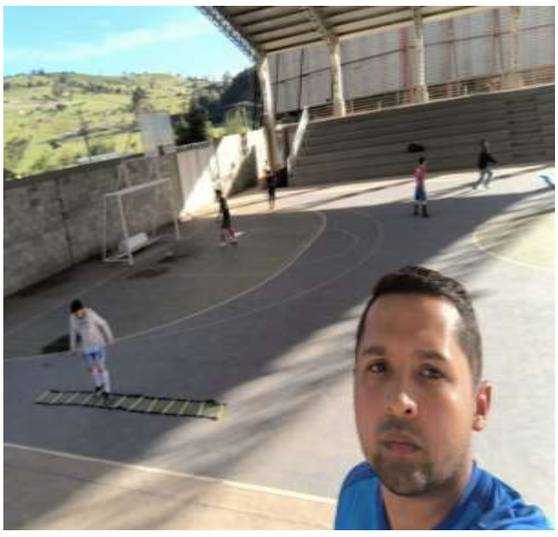
01/05/2023

INICIACION 3



17/05/2023

INICIACION 3



24/05/2023



31/05/2023

Evidencias Fundamentación 3 (obligación 4)

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA FUNDAMENTACION 3		
FORMADOR	**JUAN DAVID CORTES VARGAS**	
No DE CONTRATO	**CPS 225 DE 2023**	
MUNICIPIO	**LA CALERA**	
DEPORTE/DISCIPLINA	**FUTBOL DE SALON**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**COLISEO NARANJA - CIC**	**MES: MAYO**



01/05/2023

FUNDAMENTACION 3



12/05/2023

FUNDAMENTACION 3



22/05/2023



31/05/2023

Anexo #4: cuadro de cobertura poblacional, control y seguimiento de beneficiarios (obligación 5)

Cuadro de cobertura poblacional



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	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
7 AÑOS	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
8 AÑOS	0	0	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	0	0	1
10 AÑOS	2	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
11 AÑOS	2	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
12 AÑOS	5	2	3	2	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	7
13 AÑOS	9	1	7	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	10
14 AÑOS	5	7	4	1	5	2	0	0	0	0	0	0	0	0	12
15 AÑOS	7	4	5	2	3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	11
16 AÑOS	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
17 AÑOS	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
TOTALES	32	14	24	8	9	5	0	0	0	0	0	0	0	0	46

Control y seguimiento a beneficiarios

PROVINCIA	MUNICIPIO	NOMBRE DEL FORMADOR DE INDEPORTES	DISCIPLINA DEPORTIVA	NIVEL (INICIACIÓN 6-8 / INICIACIÓN 9-12 / INICIACIÓN Ó FUNDAMENTACIÓN 13-17 AÑOS)	BENEFICIARIOS NUEVO O ANTIGUO EN EL PROGRAMA	TIPO DE DOCUMENTO (RC, T.I., T.E. ,ETC.)	NÚMERO DE DOCUMENTO (SOLO NÚMEROS, SIN UTILIZAR LETRAS, PUNTOS, COMAS O CUALQUIER OTRO CARÁCTER)	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO (DIA/MES/AÑO)	SEXO (FEMENINO, MASCULINO, INTERSEXUAL)	ORIENTACIÓN SEXUAL HOMOSEXUAL BISEXUAL HETEROSEXUAL TRANSEXUAL	DIRECCIÓN DE RESIDENCIA	SECTOR DE RESIDENCIA (URBANO O RURAL)
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 2	ANTIGUO	T.I.	1071167724	SAMUEL ESTEBAN PRIETO PARRA	11	10/03/2012	MASCULINO	HETEROSEXUAL	LA PORTADA	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 2	ANTIGUO	T.I.	1018452628	JUAN SEBASTIAN PRIETO PARRA	12	19/06/2010	MASCULINO	HETEROSEXUAL	LA PORTADA	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 2	NUEVO	T.I.	1071164186	JUAN JOSE GONZALES MOLINA	9	19/12/2013	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CRA 4 # 9-69	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 2	ANTIGUO	T.I.	1027285573	SAMUEL DAVID FORERO VALDERRAMA	12	14/02/2011	MASCULINO	HETEROSEXUAL	TRVSAL 6A #3-86	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 2	ANTIGUO	T.I.	1188219304	ANGELO VARGAS RODRIGUEZ	10	12/06/2013	MASCULINO	HETEROSEXUAL	AV 2B #11-05	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 2	ANTIGUO	T.I.	1071168101	CARLOS ANDRES ROMERO RAMIREZ	11	27/09/2012	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CRA 6 #2B-39	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 2	ANTIGUO	T.I.	1071167150	JAIDER NICOLAS CUBILLOS SOTO	12	13/04/2011	MASCULINO	HETEROSEXUAL	VEREDA EL VOLCAN	RURAL
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 2	ANTIGUO	T.I.	1071166854	JUAN JOSE ROMERO RAMIREZ	12	20/11/2010	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CRA 6 #2B-39	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 2	ANTIGUO	T.I.	1032878679	ANA SOFIA CORTES VARGAS	12	7/08/2010	FEMENINO	HETEROSEXUAL	VEREDA EL SALITRE	RURAL
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 2	NUEVO	T.I.	1071168452	DUVAN ESTEBAN BEJARANO GARAVITO	10	27/03/2013	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CALLE 9 NO. 8-26	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 2	NUEVO	T.I.	1141720152	DANIELA PATACON LAGOS	12	28/05/2011	FEMENINO	HETEROSEXUAL	VEREDA BUENOS AIRES	RURAL
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 2	NUEVO	T.I.	1071167002	JOHAN CAMILO PEREZ GOMEZ	12	17/02/2011	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CRA 7 #1-16	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION3	ANTIGUO	T.I.	1071165727	JUAN SEBASTIAN CIFUENTES FORERO	14	6/03/2009	MASCULINO	HETEROSEXUAL	AV 2 #8B-16	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 3	ANTIGUO	T.I.	1071567834	JHON ESTEBAN MARTINEZ CARREÑO	14	8/08/2009	MASCULINO	HETEROSEXUAL	VEREDA ALTAMAR	RURAL
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 3	ANTIGUO	T.I.	1010841081	EDGAR DAVID CARABALI FRAY	16	23/09/2006	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CALLE 10A #6-56	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION3	NUEVO	T.I.	1025325390	IAN MATIAS SILVA BARRERA	13	14/04/2009	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CRA 7 # 1-44	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 3	ANTIGUO	T.I.	1028487654	LUIS EDUARDO BERNAL RIVERA	13	18/05/2009	MASCULINO	HETEROSEXUAL	VEREDA SANTA HELENA	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 3	ANTIGUO	T.I.	1019606550	CRISTIAN JAVIER CUBILLOS SOTO	15	9/02/2008	MASCULINO	HETEROSEXUAL	VEREDA EL VOLCAN	RURAL
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION3	ANTIGUO	T.I.	1142114113	VERONICA LEON MORENO	14	3/08/2008	FEMENINO	HETEROSEXUAL	CALLE 2 #3-5	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 3	ANTIGUO	T.I.	1071165096	HEIDY YULIANA PEREZ FORERO	15	21/01/2008	FEMENINO	HETEROSEXUAL	VEREDA SANTA HELENA	RURAL
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 3	NUEVO	T.I.	1071783312	ALVARO STIVEN MENDIVELSO SUA	15	17/05/2008	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CLL 3 # 5-26	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION3	NUEVO	T.I.	107588934	MIGUEL ANGEL MENDIVELSO SUA	13	10/07/2010	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CLL 3 # 5-26	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 3	NUEVO	T.I.	1071672348	ELDER SAMUEL MENDIVELSO SUA	14	3/05/2009	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CLL 3 # 5-26	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 3	NUEVO	T.I.	1025336891	KEVIN SANTIAGO JIMENEZ JIMENEZ	13	26/03/2010	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CLL 3 # 4-23	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION3	NUEVO	T.I.	1014210856	MARIANA PATACON LAGOS	14	22/04/2008	FEMENINO	HETEROSEXUAL	VEREDA BUENOS AIRES	RURAL
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 3	NUEVO	T.I.	1075872951	JUAN SEBASTIAN BEJARANO GARAVITO	13	17/05/2009	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CALLE 9 NO. 8-26	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 3	NUEVO	T.I.	1071165723	DANNA VALENTINA ALMECIGA CORTES	14	22/02/2009	FEMENINO	HETEROSEXUAL	CRA 2 #4-25	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION3	NUEVO	T.I.	1071165611	KAROL CIFUENTES	14	26/12/2008	FEMENINO	HETEROSEXUAL	CALLE 11 #6-10	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 3	ANTIGUO	T.I.	1033101668	LUISA FERNANDA AYALA RAMIREZ	15	30/10/2007	FEMENINO	HETEROSEXUAL	CLL 10 #4-44	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 3	ANTIGUO	T.I.	1033134571	DIEGO JOSE VARGAS RIVERO	15	21/09/2007	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CLL 11 #3-10	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION3	ANTIGUO	T.I.	1034517781	CAMILA ANDREA MELO GARZON	15	21/03/2007	FEMENINO	HETEROSEXUAL	VEREDA SAN CAYETANO	RURAL
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION3	ANTIGUO	T.I.	1034325646	DAYANA ALEJANDRA TRIANA VELASCO	15	17/04/2007	FEMENINO	HETEROSEXUAL	AV 1 # 3-23	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 3	ANTIGUO	T.I.	1028483533	VALERI MARIANA ESPITIA CORTES	14	7/03/2007	FEMENINO	HETEROSEXUAL	CRA 7 #1-44 SUR	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 3	ANTIGUO	T.I.	1019606320	LAURA YULIETH ZULUAGA BELTRAN	15	13/09/2007	FEMENINO	HETEROSEXUAL	CRA 3 #1-30 SUR	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	INICIACION 3	ANTIGUO	T.I.	1019604896	ANA MARIA SANCHEZ PISCAL	14	15/05/2006	FEMENINO	HETEROSEXUAL	CRA 7 #1-44 SUR	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACION 3	ANTIGUO	T.I.	1016834741	DANNY STIVEN BARRERA CARREÑO	15	22/08/2008	MASCULINO	HETEROSEXUAL	VEREDA ALTAMAR	RURAL
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACION 3	ANTIGUO	T.I.	1075659520	JUAN ESTEBAN CACERES LEON	15	14/10/2007	MASCULINO	HETEROSEXUAL	BARRIO MANANTIAL	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACION 3	NUEVO	T.I.	1075873595	JUAN MANUEL CIFUENTES MARTINEZ	12	27/05/2010	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CALLE 3 N 6-20	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACION 3	ANTIGUO	T.I.	1075872457	ELKIN DANILO VELASQUEZ ALARCON	14	4/06/2008	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CALLE 4 N 660	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACION 3	NUEVO	T.I.	1071165352	NICOLAS ROZO BARRERA	14	5/08/2008	MASCULINO	HETEROSEXUAL	BARRIO COVICAL	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACION 3	ANTIGUO	T.I.	1071165995	DAVID SANTIAGO VELOZA GARCIA	14	17/07/2008	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CARRERA 2 ESTE 1-34	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACION 3	ANTIGUO	T.E	33407872	KEIVERLYN LORMARY JIMENEZ URBANO	14	21/09/2008	FEMENINO	HETEROSEXUAL	BARRIO LA PLAZUELA	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACION 3	ANTIGUO	T.E.	33307379	MOISES SEBASTIAN RAMIREZ URBANO	15	10/10/2007	MASCULINO	HETEROSEXUAL	BARRIO LA PLAZUELA	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACION 3	ANTIGUO	T.E.	33305458	ROBERT EDUARDO REYES URBANO	14	30/03/2009	MASCULINO	HETEROSEXUAL	CALLE 2A 540	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACION 3	ANTIGUO	T.I.	1070391744	MANUEL DAVID RODRIGUEZ TRUJILLO	13	10/09/2009	MASCULINO	HETEROSEXUAL	LAS ESCUELAS	URBANO
GUAVIO	LA CALERA	JUAN DAVID CORTES	FUTBOL DE SALON	FUNDAMENTACION 3	NUEVO	T.I.	1034401317	DANIEL SANTIAGO MORALES GUERRA	15	5/01/2008	MASCULINO	HETEROSEXUAL	VILLA 70	URBANO

G.S Y R.H. (ejemplo: O+)	EPS	GRADO DE ESCOLARIDAD (ejemplo: si es de sexto de bachillerato digito el 6)	NACIONALIDAD DE NACIMIENTO	DEPARTAMENTO DE NACIMIENTO	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 AFROCOLOMBIANO S/NEGRITUDES PALEQUERO ROOM RAIZAL OTROS	TALLA CALZADO	TALLA UNIFORME	NOMBRE ACUDIENTE	¿PARENTESCO?	NÚMERO DE TELEFONO DEL ACUDIENTE	CORREO ELECTRÓNICO DEL ACUDIENTE O BENEFICIARIO
O+	COMPENSAR	6	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	35	14	LUDY PARRA	MAMA	3224614852	ludyparra167@gmail.com
O+	COMPENSAR	7	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	35	14	LUDY PARRA	MAMA	3224614852	ludyparra167@gmail.com
A+	SANITAS	4	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	36	12	LUISA GONZALES MOLINA	MAMA	3203175883	lulufe9004@gmail.com
O+	SANITAS	6	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	36	14	LILIANA VALDERRAMA	MAMA	3138215515	valderramaliliana55@gmail.com
O+	SANITAS	4	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	30	14	MARISOL RODRIGUEZ	MAMA	3203986436	marisol20132022@gmail.com
O+	COMPENSAR	5	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	33	12	CARLOS ARNULFO ROMERO	MAMA	3028512074	arnulforomero1504@hotmail.com
O+	SANITAS	6	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	36	14	FLOR SOTO	MAMA	3142584946	sflor0458@gmail.com
O+	COMPENSAR	7	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	33	12	CARLOS ARNULFO ROMERO	MAMA	3028512074	arnulforomero1504@hotmail.com
B+	SANITAS	7	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	38	M	MAGDA ROCIO VARGAS	MAMA	3213877944	magrovargas@yahoo.es
O+	SANITAS	4	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	33	12	MARIA ISABEL GARAVITO	MAMA	3223006082	sebastianbejarano@gmail.com
O+	SANITAS	6	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	36	14	YANIA CAROLINA LAGOS	MAMA	3166532530	yanialagosr@gmail.com
O+	NUEVA EPS	7	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	38	M	DIANA GOMEZ	MAMÁ	3107677238	diangomni@gmail.com
O+	NUEVA EPS	8	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	38	S	MILENA FORERO	MAMÁ	3125040828	henryarevalogamez4@gmail.com
O+	FAMISANAR	9	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	38	S	MONICA CARREÑO	MAMA	3217129386	carreñodj23@gmail.com
O+	SANITAS	10	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	43	XL	MERLYS DEL CARMEN FREAY	MAMA	3176632577	freaym1222@gmail.com
O+	FAMISANAR	7	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	42	L	TATHIANA BARRERA	MAMA	3186197336	yayisbar_14@hotmail.com
O+	SANITAS	7	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	37	S	CARMEN RIVERA	MAMA	3114599873	riveraluisct@gmail.com
O+	SANITAS	9	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	41	S	FLOR SOTO	MAMA	3142584946	sflor0458@gmail.com
O+	FAMISANAR	10	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	37	S	MARITZA MORENO	MAMA	3108059749	leonmorenov4@gmail.com
A+	FAMISANAR	9	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	36	S	JOHANNA FORERO	MAMÁ	3114957060	pyulina403@gmail.com
O+	NUEVA EPS	8	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	37	S	CARMEN SUA	MAMA	3107721440	suamiguel2345@gmail.com
O+	NUEVA EPS	7	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	35	S	CARMEN SUA	MAMA	3107721440	suamiguel2345@gmail.com
O+	NUEVA EPS	8	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	36	S	CARMEN SUA	MAMA	3107721440	suamiguel2345@gmail.com
A+	SANITAS	7	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	36	S	ISABEL JIMENEZ	MAMA	3227087237	kevinisabel88@gmail.com
O+	SANITAS	9	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	36	S	YANIA CAROLINA LAGOS	MAMA	3166532530	yanialagosr@gmail.com
O+	SANITAS	6	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	37	S	MARIA ISABEL GARAVITO	MAMA	3223006082	sebastianbejarano@gmail.com
O+	FAMISANAR	9	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	38	M	MARCELA CORTES	MAMA	3219216121	almecigadann09@gmail.com
O+	FAMISANAR	9	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	35	16	NATHALY RODRIGUEZ	MAMA	3124516279	nathalyrodriguez1989@gmail.com
O+	FAMISANAR	10	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	35	S	LUIS FERNANDO AYALA	PAPA	3222381458	luisaf.ayala07@gmail.com
O+	SANITAS	10	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	39	S	CARMEN RIVERO	MAMA	3042539617	carrivero5621dj@gmail.com
O+	SANITAS	11	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	37	S	LUZ DARY CARDENAS	MAMA	3154845275	idcardenas18@hotmail.com
O+	FAMISANAR	11	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	36	S	LAURA TRIANA	MAMA	3107865223	velascoaleja20@gmail.com
A+	SANITAS	11	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	36	S	MARY ALEXANDRA CORTES	MAMA	3102666863	maalcoga@hotmail.com
O+	COMPENSAR	10	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	35	16	ANA ELISA BELTRAN	MAMA	3142029804	laurabeltran1309@gmail.com
O+	FAMISANAR	10	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	37	S	ENRIQUE SANCHEZ	PAPA	3108710560	sanchezpicalanamaria@gmail.com
O+	FAMISANAR	9	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	40	S	MONICA CARREÑO	MAMA	3217129386	carreñodj23@gmail.com
O+	COMPENSAR	7	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	41	M	SOLEDAD LEON	MAMA	3144399172	caceresleon123ecj@gmail.com
O+	COMPENSAR	7	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	41	S	YENI CIFUENTES	MAMÁ	3106281518	jenny.c2jm@gmail.com
O+	FAMISANAR	9	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	39	L	LUZ MIRYAM ALARCON	MAMÁ	3125752640	rodriguezluz559@gmail.com
O+	SANITAS	7	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	39	M	JACINTA BARRERA	MAMA	3209796112	jacintabarrera8@gmail.com
O+	FAMISANAR	6	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	39	M	MABEL GARCIA	MAMÁ	3143722788	mabelgarcia@gmail.com
O+	COSALUD	7	VENEZUELA	DISTRITO FEDERAL	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	38	M	KIMBERLYN JIMENEZ	MAMÁ	3213459556	kimberlinjimenezurbano@gmail.com
O+	COSALUD	8	VENEZUELA	DISTRITO FEDERAL	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	40	M	CAROLINA URBANO	MAMA	3202162114	carourbanoven9@gmail.com
O+	CAPITAL SALUD	8	VENEZUELA	DISTRITO FEDERAL	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	39	S	IRIS URBANO	MAMÁ	3175145385	robertrey234@gmail.com
O+	SANITAS	8	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	41	M	CLAUDIA RODRIQUEZ	MAMÁ	312503727	claudia.2008087@hotmail.com
A+	NUEVA EPS	10	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	41	M	STELLA BERNAL	MAMÁ	3105641624	santimorales44@gmail.com

anexo #5: sesiones de clase junio iniciación 2, iniciación 3, fundamentación 3 (obligación 7)

INICIACION 2

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	RESPETO	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES VARGAS
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	5/06/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	40

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura SOBRE el respeto (anita la ratica que critica) se realiza lectura y despues la reflexion o mensaje Anita pensó en todo el tiempo que había criticado y sido irrespetuosa con otras personas y quiso remediarlo, así que tomó su cuaderno y comenzó a escribir algo bueno de todas las personas que conocía. Después, Anita pensó que sería lindo si esa persona sabía qué pensaba ella de cada uno, entonces comenzó a destacar las virtudes de las demás personas.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	se lleva a acbo al inicio de la secion de clase, la preparacion del cuerpo y del estado fisico del niño, por medio de una calentamiento en donde se tiene en cuenta cada una de las fases. Por medio de juegos o actividades dinamicas que enrriquescan el proceso. 15 MIN	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Coordinacion	EJERCICIO 1	explorara con las diferentes superficies de contacto y llevara el balon por todas las partes de su cuerpo como del lugar dond este, intentando asi tener un poco de sencibilizacion y poder interactuar con el objeto para de esta manera tener una idea de lo que debe dominar. 30´ MIN	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	llevara el balon por medio de una zona ya establecida y definida sin dejara que este se salga o rebote por el lugar no indicado, para de esta manera tener una clarida sobre la conduccion y una aproximacion al dominio del mismo. 30´ MIN	
25 MIN.		Tecnica	EJERCICIO 3	se desplaza por el campo en dominio del balon, intentando agarrar a sus compañeros los cuales estan tambien en dominio del objeto intentando asi en el menor tiempo posible atrapar la mayor cantidad de compañeros. 30' MIN	
30 MIN.			JUEGO	Se realiza partido entre los particiantes asistentes a esta sesion	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

Juan D. C. Vargas

FIRMA FORMADOR:

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	HONESTIDAD	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	7/06/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	41

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre HONESTIDAD. La honestidad es un valor moral fundamental para entablar relaciones interpersonales basadas en la confianza, la sinceridad y el respeto mutuo, Una persona que actúa con honestidad lo hace siempre apoyada en valores como la verdad y la justicia, y no antepone a estos sus propias necesidades o intereses. En este sentido, es una persona apegada a un código de conducta caracterizado por la rectitud, la probidad y la honradez.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de triqui con balon para realizar el calientamiento	
20 MIN.	FASE CENTRAL	tren inferior	EJERCICIO 1	1. desplazamientos en diferentes direcciones en 4 apoyos y boca arriba, sin que la cola toque el suelo.2. juego de micos a sus palos con el sonido del pito, los niños deberan tener una pareja, estaran separados trotando en direcciones diferentes, al sonar el silvato correran a buscar a su compañero el ultimo va quedando eliminado del juego. 3.Pasar la escalera de coodinacion de manera lateral (izq-dere) levantando las piernas sin tocarla y lo mas rapido que se pueda, si toca una linea debera repetir desde el inicio.	 
25 MIN.		tecnica	EJERCICIO 2	1.Explicacion de los golpes basicos en el futbol con la cabeza (frontal, lateral) el pecho y los muslos, cada pareja realizara dezplazamientos por el terreno en diferentes direcciones practicando los golpes con la tecica adecuada por 5 minutos en cada modalidad.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	Se ubican los deportistas en una fila pasara cada deportista a la señal del formador, el cual lanzara el balon y debera golpearlo en la manera que le indique.	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

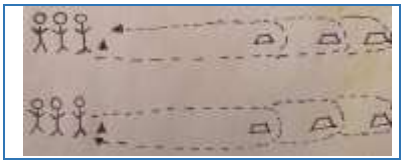
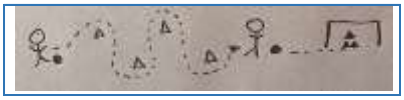
OBSERVACIONES:

Juan D.C. Vargas

FIRMA FORMADOR:

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	TOLERANCIA	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	9/06/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	42

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre LA TOLERANCIA. La tolerancia es un valor moral que implica el respeto íntegro hacia el otro, hacia sus ideas, prácticas o creencias, independientemente de que choquen o sean diferentes de las nuestras.Tolerancia se refiere a la acción y efecto de tolerar. Como tal, la tolerancia se basa en el respeto hacia lo otro o lo que es diferente de lo propio, y puede manifestarse como un acto de indulgencia ante algo que no se quiere o no se puede impedir, o como el hecho de soportar o aguantar a alguien o algo.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de triqui con balon para realizar el calientamiento	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior	EJERCICIO 1	Se forman los equipos en hileras, detrás de una línea de partida. Frente a cada hilera, a 1 metro de distancia, se colocan tres banderitas de diferentes colores, A la señal del maestro sale el primer niño de cada hilera saltando y bordeando cada bandera; al terminar regresa corriendo y se incorpora al final de su hilera. El siguiente niño inicia su recorrido cuando el que le antecede esté bordeando la segunda bandera, y así sucesivamente hasta que todos hayan realizado el recorrido.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	1.Conduccion del balon con borde interno en zigzag tocando el cono con la mano y rematando al arco para derribar los conos ubicados en piramide se le dara un punto por cada cono que logre derribar, luego de completar 10 puntos, reliazara el ejercicio con el borde externo.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	1. Control del balon intentando realizar la 21 con los pies, muslos, pecho y cabeza, controlando el balon con la mano cuando se nos caiga. 2. juego 1 vs 1 si el jugador atacante pierde la posesion del balon pasara de inmediato a defender.	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

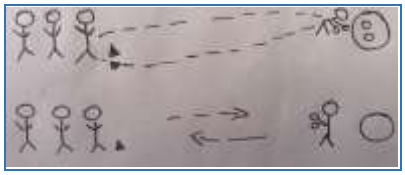
OBSERVACIONES:

Juan D. C. Vargas

FIRMA FORMADOR:

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	AMISTAD	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	12/06/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	43

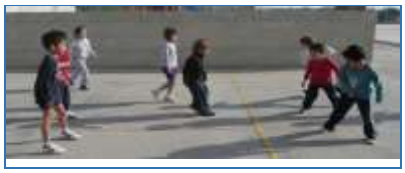
TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL — TEMATICA: lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre LA AMISTAD. La amistad es una relación afectiva entre dos o más individuos que se sustenta en valores fundamentales como el amor, la lealtad, la solidaridad, la incondicionalidad, la sinceridad y el compromiso. Es un tipo de vínculo que se cultiva con el trato asiduo y el interés recíproco a lo largo del tiempo. La amistad puede surgir entre personas de distintas edades, religiones,	
10 MIN.	FASE INICIAL — Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de el Bobito: se ubican en un circulo los deportistas y dos compañeros escogidos por el formador pasaran al centro donde deberan interceptar el balon para que otro compañero tome su lugar.	
20 MIN.	FASE CENTRAL — Tren inferior	EJERCICIO 1	1. en parejas cada uno se ubica acurrucado frente a su compañero se enganchan de las manos y al sonido del silvato hacen fuerza hacia delante a derrivar a su compañero. 2. Se forman equipos en hileras detrás de una línea de partida. A una distancia determinada por el profesor y frente a cada hilera se dibuja un círculo y dentro de este se colocan dos pelotas, A una señal del profesor el primer niño de cada hilera sale corriendo hacia el círculo, recoge las dos pelotas, regresa corriendo a entregársela al siguiente niño y se incorpora al final de su hilera. El niño que recibe las pelotas corre y las deja dentro del círculo regresando a tocar al próximo compañero. Gana el equipo que primero termine	
25 MIN.	FASE CENTRAL — Tecnica	EJERCICIO 2	1.por parejas uno de los dos tomara el balon con las manos lanzandolo a su compañero el cual debera controlar ponerlo en el suelo y pasarlo a su compañero con brode interno, despues de 10 repeticiones cambian a hacer lo mismo con los demas golpes ya vistos en los entrenamientos. 2. control de balon haciendo la 21 sin dejar caer el balon utilizando las partes del cuerpo menos las manos.	
25 MIN.	FASE CENTRAL — tactica	EJERCICIO 3	1. juego 2 vs 2 - 2 vs 1 - 3 vs 3 2. Cobro de tiro penal.	
30 MIN.	FASE CENTRAL	JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
	FASE FINAL	RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D.C. Vargas

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	EXCELENCIA	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	14/06/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	44

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre LA EXCELENCIA. La noción de excelencia, por lo tanto, se relaciona a la idea de perfección y a las características sobresalientes. El término señala aquello que está por encima del resto y que posee escasas falencias o puntos débiles; en el mundo del consumo, puede tratarse de un producto de calidad probada o innovador.la excelencia es una palabra que permite resaltar la considerable calidad que convierte a un individuo u objeto en merecedor de una estima y aprecio elevados.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de Captura la Bandera, dos equipos cada uno en su media cancha intentaran tomar la bandera del equipo contrario para poder ganar.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior	EJERCICIO 1	1.por parejas uno de los dos tomara el balon con las manos lanzandolo a su compañero el cual debera controlar ponerlo en el suelo y pasarlo a su compañero con borde interno, despues de 10 repeticiones cambian a hacer lo mismo con los demas golpes ya vistos en los entrenamientos.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	Los deportistas deberan realizar un recorrido ida y vuelta en los conos ubicados por el formador a lo largo de la cancha y conduciendo el balon durante el recorrido deberan realizar un total de 10 suicidios cada uno.	
25 MIN.		Tecnica	EJERCICIO 3	Pateo del balon en modo pase borde interno hacia unos aros ubicados a 10 mts donde el objetivo es que el balon se detenga en uno de los aros.	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

Juan D.C. Vargas

FIRMA FORMADOR:

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	LIDERAZGO	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	16/06/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	45

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre EL LIDERAZGO. El liderazgo la acción de influir en un grupo de personas con el objetivo de trabajar en equipo y en torno a un propósito.El liderazgo ha cobrado vital relevancia en la actualidad debido a la escasez de personas con habilidades para conducir equipos y alcanzar objetivos por sobre el promedio.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. juego de la lleva con balon C/u, cada participante tiene un balon a la Voz de un nuero el selleccionado sale a tocar a un compañero, sin perder el control del balon, se delimita el espacio. - estiramiento dinamico al 50%	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior	EJERCICIO 1	pases x parejas (estatico y dinamico) - borde interno, borde externo derecha , izquierda - desplazamientos en diferentes direcciones.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	circuito de conduccion de balon, se demarca con conos los desplazamientos donde en algunos espacios se debe llevar el balon realizando el dribling con borde interno y en otro espacio realizar el pase de borde interno a los compañeros ubicados en los conos para recibir de nuevo el balon y rematar al arco, se va realizando la rotacion a medida que va pasando uno por uno.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	conduccion del balon en simulacion de juego, jugaremos 2 vs 2 si los atacantes pierden la posesion del balon pasaran a defender.	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

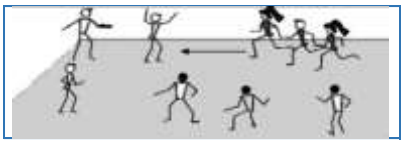
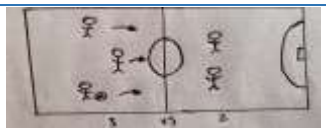
OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D. C. Vargas

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	IGUALDAD	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	19/06/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	46

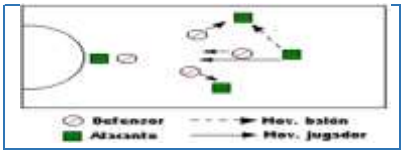
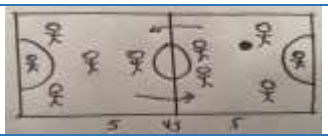
TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL — TEMATICA: lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre LA IGUALDAD. tratamiento equitativo de las personas, por ejemplo, 'igualdad de género'. La igualdad entre los seres humanos se considera un derechos en muchas culturas, aunque en muchas ocasiones no existe igualdad debido, entre otros, a factores económicos, raciales o religiosos. En este sentido, se asociada a otras palabras como la justicia y la solidaridad.	
10 MIN.	FASE INICIAL — Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de cogidas en cadena: un deportista escogido por el formador iniciara cogiendo a los compañero por todo el terreno de juego cada compañero que logre coger se unira a el tomados de la mano para hasta coger al ultimo.	
20 MIN.	FASE CENTRAL — Tren inferior	EJERCICIO 1	1. ubicados en la linea final de manera horizontal, al frente de cada uno tendran una serie de platillos en fila separados a una misma distancia, al sonar el silvato saldran al primer platillo regresando a la linea final de espaldas y avanzando un platillo a la vez hasta llegar al ultimo. 2. releevos por parejas hasta la mitad del terreno conduciendo el balon de ida y vuelta.	
25 MIN.	FASE CENTRAL — circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	1.acostados boca abajo con las manos en la espalda, al oir el silvato se levantaran tomaran su balon e iran hasta la distancia demarcada por el formador. 2. releevos por parejas hasta la mitad del terreno conduciendo el balon de ida y vuelta.	
25 MIN.	FASE CENTRAL — tactica	EJERCICIO 3	1.explicacion del reglamento basico, posiciones dentro del terreno de juego, que funcion cumple en el equipo cada posicion. 2.Conduccion de balon en simulacion de juego, jugaremos 3 vs 2 modo ofensivo, si los atacantes pierden la posesion del balon pasaran a defender.	
30 MIN.	FASE CENTRAL	JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
		RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D. C. Vargas

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	CORAJE	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	21/06/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	47

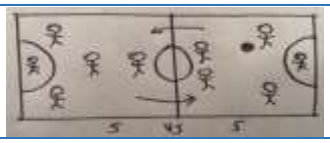
TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA: lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre EL CORAJE. Coraje es la capacidad de enfrentarse a una situación que presente un peligro inminente, real o supuesto. En este sentido, coraje es aquel que "tiene fuerza o se esfuerza de corazón". Se considera el coraje como un valor, ya que, permite a ultrapasar situaciones de peligro para continuar en frente.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de balon mano por equipos, mientras el jugador tengo el balon en sus manos no podra desplazarse y si el balon cae pasa inmediantamente al otro equipo, los pases se pueden interceptar pero no puede haber contacto fisico para quitar el balon.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	velocidad	EJERCICIO 1	1.Relevos con finalidad de llevar pelota, pasar por debajo de compañeros, trotar , caminar conduciendo el balon. 2. manejar el balon al compas que puedan conduciendo con el pie derecho, izquierdo y alterno a una velocidad baja.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	1. demarcacion con aros en cruz, el deporitsta va a donde el formador indique, izquierda, derecha adelante o atrás. 2.posicion defensiva desplazamientos adelante, atrás y diagonales.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	Por parejas uno de los dos estara en la esquina para realizar un saque con la mano a su comapñero el cual estara ubicado en un cono y estara pendiente al silvato para entrar a cabecear y anotar el gol.	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D. C. Vargas

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	DETERMINACION	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	23/06/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	48

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA: lectura dinamica reflexion — SENSIBILIZACION	lectura sobre DETERMINACION. "Si pudo llegar hasta allí, fue gracias a su determinación y coraje", "Todo es posible con determinación", "El corredor mostró su determinación al seguir compitiendo con un neumático pinchado", "El candidato no tuvo determinación para llegar hasta el fondo del asunto".Actuar con determinación es uno de los secretos del éxito en la vida, y esto se puede aplicar en cualquier aspecto. A lo largo de la infancia, dada la influencia que ejercen en nosotros los mayores es casi imposible tomar decisiones y escoger un camino propio; si bien la personalidad de cada uno aporta ingredientes únicos, estamos sujetos a tantas normas que no es normal hacerse a un costado y redirigir la vida.	
10 MIN.		Predeportivos — CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de ponchados debajo de la cintura, en toda la cancha uno de los deportistas señalado por el formador iniciara ponchando a sus compañeros de la cintura hacia abajo para que pase otro compañero a ponchar.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior — EJERCICIO 1	1.ejercicios de autocargas enfocados en los miembros inferiores (saltar por un pasillo de conos pequeños) a pie junto a un pie, juego de golosa. 2. salto de lazo pie junto, un pie y alterno. 3. Suicidios hasta la mitad del terreno de juego conduciendo el balon de ida y vuelta.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico — EJERCICIO 2	Competicion por relevos en donde el deportista tiene que pasar una serie de obstaculos que lo haran pasar por las diferentes zonas del campo en varias direcciones.	
25 MIN.		tactica — EJERCICIO 3	1. control de balon el deportista lanza el balon con la mano lo golpea con el pie y debera regresar a las manos nuevamente con ambas piernas, luego con la cabeza de igual forma. 2. Defensa 1 a 1, defensa escalonada, defensa grupal. 3. ronda de penaltis.	
30 MIN.		— JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL	— ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
		— RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

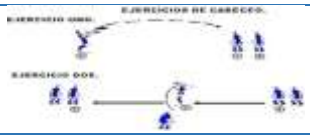
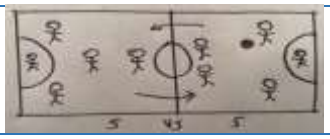
OBSERVACIONES:

Juan D.C. Vargas

FIRMA FORMADOR:

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	EXCELENCIA	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	26/06/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	49

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre LA EXCELENCIA. La noción de excelencia, por lo tanto, se relaciona a la idea de perfección y a las características sobresalientes. El término señala aquello que está por encima del resto y que posee escasas falencias o puntos débiles; en el mundo del consumo, puede tratarse de un producto de calidad probada o innovador.la excelencia es una palabra que permite resaltar la considerable calidad que convierte a un individuo u objeto en merecedor de una estima y aprecio elevados.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de congelados, descongelando pasando el balon por entre las piernas, en toda la cancha.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior	EJERCICIO 1	1. pacillos con ejercicios de flexibilidad con el fin de potenciar la elongacion general de los musculos del cuerpo. 2. circuito de agilidad con escaleras de coordinacion.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	1. Circuito con fases de desplazamientos diagonales, rodar, bajar y subir, lanzar pelota en aro pequeño. 2. Con pelota de colores y de a dos compañeros trabajar la velocdad de reacción lanzando la pelota y el compañero cogerla en el aire.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	1. Circuito de conduccion de balon pasando obstaculos y terminando en remate al arco. 2. En fila cada deportista pasara a recicbir el balon lanzado por el formador golpeando con la cabeza (frontal, lateral izq - dere) para anotar el gol	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

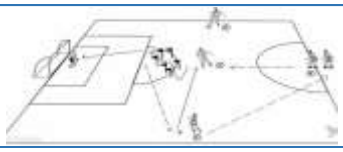
OBSERVACIONES:

Juan D. C. Vargas

FIRMA FORMADOR:

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	RESPETO	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	28/06/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	50

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura SOBRE el respeto (anita la ratica que critica) se realiza lectura y despues la reflexion o mensaje Anita pensó en todo el tiempo que había criticado y sido irrespetuosa con otras personas y quiso remediarlo, así que tomó su cuaderno y comenzó a escribir algo bueno de todas las personas que conocía. Después, Anita pensó que sería lindo si esa persona sabía qué pensaba ella de cada uno, entonces comenzó a destacar las virtudes de las demás personas.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de el Bobito: se ubican en un circulo los deportistas y dos compañeros escogidos por el formador pasaran al centro donde deberan interceptar el balon para que otro compañero tome su lugar.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior	EJERCICIO 1	.1. Con compañero de espaldas hacer fuerza y gana el que empuje a mas distancia, intentar pararse de espaldas, agarrados de los brazos hacer fuerza, carretillas mitad de cancha. 2. por parejas cuando suene el silvato ir por el balon y trerlo son 6 en total.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	1..Circuito abierto con finalidad de remate, con fundamento en trabajo pliometrico, para potenciar tren inferior. 2. futbol reducido con dos arcos por equipo.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	1. Sistema ofensivo 3 vs 2 y 4 vs 3 2. Ronda de penaltis	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D. C. Vargas

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	HONESTIDAD	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	30/06/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	51

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA: lectura dinamica reflexion / SENSIBILIZACION	lectura sobre HONESTIDAD. La honestidad es un valor moral fundamental para entablar relaciones interpersonales basadas en la confianza, la sinceridad y el respeto mutuo, Una persona que actúa con honestidad lo hace siempre apoyada en valores como la verdad y la justicia, y no antepone a estos sus propias necesidades o intereses. En este sentido, es una persona apegada a un código de conducta caracterizado por la rectitud, la probidad y la honradez.	
10 MIN.		Predeportivos / CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de Captura la Bandera, dos equipos cada uno en su media cancha intentaran tomar la bandera del equipo contrario para poder ganar.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	tren inferior / EJERCICIO 1	1. Trabajo de skiping alto medio y bajo al sonar el silvato salir trotando a la distancia demarcada. 2. Suicidios en diferentes direcciones con conduccion de balon y ambas piernas. 3. pacillos con ejercicios de flexibilidad con el fin de potenciar la elongacion general de los musculos del cuerpo.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico / EJERCICIO 2	Juegos enfocados al uso de orientacion en cuanto al balon y a los compañeros, esto se ralizara por medio de actividades como lanzar el balon al aire aplaudir y volver aagarrarlo en las manos sin que caiga detectar por medio de colores el equipo de juego.	
25 MIN.		tactica / EJERCICIO 3	mini torneo de banquitas en equipos de 4.	
30 MIN.		/ JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL	/ ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
		/ RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

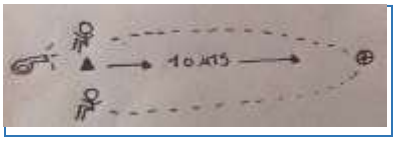
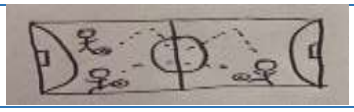
OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D. C. Vargas

INICIACION 3

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	RESPETO	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	5/06/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	40

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura SOBRE el respeto (anita la ratica que critica) se realiza lectura y despues la reflexion o mensaje Anita pensó en todo el tiempo que había criticado y sido irrespetuosa con otras personas y quiso remediarlo, así que tomó su cuaderno y comenzó a escribir algo bueno de todas las personas que conocía. Después, Anita pensó que sería lindo si esa persona sabía qué pensaba ella de cada uno, entonces comenzó a destacar las virtudes de las demás personas.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de balon mano por equipos, mientras el jugador tengo el balon en sus manos no podra desplazarse y si el balon cae pasa inmediantamente al otro equipo, los pases se pueden interceptar pero no puede haber contacto fisico para quitar el balon.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Coordinacion	EJERCICIO 1	cada particpante debera poner un peto en la parte de atrás de su espalda, para luego con el sonido del silvato, y con el balon en sus pies, debera ir e intentar quitar los petos de la mayoria de sus compañeros y asi dejarlos fuera de juego. 30' MIN	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	7.Trabajo por parejas donde se ubicaran cada uno al lado del cono señalado sentados y dandole la espalda al formador el cual dara la salida al hacer sonar el pito, los deportistas se levantaran e iran a un balon ubicado a 10 mts, el primero que llegue.	
25 MIN.		Tecnica	EJERCICIO 3	1.Explicacion de los golpes basicos en el futbol de salon con el pie (interno,externo y enpeine), cada deportista realizara dezplazamientos por el terreno en diferentes direcciones golpeando el balon por 5 minutos en cada modalidad. 2.En parejas trabajaremos pases utilizando los golpes enseñados en distancias diferentes aplicando distintas fuerzas.	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

Juan D.C. Vargas

FIRMA FORMADOR:

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	HONESTIDAD	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	7/06/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	41

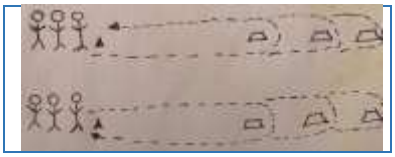
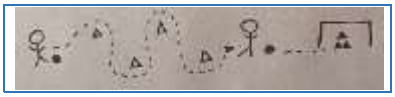
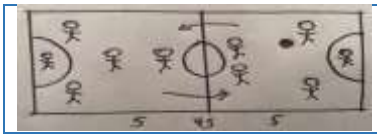
TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA: lectura dinamica reflexion / SENSIBILIZACION	lectura sobre HONESTIDAD. La honestidad es un valor moral fundamental para entablar relaciones interpersonales basadas en la confianza, la sinceridad y el respeto mutuo, Una persona que actúa con honestidad lo hace siempre apoyada en valores como la verdad y la justicia, y no antepone a estos sus propias necesidades o intereses. En este sentido, es una persona apegada a un código de conducta caracterizado por la rectitud, la probidad y la honradez.	
10 MIN.		Predeportivos / CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de triqui con balon para realizar el calientamiento	
20 MIN.	FASE CENTRAL	tren inferior / EJERCICIO 1	1. desplazamientos en diferentes direcciones en 4 apoyos y boca arriba, sin que la cola toque el suelo.2. juego de micos a sus palos con el sonido del pito, los niños deberan tener una pareja, estaran separados trotando en direcciones diferentes, al sonar el silvato correran a buscar a su compañero el ultimo va quedando eliminado del juego. 3.Pasar la escalera de coodinacion de manera lateral (izq-dere) levantando las piernas sin tocarla y lo mas rapido que se pueda, si toca una linea debera repetir desde el inicio.	 
25 MIN.		tecnica / EJERCICIO 2	1.Explicacion de los golpes basicos en el futbol con la cabeza (frontal, lateral) el pecho y los muslos, cada pareja realizara dezplazamientos por el terreno en diferentes direcciones practicando los golpes con la tecica adecuada por 5 minutos en cada modalidad.	
25 MIN.		tactica / EJERCICIO 3	S eubican los deportistas en una fila pasara cada deportista a la señal del formador, el cual lanzara el balon y debera golpearlo en la manera que le indique.	
30 MIN.		/ JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL	/ ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
		/ RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D. C. Vargas

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	TOLERANCIA	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	9/06/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	42

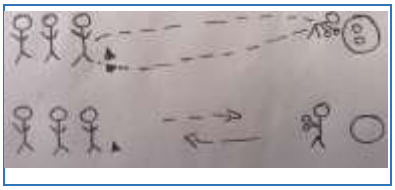
TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre LA TOLERANCIA. La tolerancia es un valor moral que implica el respeto íntegro hacia el otro, hacia sus ideas, prácticas o creencias, independientemente de que choquen o sean diferentes de las nuestras.Tolerancia se refiere a la acción y efecto de tolerar. Como tal, la tolerancia se basa en el respeto hacia lo otro o lo que es diferente de lo propio, y puede manifestarse como un acto de indulgencia ante algo que no se quiere o no se puede impedir, o como el hecho de soportar o aguantar a alguien o algo.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de congelados, descongelando pasando el balon por entre las piernas, en toda la cancha.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior	EJERCICIO 1	Se forman los equipos en hileras, detrás de una línea de partida. Frente a cada hilera, a 1 metro de distancia, se colocan tres banderitas de diferentes colores, A la señal del maestro sale el primer niño de cada hilera saltando y bordeando cada bandera; al terminar regresa corriendo y se incorpora al final de su hilera. El siguiente niño inicia su recorrido cuando el que le antecede esté bordeando la segunda bandera, y así sucesivamente hasta que todos hayan realizado el recorrido.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	1.Conduccion del balon con borde interno en zigzag tocando el cono con la mano y rematando al arco para derribar los conos ubicados en piramide se le dara un punto por cada cono que logre derribar, luego de completar 10 puntos, reliazara el ejercicio con el borde externo.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	1. Control del balon intentando realizar la 21 con los pies, muslos, pecho y cabeza, controlando el balon con la mano cuando se nos caiga. 2. juego 1 vs 1 si el jugador atacante pierde la posesion del balon pasara de inmediato a defender.	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D. C. Vargas

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	AMISTAD	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	12/06/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	43

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre LA AMISTAD. La amistad es una relación afectiva entre dos o más individuos que se sustenta en valores fundamentales como el amor, la lealtad, la solidaridad, la incondicionalidad, la sinceridad y el compromiso. Es un tipo de vínculo que se cultiva con el trato asiduo y el interés recíproco a lo largo del tiempo. La amistad puede surgir entre personas de distintas edades, religiones,	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de el Bobito: se ubican en un circulo los deportistas y dos compañeros escogidos por el formador pasaran al centro donde deberan interceptar el balon para que otro compañero tome su lugar.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior	EJERCICIO 1	1. en parejas cada uno se ubica acurrucado frente a su compañero se enganchan de las manos y al sonido del silvato hacen fuerza hacia delante a derrivar a su compañero. 2. Se forman equipos en hileras detrás de una línea de partida. A una distancia determinada por el profesor y frente a cada hilera se dibuja un círculo y dentro de este se colocan dos pelotas, A una señal del profesor el primer niño de cada hilera sale corriendo hacia el círculo, recoge las dos pelotas, regresa corriendo a entregársela al siguiente niño y se incorpora al final de su hilera. El niño que recibe las pelotas corre y las deja dentro del círculo regresando a tocar al próximo compañero. Gana el equipo que primero termine.	
25 MIN.		Tecnica	EJERCICIO 2	1.por parejas uno de los dos tomara el balon con las manos lanzandolo a su compañero el cual debera controlar ponerlo en el suelo y pasarlo a su compañero con brode interno, despues de 10 repeticiones cambian a hacer lo mismo con los demas golpes ya vistos en los entrenamientos. 2. control de balon haciendo la 21 sin dejar caer el balon utilizando las partes del cuerpo menos las manos.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	1. juego 2 vs 2 - 2 vs 1 - 3 vs 3 2. Cobro de tiro penal.	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

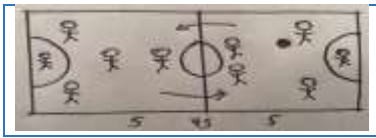
OBSERVACIONES:

Juan D. C. Vargas

FIRMA FORMADOR:

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	EXCELENCIA	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	14/06/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	44

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre LA EXCELENCIA. La noción de excelencia, por lo tanto, se relaciona a la idea de perfección y a las características sobresalientes. El término señala aquello que está por encima del resto y que posee escasas falencias o puntos débiles; en el mundo del consumo, puede tratarse de un producto de calidad probada o innovador.la excelencia es una palabra que permite resaltar la considerable calidad que convierte a un individuo u objeto en merecedor de una estima y aprecio elevados.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de Captura la Bandera, dos equipos cada uno en su media cancha intentaran tomar la bandera del equipo contrario para poder ganar.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior	EJERCICIO 1	1.por parejas uno de los dos tomara el balon con las manos lanzandolo a su compañero el cual debera controlar ponerlo en el suelo y pasarlo a su compañero con brode interno, despues de 10 repeticiones cambian a hacer lo mismo con los demas golpes ya vistos en los entrenamientos. de igual manera lo realizaran con dorsales, flexiones de codo, saltos laterales.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	Los deportistas deberan realizar un recorrido ida y vuelta en los conos ubicados por el formador a lo largo de la cancha y conduciendo el balon durante el recorrido deberan realizar un total de 10 suicidios cada uno.	
25 MIN.		Tecnica	EJERCICIO 3	Pateo del balon en modo pase borde interno hacia unos aros ubicados a 10 mts donde el objetivo es que el balon se detenga en uno de los aros.	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

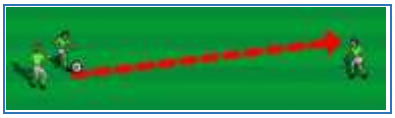
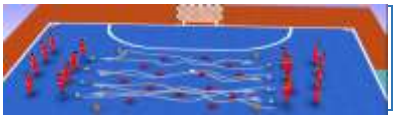
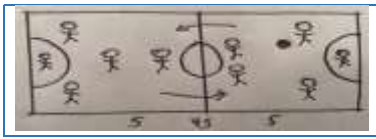
OBSERVACIONES:

Juan D. C. Vargas

FIRMA FORMADOR:

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	LIDERAZGO	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	16/06/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	45

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion — SENSIBILIZACION	lectura sobre EL LIDERAZGO. El liderazgo la acción de influir en un grupo de personas con el objetivo de trabajar en equipo y en torno a un propósito.El liderazgo ha cobrado vital relevancia en la actualidad debido a la escasez de personas con habilidades para conducir equipos y alcanzar objetivos por sobre el promedio.	
10 MIN.		Predeportivos — CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. juego de la lleva con balon C/u, cada participante tiene un balon a la Voz de un nuero el selleccionado sale a tocar a un compañero, sin perder el control del balon, se delimita el espacio. - estiramiento dinamico al 50%	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior — EJERCICIO 1	pases x parejas (estatico y dinamico) - borde interno, borde externo derecha , izquierda - desplazamientos en diferentes direcciones.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico — EJERCICIO 2	circuito de conduccion de balon, se demarca con conos los desplazamientos donde en algunos espacios se debe llevar el balon realizando el dribling con borde interno y en otro espacio realizar el pase de borde interno a los compañeros ubicados en los conos para recibir de nuevo el balon y rematar al arco, se va realizando la rotacion a medida que va pasando uno por uno.	
25 MIN.		tactica — EJERCICIO 3	conduccion del balon en simulacion de juego, jugaremos 2 vs 2 si los atacantes pierden la posesion del balon pasaran a defender.	
30 MIN.		— JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL	— ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
		— RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

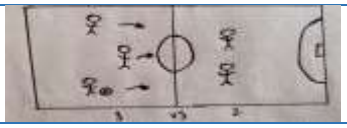
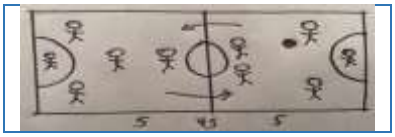
OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D. C. Vargas

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	IGUALDAD	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	19/06/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	46

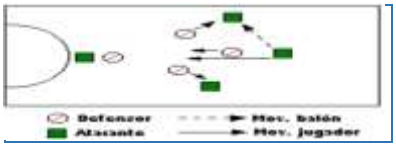
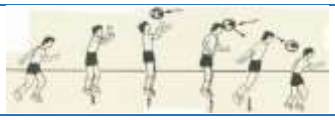
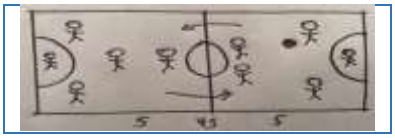
TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre LA IGUALDAD. tratamiento equitativo de las personas, por ejemplo, 'igualdad de género'. La igualdad entre los seres humanos se considera un derechos en muchas culturas, aunque en muchas ocasiones no existe igualdad debido, entre otros, a factores económicos, raciales o religiosos. En este sentido, se asociada a otras palabras como la justicia y la solidaridad.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de cogidas en cadena: un deportista escogido por el formador iniciara cogiendo a los compañero por todo el terreno de juego cada compañero que logre coger se unira a el tomados de la mano para hasta coger al ultimo.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior	EJERCICIO 1	1. ubicados en la linea final de manera horizontal, al frente de cada uno tendran una serie de platillos en fila separados a una misma distancia, al sonar el silvato saldran al primer platillo regresando a la linea final de espaldas y avanzando un platillo a la vez hasta llegar al ultimo. 2. releevos por parejas hasta la mitad del terreno conduciendo el balon de ida y vuelta.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	1.acostados boca abajo con las manos en la espalda, al oir el silvato se levantaran tomaran su balon e iran hasta la distancia demarcada por el formador. 2. releevos por parejas hasta la mitad del terreno conduciendo el balon de ida y vuelta.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	1.explicacion del reglamento basico, posiciones dentro del terreno de juego, que funcion cumple en el equipo cada posicion. 2.Conduccion de balon en simulacion de juego, jugaremos 3 vs 2 modo ofensivo, si los atacantes pierden la posesion del balon pasaran a defender.	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D. C. Vargas

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	CORAJE	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	21/06/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	47

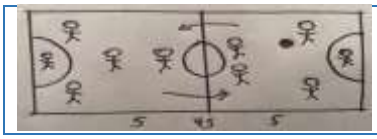
TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre EL CORAJE. Coraje es la capacidad de enfrentarse a una situación que presente un peligro inminente, real o supuesto. En este sentido, coraje es aquel que "tiene fuerza o se esfuerza de corazón". Se considera el coraje como un valor, ya que, permite a ultrapasar situaciones de peligro para continuar en frente.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de balon mano por equipos, mientras el jugador tengo el balon en sus manos no podra desplazarse y si el balon cae pasa inmediantamente al otro equipo, los pases se pueden interceptar pero no puede haber contacto fisico para quitar el balon.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	velocidad	EJERCICIO 1	1.Relevos con finalidad de llevar pelota, pasar por debajo de compañeros, trotar , caminar conduciendo el balon. 2. manejar el balon al compas que puedan conduciendo con el pie derecho, izquierdo y alterno a una velocidad baja.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	1. demarcacion con aros en cruz, el deportista va a donde el formador indique, izquierda, derecha adelante o atrás. 2.posicion defensiva desplazamientos adelante, atrás y diagonales.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	Por parejas uno de los dos estara en la esquina para realizar un saque con la mano a su comapñero el cual estara ubicado en un cono y estara pendiente al silvato para entrar a cabecear y anotar el gol.	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D. C. Vargas

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	DETERMINACION	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	23/06/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	48

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre DETERMINACION. “Si pudo llegar hasta allí, fue gracias a su determinación y coraje”, “Todo es posible con determinación”, “El corredor mostró su determinación al seguir compitiendo con un neumático pinchado”, “El candidato no tuvo determinación para llegar hasta el fondo del asunto”.Actuar con determinación es uno de los secretos del éxito en la vida, y esto se puede aplicar en cualquier aspecto. A lo largo de la infancia, dada la influencia que ejercen en nosotros los mayores es casi imposible tomar decisiones y escoger un camino propio; si bien la personalidad de cada uno aporta ingredientes únicos, estamos sujetos a tantas normas que no es normal hacerse a un costado y redirigir la vida.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de ponchados debajo de la cintura, en toda la cancha uno de los deportistas señalado por el formador iniciara ponchando a sus compañeros de la cintura hacia abajo para que pase otro compañero a ponchar.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior	EJERCICIO 1	1.ejercicios de autocargas enfocados en los miembros inferiores (saltar por un pasillo de conos pequeños) a pie junto a un pie, juego de golosa. 2. salto de lazo pie junto, un pie y alterno. 3. Suicidios hasta la mitad del terreno de juego conduciendo el balon de ida y vuelta.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	Competicion por relevos en donde el deportista tiene que pasar una serie de obstaculos que lo haran pasar por las diferentes zonas del campo en varias direcciones.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	1. control de balon el deportista lanza el balon con la mano lo golpea con el pie y debera regresar a las manos nuevamente con ambas piernas, luego con la cabeza de igual forma. 2. Defensa 1 a 1, defensa escalonada, defensa grupal. 3. ronda de penaltis.	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

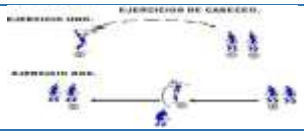
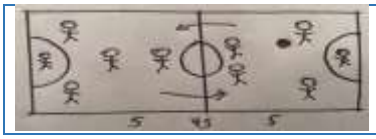
OBSERVACIONES:

Juan D. C. Vargas

FIRMA FORMADOR:

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	EXCELENCIA	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	26/06/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	49

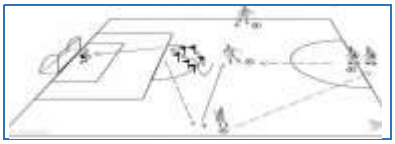
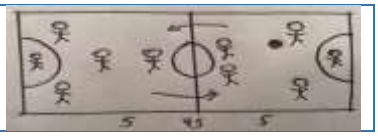
TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL — TEMATICA: lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre LA EXCELENCIA. La noción de excelencia, por lo tanto, se relaciona a la idea de perfección y a las características sobresalientes. El término señala aquello que está por encima del resto y que posee escasas falencias o puntos débiles; en el mundo del consumo, puede tratarse de un producto de calidad probada o innovador.la excelencia es una palabra que permite resaltar la considerable calidad que convierte a un individuo u objeto en merecedor de una estima y aprecio elevados.	
10 MIN.	Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de congelados, descongelando pasando el balon por entre las piernas, en toda la cancha.	
20 MIN.	FASE CENTRAL — Tren inferior	EJERCICIO 1	1. pacillos con ejercicios de flexibilidad con el fin de potenciar la elongacion general de los musculos del cuerpo. 2. circuito de agilidad con escaleras de coordinacion.	
25 MIN.	circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	1. Circuito con fases de desplazamientos diagonales, rodar, bajar y subir, lanzar pelota en aro pequeño. 2. Con pelota de colores y de a dos compañeros trabajr la velocdad de reacción lanzando la pelota y el compañero cogerla en el aire.	
25 MIN.	tactica	EJERCICIO 3	1. Circuito de conduccion de balon pasando obstaculos y terminando en remate al arco. 2. En fila cada deportista pasara a recicbir el balon lanzado por el formador golpeando con la cabeza (frontal, lateral izq - dere) para anotar el gol	
30 MIN.		JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
		RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D. C. Vargas

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	RESPETO	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	28/06/2023	NIVEL	INICACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	50

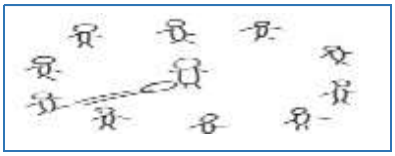
TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura SOBRE el respeto (anita la ratica que critica) se realiza lectura y despues la reflexion o mensaje Anita pensó en todo el tiempo que había criticado y sido irrespetuosa con otras personas y quiso remediarlo, así que tomó su cuaderno y comenzó a escribir algo bueno de todas las personas que conocía. Después, Anita pensó que sería lindo si esa persona sabía qué pensaba ella de cada uno, entonces comenzó a destacar las virtudes de las demás personas.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de el Bobito: se ubican en un circulo los deportistas y dos compañeros escogidos por el formador pasaran al centro donde deberan interceptar el balon para que otro compañero tome su lugar.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior	EJERCICIO 1	.1. Con compañero de espaldas hacer fuerza y gana el que empuje a mas distancia, intentar pararse de espaldas, agarrados de los brazos hacer fuerza, carretillas mitad de cancha. 2. por parejas cuando suene el silvato ir por el balon y trerlo son 6 en total.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	1..Circuito abierto con finalidad de remate, con fundamento en trabajo pliometrico, para potenciar tren inferior. 2. futbol reducido con dos arcos por equipo.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	1. Sistema ofensivo 3 vs 2 y 4 vs 3 2. Ronda de penaltis	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D. C. Vargas

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	HONESTIDAD	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	30/06/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	51

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre HONESTIDAD. La honestidad es un valor moral fundamental para entablar relaciones interpersonales basadas en la confianza, la sinceridad y el respeto mutuo, Una persona que actúa con honestidad lo hace siempre apoyada en valores como la verdad y la justicia, y no antepone a estos sus propias necesidades o intereses. En este sentido, es una persona apegada a un código de conducta caracterizado por la rectitud, la probidad y la honradez.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de Captura la Bandera, dos equipos cada uno en su media cancha intentaran tomar la bandera del equipo contrario para poder ganar.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	tren inferior	EJERCICIO 1	lleva el balon de un lado a otro en el menor tiempo posible, dejando un objeto en el lugar que indica el instructor. 30' MIN	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	se realizaran por parejas, cada uno con un balon, y el intgrante a comenzara a hacer movimientos con el balon, donde el integrante b debe copiar y realizar los mismos movimientos. E intentar mecanisar cada uno de ellos. 30' MIN	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	se llevara a cabo un circulo y se jugara con un solo balon, en donde se pasara el balon, para luego seguirlo y ubicarse en la posicion hacia donde fue dirgido el balon y asi mismo cambiar y cubrir cada una de las posiciones del circulo30'MIN	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

Juan D. C. Vargas

FIRMA FORMADOR:

FUNDAMENTACION 3

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	RESPETO	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	5/06/2023	NIVEL	FUNDAMENTACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	40

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura SOBRE el respeto (anita la ratica que critica) se realiza lectura y despues la reflexion o mensaje Anita pensó en todo el tiempo que había criticado y sido irrespetuosa con otras personas y quiso remediarlo, así que tomó su cuaderno y comenzó a escribir algo bueno de todas las personas que conocía. Después, Anita pensó que sería lindo si esa persona sabía qué pensaba ella de cada uno, entonces comenzó a destacar las virtudes de las demás personas.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de triqui con balon para realizar el calientamiento	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Coordinacion	EJERCICIO 1	Los jugadores colocados por parejas se distribuyen por el espacio a una distancia de 10 metros y al lado de cada jugador se dibuja un cuadrado de conos. Los jugadores se pasan el balón entre ellos, según la superficie de contacto indicada intentando colocar el balón dentro del cuadrado del compañero. Cada vez que la pelota entre en el cuadrado sin realizar ningún bote previo valdrá 3 puntos, si realiza un bote previo valdrá 1 punto y si da más botes no tendrá valor.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	Juegos en espacio reducido: 1 contra 1 (1 minuto de juego) 2 contra 2 (2 minutos de juego) 4 contra 4 (4 minutos de juego) Var: se les pedira a los jugadores limitar el numero de toques al balon, superficie de contacto con el balon.	
25 MIN.		Tecnica	EJERCICIO 3	Partido entre 2 equipos. Cada equipo defiende y ataca 3 porterías, cuando se realice un gol entra otro equipo. Los jugadores no se podran quedar fijos en los arcos, cada jugador debera tener una marca especifica y para que valga el gol los 4 jugadores de cada equipo deberan tocar el balon	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D. C. Vargas

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	HONESTIDAD	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	7/06/2023	NIVEL	FUNDAMENTACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	41

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL — TEMATICA: lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre HONESTIDAD. La honestidad es un valor moral fundamental para entablar relaciones interpersonales basadas en la confianza, la sinceridad y el respeto mutuo, Una persona que actúa con honestidad lo hace siempre apoyada en valores como la verdad y la justicia, y no antepone a estos sus propias necesidades o intereses. En este sentido, es una persona apegada a un código de conducta caracterizado por la rectitud, la probidad y la honradez.	
10 MIN.	Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de triqui con balon para realizar el calientamiento	
20 MIN.	FASE CENTRAL — tren inferior	EJERCICIO 1	1. desplazamientos en diferentes direcciones en 4 apoyos y boca arriba, sin que la cola toque el suelo.2. juego de micos a sus palos con el sonido del pito, los niños deberan tener una pareja, estaran separados trotando en direcciones diferentes, al sonar el silvato correran a buscar a su compañero el ultimo va quedando eliminado del juego. 3.Pasar la escalera de coodinacion de manera lateral (izq-dere) levantando las piernas sin tocarla y lo mas rapido que se pueda, si toca una linea debera repetir desde el inicio.	 
25 MIN.	tecnica	EJERCICIO 2	1.Explicacion de los golpes basicos en el futbol con la cabeza (frontal, lateral) el pecho y los muslos, cada pareja realizara dezplazamientos por el terreno en diferentes direcciones practicando los golpes con la tecica adecuada por 5 minutos en cada modalidad.	
25 MIN.	tactica	EJERCICIO 3	S eubican los deportistas en una fila pasara cada deportista a la señal del formador, el cual lanzara el balon y debera golpearlo en la manera que le indique.	
30 MIN.		JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
		RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

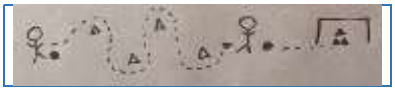
OBSERVACIONES:

Juan D.C. Vargas

FIRMA FORMADOR:

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	TOLERANCIA	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	9/06/2023	NIVEL	FUNDAMENTACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	42

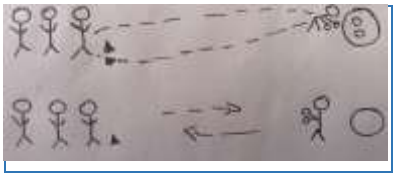
TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre LA TOLERANCIA. La tolerancia es un valor moral que implica el respeto íntegro hacia el otro, hacia sus ideas, prácticas o creencias, independientemente de que choquen o sean diferentes de las nuestras.Tolerancia se refiere a la acción y efecto de tolerar. Como tal, la tolerancia se basa en el respeto hacia lo otro o lo que es diferente de lo propio, y puede manifestarse como un acto de indulgencia ante algo que no se quiere o no se puede impedir, o como el hecho de soportar o aguantar a alguien o algo.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de congelados, descongelando pasando el balon por entre las piernas, en toda la cancha.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior	EJERCICIO 1	Juegos en espacio reducido: 1 contra 1 (1 minuto de juego) 2 contra 2 (2 minutos de juego) 4 contra 4 (4 minutos de juego) Var: se les pedira a los jugadores limitar el numero de toques al balon, superficie de contacto con el balon.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	1.Conduccion del balon con borde interno en zigzag tocando el cono con la mano y rematando al arco para derribar los conos ubicados en piramide se le dara un punto por cada cono que logre derribar, luego de completar 10 puntos, reliazara el ejercicio con el borde externo.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	1. Control del balon intentando realizar la 21 con los pies, muslos, pecho y cabeza, controlando el balon con la mano cuando se nos caiga. 2. juego 1 vs 1 si el jugador atacante pierde la posesion del balon pasara de inmediato a defender.	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D. C. Vargas

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	AMISTAD	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	12/06/2023	NIVEL	FUNDAMENTACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	43

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre LA AMISTAD. La amistad es una relación afectiva entre dos o más individuos que se sustenta en valores fundamentales como el amor, la lealtad, la solidaridad, la incondicionalidad, la sinceridad y el compromiso. Es un tipo de vínculo que se cultiva con el trato asiduo y el interés recíproco a lo largo del tiempo. La amistad puede surgir entre personas de distintas edades, religiones,	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de el Bobito: se ubican en un circulo los deportistas y dos compañeros escogidos por el formador pasaran al centro donde deberan interceptar el balon para que otro compañero tome su lugar.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior	EJERCICIO 1	1. en parejas cada uno se ubica acurrucado frente a su compañero se enganchan de las manos y al sonido del silvato hacen fuerza hacia delante a derrivar a su compañero. 2. Se forman equipos en hileras detrás de una línea de partida. A una distancia determinada por el profesor y frente a cada hilera se dibuja un círculo y dentro de este se colocan dos pelotas, A una señal del profesor el primer niño de cada hilera sale corriendo hacia el círculo, recoge las dos pelotas, regresa corriendo a entregársela al siguiente niño y se incorpora al final de su hilera. El niño que recibe las pelotas corre y las deja dentro del círculo regresando a tocar al próximo compañero. Gana el equipo que primero termine	
25 MIN.		Tecnica	EJERCICIO 2	1.por parejas uno de los dos tomara el balon con las manos lanzandolo a su compañero el cual debera controlar ponerlo en el suelo y pasarlo a su compañero con brode interno, despues de 10 repeticiones cambian a hacer lo mismo con los demas golpes ya vistos en los entrenamientos. 2. control de balon haciendo la 21 sin dejar caer el balon utilizando las partes del cuerpo menos las manos.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	1. juego 2 vs 2 - 2 vs 1 - 3 vs 3 2. Cobro de tiro penal.	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

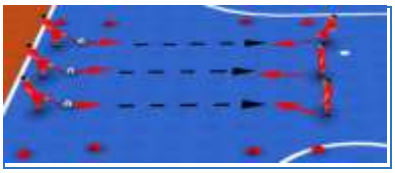
OBSERVACIONES:

Juan D. C. Vargas

FIRMA FORMADOR:

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	EXCELENCIA	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	14/06/2023	NIVEL	FUNDAMENTACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	44

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre LA EXCELENCIA. La noción de excelencia, por lo tanto, se relaciona a la idea de perfección y a las características sobresalientes. El término señala aquello que está por encima del resto y que posee escasas falencias o puntos débiles; en el mundo del consumo, puede tratarse de un producto de calidad probada o innovador.la excelencia es una palabra que permite resaltar la considerable calidad que convierte a un individuo u objeto en merecedor de una estima y aprecio elevados.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de Captura la Bandera, dos equipos cada uno en su media cancha intentaran tomar la bandera del equipo contrario para poder ganar.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior	EJERCICIO 1	1.por parejas uno de los dos tomara el balon con las manos lanzandolo a su compañero el cual debera controlar ponerlo en el suelo y pasarlo a su compañero con brode interno, despues de 10 repeticiones cambian a hacer lo mismo con los demas golpes ya vistos en los entrenamientos. de igual manera lo realizaran con dorsales, flexiones de codo, saltos laterales.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	Los deportistas deberan realizar un recorrido ida y vuelta en los conos ubicados por el formador a lo largo de la cancha y conduciendo el balon durante el recorrido deberan realizar un total de 10 suicidios cada uno.	
25 MIN.		Tecnica	EJERCICIO 3	Pateo del balon en modo pase borde interno hacia unos aros ubicados a 10 mts donde el objetivo es que el balon se detenga en uno de los aros.	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

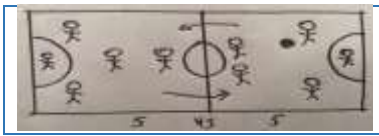
OBSERVACIONES:

Juan D. C. Vargas

FIRMA FORMADOR:

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	LIDERAZGO	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	16/06/2023	NIVEL	FUNDAMENTACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	45

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre EL LIDERAZGO. El liderazgo la acción de influir en un grupo de personas con el objetivo de trabajar en equipo y en torno a un propósito.El liderazgo ha cobrado vital relevancia en la actualidad debido a la escasez de personas con habilidades para conducir equipos y alcanzar objetivos por sobre el promedio.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. juego de la lleva con balon C/u, cada participante tiene un balon a la Voz de un nuero el selleccionado sale a tocar a un compañero, sin perder el control del balon, se delimita el espacio. - estiramiento dinamico al 50%	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior	EJERCICIO 1	pases x parejas (estatico y dinamico) - borde interno, borde externo derecha , izquierda - desplazamientos en diferentes direcciones.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	circuito de conduccion de balon, se demarca con conos los desplazamientos donde en algunos espacios se debe llevar el balon realizando el dribling con borde interno y en otro espacio realizar el pase de borde interno a los compañeros ubicados en los conos para recibir de nuevo el balon y rematar al arco, se va realizando la rotacion a medida que va pasando uno por uno.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	conduccion del balon en simulacion de juego, jugaremos 2 vs 2 si los atacantes pierden la posesion del balon pasaran a defender.	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

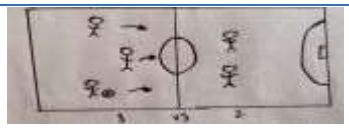
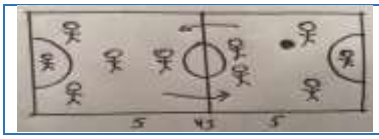
OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D. C. Vargas

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	IGUALDAD	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	19/06/2023	NIVEL	FUNDAMENTACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	46

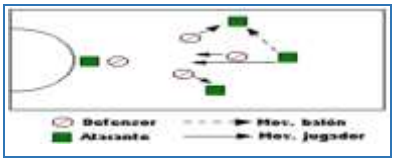
TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA: lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre LA IGUALDAD. tratamiento equitativo de las personas, por ejemplo, 'igualdad de género'. La igualdad entre los seres humanos se considera un derechos en muchas culturas, aunque en muchas ocasiones no existe igualdad debido, entre otros, a factores económicos, raciales o religiosos. En este sentido, se asociada a otras palabras como la justicia y la solidaridad.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de cogidas en cadena: un deportista escogido por el formador iniciara cogiendo a los compañero por todo el terreno de juego cada compañero que logre coger se unira a el tomados de la mano para hasta coger al ultimo.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior	EJERCICIO 1	1. ubicados en la linea final de manera horizontal, al frente de cada uno tendran una serie de platillos en fila separados a una misma distancia, al sonar el silvato saldran al primer platillo regresando a la linea final de espaldas y avanzando un platillo a la vez hasta llegar al ultimo. 2. releevos por parejas hasta la mitad del terreno conduciendo el balon de ida y vuelta.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	1.acostados boca abajo con las manos en la espalda, al oir el silvato se levantaran tomaran su balon e iran hasta la distancia demarcada por el formador. 2. releevos por parejas hasta la mitad del terreno conduciendo el balon de ida y vuelta.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	1.explicacion del reglamento basico, posiciones dentro del terreno de juego, que funcion cumple en el equipo cada posicion. 2.Conduccion de balon en simulacion de juego, jugaremos 3 vs 2 modo ofensivo, si los atacantes pierden la posesion del balon pasaran a defender.	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D. C. Vargas

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	CORAJE	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	21/06/2023	NIVEL	FUNDAMENTACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	47

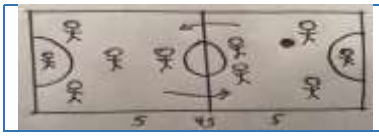
TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre EL CORAJE. Coraje es la capacidad de enfrentarse a una situación que presente un peligro inminente, real o supuesto. En este sentido, coraje es aquel que "tiene fuerza o se esfuerza de corazón". Se considera el coraje como un valor, ya que, permite a ultrapasar situaciones de peligro para continuar en frente.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de balon mano por equipos, mientras el jugador tengo el balon en sus manos no podra desplazarse y si el balon cae pasa inmediantamente al otro equipo, los pases se pueden interceptar pero no puede haber contacto fisico para quitar el balon.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	velocidad	EJERCICIO 1	1.Relevos con finalidad de llevar pelota, pasar por debajo de compañeros, trotar , caminar conduciendo el balon. 2. manejar el balon al compas que puedan conduciendo con el pie derecho, izquierdo y alterno a una velocidad baja.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	1. demarcacion con aros en cruz, el deporitsta va a donde el formador indique, izquierda, derecha adelante o atrás. 2.posicion defensiva desplazamientos adelante, atrás y diagonales.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	Por parejas uno de los dos estara en la esquina para realizar un saque con la mano a su comapñero el cual estara ubicado en un cono y estara pendiente al silvato para entrar a cabecear y anotar el gol.	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D. C. Vargas

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	DETERMINACION	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	23/06/2023	NIVEL	FUNDAMENTACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	48

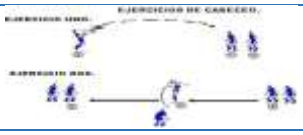
TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre DETERMINACION. “Si pudo llegar hasta allí, fue gracias a su determinación y coraje”, “Todo es posible con determinación”, “El corredor mostró su determinación al seguir compitiendo con un neumático pinchado”, “El candidato no tuvo determinación para llegar hasta el fondo del asunto”.Actuar con determinación es uno de los secretos del éxito en la vida, y esto se puede aplicar en cualquier aspecto. A lo largo de la infancia, dada la influencia que ejercen en nosotros los mayores es casi imposible tomar decisiones y escoger un camino propio; si bien la personalidad de cada uno aporta ingredientes únicos, estamos sujetos a tantas normas que no es normal hacerse a un costado y redirigir la vida.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de ponchados debajo de la cintura, en toda la cancha uno de los deportistas señalado por el formador iniciara ponchando a sus compañeros de la cintura hacia abajo para que pase otro compañero a ponchar.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior	EJERCICIO 1	1.ejercicios de autocargas enfocados en los miembros inferiores (saltar por un pasillo de conos pequeños) a pie junto a un pie, juego de golosa. 2. salto de lazo pie junto, un pie y alterno. 3. Suicidios hasta la mitad del terreno de juego conduciendo el balon de ida y vuelta.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	Competicion por relevos en donde el deportista tiene que pasar una serie de obstaculos que lo haran pasar por las diferentes zonas del campo en varias direcciones.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	1. control de balon el deportista lanza el balon con la mano lo golpea con el pie y debera regresar a las manos nuevamente con ambas piernas, luego con la cabeza de igual forma. 2. Defensa 1 a 1, defensa escalonada, defensa grupal. 3. ronda de penaltis.	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D. C. Vargas

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	EXCELENCIA	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	26/06/2023	NIVEL	FUNDAMENTACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	49

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre LA EXCELENCIA. La noción de excelencia, por lo tanto, se relaciona a la idea de perfección y a las características sobresalientes. El término señala aquello que está por encima del resto y que posee escasas falencias o puntos débiles; en el mundo del consumo, puede tratarse de un producto de calidad probada o innovador.la excelencia es una palabra que permite resaltar la considerable calidad que convierte a un individuo u objeto en merecedor de una estima y aprecio elevados.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de congelados, descongelando pasando el balon por entre las piernas, en toda la cancha.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior	EJERCICIO 1	1. pacillos con ejercicios de flexibilidad con el fin de potenciar la elongacion general de los musculos del cuerpo. 2. circuito de agilidad con escaleras de coordinacion.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	1. Circuito con fases de desplazamientos diagonales, rodar, bajar y subir, lanzar pelota en aro pequeño. 2. Con pelota de colores y de a dos compañeros trabajr la velocdad de reacción lanzando la pelota y el compañero cogerla en el aire.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	1. Circuito de conduccion de balon pasando obstaculos y terminando en remate al arco. 2. En fila cada deportista pasara a recicbir el balon lanzado por el formador golpeando con la cabeza (frontal, lateral izq - dere) para anotar el gol	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

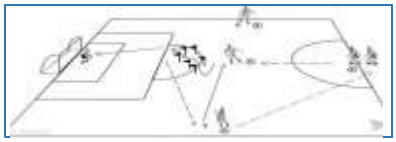
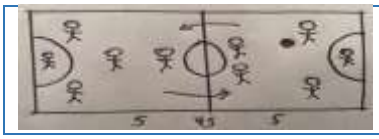
OBSERVACIONES:

Juan D. C. Vargas

FIRMA FORMADOR:

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	RESPETO	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	28/06/2023	NIVEL	FUNDAMENTACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	50

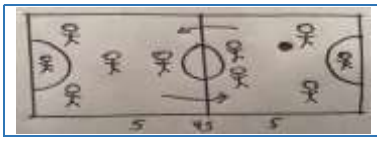
TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura SOBRE el respeto (anita la ratica que critica) se realiza lectura y despues la reflexion o mensaje Anita pensó en todo el tiempo que había criticado y sido irrespetuosa con otras personas y quiso remediarlo, así que tomó su cuaderno y comenzó a escribir algo bueno de todas las personas que conocía. Después, Anita pensó que sería lindo si esa persona sabía qué pensaba ella de cada uno, entonces comenzó a destacar las virtudes de las demás personas.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de el Bobito: se ubican en un circulo los deportistas y dos compañeros escogidos por el formador pasaran al centro donde deberan interceptar el balon para que otro compañero tome su lugar.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tren inferior	EJERCICIO 1	.1. Con compañero de espaldas hacer fuerza y gana el que empuje a mas distancia, intentar pararse de espaldas, agarrados de los brazos hacer fuerza, carretillas mitad de cancha. 2. por parejas cuando suene el silvato ir por el balon y trerlo son 6 en total.	
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	1..Circuito abierto con finalidad de remate, con fundamento en trabajo pliometrico, para potenciar tren inferior. 2. futbol reducido con dos arcos por equipo.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	1. Sistema ofensivo 3 vs 2 y 4 vs 3 2. Ronda de penaltis	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D. C. Vargas

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

DEPORTE	FUTBOL DE SALON	VALOR	HONESTIDAD	FORMADOR	JUAN DAVID CORTES
MUNICIPIO	LA CALERA	FECHA	30/06/2023	NIVEL	FUNDAMENTACION 3
OBJETIVO:	MANTENER EL CONTROL DEL BALON EN LA CONDUCCION EN DIFERENTES DIRECCIONES.			SESION	51

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA lectura dinamica reflexion	SENSIBILIZACION	lectura sobre HONESTIDAD. La honestidad es un valor moral fundamental para entablar relaciones interpersonales basadas en la confianza, la sinceridad y el respeto mutuo, Una persona que actúa con honestidad lo hace siempre apoyada en valores como la verdad y la justicia, y no antepone a estos sus propias necesidades o intereses. En este sentido, es una persona apegada a un código de conducta caracterizado por la rectitud, la probidad y la honradez.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Movilidad Articular. Juego de Captura la Bandera, dos equipos cada uno en su media cancha intentaran tomar la bandera del equipo contrario para poder ganar.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	tren inferior	EJERCICIO 1	1. Trabajo de skiping alto medio y bajo al sonar el silvato salir trotando a la distancia demarcada. 2. Suicidios en diferentes direcciones con conduccion de balon y ambas piernas. 3. pacillos con ejercicios de flexibilidad con el fin de potenciar la elongacion general de los musculos del cuerpo.	 
25 MIN.		circuito fisico tecnico	EJERCICIO 2	Juegos enfocados al uso de orientacion en cuanto al balon y a los compañeros, esto se ralizara por medio de actividades como lanzar el balon al aire aplaudir y volver aagarrarlo en las manos sin que caiga detectar por medio de colores el equipo de juego.	
25 MIN.		tactica	EJERCICIO 3	mini torneo de banquitas en equipos de 4.	
30 MIN.			JUEGO	juego 5 vs 5 , con variantes y reglas, aplicando lo practicado en la sesion.	
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	se realiza retroalaimentacion por que se debe mejorar las tecnicas en la conduccion del balon y de pasar y entregar el balon a los compañeros , se genera preguntas al respecto a medida que se va realizando los estiramiento	se forma un circulo y se realizan los respectivos ejercicios del estirramiento dirigido por uno de los deportistas.
			RETO PROXIMA SESION	para esta semana se debe saludar de mano y con el nombre propio de cada uno , de lo contrario la persona que no lo haga debe colaborar en recoger los elementos despues de cada entrenamiento	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Juan D.C. Vargas

Anexo #6: plan mensual Junio (obligación 9)

INICIACION 2-3 FUNDAMENTACION 3

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES:				**JUNIO**	**MUNICIPIO: La Calera**	
LUGAR:				CIC La Portada - Coliseo Naranja	**HORARIO DE PRACTICA: Lunes - Miercoles - Viernes (3:00 - 5:00 pm Iniciacion 2 - 5:00 - 7:00 pm Iniciacion 3 - 7:00 - 9:00 pm Fundamentacion 3)**	
NIVEL				**INICIACIÓN 2**	**INICIACION 3**	**FUNDAMENTACIÒN 3**
CLASES				**JUNIO**	**JUNIO**	**JUNIO**
DESARROLLO MENSUAL	AXIOLOGICO	VALORES SOCIALES	RESPETO	x		
			RESPONSABILIDAD	x		
			COMPAÑERISMO		x	x
			JUSTICIA			
			COOPERACION			
			LEALTAD			
			TRABAJO EN EQUIPO	x	x	x
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD		x	x
			OBEDIENCIA			
			AUTODISCIPLINA			
			PARTICIPACIÓN	x	x	x
			PERSEVERANCIA			
			AUTODOMINIO		x	x
			RECOMPENSA			
		VALORES DEL OLIMPISMO	EXCELENCIA			
			RESPETO AMISTAD		x	x
			CORAJE			
			DETERMINACION	x		
			IGUALDAD		x	x
			DETERMINACION	x		
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCION	x	x	x
			MOVILIDAD ARTICULAR	x	x	x
			CALENTAMIENTO	x	x	x
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO		x	x
			RITMO	x		
			EQUILIBRIO		x	x
			ORIENTACION		x	x
			COORDINACION MANUAL - PEDICA	x		
			ADAPTACION			
			DIFERENCIACION	x	x	x
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA		x	x
			VELOCIDAD	x		
			FLEXIBILIDAD	x	x	x
			RESISTENCIA		x	x
		ELEMENTOS TÉCNICOS	CONTROL ORIENTADO	x		
			PASE	x	x	x
			REGATE			
			CONDUCCIONES	x	x	x
			REMATE	x	x	x
			POR POSICION DE JUEGO			
			CONTROL FINALIZACION		x	x
		ELEMENTOS TACTÍCOS	OFENSIVA	x	x	x
			DEFENSIVA	x		
			MOVILIDAD		x	x
			UBICACIÓN, MARCAJE		x	x
			PERFILES			
			ANTICIPOS		x	x
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	x	x	x
			JUEGOS TRADICIONALES			
			ACTIVIDADES ARTISTICAS			
			CIRCUITOS RECREATIVOS			
			FESTIVALES RECREATIVOS			
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	x	x	x
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	x	x	x

FIRMA FORMADOR: Juan D. C. Vargas

anexo #7. Certificado de cumplimiento municipal mayo (obligacion 11)

LA OFICINA DE DEPORTES DE LA CALERA

CERTIFICA:

Que **JUAN DAVID CORTES VARGAS**, identificado con la Cédula de Ciudadanía No. 1.071.167.502 de La Calera, presto sus servicios como MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE FUTBOL DE SALON, durante el periodo comprendido desde el 01 de Mayo al 30 de Mayo de 2023, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato con INDEPORTES Cundinamarca.

Se expide en La Calera, a los treinta (30) días del mes de Mayo del dos mil veintitrés (2023).

YENY MARCELA CIFUENTES SANCHEZ
Coordinación Escuelas de Formación

Elaboró: Blanca Neyla Rueda Avellaneda - Oficina de Deportes
Revisó y aprobó: Yeny Marcela Cifuentes Sánchez - Coordinación Escuelas de Formación

anexo #8: acta de reunión. (obligacion 13)

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

PROGRAMA: ESCUELAS DEPORTIVAS PARA TODOS, DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
COMPONENTE: DEPORTE FORMATIVO

NOMBRE DE LA REUNIÓN:	FECHA:	ACTA No.
	27/04/2023	14

LUGAR	HORA INICIO	HORA FINALIZACIÓN
Municipio de La Calera	9:00 Am	

OBJETIVO DE LA REUNIÓN:

Socializacion de informe

ORDEN DEL DÍA:

* llamado a lista
* socializacion informe gestion
* Socializacion actividades a desarrollar.
* Aclaracion consolidado de resultados

DESARROLLO DE LA REUNIÓN:

Se da inicio de reunion a las 9 de la mañana, donde se realizo un llamado a lista donde se verifico los profesores que asistieron, y se llevo acabo el proceso de socializacion de informe de gestion contractual. se informa las actividades que se deben desarrollar durante el mes de mayo.

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa- Torre Beneficencia Piso 5.
Código Postal: 111321 – Teléfono: 749 1205

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

COMPROMISOS ADQUIRIDOS:

COMPROMISO	FECHA DE CUMPLIMIENTO	RESPONSABLE

ASISTENTES:

NOMBRE	FIRMA
PROSPERO NIÑO ROJAS.	
MILTON LAINO	
ANGELA GALVIS.	
Vladimir Ilich Chala Guatoque	
Wilmer Gantiva Barrantes	
Hugo Gamboa Camacho	
RICARDO BELTRAN COLMENARES	
Sebastián Escobar Cardozo	
Diana Patricia Jimenez	
Fabian Andres Garzon	
Jairo Leonel Beltran Romero	
Miller Adrian Ruiz Aguilera	
Sergio David Aguilera Garzón	
Arley G. Rodriguez Garzón	
MAURICIO ORJUELA B.	
Omar Hormaza B.	
Cristian Leonardo Hormaza	
Jose Joaquín Zambrano Castro	
Alex U88662	