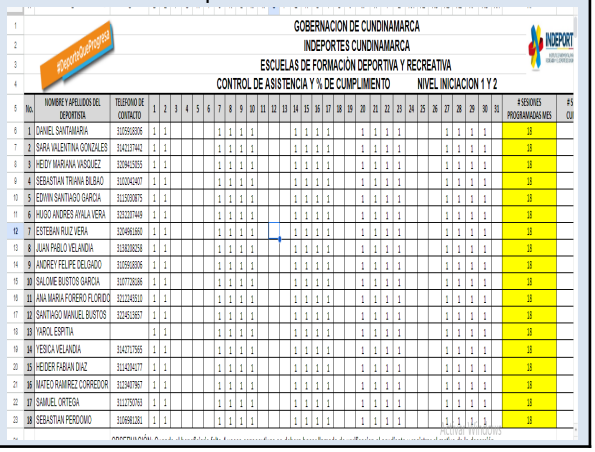
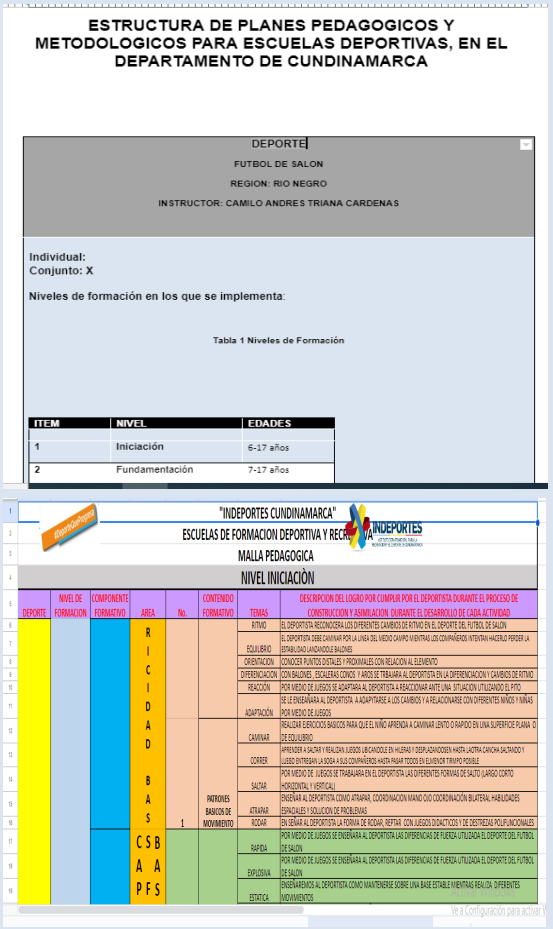
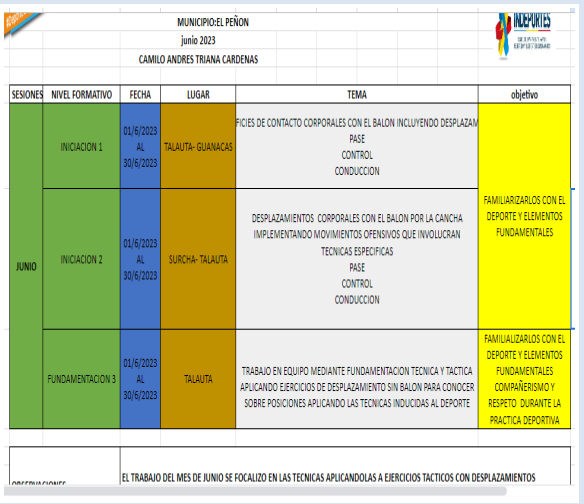
EVIDENCIAS INFORME 09 MES DE NOVIEMBRE - CTO 347 -2023			
Nombre del contratista	CAMILO ANDRES TRIANA CARDENAS		
Número de identificación	1072339055	**Tipo de documento**	CEDULA DE CIUDADANIA
Período informado	01/11/2023 AL 30/11/2023	**N° de Registro Presupuestal**	RES-2023004367 FECHA DE EXPEDICIÓN : 29/09/2023

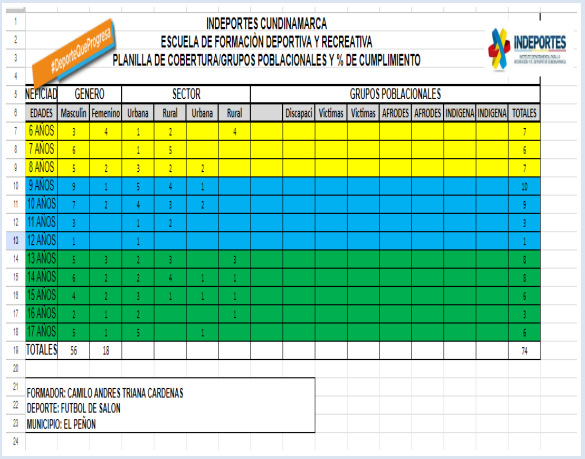
Objeto del Contrato:
PRESTACIÓN SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO "CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA", EN CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES – CUNDINAMARCA

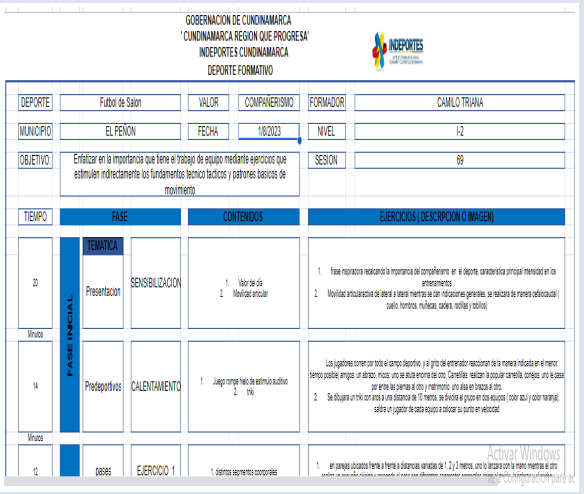
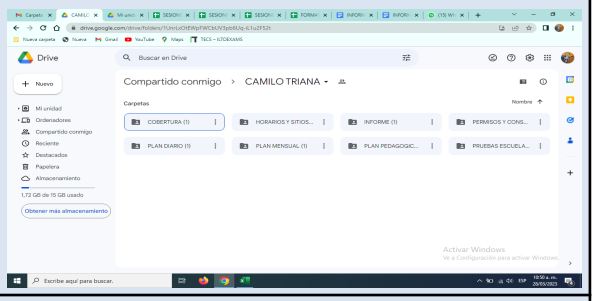
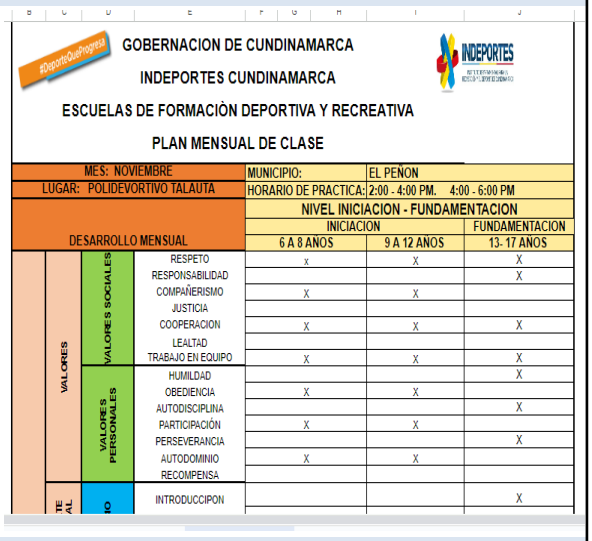
Obligaciones específicas:	Actividades realizadas:
	ANEXO: PDF EVIDENCIAS:
1. Efectuar la organización, planeación, dirección y realización de las actividades que se requieran para la consecución de mínimo 2 grupos de formación en el deporte, en los niveles de **iniciación, fundamentación**, en el municipio 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.	Anexo pdf actividad No 01 
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 .	Anexo pdf actividad No 02 

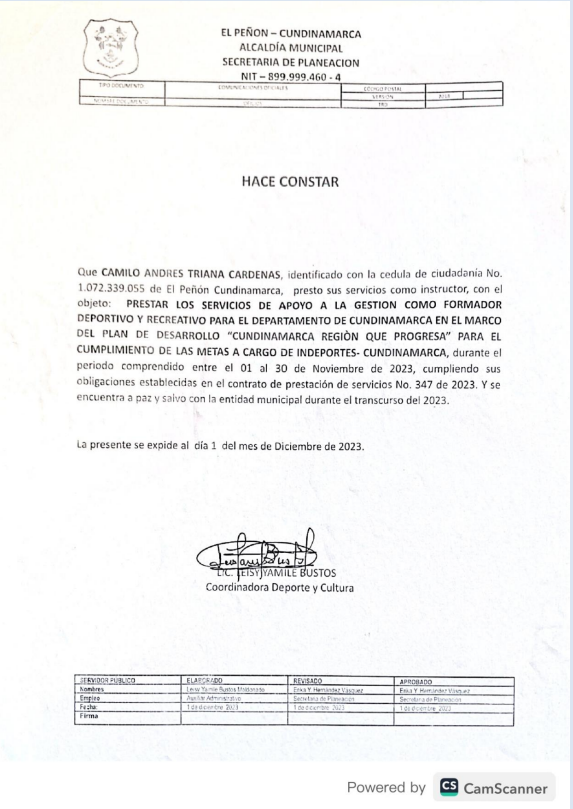
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL INICIACION 1 Y 2

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	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# S CU
1	DANIEL SANTAMARIA	3105653006	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1			1	1	1	1		16	
2	SHIRA VALENTINA GONZALES	3142137442	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1			1	1	1	1		16	
3	HEIDY MARIANA VASQUEZ	3209415355	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1			1	1	1	1		16	
4	SEBASTIAN TRIANA BULBAO	3102424307	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1			1	1	1	1		16	
5	EDWIN SANTIAGO GARCIA	3115926075	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1			1	1	1	1		16	
6	HUGO ANDRES AYALA VERA	3213237449	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1			1	1	1	1		16	
7	ESTEBAN RUIZ VERA	3204961860	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1			1	1	1	1		16	
8	JUAN PABLO VELANDIA	3133282258	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1			1	1	1	1		16	
9	ANDREY FELIPE DELGADO	3105563806	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1			1	1	1	1		16	
10	SALOME BUSTOS GARCIA	3107728186	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1			1	1	1	1		16	
11	ANA MARIA PORERO FLORIDO	3212243310	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1			1	1	1	1		16	
12	SANTIAGO MANUEL BUSTOS	3214513657	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1			1	1	1	1		16	
13	YAROL ESPITIA			1	1				1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1			1	1	1	1		16	
14	YESICA VELANDIA	3142717555	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1			1	1	1	1		16	
15	HEIDER FABIAN DIAZ	3114234177	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1			1	1	1	1		16	
16	MATEO RAMIREZ CORREDOR	3123407967	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1			1	1	1	1		16	
17	SAMUEL ORTEGA	3112730763	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1			1	1	1	1		16	
18	SEBASTIAN PERDOMO	3109881281	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1			1	1	1	1		16	

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.	Anexo pdf actividad No 03  ESTRUCTURA DE PLANES PEDAGOGICOS Y METODOLOGICOS PARA ESCUELAS DEPORTIVAS, EN EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA DEPORTE FUTBOL DE SALON REGION: RIO NEGRO INSTRUCTOR: CAMILO ANDRES TRIANA CARDENAS Individual: Conjunto: X Niveles de formación en los que se implementa: Tabla 1 Niveles de Formación ITEM / NIVEL / EDADES 1 / Iniciación / 6-17 años 2 / Fundamentación / 7-17 años "INDEPORTES CUNDINAMARCA" ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECR... MALLA PEDAGOGICA NIVEL INICIACIÓN DEPORTE / NIVEL DE FORMACION / COMPONENTE FORMATIVO / AREA / No. / CONTENIDO FORMATIVO / TEMAS / DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ANIMACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD RITMO: EL DEPORTISTA RECONOCERA LOS DIFERENTES CAMBIOS DE RITMO EN EL DEPORTE DEL FUTBOL DE SALON EQUILIBRIO: EL DEPORTISTA DEBE CAMINAR POR LA LINEA DEL MEDIO CAMPO MIENTRAS LOS COMPAÑEROS INTENTAN HACERLO PERDER LA ESTABILIDAD LANZANDOLE BALONES ORIENTACION: CONOCER PUNTOS DISTALES Y PROXIMALES CON RELACION AL ELEMENTO DIFERENCIACION: CON BALONES , ESCALERAS CONOS Y AROS SE TRABAJARA AL DEPORTISTA EN LA DIFERENCIACION Y CAMBIOS DE RITMO REACCIÓN: POR MEDIO DE JUEGOS SE ADAPTARA AL DEPORTISTA A REACCIONAR ANTE UNA SITUACION UTILIZANDO EL PITO ADAPTACIÓN: SE LE ENSEÑARA AL DEPORTISTA A ADAPTARSE A LOS CAMBIOS Y A RELACIONARSE CON DIFERENTES NIÑOS Y NIÑAS POR MEDIO DE JUEGOS CAMINAR: REALIZAR EJERCICIOS BASICOS PARA QUE EL NIÑO APRENDA A CAMINAR LENTO O RAPIDO EN UNA SUPERFICIE PLANA O DE EQUILIBRIO CORRER: APRENDER A SALTAR Y REALIZAR JUEGOS UBICANDOLE EN HILERAS Y DESPLAZANDOSEN HASTA LASTRA CANCHA SALTANDO Y LUEGO ENTREGAN LA SOGA A LOS COMPAÑEROS HASTA PASAR TODOS EN ELMENOR TIRMPO POSIBLE SALTAR: POR MEDIO DE JUEGOS SE TRABAJARA EN EL DEPORTISTA LAS DIFERENTES FORMAS DE SALTO (LARGO CORTO HORIZONTAL Y VERTICAL) ATRAPAR: ENSEÑAR AL DEPORTISTA COMO ATRAPAR, COORDINACION MANO OJO COORDINACIÓN BILATERAL HABILIDADES ESPACIALES Y SOLUCION DE PROBLEMAS RODAR: EN SEÑAR AL DEPORTISTA LA FORMA DE RODAR REPTAR CON JUEGOS DIDACTICOS Y DE DESTREZAS POLIFUNCIONALES RAPIDA: POR MEDIO DE JUEGOS SE ENSEÑARA AL DEPORTISTA LAS DIFERENCIAS DE FUERZA UTILIZARA EL DEPORTE DEL FUTBOL DE SALON EXPLOSIVA: POR MEDIO DE JUEGOS SE ENSEÑARA AL DEPORTISTA LAS DIFERENCIAS DE FUERZA UTILIZADA EL DEPORTE DEL FUTBOL DE SALON ESTATICA: ENSEÑAREMOS AL DEPORTISTA COMO MANTENERSE SOBRE UNA BASE ESTABLE MIENTRAS REALIZA DIFERENTES MOVIMIENTOS RICIDAD BASICSB AAPFS PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO 1
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.	Anexo pdf actividad No 04  MUNICIPIO:EL PEÑON junio 2023 CAMILO ANDRES TRIANA CARDENAS SESIONES / NIVEL FORMATIVO / FECHA / LUGAR / TEMA / objetivo JUNIO INICIACION 1 / 01/6/2023 AL 30/6/2023 / TALAUTA- GUANACAS / FICIES DE CONTACTO CORPORALES CON EL BALON INCLUYENDO DESPLAZAM PASE CONTROL CONDUCCION / FAMILIARIZARLOS CON EL DEPORTE Y ELEMENTOS FUNDAMENTALES INICIACION 2 / 01/6/2023 AL 30/6/2023 / SURCHA- TALAUTA / DESPLAZAMIENTOS CORPORALES CON EL BALON POR LA CANCHA IMPLEMENTANDO MOVIMIENTOS OFENSIVOS QUE INVOLUCRAN TECNICAS ESPECIFICAS PASE CONTROL CONDUCCION FUNDAMENTACION 3 / 01/6/2023 AL 30/6/2023 / TALAUTA / TRABAJO EN EQUIPO MEDIANTE FUNDAMENTACION TECNICA Y TACTICA APLICANDO EJERCICIOS DE DESPLAZAMIENTO SIN BALON PARA CONOCER SOBRE POSICIONES APLICANDO LAS TECNICAS INDUCIDAS AL DEPORTE / FAMILIALIZARLOS CON EL DEPORTE Y ELEMENTOS FUNDAMENTALES COMPAÑERISMO Y RESPETO DURANTE LA PRACTICA DEPORTIVA OBSERVACIONES: EL TRABAJO DEL MES DE JUNIO SE FOCALIZO EN LAS TECNICAS APLICANDOLAS A EJERCICIOS TACTICOS CON DESPLAZAMIENTOS

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.	Anexo pdf actividad No 05  INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO #DeporteQueProgresa INDEPORTES NEIVA/CIAD | GENERO | SECTOR | GRUPOS POBLACIONALES EDADES | Masculin | Femenino | Urbana | Rural | Urbana | Rural | Discapaci | Victimas | Victimas | AFRODES | AFRODES | INDIGENA | INDIGENA | TOTALES 6 AÑOS | 3 | 4 | 1 | 2 | | 4 | | | | | | | | 7 7 AÑOS | 6 | | 1 | 5 | | | | | | | | | | 6 8 AÑOS | 5 | 2 | 3 | 2 | 2 | | | | | | | | | 7 9 AÑOS | 9 | 1 | 5 | 4 | 1 | | | | | | | | | 10 10 AÑOS | 7 | 2 | 4 | 3 | 2 | | | | | | | | | 9 11 AÑOS | 3 | | 1 | 2 | | | | | | | | | | 3 12 AÑOS | 1 | | 1 | | | | | | | | | | | 1 13 AÑOS | 5 | 3 | 2 | 3 | | 3 | | | | | | | | 8 14 AÑOS | 6 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | | | | | | | | 8 15 AÑOS | 4 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | | | | | | | | 6 16 AÑOS | 2 | 1 | 2 | | | 1 | | | | | | | | 3 17 AÑOS | 5 | 1 | 5 | | 1 | | | | | | | | | 6 TOTALES | 56 | 18 | | | | | | | | | | | | 74 FORMADOR: CAMILO ANDRES TRIANA CARDENAS DEPORTE: FUTBOL DE SALON MUNICIPIO: EL PEÑON
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.	Anexo pdf actividad No 06 
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	Anexo pdf actividad No 07

desplazarse a 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.	 GOBERNACION DE CUNDINAMARCA ' CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA' INDEPORTES CUNDINAMARCA DEPORTE FORMATIVO DEPORTE: Futbol de Salon — VALOR: COMPAÑERISMO — FORMADOR: CAMILO TRIANA MUNICIPIO: EL PEÑON — FECHA: 1/8/2023 — NIVEL: I-2 OBJETIVO: Enfatizar en la importancia que tiene el trabajo de equipo mediante ejercicios que estimulen indirectamente los fundamentos tecnico tacticos y patrones basicos de movimiento — SESION: 09 TIEMPO / FASE / CONTENIDOS / EJERCICIOS (DESCRIPCION O IMAGEN) FASE INICIAL — TEMATICA: Presentacion — SENSIBILIZACION — 1. Valor de día 2. Movilidad articular 1. Frase inspiradora realizando la importancia del compañerismo en el deporte, caracteristica principal intensidad en los entrenamientos 2. Movilidad articularactiva de cabeza a talon mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, caderas, rodillas y tobillos) 20 Minutos Predeportivos — CALENTAMIENTO — 1. Juego rompe hielo de estimulo auditivo 2. trio Los jugadores corren por todo el campo deportivo, y al grito del entrenador reaccionan de la manera indicada en el menor tiempo posible(amigos: un abrazo, micos: uno se asusa encima del otro, Cancelitas: realizan la popular cancelita, conejos: uno le pasa por entre las piernas al otro y matrimonio: uno alza en brazos al otro. 2. Se dibujara un trki con area a una distancia de 10 metros, se dividira el grupo en dos equipos (color azul y color naranja), sobre un jugador de cada equipo a salvoar su punto en velocidad 14 Minutos pases — EJERCICIO 1 — 1. distintos segmentos corporales 1. en parejas ubicados frente a frente a distancias variadas de 1, 2 y 3 metros, uno le lanzara con la mano mientras el otro 12
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.	Anexo pdf actividad No 08 https://drive.google.com/drive/folders/1UnrLxOtEWpFWCbUV3pb6Uq-iL1u2F52t  Drive — Buscar en Drive Nuevo Compartido conmigo › CAMILO TRIANA Carpetas COBERTURA (1) — HORARIOS Y SITIOS... — INFORME (1) — PERMISOS Y CONS... PLAN DIARIO (1) — PLAN MENSUAL (1) — PLAN PEDAGOGIC... — PRUEBAS ESCUELA... Mi unidad — Ordenadores — Compartido conmigo — Reciente — Destacados — Papelera — Almacenamiento 1,72 GB de 15 GB usado Obtener más almacenamiento
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.	Anexo pdf actividad No 09  #DeporteQueProgresa GOBERNACION DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA PLAN MENSUAL DE CLASE MES: NOVIEMBRE — MUNICIPIO: EL PEÑON LUGAR: POLIDEVORTIVO TALAUTA — HORARIO DE PRACTICA: 2:00 - 4:00 PM. 4:00 - 6:00 PM DESARROLLO MENSUAL — NIVEL INICIACION - FUNDAMENTACION INICIACION: 6 A 8 AÑOS; 9 A 12 AÑOS — FUNDAMENTACION: 13- 17 AÑOS VALORES — VALORES SOCIALES: RESPETO (x, x, x); RESPONSABILIDAD (x); COMPAÑERISMO (x, x); JUSTICIA; COOPERACION (x, x, x); LEALTAD; TRABAJO EN EQUIPO (x, x, x) VALORES PERSONALES: HUMILDAD (x); OBEDIENCIA (x, x); AUTODISCIPLINA (x); PARTICIPACIÓN (x, x); PERSEVERANCIA (x); AUTODOMINIO (x, x); RECOMPENSA INTRODUCCIPON (x)
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	Anexo pdf actividad No 10

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.	
11. El contratista deberá entregar una certificación por parte del organismo deportivo municipal en donde conste la realización de actividades mensuales relacionadas con las obligaciones contractuales en el municipio asignado.	Anexo pdf actividad No 011 

EL PEÑON – CUNDINAMARCA
ALCALDÍA MUNICIPAL
SECRETARIA DE PLANEACION
NIT – 899.999.460 - 4

HACE CONSTAR

Que **CAMILO ANDRES TRIANA CARDENAS**, identificado con la cedula de ciudadania No. 1.072.339.055 de El Peñon Cundinamarca, presto sus servicios como instructor, con el objeto: **PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO "CUNDINAMARCA REGIÒN QUE PROGRESA" PARA EL CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES- CUNDINAMARCA**, durante el periodo comprendido entre el 01 al 30 de Noviembre de 2023, cumpliendo sus obligaciones establecidas en el contrato de prestación de servicios No. 347 de 2023. Y se encuentra a paz y salvo con la entidad municipal durante el transcurso del 2023.

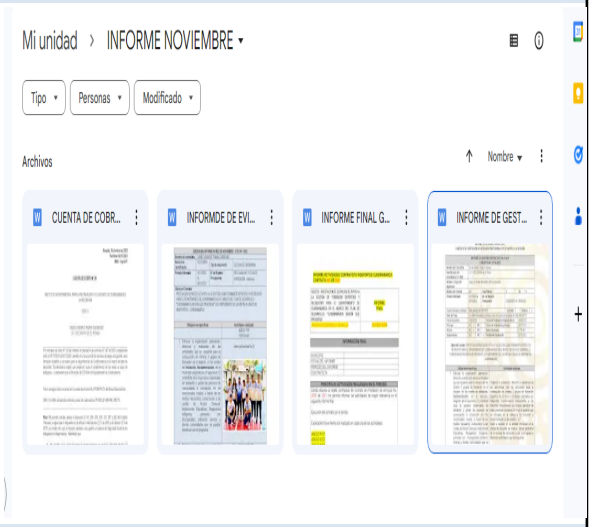
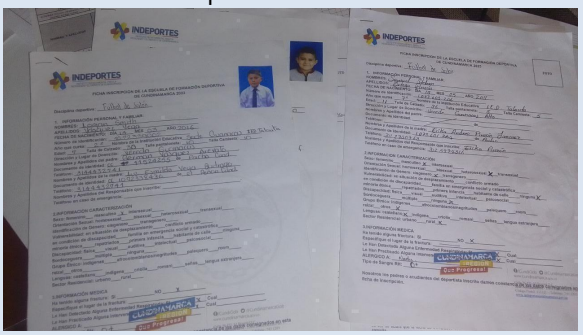
La presente se expide al día 1 del mes de Diciembre de 2023.

LIC. JEISY JAMILE BUSTOS
Coordinadora Deporte y Cultura

SERVIDOR PUBLICO	ELABORADO	REVISADO	APROBADO
Nombre	Jeisy Jamile Bustos Maldonado	Ana Y. Hernández Vásquez	Ana Y. Hernández Vásquez
Empleo	Auxiliar Administrativo	Secretaria de Planeación	Secretaria de Planeación
Fecha	1 de diciembre 2023	1 de diciembre 2023	1 de diciembre 2023
Firma			

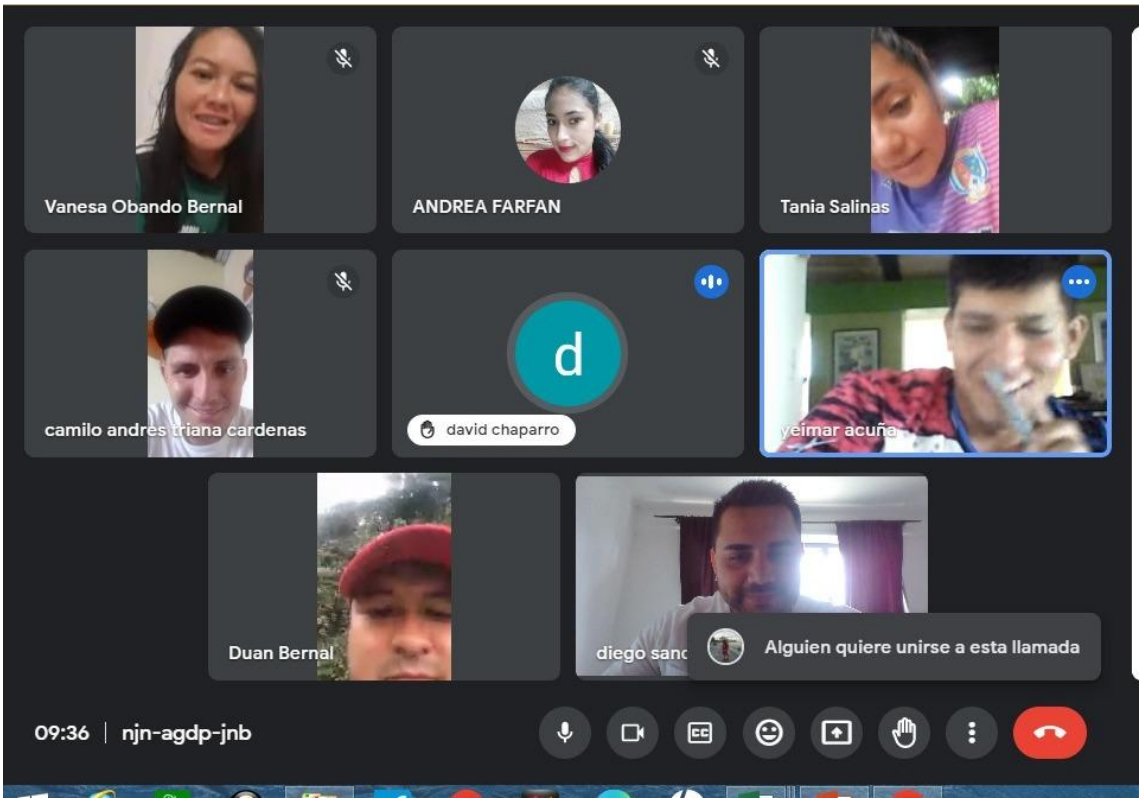
Powered by CamScanner

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.	Anexo pdf actividad No 12 
13 Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.	Anexo pdf actividad No 13 
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.	Anexo pdf actividad No 14 Informe que en el momento no solicite nada en el área de archivo
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).	Anexo pdf actividad No 15

	
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	Anexo pdf actividad No 16 

ANEXO PDF ACTIVIDAD NO 01





ANEXO PDF ACTIVIDAD NO 02

ASISTENCIA NOVIEMBRE

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL INICIACION 1 Y 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	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# S CUI
1	DANIEL SANTAMARIA	3105918306	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
2	SARA VALENTINA GONZALES	3142137442	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
3	HEIDY MARIANA VASQUEZ	3209415055	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
4	SEBASTIAN TRIANA BILBAO	3102042407	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
5	EDWIN SANTIAGO GARCIA	3115030875	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
6	HUGO ANDRES AYALA VERA	3232207449	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
7	ESTEBAN RUIZ VERA	3204961660	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
8	JUAN PABLO VELANDIA	3138208258	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
9	ANDREY FELIPE DELGADO	3105918306	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
10	SALOME BUSTOS GARCIA	3107728186	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
11	ANA MARIA FORERO FLORIDO	3212243510	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
12	SANTIAGO MANUEL BUSTOS	3224513657	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
13	YAROL ESPITIA		1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
14	YESICA VELANDIA	3142717565	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
15	HEIDER FABIAN DIAZ	3114204177	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
16	MATEO RAMIREZ CORREDOR	3123407967	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
17	SAMUEL ORTEGA	3112750763	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
18	SEBASTIAN PERDOMO	3106981281	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	

OBSERVACIÓN: Cuando el beneficiario falte 4 veces consecutivas se debera hacer llamado de verificacion al acudiente y registrar el motivo de la deserción

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	# S CUI
1	KALET ALVAREZ	3204275676	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
2	JUAN DAVID RUIZ	3115067906	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
3	HUGO AYALA	3127882763	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
4	MARIANA DIAZ	3124187825	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
5	JUAN DAVID MUÑOZ	3215996484	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
6	JERONIMO RIAÑO	3208186830	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
7	FREYDER RIAÑO	3102618973	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
8	ALEJANDRO GARCIA	3132816630	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
9	LINA GARCIA	3102566432	1	0					1	0	1	0				1	0	1	0			1	0	1	0				1	0	1	0		18	
10	JULIANA VERA	3124687295	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
11	MAICOL REY		1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
12	NICOLAS VERA		1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
13	MARIO PONTON	3224852150	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
14	DEIBY		1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		18	
15																																		0	



INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL INICIACION 1-2

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	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# C
1	ANGEL DAMIAN GARCIA	3144346631	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		9	
2	DILAN ESTIVEN GUERRERO	3123577505	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		9	
3	DILAN VEGA LA TORRE	3222320843	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		9	
4	JESUS SANTA MARIA	3138133549	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		9	
5	KEVIN MAURICIO HERNANDEZ	3204684322	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		9	
6	JUAN BUITRAGO HERNANDEZ	3003204943	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		9	
7	ESNEIDER CASTRO	3142011263	1	1					1	1	1	0				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		9	
8	LOGAN VASQUEZ	3144432741	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		9	
9	SAMUEL SARMIENTO	3108655659	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		9	
10	DYLAN FIGUEROA	3229000215	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		9	
11	JERSON CEDIEL MORENO	3132205700	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		9	
12	JEFERSON SANTA MARIA	3138133549	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		9	
13	KAREN XIOMARA GOMEZ		1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		9	
14	LUCIA AVILA	3225346964	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		9	
15	KEVIN PULGARIN	3125068906	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		9	
16	LUZ FERNANDEZ	3133271796	1	1					1	1	1	0				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		9	
17	NELSON WILCHES	3142193625	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		9	
18	JOHAN MELENDEZ		1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		9	
19	YEISON ARBELAEZ	3115100115	1	1					1	1	1	1				1	1	1	1			1	1	1	1				1	1	1	1		9	

Activar Windows
Ve a Configuración para activar Windows.

ANEXO PDF ACTIVIDAD NO 03

ESTRUCTURA DE PLANES PEDAGOGICOS Y METODOLOGICOS PARA ESCUELAS DEPORTIVAS, EN EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA

DEPORTE

FUTBOL DE SALON

REGION: RIO NEGRO

INSTRUCTOR: CAMILO ANDRES TRIANA CARDENAS

Individual:
Conjunto: X

Niveles de formación en los que se implementa:

ITEM	NIVEL	EDADES
1	Iniciación	6-17 años
2	Fundamentación	7-17 años

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL INICIACIÒN

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
			RICIDAD BAS			RITMO	EL DEPORTISTA RECONOCERA LOS DIFERENTES CAMBIOS DE RITMO EN EL DEPORTE DEL FUTBOL DE SALON
						EQUILIBRIO	EL DEPORTISTA DEBE CAMINAR POR LA LINEA DEL MEDIO CAMPO MIENTRAS LOS COMPAÑEROS INTENTAN HACERLO PERDER LA ESTABILIDAD LANZANDOLE BALONES
						ORIENTACION	CONOCER PUNTOS DISTALES Y PROXIMALES CON RELACION AL ELEMENTO
						DIFERENCIACION	CON BALONES , ESCALERAS CONOS Y AROS SE TRBAJARA AL DEPORTISTA EN LA DIFERENCIACION Y CAMBIOS DE RITMO
						REACCIÓN	POR MEDIO DE JUEGOS SE ADAPTARA AL DEPORTISTA A REACCIONAR ANTE UNA SITUACION UTILIZANDO EL PITO
						ADAPTACIÓN	SE LE ENSEÑARA AL DEPORTISTA A ADAPYTARSE A LOS CAMBIOS Y A RELACIONARSE CON DIFERENTES NIÑOS Y NIÑAS POR MEDIO DE JUEGOS
						CAMINAR	REALIZAR EJERCICIOS BASICOS PARA QUE EL NIÑO APRENDA A CAMINAR LENTO O RAPIDO EN UNA SUPERFICIE PLANA O DE EQUILIBRIO
						CORRER	APRENDER A SALTAR Y REALIZAN JUEGOS UBICANDOLE EN HILERAS Y DESPLAZANDOSEN HASTA LAOTRA CANCHA SALTANDO Y LUEGO ENTREGAN LA SOGA A SUS COMPAÑEROS HASTA PASAR TODOS EN ELMENOR TIRMPO POSIBLE
						SALTAR	POR MEDIO DE JUEGOS SE TRABAJARA EN EL DEPORTISTA LAS DIFERENTES FORMAS DE SALTO (LARGO CORTO HORIZONTAL Y VERTICAL)
						ATRAPAR	ENSEÑAR AL DEPORTISTA COMO ATRAPAR, COORDINACION MANO OJO COORDINACIÓN BILATERAL HABILIDADES ESPACIALES Y SOLUCION DE PROBLEMAS
				1	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	RODAR	EN SEÑAR AL DEPORTISTA LA FORMA DE RODAR, REPTAR CON JUEGOS DIDACTICOS Y DE DESTREZAS POLIFUNCIONALES
			CSBA PFS			RAPIDA	POR MEDIO DE JUEGOS SE ENSEÑARA AL DEPORTISTA LAS DIFERENCIAS DE FUERZA UTILIZADA EL DEPORTE DEL FUTBOL DE SALON
						EXPLOSIVA	POR MEDIO DE JUEGOS SE ENSEÑARA AL DEPORTISTA LAS DIFERENCIAS DE FUERZA UTILIZADA EL DEPORTE DEL FUTBOL DE SALON
						ESTATICA	ENSEÑAREMOS AL DEPORTISTA COMO MANTENERSE SOBRE UNA BASE ESTABLE MIENTRAS REALIZA DIFERENTES MOVIMIENTOS

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL FUNDAMENTACION

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
		MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA			ACOPLAMIENTO	EL DEPORTISTA EN UNA ESCALERA DIDACTICA REALIZARA EJERCICIOS DE COORDINACIÓN Y ACOPLAMIENTO VARIAS VECES CRUZANDO EN SKIPPNG DE UN LADO PARA EL OTRO
						RITMO	EL DEPORTISTA RECONOCERA LOS DIFERENTES CAMBIOS DE RITMO EN EL DEPORTE DEL FUTBOL DE SALON
						EQUILIBRIO	EL DEPORTISTA DEBE CAMINAR POR LA LINEA DEL MEDIO CAMPO MIENTRAS LOS COMPAÑEROS INTENTAN HACERLO PERDER LA ESTABILIDAD LANZANDOLE BALONES
						ORIENTACION	CONOCER PUNTOS DISTALES Y PROXIMALES CON RELACION AL ELEMENTO
						DIFERENCIACION	CON BALONES , ESCALERAS CONOS Y AROS SE TRBAJARA AL DEPORTISTA EN LA DIFERENCIACION Y CAMBIOS DE RITMO
						REACCIÓN	POR MEDIO DE JUEGOS SE ADAPTARA AL DEPORTISTA A REACCIONAR ANTE UNA SITUACION UTILIZANDO EL PITO
				1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ADAPTACIÓN	SE LE ENSEÑARA AL DEPORTISTA A ADAPTARSE A LOS CAMBIOS Y A RELACIONAR CON DIFERENTES JOVENES POR MEDIO DE JUEGOS
						CAMINAR	REALIZAR EJERCICIOS BASICOS PARA QUE EL NIÑO APRENDA A CAMINAR LENTO O RAPIDO EN UNA SUPERFICIE PLANA O DE EQUILIBRIO
						CORRER	APRENDER A SALTAR Y REALIZAN JUEGOS UBICANDOLE EN HILERAS Y DESPLAZANDOSEN HASTA LAOTRA CANCHA SALTANDO Y LUEGO ENTREGAN LA SOGA A SUS COMPAÑEROS HASTA PASAR TODOS EN ELMENOR TIRMPO POSIBLE
						SALTAR	POR MEDIO DE JUEGOS SE TRABAJARA EN EL DEPORTISTA LAS DIFERENTES FORMAS DE SALTO (LARGO CORTO HORIZONTAL Y VERTICAL)

				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	JUEGOS POPULARE	SE RESALTARAN LOS JUEGOS COMUNMENTE POPULARES
						JUEGOS AUTOCTON	REALIZAREMOS JUEGOS AUTOTONOS DEL MUNICIPIO Y EL DEPARTAMENTO
						JUEGOS TRADICION	CONCURSO DE JUEGOS TRADICIONALES
						JUEGOS RECREATIC	REALIZAREMOS JUEVOS RECREATIVOS INVOLUCRANDO A LOS PADRES DE FAMILIA
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	INTEGRACION ESCU	REALIZAR ENCUENTROS CON OTRAS ESCUELAS DEPORTIVAS
						JUEGO DEL MARTIL	REALIZAR ESTA ACTIVIDAD PARA DEPERTAR AL NIÑO Y MOTIVAR EL TRABAJO EN EQUIPO
						FUTBOL ENANOS	REALIZAR ENCUENTROS DE FUTBOL DE SALON EN CUCULLAS
						FUTBOL CARRETILLA	REALIZAR COMPETENCIAS DE FUTBOL DE SALON EN POSICION DE CARRETILLA

FECHA DE ENTREGA	marzo 2023
NOMBRES Y APELLIDOS DEL MONITOR	CAMILO ANDRES TRIANA CARDENAS
PROVINCIA	RIO NEGRO

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO

#DeporteQueProgresa

DEPORTE / MODALIDAD: FUTBOL DE SALON

MUNICIPIO: EL PEÑON

NOMBRE DEL FORMADOR: CAMILO ANDRES TRIANA CARDENAS

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	OBSERVACIONES
7:00 AM A 9: 00 AM	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								
8:00 AM A 10:0O AM	GRUPO			INICIACION 1-2					
	SEDE DE TRABAO			ESCUELA RURAL GUANACAS					
1:00 AM A2: 00 AM	GRUPO								
	SEDE DE TRABAO								
2:00 P.M. A 4 P.M.	GRUPO	INICIACION 1	INICIACION 1		INICIACION 1				
	SEDE DE TRABAJO	TALAUTA POLIDEPORTIVO	TALAUTA POLIDEPORTIVO		TALAUTA POLIDEPORTIVO				
4:00 P.M. A 6 P.M.	GRUPO	INICIACION 3	INICIACION 3	INICIACION 3	INICIACION 3				
	SEDE DE TRABAJO	TALAUTA POLIDEPORTIVO	TALAUTA POLIDEPORTIVO	TALAUTA POLIDEPORTIVO	TALAUTA POLIDEPORTIVO				
5 P.M. A 6 P.M.	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								

NOMBRE MONITOR Camilo Triana

ANEXO PDF ACTIVIDAD NO 04

MUNICIPIO:EL PEÑON

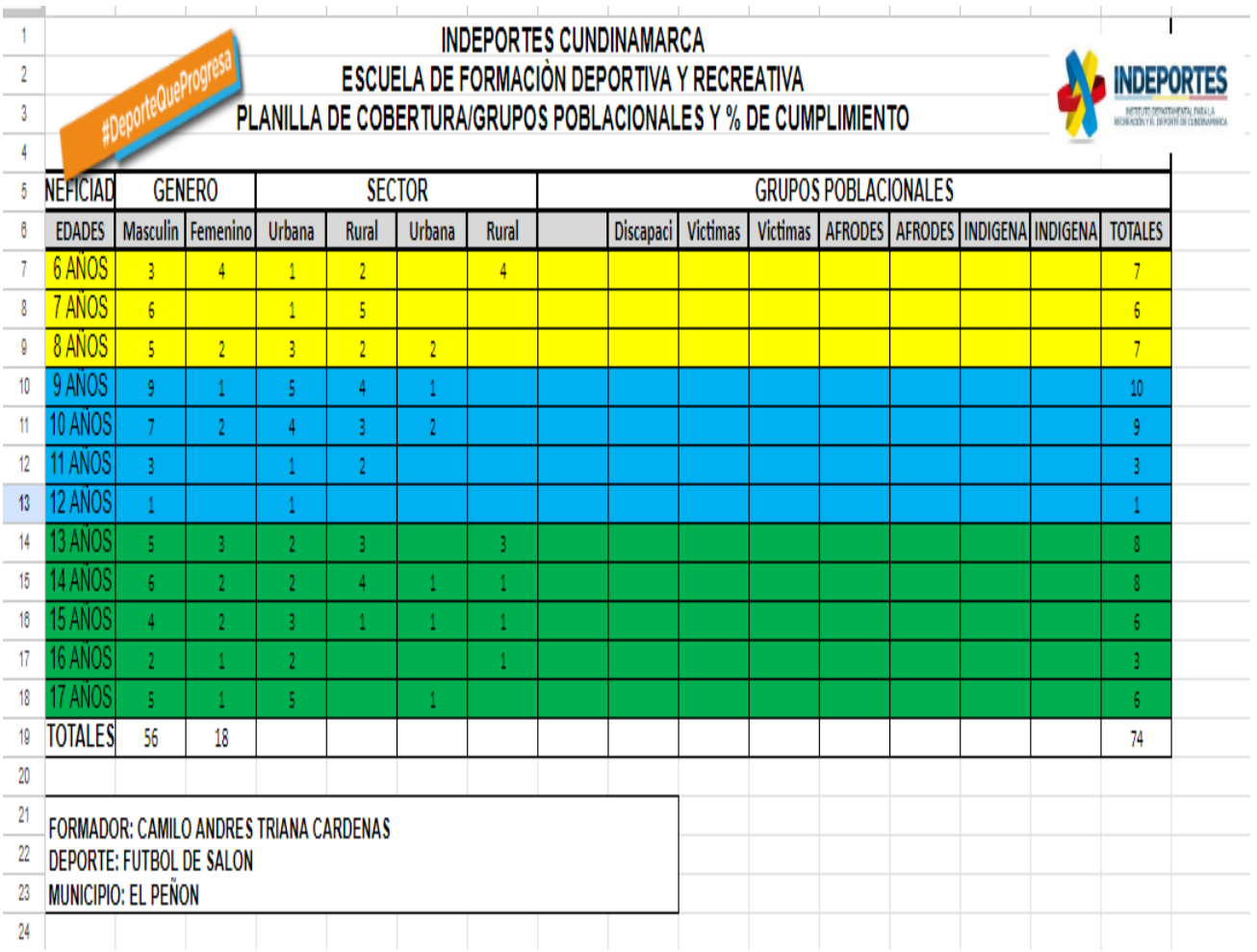
junio 2023

CAMILO ANDRES TRIANA CARDENAS

SESIONES	NIVEL FORMATIVO	FECHA	LUGAR	TEMA	objetivo
JUNIO	INICIACION 1	01/6/2023 AL 30/6/2023	TALAUTA- GUANACAS	FICIES DE CONTACTO CORPORALES CON EL BALON INCLUYENDO DESPLAZAM PASE CONTROL CONDUCCION	FAMILIARIZARLOS CON EL DEPORTE Y ELEMENTOS FUNDAMENTALES
	INICIACION 2	01/6/2023 AL 30/6/2023	SURCHA- TALAUTA	DESPLAZAMIENTOS CORPORALES CON EL BALON POR LA CANCHA IMPLEMENTANDO MOVIMIENTOS OFENSIVOS QUE INVOLUCRAN TECNICAS ESPECIFICAS PASE CONTROL CONDUCCION	
	FUNDAMENTACION 3	01/6/2023 AL 30/6/2023	TALAUTA	TRABAJO EN EQUIPO MEDIANTE FUNDAMENTACION TECNICA Y TACTICA APLICANDO EJERCICIOS DE DESPLAZAMIENTO SIN BALON PARA CONOCER SOBRE POSICIONES APLICANDO LAS TECNICAS INDUCIDAS AL DEPORTE	FAMILIALIZARLOS CON EL DEPORTE Y ELEMENTOS FUNDAMENTALES COMPAÑERISMO Y RESPETO DURANTE LA PRACTICA DEPORTIVA

OBSERVACIONES	EL TRABAJO DEL MES DE JUNIO SE FOCALIZO EN LAS TECNICAS APLICANDOLAS A EJERCICIOS TACTICOS CON DESPLAZAMIENTOS

ANEXO PDF ACTIVIDAD NO 05



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

#DeporteQueProgresa

INDEPORTES

NEFICIAD	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculin	Femenino	Urbana	Rural	Urbana	Rural		Discapaci	Victimas	Victimas	AFRODES	AFRODES	INDIGENA	INDIGENA	TOTALES
6 AÑOS	3	4	1	2		4									7
7 AÑOS	6		1	5											6
8 AÑOS	5	2	3	2	2										7
9 AÑOS	9	1	5	4	1										10
10 AÑOS	7	2	4	3	2										9
11 AÑOS	3		1	2											3
12 AÑOS	1		1												1
13 AÑOS	5	3	2	3		3									8
14 AÑOS	6	2	2	4	1	1									8
15 AÑOS	4	2	3	1	1	1									6
16 AÑOS	2	1	2			1									3
17 AÑOS	5	1	5		1										6
TOTALES	56	18													74

FORMADOR: CAMILO ANDRES TRIANA CARDENAS
DEPORTE: FUTBOL DE SALON
MUNICIPIO: EL PEÑON

ANEXO PDF ACTIVIDAD NO 06





ANEXO PDF ACTIVIDAD NO 07

NOVIEMBRE

INICIACIÓN 2

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	COMPAÑERISMO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	1/8/2023	NIVEL	I-2
OBJETIVO:	Enfatizar en la importancia que tiene el trabajo de equipo mediante ejercicios que estimulen indirectamente los fundamentos tecnico tacticos y patrones basicos de movimiento			SESION	69

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando la importancia del compañerismo en el deporte, característica principal intensidad en los entrenamientos 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. Juego rompe hielo de estimulo auditivo 2. triki	Los jugadores corren por todo el campo deportivo, y al grito del entrenador reaccionan de la manera indicada en el menor tiempo posible(amigos: un abrazo, micos: uno se atuta encima del otro, Carretillas: realizan la popular carretilla, conejos: uno le pasa por entre las piernas al otro y matrimonio: uno alsa en brazos al otro. 2. Se dibujara un triki con aros a una distancia de 10 metros, se dividira el grupo en dos equipos (color azul y color naranja), saldra un jugador de cada equipo a colocar su punto en velocidad
12		pases	EJERCICIO 1	1. distintos segmentos coorporales	1. en parejas ubicados frente a frente a distancias variadas de 1, 2 y 3 metros, uno lo lanzara con la mano mientras el otro

Activar Windows
Ve a Configuración para ac

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	RESPETO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	2/8/2023	NIVEL	I-2
OBJETIVO:	ejecutar de manera progresiva diferentes ejercicios tacticos mediante formas jugadas que estimulen el desarrollo tecnico y los diferentes patrones basicos de movimiento como los desplazamientos			SESION	70

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando la importancia de la autodisciplina hacia el deporte, característica principal intensidad en los entrenamientos 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. platillos 2. congelados con balon	1. cada jugador tomara un platillo y se ubicara en cualquier parte del campo deportivo, al estimulo auditivo del entrenador correr hacia otro platillo libre, gana el que sobrevivia ya que entre estimulos el entrenador ira robando platillos 2. cada jugador tendra un balon, menos el que congela se tomara como referencia solo la mitad de la cancha y se contara como congelado el jugador que pierda la posecion del balo, para descongelarlo uno de sus compañeros le tiene que recuperar su balon sin salir del campo

Activar Windows
Ve a Configuración para act

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	RESPETO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	3/8/2023	NIVEL	I-2
OBJETIVO:	Enfatizar en la importancia que tiene el trabajo de equipo mediante ejercicios que estimulen indirectamente los fundamentos tecnico tacticos y patrones basicos de movimiento			SESION	71

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. Lectura o frase inspiradora, activacion muscular 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. platillos 2. congelados con balon	1. cada jugador tomara un platillo y se ubicara en cualquier parte del campo deportivo, al estimulo auditivo del entrenador correr hacia otro platillo libre, gana el que sobrevivia ya que entre estimulos el entrenador ira robando platillos 2. cada jugador tendra un balon, menos el que congela se tomara como referencia solo la mitad de la cancha y se contara como congelado el jugador que pierda la posecion del balo, para descongelarlo uno de sus compañeros le tiene que recuoperar su balon sin salir del campo
					1. en parejas uno con los ojos vendados y el otro servira como guia de manera auditiva, el objetivo es que el que tiene los ojos

Activar Windows
Ve a Configuración para

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	RESPETO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	8/8/2023	NIVEL	I-2
OBJETIVO:	Adaptar los diferentes fundamentos tecnicos aprendidos mediante situaciones reales de juego en los cuales se busca explotar la pasion con la que se practica el deporte			SESION	72

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando la importancia de la pasion hacia el deporte, caracteristica principal intensidad en los entrenamientos 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. Juego rompe hielo de estimulo auditivo 2. congelados con balon	1. Los jugadores corren por todo el campo deportivo, y al grito del entrenador reaccionan de la manera indicada en el menor tiempo posible(amigos: un abrazo, micos: uno se ataita encima del otro, Carretillas: realizan la popular carretilla, conejos: uno le pasa por entre las piernas al otro y matrimonio: uno alsa en brazos al otro. 2. cada jugador tendra un balon, menos el que congela se tomara como referencia solo la mitad de la cancha y se contara como congelado el jugador que pierda la posecion del balo, para descongelarlo uno de sus compañeros le tiene que recuoperar su balon sin salir del campo
8 Minutos		pasion	EJERCICIO 1	culebrita con balon y aros	se delimitara una hilera con curvas dispuestas por aros se dividira el grupo en dos uno a cada lado, a la señal los dos primeros inician saltando hasta donde se encuentren donde jugara piedra pael o tijera, el que pierde vuelve a la fila y de inmediate sale otro a bloquear al que gano, y asi sucesivamente hasta que un jugador corone el lado contrario

Activar Windows

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	RESPETO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	9/8/2023	NIVEL	I-2
OBJETIVO:	Profundizar en la enseñanza de los diferentes fundamentos tacticos de ataque y defensa beneficiando indirectamente la tecnica y la resistencia			SESION	73

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA: Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando la importancia del compañerismo 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. transporatar el balon	1. el objetivo primordial es llevar el balon de un punto a a un punto be, divididos en dos equipos, se condicionara con distintas superoles coorporales y con distintos numeros de participantes por rondas
10		Ataque	EJERCICIO 1	rotacion en rombo	En grupos de 4 en un desplazamiento delimitado por platillos se realizaran pases y recorridos cortos para realizar una adaptacion

Activar Windows
Ve a Configuración para acti

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	RESPETO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	10/8/2023	NIVEL	I-2
OBJETIVO:	profundizar el trabajo tecnico tactico mediante formas jugadas que beneficien las capacidades condicionales de los deportistas según su nivel de formacion			SESION	74

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA: Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando la importancia del compañerismo y del trabajo de equipo, caracteristica principal intensidad en los entrenamientos 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. Juego rompe hielo de estimulo auditivo 2. triki	Los jugadores corren por todo el campo deportivo, y al grito del entrenador reaccionan de la manera indicada en el menor tiempo posible(amigos: un abrazo, micos: uno se atuta encima del otro, Carretillas: realizan la popular carretilla, conejos: uno le pasa por entre las piernas al otro y matrimonio: uno alsa en brazos al otro. 2. Se dibujara un triki con aros a una distancia de 10 metros, se dividira el grupo en dos equipos (color azul y color naranja), saldra un jugador de cada equipo a colocar su punto en velocidad
15		Regate	EJERCICIO 1	1. 1 vs 1 con 4 opciones de gol	1. en todo el campo se realizaran 4 estaciones con 4 opciones de gol cada una y se jugara 1 vs 1 ada jugador defiende dos porterias y puede marcar en dos porterias, el objetivo es fortalecer el dominio del balon, el regate, la orientación y la atentacion a medida que

Activar Windows
Ve a Configuración para acti

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	TRABAJO EN EQUIPO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	11/8/2023	NIVEL	I-2
OBJETIVO:	ejecutar de manera progresiva diferentes ejercicios tacticos mediante foras jugadas que estimulen el desarrollo tecnico y los diferentes patrones basicos de movimiento como los desplazamientos			SESION	75

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
15 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando la importancia de la AUTODISCIPLINA 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
15 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. La lleva 2. el gato y el raton	1. Un jugador escogido al alzar o por voluntad propia empezara cogiendo, cada vez que toque un compañero, el pasara a coger 2. se jugara esta popular ronda infantil, condicionandola mediante acciones motricez complejas, como saltando en un pie, saltando en los dos o corriendo como perritos
10		Regate	EJERCICIO 1	1. 1 vs 1 con 4 opciones de gol	1. en todo el campo se realizaran 4 estaciones con 4 opciones de gol cada una y se jugara 1 vs 1 ada jugador defiende dos porterias y puede marcar en dos porterias, el objetivo es fortalecer el dominio del balon, el regate, la orientación y la adaptación a medida que avance se puede variar con 2 vs 2 y 3 vs 3

Activar Windows
Ve a Configuración para

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	RESPWTO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	14/8/2023	NIVEL	I-2
OBJETIVO:	Enfatizar en la importancia que tiene el trabajo de equipo mediante ejercicios que estimulen indirectamente los fundamentos tecnico tacticos y patrones basicos de movimiento			SESION	76

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. Actividad integradora penitencias cruzadas. el grupo se divide en dos y planea una penitencia para el otro, al final se realiza una charla acerca del compañerismo y se informa que la penitencia que pusieron es la que tienen que hacer 2. Movilidad articular activa de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. Juego rompe hielo de estimulo auditivo 2. triki	Los jugadores corren por todo el campo deportivo, y al grito del entrenador reaccionan de la manera indicada en el menor tiempo posible(amigos: un abrazo, micos: uno se ata encima del otro, Carretillas: realizan la popular carretilla, conejos: uno le pasa por entre las piernas al otro y matrimonio: uno alsa en brazos al otro. 2. Se dibujara un triki con aros a una distancia de 10 metros, se dividira el grupo en dos equipos (color azul y color naranja), saldra un jugador de cada equipo a colocar su punto en velocidad
12		conduccion	EJERCICIO 1	circuito de obstaculos	1. con diferentes zonas de contacto a la orden del entrenador realizar la conduccion solicitada llevando el balon de manera dominada entre los obstaculos que se delimitaran a una distancia de 10 o 15 cm.

Activar Windows
Ve a Configuración para acti

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	RESPETO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	15/8/2023	NIVEL	I-2
OBJETIVO:	Adaptar los diferentes fundamentos tecnicos aprendidos mediante situaciones reales de juego en los cuales se busca explotar la pasion con la que se practica el deporte			SESION	77

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA: Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando la importancia de la pasion hacia el deporte, caracteristica principal intensidad en los entrenamientos 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. platillos 2. congelados con balon	1. cada jugador tomara un platillo y se ubicara en cualquier parte del campo deportivo, al estimulo auditivo del entrenador correr hacia otro platillo libre, gana el que sobrevivia ya que entre estimulos el entrenador ira robando platillos 2. cada jugador tendra un balon, menos el que congela se tomara como referencia solo la mitad de la cancha y se contara como congelado el jugador que pierda la posecion del balo, para descongelarlo uno de sus compañeros le tiene que recuoperar su balon sin salir del campo
8		pases	EJERCICIO 1	1. rondo	1.se ubicaran dos circulos de igual numero de participantes en el cual con un balon empezaran a realizarse pases de primera intencion estatico y en movimiento, a medida que se acople el ejercicio se introducira otro balon

Activar Windows

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	COMPAÑERISMO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	16/8/2023	NIVEL	I-2
OBJETIVO:	ejecutar de manera progresiva diferentes ejercicios tacticos mediante fomras jugadas que estimulen el desarrollo tecnico y los diferentes patrones basicos de movimiento como los desplazamientos			SESION	78

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA: Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando la importancia de la autodisciplina hacia el deporte, caracteristica principal intensidad en los entrenamientos 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. Juego rompe hielo de estimulo auditivo 2. congelados con balon	1. Los jugadores corren por todo el campo deportivo, y al grito del entrenador reaccionan de la manera indicada en el menor tiempo posible(amigos: un abrazo, micos: uno se atuta encima del otro, Carretillas: realizan la popular carretilla, conejos: uno le pasa por entre las piernas al otro y matrimonio: uno alsa en brazos al otro. 2. cada jugador tendra un balon, menos el que congela se tomara como referencia solo la mitad de la cancha y se contara como congelado el jugador que pierda la posecion del balo, para descongelarlo uno de sus compañeros le tiene que recuoperar su balon sin salir del campo

Activar Windows
Ve a Configuración

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	TRABAJO EN EQUIPO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	17/8/2023	NIVEL	I-2
OBJETIVO:	profundizar el trabajo tecnico tactico mediante formas jugadas que beneficien las capacidades condicionales de los deportistas según su nivel de formacion			SESION	79

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA: Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. Actividad integradora penitencias cruzadas, el grupo se divide en dos y planea una penitencia para el otro, al final se realiza una charla acerca del compañerismo y se informa que la penitencia que pusieron es la que tienen que hacer 2. Movilidad articular activa de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. platillos 2. pase con obstaculo	1. cada jugador tomara un platillo y se ubicara en cualquier parte del campo deportivo, al estimulo auditivo del entrenador correr hacia otro platillo libre, gana el que sobrevivia ya que entre estimulos el entrenador ira robando platillos 2. Una hilera de platillos colocados a 8 cm los jugadores en parejas tendrán que pasar realizando pases de manera controlada sin perder el control
					en grupos de 4 jugadores con un balon se jugara el popular rondo, donde el objetivo primordial sera delimitar un espacio

Activar Windows
Ve a Configuración par

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	TRABAJO EN EQUIPO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	22/8/2023	NIVEL	I-2
OBJETIVO:	Adaptar los diferentes fundamentos tecnicos aprendidos mediante situaciones reales de juego en los cuales se busca explotar la pasion con la que se practica el deporte			SESION	80

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA: Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando la importancia de la pasion hacia el deporte, caracteristica principal intensidad en los entrenamientos 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. La lleva 2. Cadenita	1. Un jugador escogido al alzar o por voluntad propia empezara cogiendo, cada vez que toque un compañero, el pasara a coger 2. Cadenita, tres compañeros inician en la mitad del campo cogidos de la mano, el objetivo es agarrar a los demás para que se sumen a la cadena, el resto cruzara de lado a lado esquivando la cadenita
12		pases	EJERCICIO 1	1. circuito de pases	1. en parejas en una un circuito de platillos cada uno separado del otro por 10 cm se realizaran pases ida y vuelta de manera coordinada sin perder el balon, luego se realizaran variaciones con distintos desplazamientos de manera triangular y en cuadro

Activar Windows
Ve a Configuración para

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	TRABAJO EN EQUIPO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	23/8/2023	NIVEL	I-2
OBJETIVO:	inculcar el trabajo de equipo y la lealtad que se debe tener como deportista y como ser humano			SESION	81

TIEMPO	FASE	TEMATICA		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. Lectura o frase inspiradora, activacion muscular 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. platillos 2. congelados con balon	1. cada jugador tomara un platillo y se ubicara en cualquier parte del campo deportivo, al estimulo auditivo del entrenador correr hacia otro platillo libre, gana el que sobrevivia ya que entre estimulos el entrenador ira robando platillos 2. cada jugador tendra un balon, menos el que congela se tomara como referencia solo la mitad de la cancha y se contara como congelado el jugador que pierda la posecion del balo, para descongelarlo uno de sus compañeros le tiene que recuoperar su balon sin salir del campo
10		pases	EJERCICIO 1	1 distintos segmentos corporales	1. en parejas ubicados frente a frente a distancias variadas de 1, 2 y 3 metros, uno lo lanzara con la mano mientras el otro

Activar Windows
Ve a Configuración para

B C D E F G H I J K L M N O P Q R

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	TRABAJO EN EQUIPO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	24/8/2023	NIVEL	I-2
OBJETIVO:	inculcar l trabajo de equipo y la lealtad que se debe tener como deportista y como ser humano			SESION	82

TIEMPO	FASE	TEMATICA		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. Lectura o frase inspiradora, activacion muscular 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1.anclas de fijacion	1. en una zona verde se les pedira a los deportistas que se acuesten boca arriba y se relajen mientres de fondo se pone una musica acorde a la situacion, a medida que se vanza se les pide recordar e inplantar en su cerebro momentos felices de su vida, un ser cercano que los motive, una palabra que les guste, el por que les gusta lo que hacen, buscando que ellos mismo identifiquen la manera de generar un estimulo en ciertos momentos
Minutos					cada uno tendra en la espalda una hoja dividida en dos, aspectos positivos y aspectos negativos, todos empezaran a correr por todo

Activar Windows
Ve a Configuración para acti

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	TRABAJO EN EQUIPO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	25/8/2023	NIVEL	I-2
OBJETIVO:	Adaptar los diferentes fundamentos tecnicos aprendidos mediante situaciones reales de juego en los cuales se busca explotar la pasion con la que se practica el deporte			SESION	83

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA: Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. Lectura o frase inspiradora, activacion muscular 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1 anclas de fijacion	1. en una zona verde se les pedira a los deportistas que se acuesten boca arriba y se relajen mientres de fondo se pone una musica acorde a la situacion, a medida que se vanza se les pide recordar e inplantar en su cerebro momentos felices de su vida, un ser cercano que los motive, una palabra que les guste, el por que les gusta lo que hacen, buscando que ellos mismo identifiquen la manera de generar un estimulo en ciertos momentos para esta sesion se les pedira traer un dibujo de la persona que mas quieren
10		teorico	EJERCICIO 1	charla motivacional acerca de la lealtad y el trabajo en	el objetivo primordial de estas dos sesiones de entrenamiento es fortalecer el ambiente grupal, realizando feedbaacks de manera

Activar Windows
Ve a Configuración para a

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	TRABAJO EN EQUIPO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	28/8/2023	NIVEL	I-2
OBJETIVO:	inculcar el trabajo de equipo y la lealtad que se debe tener como deportista y como ser humano			SESION	84

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA: Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. Lectura o frase inspiradora, activacion muscular 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. platillos 2. congelados con balon	1. cada jugador tomara un platillo y se ubicara en cualquier parte del campo deportivo, al estimulo auditivo del entrenador correr hacia otro platillo libre, gana el que sobrevivia ya que entre estimulos el entrenador ira robando platillos 2. cada jugador tendra un balon, menos el que congela se tomara como referencia solo la mitad de la cancha y se contara como congelado el jugador que pierda la posecion del balo, para descongelarlo uno de sus compañeros le tiene que recuoperar su balon sin salir del campo
10		pases	EJERCICIO 1	1 distintos segmentos corporales	1. en parejas ubicados frente a frente a distancias variadas de 1, 2 y 3 metros, uno lo lanzara con la mano mientras el otro

Activar Windows

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	COMPAÑERISMO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	29/8/2023	NIVEL	I-2
OBJETIVO:	ejecutar de manera progresiva diferentes ejercicios tacticos mediante fomras jugadas que estimulen el desarrollo tecnico y los diferentes patrones basicos de movimiento como los desplazamientos			SESION	85

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA: Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del dia 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando la importancia de la autodisciplina hacia el deporte, caracteristica principal intensidad en los entrenamientos 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. Juego rompe hielo de estimulo auditivo 2. congelados con balon	1. Los jugadores corren por todo el campo deportivo, y al grito del entrenador reaccionan de la manera indicada en el menor tiempo posible(amigos: un abrazo, micos: uno se ataca encima del otro, Carretillas: realizan la popular carretilla, conejos: uno le pasa por entre las piernas al otro y matrimonio: uno alsa en brazos al otro. 2. cada jugador tendra un balon, menos el que congela se tomara como referencia solo la mitad de la cancha y se contara como congelado el jugador que pierda la posecion del balo, para descongelarlo uno de sus compañeros le tiene que recuoperar su balon sin salir del campo

Activar Windows
Ve a Configuración para activ

FUNDAMENTACIÓN 3

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	COMPAÑERISMO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	1/8/2023	NIVEL	F3
OBJETIVO:	fortalecer el desarrollo de los gestos tecnicos principales en situaciones reales de juego, generando respuestas motrices adecuadas en el menor tiempo posible			SESION	69

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
15 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando la iimportancia de compañerismo en el deporte y en la vida 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
15 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. metegol tapa	1. metegol tapa en parejas para fortalecer el compañerismo y de manera indireca mecanizar movimientos de ataque y defensa
					El portero inicia el ejercicio desde un poste. Un compañero lanzará un balón para que

Activar Windo
Ve a Configuració

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	COOPERACION	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	2/8/2023	NIVEL	F3
OBJETIVO:	ejecutar de manera progresiva diferentes ejercicios tacticos mediante formas jugadas que estimulen el desarrollo tecnico y los diferentes patrones basicos de movimiento como los desplazamientos			SESION	70

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
15 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando la importancia de la autodisciplina y la cooperacion en la vita cotidiana 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
15 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	punteria	.Lanzamientos este tiene que ver con formar grupos y comenzar a realizar lanzamientos sobre una diana hecha de cualquier material y allí se van haciendo acumulativos de punto por cada toque realizado a algún objeto de la diana.

Activar Windows
Ve a Configuración para

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	RESPETO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	3/8/2023	NIVEL	F3
OBJETIVO:	Profundizar en la enseñanza de los gestos tecnicos mediante ejercicios que trabajen indirectamente la resistencia, los desplazaientos y la velocidad			SESION	71

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA: Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. lectura o video inspirando a la practica del deporte mediante el compromiso y la pasion por los entrenamientos y juegos 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	reaccion sin señales audtivas	Se parte con todos los jugadores con un balón en un espacio delimitado, deben de conducir siguiendo las pautas que le marque el entrenador. La intención es ir variando la premisa cada poco tiempo, de forma que nos sirva para trabajar el manejo de balón y diferentes gestos téonicos. La particularidad radica en que el entrenador lleva dos o más petos en la mano de diferentes colores, cuando tire uno de estos al suelo, sin señal acústica, en función del color, los jugadores deberán realizar una acción diferente, de modo que "pierden" los últimos en conseguirla.

Activar Windows
Ve a Configuración par

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	RESPETO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	8/8/2023	NIVEL	F3
OBJETIVO:	profundizar en dierentes conceptos tacticos posibles a utilizar en competencia, mediante ejercicios variados que beneficien las capacidades condicionales y coordinativas			SESION	72

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
15 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA: Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando la importancia de la lealtad en la vida y en el deporte 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
15 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. cogidas 4 apoyos	1. Todos los deportistas estarán en 4 apoyos y se escogerá uno al azar para que empiece cogiedo, el juego esta condicionado únicamente con no poner las rodillas en el suelo en el momento que lo haga queda eliminado

Activar Windows
Ve a Configuración par

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	OBEDIENCIA	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	9/8/2023	NIVEL	F3
OBJETIVO:	Profundizar en la enseñanza de los gestos tecnicos mediante ejercicios que trabajen indirectamente la resistencia, los desplazaientos y la velocidad			SESION	73

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
	TEMATICA			
20 Minutos	FASE INICIAL: Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. lectura o video inspirando a la practica del deporte mediante el compromiso y la pasion por los entrenamientos y juegos 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14	Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. Escalada en horizontal	1. Se ubicaran en la mitad de la cancha platillos en diferentes posiciones el objetivo es que los deportistas crucen del punto a al punto b pero únicamente apoyándose en los platillos, si toca el suelo, queda eliminado

Activar Windows
Ve a Configuración para

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	COMPAÑERISMO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	10/8/2023	NIVEL	F3
OBJETIVO:	profundizar en dierentes conceptos tacticos posibles a utilizar en competencia, mediante ejercicios variados que beneficien las capacidades condicionales y coordinativas			SESION	74

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
	TEMATICA			
12 Minutos	FASE INICIAL: Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando la importancia de la lealtad en la vida y en el deporte 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
12 Minutos	Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. beisbol	1. se ubicaran en diferentes estaciones, se escogera al azar un bateador y un lanzador, el bate sera su pierna habil y se tomara exactamente la misma metodologia del beisbol, tres strike y al patearla salir a cambiar de estaciones para completar la carrera o el punto

Activar Windows
Ve a Configuración pa

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	RESPETO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	11/8/2023	NIVEL	F3
OBJETIVO:	fortalecer las capacidades condicionales como la resistencia, la fuerza y la velocidad mediante ejercicios tecnicos que beneficien indirectamente el desarrollo de acciones de juego			SESION	75

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
		TEMATICA			
15 Minutos	FASE INICIAL	Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando la importancia de la respeto en la vida y en el deporte 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
15 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	relevos	Los jugadores se forman en dos equipos y en fila, frente a una pared. El primer jugador de cada fila posee un balón y debe ir y volver hasta la pared controlando el balóny dejárse la en los pies al compañero. Este último entonces debe hacer lo mismo, mientras que el primero va al final de la fila. El primer equipo en completar dos vueltas a la fila gana.

Activar Windows
Ve a Configuración para

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	TRABAJO EN EQUIPO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	14/8/2023	NIVEL	F3
OBJETIVO:	fortalecer las capacidades condicionales como la resistencia, la fuerza y la velocidad mediante ejercicios tecnicos que beneficien indirectamente el desarrollo de acciones de juego			SESION	76

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
		TEMATICA			
15 Minutos	FASE INICIAL	Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando la importancia de la autodisciplina en el deporte y en la vida 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
15 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	triki	Se dibujara un triki con aros a una distancia de 10 metros, se dividira el grupo en dos equipos (color azul y color naranja), saldra un jugador de cada equipo a colocar su punto en velocidad
					A la señal del entrenador salen dos jugadores a tocar con la mano un cono situado a 10 m,

Activar Windows
Ve a Configuración par

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	TRABAJO EN EQUIPO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	15/8/2023	NIVEL	F3
OBJETIVO:	ejecutar de manera progresiva diferentes ejercicios tacticos mediante formas jugadas que estimulen el desarrollo tecnico y los diferentes patrones basicos de movimiento como los desplazamientos			SESION	77

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA: Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando la importancia del trabajo en equipo hacia el deporte, caracteristica principal intensidad en los entrenamientos 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. beisbol	1. se ubicaran en diferentes estaciones, se escogera al azar un bateador y un lanzador, el bate sera su pierna habil y se tomara exactamente la misma metodologia del beisbol, tres strike y al patearla salir a cambiar de estaciones para completar la carrera o el punto

Activar Windows
Ve a Configuración pa

B C D E F G H I J K L M N O P Q R

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	RESPETO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	16/8/2023	NIVEL	F3
OBJETIVO:	Profundizar en la enseñanza de los gestos tecnicos mediante ejercicios que trabajen indirectamente la resistencia, los desplazaientos y la velocidad			SESION	78

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA: Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando del respeto dentro y fuera de la cancha, entre ellos, a sus padres y a el entrenador y por el deporte que se practica 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	toques de coordinacion	Varios jugadores hacen 'jueguito' pasándose la pelota. Cuando uno la pasa debe decir un número (1, 2, 3, 4) y el receptor debe tocarla esa cantidad de veces, diciendo a la vez una palabra de esa cantidad de sílabas. Se practica la indispensable cualidad de pensar a la vez que se juega.
10		pase	EJERCICIO 1	diferenciacion tipos de pases y potencia	Los jugadores se sitúan por parejas uno delante del otro encarados a unos 5 metros de

Activar Windows

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	RESPETO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	17/8/2023	NIVEL	F3
OBJETIVO:	fortalecer el desarrollo de los gestos tecnicos principales en situaciones reales de juego, generando respuestas motrices adecuadas en el menor tiempo posible			SESION	79

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
		TEMATICA			
15 Minutos	FASE INICIAL	Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando la iimportancia de la respeto en el deporte y en la vida 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
15 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. beisbol	1. se ubicaran en diferentes estaciones, se escogera al azar un bateador y un lanzador, el bate sera su pierna habil y se tomara exactamente la misma metodologia del beisbol, tres strike y al patearla salir a cambiar de estaciones para completar la carrera o el punto

Activar Windows
Ve a Configuración para

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	TRABAJO EN EQUIPO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	22/8/2023	NIVEL	F 3
OBJETIVO:	inculcar el trabajo de equipo y la lealtad que se debe tener como deportista y como ser humano			SESION	80

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
		TEMATICA			
20 Minutos	FASE INICIAL	Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. Lectura o frase inspiradora, activacion muscular 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. platillos	1. cada jugador tomara un platillo y se ubicara en cualquier parte del campo deportivo, al estimulo auditivo del entrenador correr hacia otro platillo libre, gana el que sobrevivia ya que entre estimulos el entrenador ira robando platillo
					1. en parejas ubicarlos frente a frente a distancias variadas de 1, 2 y 3 metros, uno lo

Activar Windows
Ve a Configuración p

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	TRABAJO EN EQUIPO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	23/8/2023	NIVEL	F3
OBJETIVO:	inculcar el trabajo de equipo y la lealtad que se debe tener como deportista y como ser humano			SESION	81

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA: Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. Lectura o frase inspiradora, activacion muscular 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. platillos	1. cada jugador tomara un platillo y se ubicara en cualquier parte del campo deportivo, al estimulo auditivo del entrenador correr hacia otro platillo libre, gana el que sobrevivia ya que entre estimulos el entrenador ira robando platillo
					1. en parejas ubicados frente a frente a distancias variadas de 1, 2 y 3 metros, uno lo

Activar Windows
Ve a Configuración para

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	RESPETO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	24/8/2023	NIVEL	F3
OBJETIVO:	inculcar El trabajo de equipo y la lealtad que se debe tener como deportista y como ser humano			SESION	82

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA: Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. Lectura o frase inspiradora, activacion muscular 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1.anclas de fijacion	1. en una zona verde se les pedira a los deportistas que se acuesten boca arriba y se relajen mientres de fondo se pone una musica acorde a la situacion, a medida que se vanza se les pide recordar e inplantar en su cerebro momentos felices de su vida, un ser cercano que los motive, una palabra que les guste, el por que les gusta lo que hacen, buscando que ellos mismo identifiquen la manera de generar un estimulo en ciertos momentos
					A cada jugador le asignamos un número y los distribuimos libremente por el terreno de

Activar Windo
Ve a Configuración

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	COMPAÑERISMO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	25/8/2023	NIVEL	F3
OBJETIVO:	ejecutar de manera progresiva diferentes ejercicios tacticos mediante formas jugadas que estimulen el desarrollo tecnico y los diferentes patrones basicos de movimiento como los desplazamientos			SESION	83

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando la importancia del compañerismo hacia el deporte, caracteristica principal intensidad en los entrenamientos 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. beisbol	1. se ubicaran en diferentes estaciones, se escogera al azar un bateador y un lanzador, el bate sera su pierna habil y se tomara exactamente la misma metodologia del beisbol, tres strike y al patearla salir a cambiar de estaciones para completar la carrera o el punto

Activar Windows
Ve a Configuración p

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

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	LEALTAD	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	28/8/2023	NIVEL	F3
OBJETIVO:	Adaptar los diferentes fundamentos tecnicos aprendidos mediante situaciones reales de juego en los cuales se busca explotar la pasion con la que se practica el deporte			SESION	84

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
20 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. Lectura o frase inspiradora, activacion muscular 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
14		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1.anclas de fijacion	1. en una zona verde se les pedira a los deportistas que se acuesten boca arriba y se relajen mientres de fondo se pone una musica acorde a la situacion, a medida que se vanza se les pide recordar e inplantar en su cerebro momentos felices de su vida, un ser cercano que los motive, una palabra que les guste, el por que les gusta lo que hacen, buscando que ellos mismo identifiquen la manera de generar un estimulo en ciertos momentos para esta sesion se les pedira traer un dibujo de la persona que mas quieren

Activar Windows
Ve a Configuración p

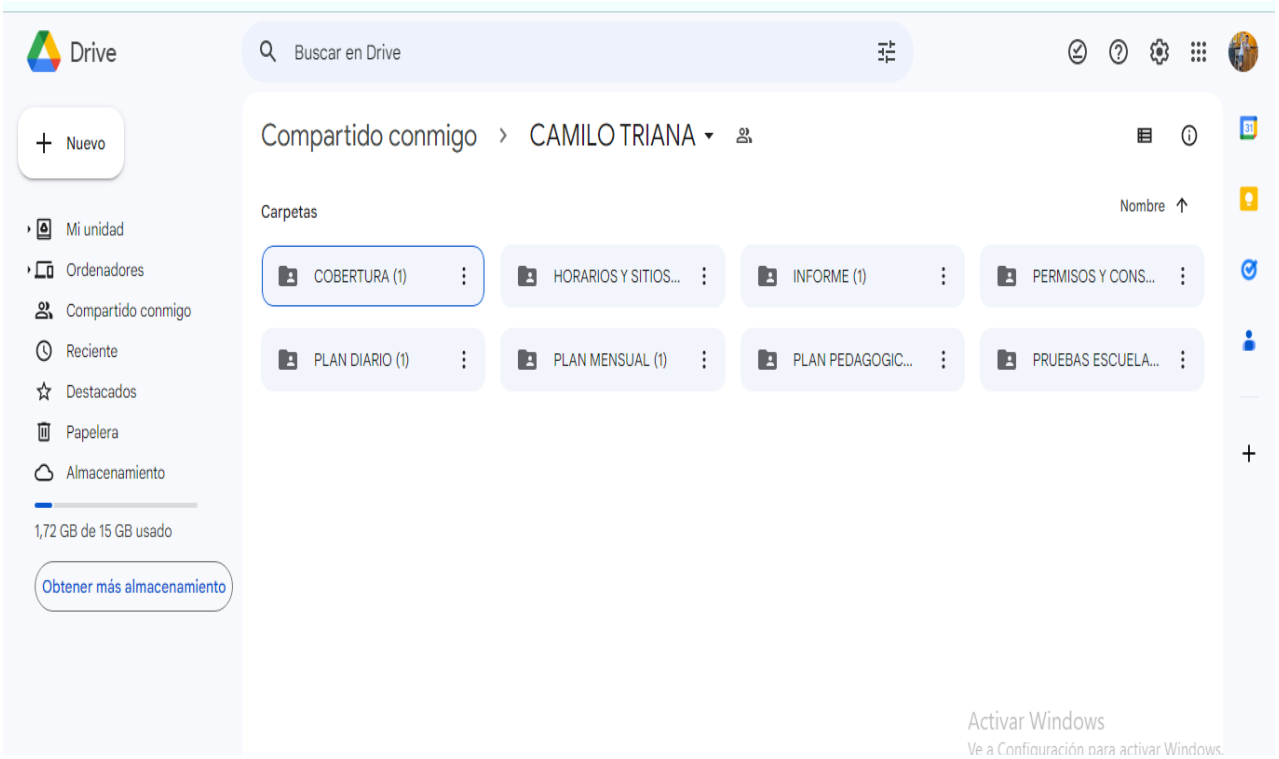
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
' CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA'
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	Futbol de Salon	VALOR	RESPETO	FORMADOR	CAMILO TRIANA
MUNICIPIO	EL PEÑON	FECHA	29/8/2023	NIVEL	F3
OBJETIVO:	fortalecer el desarrollo de los gestos tecnicos principales en situaciones reales de juego, generando respuestas motrices adecuadas en el menor tiempo posible			SESION	85

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
15 Minutos	FASE INICIAL	TEMATICA Presentacion	SENSIBILIZACION	1. Valor del día 2. Movilidad articular	1. frase inspiradora recalcando la importancia de la respeto en el deporte y en la vida 2. Movilidad articularactiva de lateral a lateral mientras se dan indicaciones generales, se realizara de manera cefalocaudal (cuello, hombros, muñecas, cadera, rodillas y tobillos)
15 Minutos		Predeportivos	CALENTAMIENTO	1. beisbol	1. se ubicaran en diferentes estaciones, se escogera al azar un bateador y un lanzador, el bate sera su pierna habil y se tomara exactamente la misma metodologia del beisbol, tres strike y al patearla salir a cambiar de estaciones para completar la carrera o el punto

Activar Windows
Ve a Configuración pa

ANEXO PDF ACTIVIDAD NO 08



ANEXO PDF ACTIVIDAD NO 09

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

MES: NOVIEMBRE				MUNICIPIO:	EL PEÑON	
LUGAR: POLIDEVORTIVO TALAUTA				HORARIO DE PRACTICA:	2:00 - 4:00 PM. 4:00 - 6:00 PM	
DESARROLLO MENSUAL				NIVEL INICIACION - FUNDAMENTACION		
				INICIACION		FUNDAMENTACION
				6 A 8 AÑOS	9 A 12 AÑOS	13- 17 AÑOS
	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	x	X	X
			RESPONSABILIDAD			X
			COMPAÑERISMO	X	X	
			JUSTICIA			
			COOPERACION	X	X	X
			LEALTAD			
			TRABAJO EN EQUIPO	X	X	X
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD			X
			OBEDIENCIA	X	X	
			AUTODISCIPLINA			X
			PARTICIPACIÓN	X	X	
			PERSEVERANCIA			X
			AUTODOMINIO	X	X	
			RECOMPENSA			
	TE AL	IO	INTRODUCCIPON			X
DESARROLLO MENSUAL	PART INCIA	INICI	MOVILIDAD ARTICULAR	X	X	X
			CALENTAMIENTO	X	X	X
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	X	X	
			RITMO			X
			EQUILIBRIO			
			ORIENTACION	X	X	X
			DIFERENCIACION	X	X	X
			REACCIÓN			X
			ADAPTACIÓN	X		
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA			
			VELOCIDAD			X
			FLEXIBILIDAD			
			RESISTENCIA			
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE	X	X	X
			CONDUCCION	X	X	X
			REMATE			X
			RECEPCION		X	
		ELEMENTOS TÁCTICOS	OFENSIVO			X
			DEFENSIVO			
			COBERTURAS			
		IVO	JUEGOS DE INTEGRACION	X	X	X
			JUEGOS TRADICIONALES			
		RECREATIV	ACTIVIDADES ARTISTICAS			
			CIRCUITOS RECREATIVOS	X	X	X
			FESTIVALES RECREATIVOS			
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO			
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	X	X	X

FIRMA FORMADOR: Camilo Viana

ANEXO PDF ACTIVIDAD NO 10

SE REALIZARON LAS PRUEBAS EN LA PRIMERA SEMANA DE SEPTIEMBRE DONDE ESTAN LAS TOMAS ANTROPOMÉTRICAS Y FÍSICAS DONDE SE EVIDENCIARON CAMBIOS EN LOS TRES NIVELES DE FORMACIÓN, INICIACIÓN 1-2 Y FUNDAMENTACIÓN 3.














ANEXO PDF ACTIVIDAD NO 11

EL PEÑON – CUNDINAMARCA
ALCALDÍA MUNICIPAL
SECRETARIA DE PLANEACION
NIT – 899.999.460 - 4

TIPO DOCUMENTO	COMUNICACIONES OFICIALES	CÓDIGO POSTAL	
NOMBRE DOCUMENTO	OFICIO	VERSION	2023
		TRD	

HACE CONSTAR

Que **CAMILO ANDRES TRIANA CARDENAS**, identificado con la cedula de ciudadanía No. 1.072.339.055 de El Peñón Cundinamarca, presto sus servicios como instructor, con el objeto: **PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTION COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO "CUNDINAMARCA REGIÒN QUE PROGRESA" PARA EL CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES- CUNDINAMARCA**, durante el periodo comprendido entre el 01 al 30 de Noviembre de 2023, cumpliendo sus obligaciones establecidas en el contrato de prestación de servicios No. 347 de 2023. Y se encuentra a paz y salvo con la entidad municipal durante el transcurso del 2023.

La presente se expide al día 1 del mes de Diciembre de 2023.

LIC. LEISY YAMILE BUSTOS
Coordinadora Deporte y Cultura

SERVIDOR PUBLICO	ELABORADO	REVISADO	APROBADO
Nombres	Leisy Yamile Bustos Maldonado	Erika Y. Hernández Vásquez	Erika Y. Hernández Vásquez
Empleo	Auxiliar Administrativo	Secretaria de Planeación	Secretaria de Planeación
Fecha:	1 de diciembre 2023	1 de diciembre 2023	1 de diciembre 2023
Firma			

Powered by CamScanner

ANEXO PDF ACTIVIDAD 12

EJECUCIÓN DE FESTIVAL DEPORTIVO DIA SABADO 22 DE JULIO EN EL PEÑÓN CENTRO DONDE ASISTIERON LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN EN FUTBOL DE SALON Y PATINAJE DE LAS SEDES TALAUTA, GUACANAS, SURCHA Y CENTRO





ANEXO PDF ACTIVIDAD NO 13

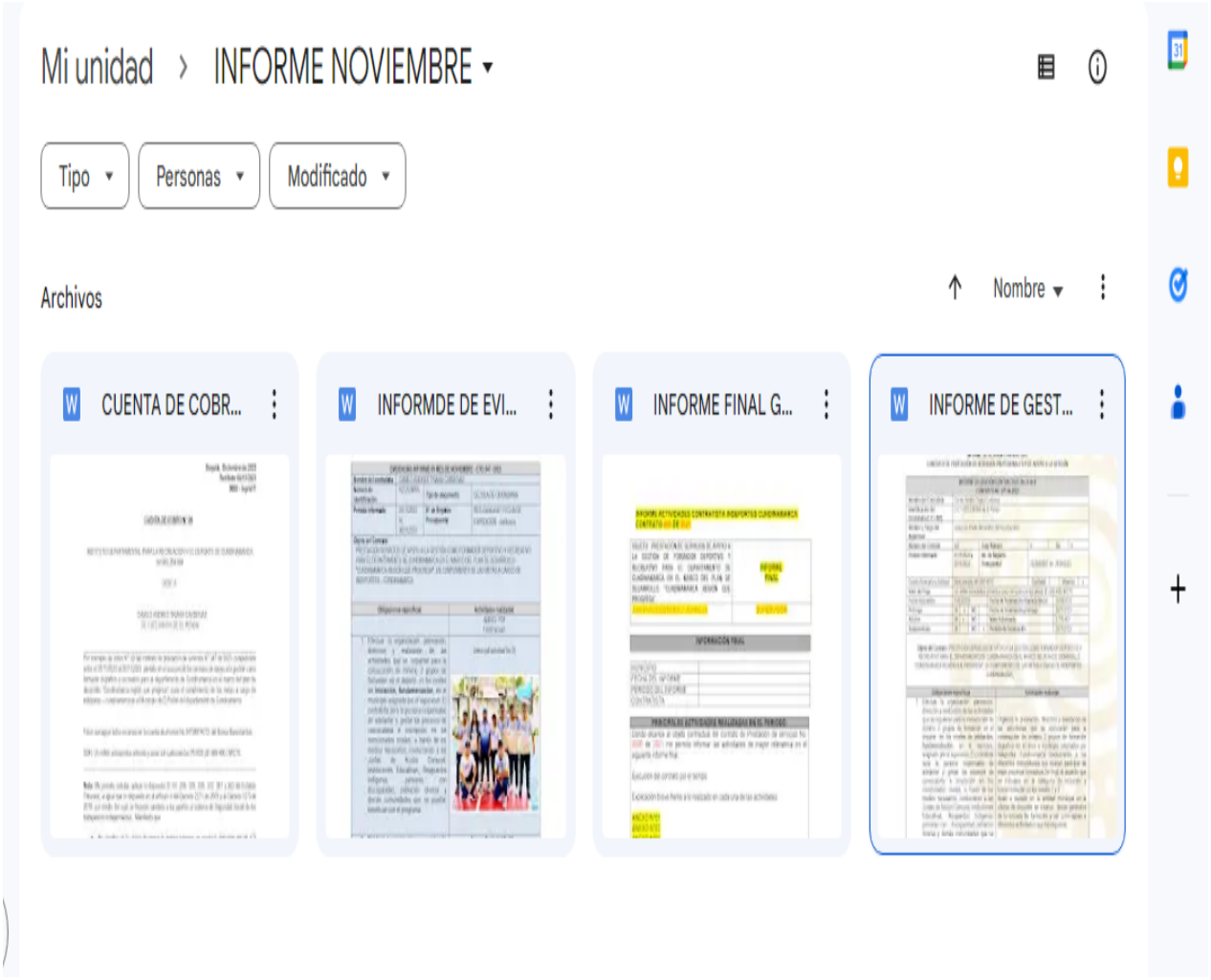




ANEXO PDF ACTIVIDAD NO 014

INFORME QUE EN EL MOMENTO NO SOLICITE NADA EN EL ÁREA DE ARCHIVO

ANEXO PDF ACTIVIDAD NO 015



ANEXO PDF ACTIVIDAD NO 016



INDEPORTES

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2023

Disciplina deportiva: Futbol de Salón

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: Logan Smith
APELLIDOS: Vergel Vega
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 14 MES 03 AÑO 2016
Número de identificación: 1072396002
Año que cursa: 2° Nombre de la Institución Educativa: Sede Guamaco IED Talaota
Edad: 7 Talla de Calzado: 30 Talla pantaloneta: 10 Talla Camiseta: 10
Dirección y Lugar de Domicilio: Vereda Guamaco
Nombres y Apellidos del padre: German Vargas Arevalo
Documento de identidad: CC # 11524255 de Pacho Cund
Teléfono: 3144432741
Nombres y Apellidos de la madre: Luz Esmilda Vega Buitrago
Documento de identidad: CC 1072335436 de El Peñon Cund
Teléfono: 3144432741
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe:
Teléfono en caso de emergencia:

2.INFORMACION CARACTERIZACIÓN
Sexo: femenino___ masculino X intersexual___
Orientación Sexual: homosexual___ bisexual___ heterosexual___ transexual___
Identificación de Genero: cisgenero___ transgenero___
Vulnerabilidad: en situación de desplazamiento___ conflicto armado___
en condición de discapacidad___ familia en emergencia social y catastrófica___
minoría étnica___ repatriados___ primera infancia___ habitante de calle___ ninguna___
Discapacidad: física___ visual___ auditiva___ intelectual___ psicosocial___
Sordoceguera___ múltiple___ ninguna___
Grupo Étnico: indígenas___ afrocolombianos/negritudes___ palequero___ room___
raizal___ otros___
Lenguas: castellano___ indígena___ criolla___ romani___ señas___ lengua extranjera___
Sector Residencial: urbano___ rural___

3.INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ___ NO X
Especifique el lugar de la fractura: ___
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ___ X Cual ___
Le Han Practicado Alguna Intervención Quirúrgica: SI ___ X Cual ___
ALERGICO A: ___
Tipo de Sangre RH: ___

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.

CUNDINAMARCA ¡REGIÓN Que Progresa!

INDEPORTES

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2023

FOTO

Disciplina deportiva: Futbol de Salón

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: Samuel Stiben
APELLIDOS: Ortega Pinzon
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 15 MES 05 AÑO 2011
Número de Identificación: 1077.605.206
Año que cursa: 7° Nombre de la Institución Educativa: I.E.D Talaota
Edad: 11 Talla de Calzado: 36 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S
Dirección y Lugar de Domicilio: Vereda Guamaco Alto
Nombres y Apellidos del padre:
Documento de identidad: de
Teléfono:
Nombres y Apellidos de la madre: Erika Andrea Pinzon Jimenez
Documento de identidad: 1.077.601.864 de Pacho
Teléfono: 311 2350713
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: Erika Pinzon
Teléfono en caso de emergencia: 312 5974316

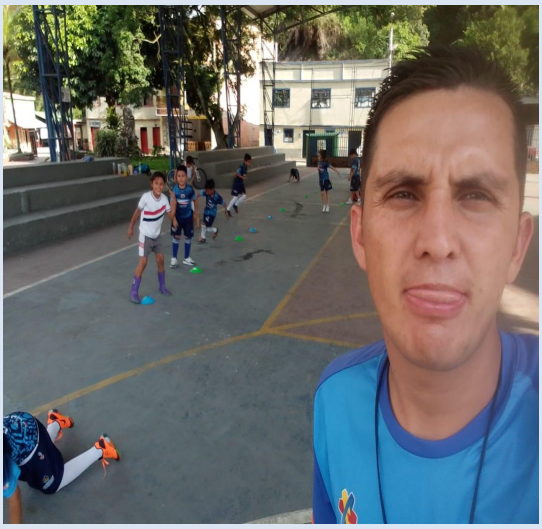
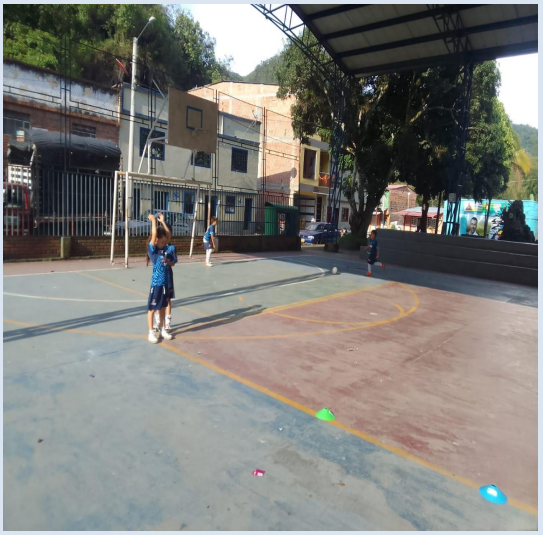
2.INFORMACION CARACTERIZACIÓN
Sexo: femenino___ masculino X intersexual___
Orientación Sexual: homosexual___ bisexual___ heterosexual X transexual___
Identificación de Genero: cisgenero X transgenero___
Vulnerabilidad: en situación de desplazamiento___ conflicto armado___
en condición de discapacidad___ familia en emergencia social y catastrófica___
minoría étnica___ repatriados___ primera infancia___ habitante de calle___ ninguna X
Discapacidad: física___ visual___ auditiva___ intelectual___ psicosocial___
Sordoceguera___ múltiple___ ninguna X
Grupo Étnico: indígenas___ afrocolombianos/negritudes___ palequero___ room___
raizal___ otros X
Lenguas: castellano X indígena___ criolla___ romani___ señas___ lengua extranjera___
Sector Residencial: urbano___ rural X

3.INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ___ NO X
Especifique el lugar de la fractura: ___
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ___ X Cual ___
Le Han Practicado Alguna Intervención Quirúrgica: SI ___ X Cual ___
ALERGICO A: Nada
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.

CUNDINAMARCA ¡REGIÓN Que Progresa!

INICIACIÓN 1	
	
FECHA Y LUGAR: GUANACAS NOVIEMBRE 2023	**FECHA Y LUGAR: GUANACAS NOVIEMBRE 2023**
	
FECHA Y LUGAR: GUANACAS NOVIEMBRE 2023	**FECHA Y LUGAR: SURCHA NOVIEMBRE 2023**

INICIACION 2	
	
FECHA Y LUGAR: TALAUTA NOVIEMBRE 2023	FECHA Y LUGAR: TALAUTA NOVIEMBRE 2023
	
FECHA Y LUGAR: GUANACAS NOVIEMBRE 2023	FECHA Y LUGAR: TALAUTA NOVIEMBRE OCTUBRE 2023

FUNDAMENTACION 3	
	
FECHA Y LUGAR: SURCHA NOVIEMBRE 2023	**FECHA Y LUGAR: SURCHA NOVIEMBRE 2023**
	
FECHA Y LUGAR: SURCHA NOVIEMBRE 2023	**FECHA Y LUGAR: SURCHA NOVIEMBRE 2023**