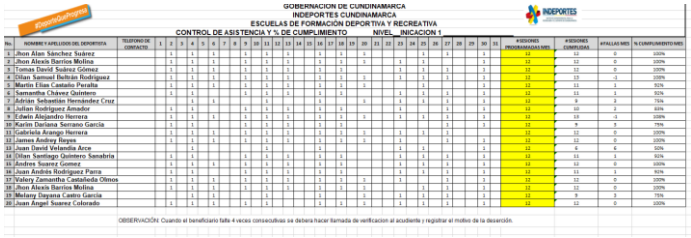
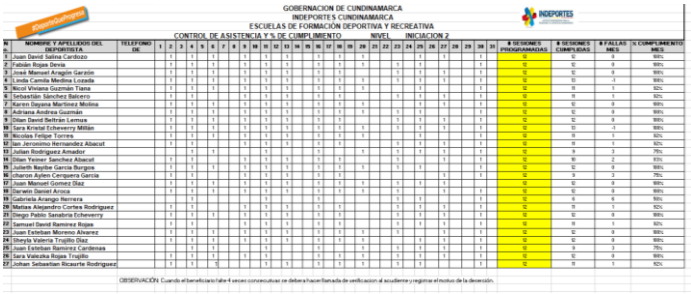
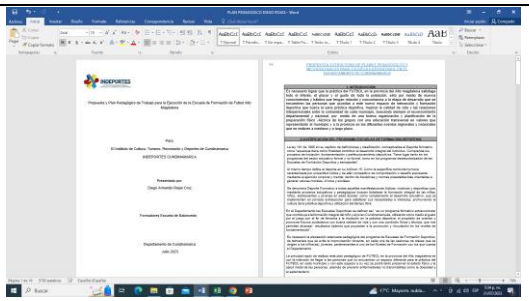
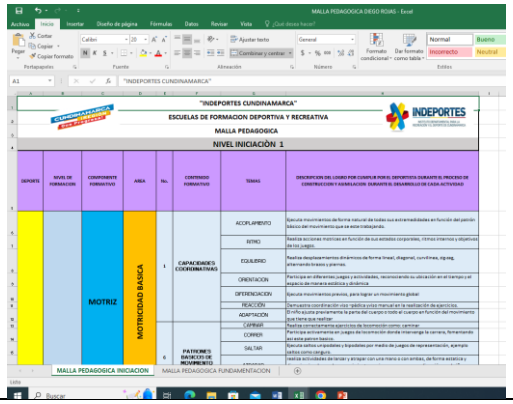
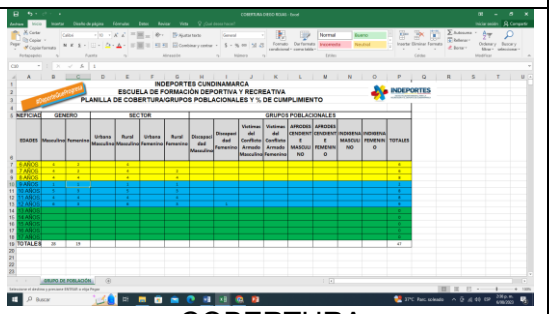
EVIDENCIAS INFORME 06 MES DE DICIEMBRE - CTO 958 -2023			
Nombre del contratista	DIEGO ARMANDO ROJAS CRUZ		
Número de identificación	11.228.578	**Tipo de documento**	CEDULA DE CUDADANIA
Período informado	01/12/2023 AL 16/12/2023	**N° de Registro Presupuestal**	RES- 2023002520 - 04/ 07/ 2023

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

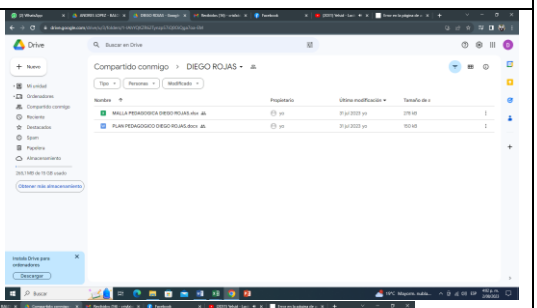
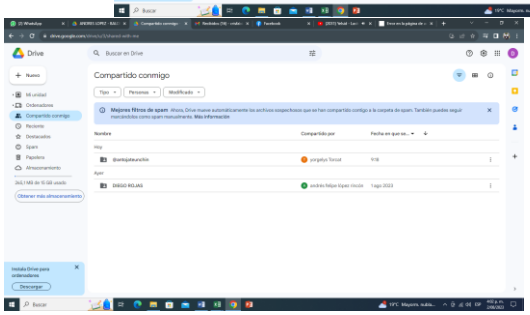
Obligaciones específicas:	Actividades realizadas:
	ANEXO: PDF EVIDENCIAS:
1. Efectuar la organización, planeación, dirección y realización de las actividades que se requieran para la consecución de mínimo 2 grupos de formación en el deporte, en los niveles de **iniciación, fundamentación**, en el municipio 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.	 

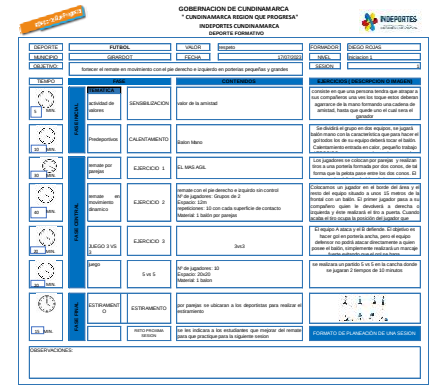
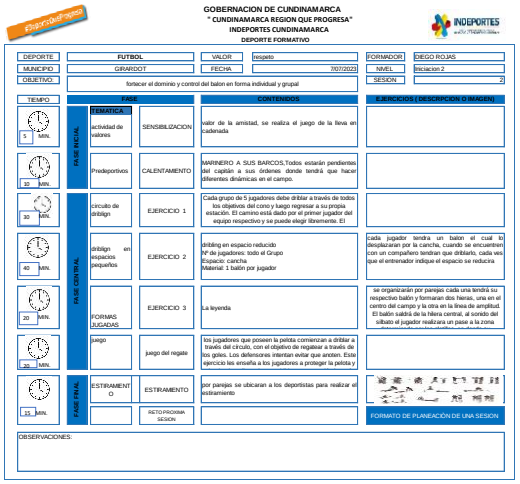
2. Realizar la inscripción, y registro de asistencia de los beneficiarios que participan en la escuela de formación, por cada una de las sesiones máximo (24h) después de ejecutadas las mismas en la plataforma Hércules o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad.	INICIACION 1  INCIACION 2 
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.	 PLAN PEDAGOGICO MALLA PEDAGOCIGA 

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

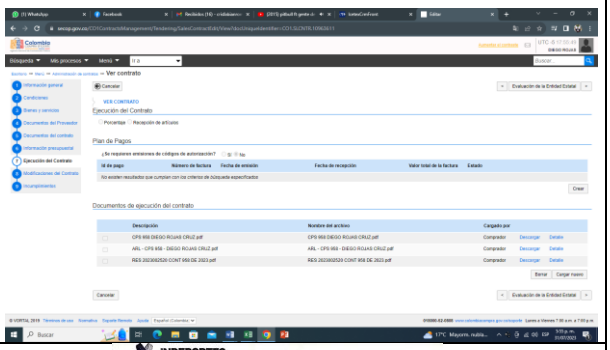
COBERTURA
<table>
<tr><th colspan="2">COBERTURA</th></tr>
<tr><td>INICIACION 1</td><td>20</td></tr>
<tr><td>INICIACION 2</td><td>27</td></tr>
</table></td>
</tr>
</table>

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

7. Preparar y ejecutar **9 sesiones** de formación a la semana 3 por cada grupo de formación, mínimo 36 sesiones al mes con las escuelas de formación del área URBANA a cargo o 6 **sesiones** de formación a la semana 3 por cada grupo de formación, mínimo 24 sesiones al mes con las escuelas de formación a cargo del área RURAL, cabe resaltar que las sesiones que se desarrollan en área rural, aplican siempre y cuando el formador deba desplazarse a 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.	INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO DEPORTE / MODALIDAD: FUTBOL MUNICIPIO: GIRARDOT NOMBRE DEL FORMADOR: DIEGO ARMANDO ROJAS CRUZ HORARIOS / CONCEPTO / LUNES / MARTES / MIERCOLES / JUEVES / VIERNES / SABADO / DOMINGO / OBSERVACIONES 10:00 AM A 12:00 PM — GRUPO: Iniciacion 1 / Iniciacion 1 / iniciación 1 SEDE DE TRABAJO: Polideportivo San Antonio / Polideportivo San Antonio / Polideportivo San Antonio 2:00 PM A 4:00 PM — GRUPO: Iniciacion 1 / Iniciacion 1 / iniciación 1 SEDE DE TRABAO: Polideportivo San Antonio / Polideportivo San Antonio / Polideportivo San Antonio 4:00 PM A 6: 00 PM — GRUPO: Iniciacion 2 / iniciacion 2 / iniciacion 2 SEDE DE TRABAO: Polideportivo San Antonio / Polideportivo San Antonio / Polideportivo San Antonio NOMBRE MONITOR: DIEGO ROJAS
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.	 

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.	PLANEACIONES  GOBERNACION DE CUNDINAMARCA " CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA" INDEPORTES CUNDINAMARCA DEPORTE FORMATIVO DEPORTE: FUTBOL · VALOR: respeto · FORMADOR: DIEGO ROJAS MUNICIPIO: GIRARDOT · FECHA: 17/07/2022 · NIVEL: Iniciacion 1 OBJETIVO: fortacer el remate en movimiento con el pie derecho e izquierdo en porterias pequeñas y grandes · SESION: TIEMPO · FASE · CONTENIDOS · EJERCICIOS (DESCRIPCION O IMAGEN) FASE INICIAL: DINAMICA, actividad de valores, SENSIBILIZACION, valor de la amistad, consiste en que una persona tendra que atrapar a sus compañeros una vez los toque estos deberan agarrarce de la mano formando una cadena de amistad, hasta que quede uno el cual sera el ganador Predeportivos, CALENTAMIENTO, Balon Mano, Se dividirá el grupo en dos equipos, se jugará balón mano con la característica que para hacer el gol todos los de su equipo deberá tocar el balón. Calentamiento entrada en calor, pequeño trabajo FASE CENTRAL: remate por parejas, EJERCICIO 1, EL MAG AGIL, Los jugadores se colocan por parejas y realizan tiros a una portería formada por dos conos, de tal forma que la pelota pase entre los dos conos. El remate en movimiento dinamico, EJERCICIO 2, remate con el pie derecho e izquierdo sin control N° de jugadores: Grupos de 2 Espacio: 12m repeticiones: 10 con cada superficie de contacto Material: 1 balón por pareja, Colocamos un jugador en el borde del área y el resto del equipo situado a unos 15 metros de la frontal con un balón. El primer jugador pasa a su compañero quien le devolverá a derecha o izquierda, según le indique el primero. Cuando el balón el los pies ocupa la posición del jugador que JUEGO 3 VS 3, EJERCICIO 3, 3vs3, El equipo A ataca y el B defiende. El objetivo es hacer gol en portería ancha, pero el equipo defensor no podrá atacar directamente a quien posee el balón, simplemente realizará un marcaje juego, 5 vs 5, N° de jugadores: 10 Espacio: 20x20 Material: 1 balon, se realizara un partido 5 vs 5 en la cancha donde se jugaran 2 tiempos de 10 minutos FASE FINAL: ESTIRAMIENTO, ESTIRAMIENTO, por parejas se ubicaran a los deportistas para realizar el estiramiento RETO PROXIMA SESION, se les indicara a los estudiantes que mejorar del semaid para que practique para la siguiente sesion FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION OBSERVACIONES:  GOBERNACION DE CUNDINAMARCA " CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA" INDEPORTES CUNDINAMARCA DEPORTE FORMATIVO DEPORTE: FUTBOL · VALOR: respeto · FORMADOR: DIEGO ROJAS MUNICIPIO: GIRARDOT · FECHA: 7/07/2022 · NIVEL: Iniciacion 2 OBJETIVO: fortacer el dominio y control del balon en forma individual y grupal · SESION: 2 TIEMPO · FASE · CONTENIDOS · EJERCICIOS (DESCRIPCION O IMAGEN) FASE INICIAL: DINAMICA, actividad de valores, SENSIBILIZACION, valor de la amistad, se realiza el juego de la lleva en cadenada Predeportivos, CALENTAMIENTO, MARINERO A SUS BARCOS,Todos estarán pendientes del capitán a sus órdenes donde tendrá que hacer diferentes dinámicas en el campo. FASE CENTRAL: circuito de dribligo, EJERCICIO 1, Cada grupo de 5 jugadores debe driblar a través de todos los objetivos del cono y luego regresar a su propia estación. El camino está dado por el primer jugador del equipo respectivo y se puede elegir libremente. El dribligo en espacios pequeños, EJERCICIO 2, dribling en espacio reducido N° de jugadores: todo el Grupo Espacio: cancha Material: 1 balón por jugador, Cada jugador tendra un balon el cual lo desplazaran por la cancha, cuando se encuentren con un compañero tendran que driblarlo, cada vez que el entrenador indique el espacio se reducira FORMAS JUGADAS, EJERCICIO 3, La leyenda, se organizarán por parejas cada una tendrá su respectivo balón y formaran dos hileras, una en el centro del campo y la otra en la linea de amplitud. El balón saldrá de la hilera central, al sonido del silbato el jugador realizara un pase a la zona juego, juego del regate, los jugadores que poseen la pelotta comienzan a driblar a través del circuito, con el objetivo de regatear a través de los goles. Los defensores intentan evitar que anoten. Este ejercicio les ensaña a los jugadores a proteger la pelota y FASE FINAL: ESTIRAMIENTO, ESTIRAMIENTO, por parejas se ubicaran a los deportistas para realizar el estiramiento RETO PROXIMA SESION FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION OBSERVACIONES:
10. Presentar ante el Supervisor las evaluaciones técnicas, físicas y teóricas que le realice a los grupos de alumnos a su cargo, de acuerdo con los manuales y formatos que le sean entregados, las cuales deberán estar establecidas en el cronograma general. Los resultados obtenidos deberán ser entregados junto con el informe del respectivo periodo y un consolidado en el informe final.	Se entregará cuando sea requerido

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.	CERTIFICACION MUNICIPAL  ALCALDÍA DE GIRARDOT NIT. 890680378-4 GIRARDOT ...CON TODOS Código: ADR17 Versión: 1 Vigencia: 2023 Copia controlada **LA SECRETARÍA DE DEPORTES Y RECREACIÓN DEL MUNICIPIO DE GIRARDOT - CUNDINAMARCA** **HACE CONSTAR** Que el señor **DIEGO ARMANDO ROJAS**, identificado con la cedula de ciudadanía No. **11.228.578,** expedida en Girardot, presto sus servicios como **MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA, (INDEPORTES CUNDINAMARCA),** durante el periodo comprendido del **1 al 16 de DICIEMBRE DE 2023,** cumpliendo con su objeto contractual, según certificación allegada por Maria Camila Mejía Figueredo- Coordinadora Provincial del Alto Magdalena Cordialmente ALCALDÍA DE GIRARDOT GIRARDOT GLORIA STEFANI MARTINEZ CAPERA Secretaria de Deportes y Recreación (E) Proyectó: Jorge Eduardo Sánchez Soto Cargo: Tecnico Operativo Código 314 Grado 02. SECRETARIA DE DEPORTES DÍA____MES____AÑO
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.	NO SE REALIZRON APOYOS
13 Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.	REUNIONES NO SE REALIZARON

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.	SE CUMPLIRA LA OBLIGACION CUANDO SEAN REQUERIDOS ALGUN TIPO DE DOCUMENTO.
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).	
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	

OBLIGACON PDF ACTIVIDAD NO 01





17. **COLOCAR TODO EL PROCESO DE FOCALIZACIÓN SI SE SIGUE REALIZANDO O COLOCAR LAS FOTOS DE LO QUE YA SE REALIZARON** (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).

OBLIGACON PDF ACTIVIDAD NO 02

COLOCAR FORMATO DE ASISTENCIA DISCRIMANDO POR LOS GRUPOS DE INICIACION 1 INICION 2 FUNDAMENTACION

INICIACION 1

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL INICACION 1

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	Jhon Alan Sánchez Suárez		1			1		1		1			1		1		1																	12	7	5	58%
2	Jhon Alexis Barrios Molina		1			1		1		1			1		1		1																	12	7	5	58%
3	Tomas David Suárez Gómez		1			1		1		1			1		1		1																	12	7	5	58%
4	Dilan Samuel Beltrán Rodríguez		1			1		1		1			1		1		1																	12	7	5	58%
5	Martin Elias Castaño Peralta		1			1		1		1			1		1		1																	12	7	5	58%
6	Samantha Chávez Quintero		1			1				1			1		1		1																	12	6	6	50%
7	Adrián Sebastián Hernández Cruz					1		1					1				1																	12	4	8	33%
8	Julian Rodriguez Amador		1			1				1			1		1		1																	12	6	6	50%
9	Edwin Alejandro Herrera		1			1		1		1			1		1		1																	12	7	5	58%
10	Karim Dariana Serrano Garcia		1			1				1			1		1		1																	12	6	6	50%
11	Gabriela Arango Herrera		1			1		1		1			1		1		1																	12	7	5	58%
12	James Andrey Reyes		1			1		1		1			1		1		1																	12	7	5	58%
13	Juan David Velandia Arce					1							1				1																	12	3	9	25%
14	Dilan Santiago Quintero Sanabria		1			1				1			1		1		1																	12	6	6	50%
15	Andres Suarez Gomez		1			1		1		1			1		1		1																	12	7	5	58%
16	Juan Andrés Rodríguez Parra		1			1				1			1		1		1																	12	6	6	50%
17	Valery Zamantha Castañeda Olmos		1			1		1		1			1		1		1																	12	7	5	58%
18	Jhon Alexis Barrios Molina		1			1		1		1			1		1		1																	12	7	5	58%
19	Melany Dayana Castro Garcia					1		1					1				1																	12	4	8	33%
20	Juan Angel Suarez Colorado		1			1		1		1			1				1																	12	6	6	50%

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

INCIACION 2

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

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	Juan David Salina Cardozo		1		1			1		1		1			1		1		1			1				1			1		1			12	12	0	100%
2	Fabián Rojas Devia		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1					1			12	12	0	100%
3	José Manuel Aragón Garzón		1		1			1		1		1			1		1		1					1		1			1		1			12	12	0	100%
4	Linda Camila Medina Lozada		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1			12	13	-1	108%
5	Nicol Viviana Guzmán Tiana		1		1			1		1		1			1		1		1			1				1					1			12	11	1	92%
6	Sebastián Sánchez Balcero		1		1					1		1			1		1		1					1		1			1		1			12	11	1	92%
7	Karen Dayana Martinez Molina		1		1			1		1		1			1		1		1			1				1			1		1			12	12	0	100%
8	Adriana Andrea Guzmán		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1					1			12	12	0	100%
9	Dilan David Beltrán Lemus		1		1			1		1		1			1		1		1					1		1			1		1			12	12	0	100%
10	Sara Kristal Echeverry Millán		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1			12	13	-1	108%
11	Nicolas Felipe Torres		1		1			1		1		1			1		1		1			1				1					1			12	11	1	92%
12	Ian Jeronimo Hernandez Abacut		1		1					1		1			1		1		1					1		1			1		1			12	11	1	92%
13	Julian Rodriguez Amador				1			1				1					1					1		1		1			1		1			12	9	3	75%
14	Dilan Yeiner Sanchez Abacut		1		1					1		1			1		1		1					1					1		1			12	10	2	83%
15	Julieth Nayibe Garcia Burgos		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1					1			12	12	0	100%
16	charon Aylen Cerquera Garcia		1		1					1		1			1		1		1										1		1			12	9	3	75%
17	Juan Manuel Gomez Díaz		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1					12	12	0	100%
18	Darwin Daniel Aroca		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1					1		1			12	12	0	100%
19	Gabriela Arango Herrera				1							1					1							1		1					1			12	6	6	50%
20	Matias Alejandro Cortes Rodriguez		1		1					1		1			1		1		1					1		1			1		1			12	11	1	92%
21	Diego Pablo Sanabria Echeverry		1		1			1		1		1			1		1		1					1		1			1		1			12	12	0	100%
22	Samuel David Ramirez Rojas		1		1					1		1			1		1		1					1		1			1		1			12	11	1	92%
23	Juan Esteban Moreno Alvarez		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1					1		1			12	12	0	100%
24	Sheyla Valeria Trujillo Díaz		1		1			1		1		1			1		1		1			1				1			1		1			12	12	0	100%
25	Juan Esteban Ramirez Cardenas				1			1				1					1					1		1		1			1		1			12	9	3	75%
26	Sara Valezka Rojas Trujillo		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1			12	12	0	100%
27	Johan Sebastian Ricaurte Rodriguez		1		1			1				1			1		1		1			1		1		1					1			12	11	1	92%

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

OBLIGACON PDF ACTIVIDAD NO 03

COLOCAR COMPLETO PLAN PEDAGOGICO Y MALLA CURRICULAR Y HORARIOS

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

DEPORTE / MODALIDAD: FUTBOL
MUNICIPIO: GIRARDOT
NOMBRE DEL FORMADOR: DIEGO ARMANDO ROJAS CRUZ

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	OBSERVACIONES
10:00 AM A 12:00 PM	GRUPO	Iniciacion 1		Iniciacion 1		iniciación 1			
	SEDE DE TRABAJO	Polideportivo San Antonio		Polideportivo San Antonio		Polideportivo San Antonio			
2:00 PM A 4:00 PM	GRUPO	Iniciacion 1		Iniciacion 1		iniciación 1			
	SEDE DE TRABAO	Polideportivo San Antonio		Polideportivo San Antonio		Polideportivo San Antonio			
4:00 PM A 6: 00 PM	GRUPO	Iniciacion 2		iniciacion 2		iniciacion 2			
	SEDE DE TRABAO	Polideportivo San Antonio		Polideportivo San Antonio		Polideportivo San Antonio			
NOMBRE MONITOR				DIEGO ROJAS					

OBLIGACON PDF ACTIVIDAD NO 04

EN UN EXCEL REALIZADO POR CADA UNO COLOCAR LOS TEMAS DE TRABAJO VISTOS DURANTE L MES QUE CONCUERDEN CON LA MALLA EL PLAN Y LA SESION DE CLASE Y SEMANA

MES	NIVEL DE FORMACION	TEMATICA
DICIEMBRE	INICIACION 1	FUERZA, RESISTENCIA, VELOCIDAD Y TECNICA
	INICIACION 2	FUERZA, RESISTENCIA, VELOCIDAD Y TECNICA

OBLIGACON PDF ACTIVIDAD NO 05

COLOCAR CUADRO DE COBERTURA DE COLORES

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

NEFICIAD	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Masculino	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
6 AÑOS	4	2		4											6
7 AÑOS	4	2		4		2									6
8 AÑOS	4	4		4		4									8
9 AÑOS	1	1		1		1									2
10 AÑOS	5	3		5		3									8
11 AÑOS	4	4		4		4									8
12 AÑOS	6	3		6		3		1							9
13 AÑOS															0
14 AÑOS															0
15 AÑOS															0
16 AÑOS															0
17 AÑOS															0
TOTALES	28	19													47

INDEPORTES

OBLIGACON PDF ACTIVIDAD NO 06

COLOCAR UNA COLLAGE DE 4 FOTOS DONDE SE VEA EL USO CORRECTO DE LA PRENDA INSTITUCIONAL EN LAS SESIONES DE CLASE O EN LOS EVENTOS QUE SEAN CONVOCADOS

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

OBLIGACON PDF ACTIVIDAD NO 07

COLOCAR COMPLETAS LAS 36 /24 SESIONES DE CLASE SEGÚN FORMATO ESTIPULADO DE LAS SESION DIARIA

DICIEMBRE

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

DEPORTE	FUTBOL	VALOR	respeto	FORMADOR	DIEGO ROJAS
MUNICIPIO	GIRARDOT	FECHA	1/12/2023	NIVEL	Iniciacion 1
OBJETIVO:	fortecer el remate en movimiento con el pie derecho e izquierdo en porterias pequeñas y grandes			SESION	119

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA: actividad de valores	SENSIBILIZACION	valor de la amistad	consiste en que una persona tendra que atrapar a sus compañeros una ves los toque estos deberan agarrarce de la mano formando una cadena de amistad, hasta que quede uno el cual sera el ganador
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Balon Mano	Se dividirá el grupo en dos equipos, se jugará balón mano con la característica que para hacer el gol todos los de su equipo deberá tocar el balón. Calentamiento entrada en calor, pequeño trabajo AEROBICO para preparar el organismo para los
30 MIN.	FASE CENTRAL	remate por parejas	EJERCICIO 1	EL MAS AGIL	Los jugadores se colocan por parejas y realizan tiros a una portería formada por dos conos, de tal forma que la pelota pase entre los dos conos. El
40 MIN.		remate en movimiento dinamico	EJERCICIO 2	remate con el pie derecho e izquirdo sin control Nº de jugadores: Grupos de 2 Espacio: 12m repeticiones: 10 con cada superficie de contacto Material: 1 balón por parejas	Colocamos un jugador en el borde del área y el resto del equipo situado a unos 15 metros de la frontal con un balón. El primer jugador pasa a su compañero quien le devolverá a derecha o izquierda y éste realizará el tiro a puerta. Cuando acaba el tiro ocupa la posición del jugador que
20 MIN.		JUEGO 3 VS 3	EJERCICIO 3	3vs3	El equipo A ataca y el B defiende. El objetivo es hacer gol en portería ancha, pero el equipo defensor no podrá atacar directamente a quien posee el balón, simplemente realizará un marcaje fuerte evitando que el gol se haga
20 MIN.		juego	5 vs 5	Nº de jugadores: 10 Espacio: 20x20 Material: 1 balon	se realizara un partido 5 vs 5 en la cancha donde se jugaran 2 tiempos de 10 minutos
15 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO	ESTIRAMIENTO	por parejas se ubicaran a los deportistas para realizar el estiramiento	
			RETO PROXIMA SESION	se les indicara a los estudiantes que mejorar del remate para que practique para la siguiente sesion	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

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

DEPORTE	**FUTBOL**	VALOR	RESPETO	FORMADOR	DIEGO ROJAS
MUNICIPIO	GIRARDOT	FECHA	1/12/2023	NIVEL	Iniciacion 2
OBJETIVO:	evidenciar diferentes formas de dribling por medio de trabajos predeportivos			SESION	120

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA actividad de valores	SENSIBILIZACION	principales cualidades y características del compañero que está a la izquierda. Luego, todos los papeles se guardan en una bolsa y cada uno lee un papel al azar, tratando de adivinar a qué niño hace referencia. La idea es que al dar a conocer las virtudes y cualidades de los	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	juego "ponchados"	Consiste en que por turnos una persona lleva una pelota mediana (PONCHADOR), y tiene que perseguir a los otros jugadores (CORREDORES) para tirarles el balón. Si un jugador corredor es
25 MIN.	FASE CENTRAL	Dribling	EJERCICIO 1	Dribling superficcies de contacto pie Nº de jugadores: todo el grupo Espacio: 20	Los jugadores se colocan delante de un cono (“ para los principiantes que sea un cono pequeño y para los que llevan tiempo entrenando un cono
25 MIN.		regate dinamico	EJERCICIO 2	regate por pareja Nº de jugadores: Grupos Espacio: 5x5 m. Duración/repeticiones: 15 repet. Material: 1 balón por parejas	Los jugadores se sitúan por parejas, el jugador A tiene el balón y su compañero B se sitúa a 5 metros de A. Con el inicio del ejercicio, el jugador A sale en dirección a B quien viene a su encuentro y realiza el regate que hayamos propuesto, cuando haya superado a su compañero, gira y le envía un
20 MIN.		regate con defensas	EJERCICIO 3	Colocamos tres defensores intercalados entre el jugador A y la portería a una distancia entre ellos de 10 metros. El jugador a debe superar al primer adversario con un regate, si lo consigue podrá seguir e intentar desbordar al	
20 MIN.		juego	partido 1 contra 1 y 2 contra 2	Nº de jugadores: 1 vs 1 Espacio: 3x3 Duración: 3 minutos Material: 1 balon	Partido 1 contra 1 en espacio reducido y con porterías pequeñas. Se puede organizar a modo de torneo. Luego se realiza 2 vs 2
15 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO	ESTIRAMIENTO	Se realizará una elongación muscular de las diferentes partes del cuerpo. Dirigida por docentes. Para realizar una adecuada oxigenación al musculo debido a la carga física que puedan presentar los estudiantes.	
			RETO PROXIMA SESION	se les indicara a los estudiantes que manejen control y dominio de balon en la casa y lo practiquen con una bolsa primer	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

DEPORTE	**FUTBOL**	VALOR	respeto	FORMADOR	DIEGO ROJAS
MUNICIPIO	GIRARDOT	FECHA	4/12/2023	NIVEL	Iniciacion 1
OBJETIVO:	fortecer el remate en movimiento con el pie derecho e izquierdo en porterias pequeñas y grandes			SESION	121

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA actividad de valores	SENSIBILIZACION	valor de la amistad	consiste en que una persona tendra que atrapar a sus compañeros una ves los toque estos deberan agarrarce de la mano formando una cadena de amistad, hasta que quede uno el cual sera el ganador
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Se dividirá el grupo en dos equipos, se jugará balón mano con la característica que para hacer el gol todos los de su equipo deberá tocar el balón. Calentamiento entrada en calor, pequeño trabajo AEROBICO para preparar el organismo para las	
30 MIN.	FASE CENTRAL	remate por parejas	EJERCICIO 1	EL MAS AGIL	Los jugadores se colocan por parejas y realizan tiros a una portería formada por dos conos, de tal forma que la pelota pase entre los dos conos. El
40 MIN.		remate en movimiento dinamico	EJERCICIO 2	remate con el pie derecho e izquirdo sin control Nº de jugadores: Grupos de 2 Espacio: 12m repeticiones: 10 con cada superficie de contacto Material: 1 balón por parejas	
20 MIN.		JUEGO 3 VS 3	EJERCICIO 3	El equipo A ataca y el B defiende. El objetivo es hacer gol en portería ancha, pero el equipo defensor no podrá atacar directamente a quien posee el balón, simplemente realizará un marcaje fuerte evitando que el gol se haga.	
20 MIN.		juego	5 vs 5	Nº de jugadores: 10 Espacio: 20x20 Material: 1 balon	se realizara un partido 5 vs 5 en la cancha donde se jugaran 2 tiempos de 10 minutos
15 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO	ESTIRAMIENTO	por parejas se ubicaran a los deportistas para realizar el estiramiento	
			RETO PROXIMA SESION	se les indicara a los estudiantes que mejorar del remate para que practique para la siguiente sesion	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

INDEPORTES

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

DEPORTE	**FUTBOL**	VALOR	respeto	FORMADOR	DIEGO ROJAS
MUNICIPIO	GIRARDOT	FECHA	4/12/2023	NIVEL	Iniciacion 2
OBJETIVO:	fortecer el dominio y control del balon en forma individual y grupal			SESION	122

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA: actividad de valores	SENSIBILIZACION	valor de la amistad, se realiza el juego de la lleva en cadenada	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	MARINERO A SUS BARCOS,Todos estarán pendientes del capitán a sus órdenes donde tendrá que hacer diferentes dinámicas en el campo.	
30 MIN.	FASE CENTRAL	circuito de driblign	EJERCICIO 1	Cada grupo de 5 jugadores debe driblar a través de todos los objetivos del cono y luego regresar a su propia estación. El camino está dado por el primer jugador del equipo respectivo y se puede elegir libremente. El	
40 MIN.		driblign en espacios pequeños	EJERCICIO 2	dribling en espacio reducido Nº de jugadores: todo el Grupo Espacio: cancha Material: 1 balón por jugador	cada jugador tendra un balon el cual lo desplazaran por la cancha, cuando se encuentren con un compañero tendran que driblarlo, cada ves que el entrenador indique el espacio se reducira
20 MIN.		FORMAS JUGADAS	EJERCICIO 3	La leyenda	se organizarán por parejas cada una tendrá su respectivo balón y formaran dos hieras, una en el centro del campo y la otra en la línea de amplitud. El balón saldrá de la hilera central, al sonido del silbato el jugador realizara un pase a la zona determinada por los platillos, en donde su
20 MIN.		juego	juego del regate	los jugadores que poseen la pelota comienzan a driblar a través del círculo, con el objetivo de regatear a través de los goles. Los defensores intentan evitar que anoten. Este ejercicio les enseña a los jugadores a proteger la pelota y	
15 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO	ESTIRAMIENTO	por parejas se ubicaran a los deportistas para realizar el estiramiento	
			RETO PROXIMA SESION		FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

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

DEPORTE	**FUTBOL**	VALOR	respeto	FORMADOR	DIEGO ROJAS
MUNICIPIO	GIRARDOT	FECHA	6/12/2023	NIVEL	Iniciacion 1
OBJETIVO:	fortecer el remate en movimiento con el pie derecho e izquierdo en porterias pequeñas y grandes			SESION	123

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA: actividad de valores	SENSIBILIZACION	valor de la amistad	consiste en que una persona tendra que atrapar a sus compañeros una ves los toque estos deberan agarrarce de la mano formando una cadena de amistad, hasta que quede uno el cual sera el ganador
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Se dividirá el grupo en dos equipos, se jugará balón mano con la característica que para hacer el gol todos los de su equipo deberá tocar el balón. Calentamiento entrada en calor, pequeño trabajo	
30 MIN.	FASE CENTRAL	remate por parejas	EJERCICIO 1	EL MAS AGIL	Los jugadores se colocan por parejas y realizan tiros a una portería formada por dos conos, de tal forma que la pelota pase entre los dos conos. El
40 MIN.		remate en movimiento dinamico	EJERCICIO 2	remate con el pie derecho e izquirdo sin control Nº de jugadores: Grupos de 2 Espacio: 12m repeticiones: 10 con cada superficie de contacto Material: 1 balón por parejas	
20 MIN.		JUEGO 3 VS 3	EJERCICIO 3	El equipo A ataca y el B defiende. El objetivo es hacer gol en portería ancha, pero el equipo defensor no podrá atacar directamente a quien posee el balón, simplemente realizará un marcaje fuerte evitando que el gol se haga.	
20 MIN.		juego	5 vs 5	Nº de jugadores: 10 Espacio: 20x20 Material: 1 balon	se realizara un partido 5 vs 5 en la cancha donde se jugaran 2 tiempos de 10 minutos
15 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO	ESTIRAMIENTO	por parejas se ubicaran a los deportistas para realizar el estiramiento	
			RETO PROXIMA SESION	se les indicara a los estudiantes que mejorar del remate para que practique para la siguiente sesion	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

DEPORTE	**FUTBOL**	VALOR	respeto	FORMADOR	DIEGO ROJAS
MUNICIPIO	GIRARDOT	FECHA	6/11/2023	NIVEL	Iniciacion 2
OBJETIVO:	fortecer el dominio y control del balon en forma individual y grupal			SESION	124

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA: actividad de valores	SENSIBILIZACION	valor de la amistad, se realiza el juego de la lleva en cadenada	
10 MIN.	FASE INICIAL	Predeportivos	CALENTAMIENTO	MARINERO A SUS BARCOS,Todos estarán pendientes del capitán a sus órdenes donde tendrá que hacer diferentes dinámicas en el campo.	
30 MIN.	FASE CENTRAL	circuito de driblign	EJERCICIO 1	Cada grupo de 5 jugadores debe driblar a través de todos los objetivos del cono y luego regresar a su propia estación. El camino está dado por el primer jugador del equipo respectivo y se puede elegir libremente. El	
40 MIN.	FASE CENTRAL	driblign en espacios pequeños	EJERCICIO 2	dribling en espacio reducido Nº de jugadores: todo el Grupo Espacio: cancha Material: 1 balón por jugador	cada jugador tendra un balon el cual lo desplazaran por la cancha, cuando se encuentren con un compañero tendran que driblarlo, cada ves que el entrenador indique el espacio se reducira
20 MIN.	FASE CENTRAL	FORMAS JUGADAS	EJERCICIO 3	La leyenda	se organizarán por parejas cada una tendrá su respectivo balón y formaran dos hieras, una en el centro del campo y la otra en la línea de amplitud. El balón saldrá de la hilera central, al sonido del silbato el jugador realizara un pase a la zona
20 MIN.	FASE CENTRAL	juego	juego del regate	los jugadores que poseen la pelota comienzan a driblar a través del círculo, con el objetivo de regatear a través de los goles. Los defensores intentan evitar que anoten. Este ejercicio les enseña a los jugadores a proteger la pelota y	
15 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO	ESTIRAMIENTO	por parejas se ubicaran a los deportistas para realizar el estiramiento	
			RETO PROXIMA SESION		FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

INDEPORTES

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

DEPORTE	**FUTBOL**	VALOR	respeto	FORMADOR	DIEGO ROJAS
MUNICIPIO	GIRARDOT	FECHA	8/12/2023	NIVEL	Iniciacion 1
OBJETIVO:	fortecer el remate en movimiento con el pie derecho e izquierdo en porterias pequeñas y grandes			SESION	125

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA actividad de valores	SENSIBILIZACION	valor de la amistad	consiste en que una persona tendra que atrapar a sus compañeros una ves los toque estos deberan agarrarce de la mano formando una cadena de amistad, hasta que quede uno el cual sera el ganador
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Se dividirá el grupo en dos equipos, se jugará balón mano con la característica que para hacer el gol todos los de su equipo deberá tocar el balón. Calentamiento entrada en calor, pequeño trabajo AEROBICO para preparar el organismo para los	
30 MIN.	FASE CENTRAL	remate por parejas	EJERCICIO 1	EL MAS AGIL	Los jugadores se colocan por parejas y realizan tiros a una portería formada por dos conos, de tal forma que la pelota pase entre los dos conos. El
40 MIN.		remate en movimiento dinamico	EJERCICIO 2	remate con el pie derecho e izquirdo sin control Nº de jugadores: Grupos de 2 Espacio: 12m repeticiones: 10 con cada superficie de contacto Material: 1 balón por parejas	
20 MIN.		JUEGO 3 VS 3	EJERCICIO 3	El equipo A ataca y el B defiende. El objetivo es hacer gol en portería ancha, pero el equipo defensor no podrá atacar directamente a quien posee el balón, simplemente realizará un marcaje fuerte evitando que el gol se haga.	
20 MIN.		juego	5 vs 5	Nº de jugadores: 10 Espacio: 20x20 Material: 1 balon	se realizara un partido 5 vs 5 en la cancha donde se jugaran 2 tiempos de 10 minutos
15 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO	ESTIRAMIENTO	por parejas se ubicaran a los deportistas para realizar el estiramiento	
			RETO PROXIMA SESION	se les indicara a los estudiantes que mejorar del remate para que practique para la siguiente sesion	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

DEPORTE	**FUTBOL**	VALOR	respeto	FORMADOR	DIEGO ROJAS
MUNICIPIO	GIRARDOT	FECHA	8/12/2023	NIVEL	Iniciacion 2
OBJETIVO:	fortecer el dominio y control del balon en forma individual y grupal			SESION	126

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA: actividad de valores	SENSIBILIZACION	valor de la amistad, se realiza el juego de la lleva en cadenada	
10 MIN.	FASE INICIAL	Predeportivos	CALENTAMIENTO	MARINERO A SUS BARCOS,Todos estarán pendientes del capitán a sus órdenes donde tendrá que hacer diferentes dinámicas en el campo.	
30 MIN.	FASE CENTRAL	circuito de driblign	EJERCICIO 1	Cada grupo de 5 jugadores debe driblar a través de todos los objetivos del cono y luego regresar a su propia estación. El camino está dado por el primer jugador del equipo respectivo y se puede elegir libremente. El	
40 MIN.	FASE CENTRAL	driblign en espacios pequeños	EJERCICIO 2	dribling en espacio reducido Nº de jugadores: todo el Grupo Espacio: cancha Material: 1 balón por jugador	cada jugador tendra un balon el cual lo desplazaran por la cancha, cuando se encuentren con un compañero tendran que driblarlo, cada ves que el entrenador indique el espacio se reducira
20 MIN.	FASE CENTRAL	FORMAS JUGADAS	EJERCICIO 3	La leyenda	se organizarán por parejas cada una tendrá su respectivo balón y formaran dos hieras, una en el centro del campo y la otra en la línea de amplitud. El balón saldrá de la hilera central, al sonido del silbato el jugador realizara un pase a la zona
20 MIN.	FASE CENTRAL	juego	juego del regate	los jugadores que poseen la pelota comienzan a driblar a través del círculo, con el objetivo de regatear a través de los goles. Los defensores intentan evitar que anoten. Este ejercicio les enseña a los jugadores a proteger la pelota y	
15 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO	ESTIRAMIENTO	por parejas se ubicaran a los deportistas para realizar el estiramiento	
			RETO PROXIMA SESION		FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

INDEPORTES

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

DEPORTE	**FUTBOL**	VALOR	respeto	FORMADOR	DIEGO ROJAS
MUNICIPIO	GIRARDOT	FECHA	11/12/2023	NIVEL	Iniciacion 1
OBJETIVO:	fortecer el remate en movimiento con el pie derecho e izquierdo en porterias pequeñas y grandes			SESION	127

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA actividad de valores	SENSIBILIZACION	valor de la amistad	consiste en que una persona tendra que atrapar a sus compañeros una ves los toque estos deberan agarrarce de la mano formando una cadena de amistad, hasta que quede uno el cual sera el ganador
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Se dividirá el grupo en dos equipos, se jugará balón mano con la característica que para hacer el gol todos los de su equipo deberá tocar el balón. Calentamiento entrada en calor, pequeño trabajo AEROBICO para preparar el organismo para los	
30 MIN.	FASE CENTRAL	remate por parejas	EJERCICIO 1	EL MAS AGIL	Los jugadores se colocan por parejas y realizan tiros a una portería formada por dos conos, de tal forma que la pelota pase entre los dos conos. El
40 MIN.		remate en movimiento dinamico	EJERCICIO 2	remate con el pie derecho e izquirdo sin control Nº de jugadores: Grupos de 2 Espacio: 12m repeticiones: 10 con cada superficie de contacto Material: 1 balón por parejas	
20 MIN.		JUEGO 3 VS 3	EJERCICIO 3	El equipo A ataca y el B defiende. El objetivo es hacer gol en portería ancha, pero el equipo defensor no podrá atacar directamente a quien posee el balón, simplemente realizará un marcaje fuerte evitando que el gol se haga.	
20 MIN.		juego	5 vs 5	Nº de jugadores: 10 Espacio: 20x20 Material: 1 balon	se realizara un partido 5 vs 5 en la cancha donde se jugaran 2 tiempos de 10 minutos
15 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO	ESTIRAMIENTO	por parejas se ubicaran a los deportistas para realizar el estiramiento	
			RETO PROXIMA SESION	se les indicara a los estudiantes que mejorar del remate para que practique para la siguiente sesion	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

INDEPORTES

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

DEPORTE	**FUTBOL**	VALOR	RESPETO	FORMADOR	DIEGO ROJAS
MUNICIPIO	GIRARDOT	FECHA	11/12/2023	NIVEL	Iniciacion 2
OBJETIVO:	evidenciar diferentes formas de dribling por medio de trabajos predeportivos			SESION	128

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA actividad de valores	SENSIBILIZACION	principales cualidades y características del compañero que está a la izquierda. Luego, todos los papeles se guardan en una bolsa y cada uno lee un papel al azar, tratando de adivinar a qué niño hace referencia. La idea es que al dar a conocer las virtudes y cualidades de los	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	juego "ponchados"	Consiste en que por turnos una persona lleva una pelota mediana (PONCHADOR), y tiene que perseguir a los otros jugadores (CORREDORES) para tirarles el balón. Si un jugador corredor es
25 MIN.	FASE CENTRAL	Dribling	EJERCICIO 1	Dribling superficcies de contacto pie Nº de jugadores: todo el grupo Espacio: 20	Los jugadores se colocan delante de un cono (“ para los principiantes que sea un cono pequeño y para los que llevan tiempo entrenando un cono
25 MIN.		regate dinamico	EJERCICIO 2	regate por pareja Nº de jugadores: Grupos Espacio: 5x5 m. Duración/repeticiones: 15 repet. Material: 1 balón por parejas	Los jugadores se sitúan por parejas, el jugador A tiene el balón y su compañero B se sitúa a 5 metros de A. Con el inicio del ejercicio, el jugador A sale en dirección a B quien viene a su encuentro y realiza el regate que hayamos propuesto, cuando haya superado a su compañero, gira y le envía un
20 MIN.		regate con defensas	EJERCICIO 3	Colocamos tres defensores intercalados entre el jugador A y la portería a una distancia entre ellos de 10 metros. El jugador a debe superar al primer adversario con un regate, si lo consigue podrá seguir e intentar desbordar al segundo jugador y si lo consigue al tercero. Si logra salir	
20 MIN.		juego	partido 1 contra 1 y 2 contra 2	Nº de jugadores: 1 vs 1 Espacio: 3x3 Duración: 3 minutos Material: 1 balon	Partido 1 contra 1 en espacio reducido y con porterías pequeñas. Se puede organizar a modo de torneo. Luego se realiza 2 vs 2
15 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO	ESTIRAMIENTO	Se realizará una elongación muscular de las diferentes partes del cuerpo. Dirigida por docentes. Para realizar una adecuada oxigenación al musculo debido a la carga física que puedan presentar los estudiantes.	
			RETO PROXIMA SESION	Se les indicara a los estudiantes que manejen control y dominio de balon en la casa y lo practiquen con una bolsa primer	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	**FUTBOL**	VALOR	respeto	FORMADOR	DIEGO ROJAS
MUNICIPIO	GIRARDOT	FECHA	13/12/2023	NIVEL	Iniciacion 1
OBJETIVO:	fortecer el remate en movimiento con el pie derecho e izquierdo en porterias pequeñas y grandes			SESION	129

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA actividad de valores	SENSIBILIZACION	valor de la amistad	consiste en que una persona tendra que atrapar a sus compañeros una ves los toque estos deberan agarrarce de la mano formando una cadena de amistad, hasta que quede uno el cual sera el ganador
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Se dividirá el grupo en dos equipos, se jugará balón mano con la característica que para hacer el gol todos los de su equipo deberá tocar el balón. Calentamiento entrada en calor, pequeño trabajo AEROBICO para preparar el organismo para los	
30 MIN.	FASE CENTRAL	remate por parejas	EJERCICIO 1	EL MAS AGIL	Los jugadores se colocan por parejas y realizan tiros a una portería formada por dos conos, de tal forma que la pelota pase entre los dos conos. El
40 MIN.		remate en movimiento dinamico	EJERCICIO 2	remate con el pie derecho e izquirdo sin control Nº de jugadores: Grupos de 2 Espacio: 12m repeticiones: 10 con cada superficie de contacto Material: 1 balón por parejas	
20 MIN.		JUEGO 3 VS 3	EJERCICIO 3	El equipo A ataca y el B defiende. El objetivo es hacer gol en portería ancha, pero el equipo defensor no podrá atacar directamente a quien posee el balón, simplemente realizará un marcaje fuerte evitando que el gol se haga.	
20 MIN.		juego	5 vs 5	Nº de jugadores: 10 Espacio: 20x20 Material: 1 balon	se realizara un partido 5 vs 5 en la cancha donde se jugaran 2 tiempos de 10 minutos
15 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO	ESTIRAMIENTO	por parejas se ubicaran a los deportistas para realizar el estiramiento	
			RETO PROXIMA SESION	se les indicara a los estudiantes que mejorar del remate para que practique para la siguiente sesion	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

DEPORTE	**FUTBOL**	VALOR	RESPETO	FORMADOR	DIEGO ROJAS
MUNICIPIO	GIRARDOT	FECHA	13/12/2023	NIVEL	Iniciacion 2
OBJETIVO:	evidenciar diferentes formas de dribling por medio de trabajos predeportivos			SESION	130

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA actividad de valores	SENSIBILIZACION	principales cualidades y características del compañero que está a la izquierda. Luego, todos los papeles se guardan en una bolsa y cada uno lee un papel al azar, tratando de adivinar a qué niño hace referencia. La idea es que al dar a conocer las virtudes y cualidades de los	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	juego "ponchados"	Consiste en que por turnos una persona lleva una pelota mediana (PONCHADOR), y tiene que perseguir a los otros jugadores (CORREDORES) para tirarles el balón. Si un jugador corredor es
25 MIN.	FASE CENTRAL	Dribling	EJERCICIO 1	Dribling superficcies de contacto pie Nº de jugadores: todo el grupo Espacio: 20	Los jugadores se colocan delante de un cono (“ para los principiantes que sea un cono pequeño y para los que llevan tiempo entrenando un cono
25 MIN.		regate dinamico	EJERCICIO 2	regate por pareja Nº de jugadores: Grupos Espacio: 5x5 m. Duración/repeticiones: 15 repet. Material: 1 balón por parejas	Los jugadores se sitúan por parejas, el jugador A tiene el balón y su compañero B se sitúa a 5 metros de A. Con el inicio del ejercicio, el jugador A sale en dirección a B quien viene a su encuentro y realiza el regate que hayamos propuesto, cuando haya superado a su compañero, gira y le envía un
20 MIN.		regate con defensas	EJERCICIO 3	Colocamos tres defensores intercalados entre el jugador A y la portería a una distancia entre ellos de 10 metros. El jugador a debe superar al primer adversario con un regate, si lo consigue podrá seguir e intentar desbordar al segundo jugador y si lo consigue al tercero. Si logra salir	
20 MIN.		juego	partido 1 contra 1 y 2 contra 2	Nº de jugadores: 1 vs 1 Espacio: 3x3 Duración: 3 minutos Material: 1 balon	Partido 1 contra 1 en espacio reducido y con porterías pequeñas. Se puede organizar a modo de torneo. Luego se realiza 2 vs 2
15 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO	ESTIRAMIENTO	Se realizará una elongación muscular de las diferentes partes del cuerpo. Dirigida por docentes. Para realizar una adecuada oxigenación al musculo debido a la carga física que puedan presentar los estudiantes.	
			RETO PROXIMA SESION	se les indicara a los estudiantes que manejen control y dominio de balon en la casa y lo practiquen con una bolsa primer	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

INDEPORTES

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE	**FUTBOL**	VALOR	respeto	FORMADOR	DIEGO ROJAS
MUNICIPIO	GIRARDOT	FECHA	15/12/2023	NIVEL	Iniciacion 1
OBJETIVO:	fortecer el remate en movimiento con el pie derecho e izquierdo en porterias pequeñas y grandes			SESION	131

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA actividad de valores	SENSIBILIZACION	valor de la amistad	consiste en que una persona tendra que atrapar a sus compañeros una ves los toque estos deberan agarrarce de la mano formando una cadena de amistad, hasta que quede uno el cual sera el ganador
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Se dividirá el grupo en dos equipos, se jugará balón mano con la característica que para hacer el gol todos los de su equipo deberá tocar el balón. Calentamiento entrada en calor, pequeño trabajo	
30 MIN.	FASE CENTRAL	remate por parejas	EJERCICIO 1	EL MAS AGIL	Los jugadores se colocan por parejas y realizan tiros a una portería formada por dos conos, de tal forma que la pelota pase entre los dos conos. El
40 MIN.		remate en movimiento dinamico	EJERCICIO 2	remate con el pie derecho e izquirdo sin control Nº de jugadores: Grupos de 2 Espacio: 12m repeticiones: 10 con cada superficie de contacto Material: 1 balón por parejas	
20 MIN.		JUEGO 3 VS 3	EJERCICIO 3	El equipo A ataca y el B defiende. El objetivo es hacer gol en portería ancha, pero el equipo defensor no podrá atacar directamente a quien posee el balón, simplemente realizará un marcaje fuerte evitando que el gol se haga.	
20 MIN.		juego	5 vs 5	Nº de jugadores: 10 Espacio: 20x20 Material: 1 balon	se realizara un partido 5 vs 5 en la cancha donde se jugaran 2 tiempos de 10 minutos
15 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO	ESTIRAMIENTO	por parejas se ubicaran a los deportistas para realizar el estiramiento	
			RETO PROXIMA SESION	se les indicara a los estudiantes que mejorar del remate para que practique para la siguiente sesion	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

INDEPORTES

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

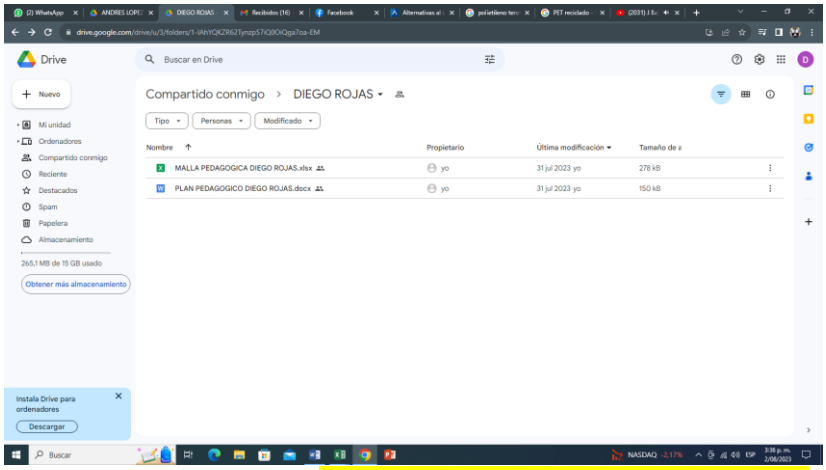
DEPORTE	**FUTBOL**	VALOR	RESPETO	FORMADOR	DIEGO ROJAS
MUNICIPIO	GIRARDOT	FECHA	15/12/2023	NIVEL	Iniciacion 2
OBJETIVO:	evidenciar diferentes formas de dribling por medio de trabajos predeportivos			SESION	132

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA actividad de valores	SENSIBILIZACION	principales cualidades y características del compañero que está a la izquierda. Luego, todos los papeles se guardan en una bolsa y cada uno lee un papel al azar, tratando de adivinar a qué niño hace referencia. La idea es que al dar a conocer las virtudes y cualidades de los	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	juego "ponchados"	Consiste en que por turnos una persona lleva una pelota mediana (PONCHADOR), y tiene que perseguir a los otros jugadores (CORREDORES) para tirarles el balón. Si un jugador corredor es
25 MIN.	FASE CENTRAL	Dribling	EJERCICIO 1	Dribling superficcies de contacto pie Nº de jugadores: todo el grupo Espacio: 20	Los jugadores se colocan delante de un cono (“ para los principiantes que sea un cono pequeño y para los que llevan tiempo entrenando un cono
25 MIN.		regate dinamico	EJERCICIO 2	regate por pareja Nº de jugadores: Grupos Espacio: 5x5 m. Duración/repeticiones: 15 repet. Material: 1 balón por parejas	Los jugadores se sitúan por parejas, el jugador A tiene el balón y su compañero B se sitúa a 5 metros de A. Con el inicio del ejercicio, el jugador A sale en dirección a B quien viene a su encuentro y realiza el regate que hayamos propuesto, cuando haya superado a su compañero, gira y le envía un
20 MIN.		regate con defensas	EJERCICIO 3	Colocamos tres defensores intercalados entre el jugador A y la portería a una distancia entre ellos de 10 metros. El jugador a debe superar al primer adversario con un regate, si lo consigue podrá seguir e intentar desbordar al segundo jugador y si lo consigue al tercero. Si logra salir	
20 MIN.		juego	partido 1 contra 1 y 2 contra 2	Nº de jugadores: 1 vs 1 Espacio: 3x3 Duración: 3 minutos Material: 1 balon	Partido 1 contra 1 en espacio reducido y con porterías pequeñas. Se puede organizar a modo de torneo. Luego se realiza 2 vs 2
15 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO	ESTIRAMIENTO	Se realizará una elongación muscular de las diferentes partes del cuerpo. Dirigida por docentes. Para realizar una adecuada oxigenación al musculo debido a la carga física que puedan presentar los estudiantes.	
			RETO PROXIMA SESION	se les indicara a los estudiantes que manejen control y dominio de balon en la casa y lo practiquen con una bolsa primer	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

OBLIGACON PDF ACTIVIDAD NO 08

COLOCAR PANTALLAZOS DE LAS CARPETAS DEL DRIVE CON LA INFORMACION SOLICITAD O BASE DE DATOS SOLICITADAS



OBLIGACON PDF ACTIVIDAD NO 09

COLOCAR EL PLAN MENSUAL SEGÚN FORMATO ESTIPULADO

DICIEMBRE

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

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

MES DICIEMBRE				**MUNICIPIO:**	**GIRARDOT**
LUGAR:				**HORARIO DE PRACTICA:**	**4 A 6 PM**
				NIVEL	
DESARROLLO MENSUAL				**INICIACIÓN 1 6 A 8 AÑOS**	**INICIACION 2 9 A 12 AÑOS**
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO		
			RESPONSABILIDAD	X	X
			COMPAÑERISMO	X	X
			JUSTICIA		
			COOPERACION		
			LEALTAD		
			TRABAJO EN EQUIPO		
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD		X
			OBEDIENCIA		
			AUTODISCIPLINA	X	X
			PARTICIPACIÓN		
			PERSEVERANCIA		
			AUTODOMINIO		
			RECOMPENSA		
	PARTE INICIAL	INICIO	INTRODUCCIPON	X	X
			MOVILIDAD ARTICULAR	X	X
			CALENTAMIENTO		X
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO		
			RITMO		X
			EQUILIBRIO		X
			ORIENTACION	X	X
			DIFERENCIACION		
			REACCIÓN		
			ADAPTACIÓN		
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA		
			VELOCIDAD		X
			FLEXIBILIDAD		
			RESISTENCIA	X	X
		ELEMENTOS TECNICOS	PASE		
			CONDUCCIO	X	X
		ELEMENTOS TACTICOS			
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION		
			JUEGOS TRADICIONALES		
			ACTIVIDADES ARTISTICAS		
			CIRCUITOS RECREATIVOS		
			FESTIVALES RECREATIVOS		
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	X	
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)		
FIRMA FORMADOR:		**DIEGO ROJAS**			

OBLIGACON PDF ACTIVIDAD NO 10

ACTIVIDAD PENDIENTE MIENTRAS SALE EL CRONOGRAMA PARA LA EJECUCION DE LAS PRUEBA

OBLIGACON PDF ACTIVIDAD NO 11

COLOCAR CERTIFICACIÓN DEL MUNICIPIO CON FECHA SEGÚN ACTA DE INICIO A 28 DE FEBRERO LA CERTIFICACION DEBE LLEVAR EN ORIGINAL CUANDO SE REALICE LA REVISION DEL INFORME PRESENCIAL

ALCALDÍA DE GIRARDOT

GIRARDOT ESTE TODOS

Código: ADR17
Versión: 1
Vigencia: 2023
Copia controlada

LA SECRETARÍA DE DEPORTES Y RECREACIÓN DEL MUNICIPIO DE GIRARDOT - CUNDINAMARCA

HACE CONSTAR

Que el señor **DIEGO ARMANDO ROJAS**, identificado con la cedula de ciudadanía No. **11.228.578,** expedida en Girardot, presto sus servicios como **MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA, (INDEPORTES CUNDINAMARCA),** durante el periodo comprendido del **1 al 16 de DICIEMBRE DE 2023,** cumpliendo con su objeto contractual, según certificación allegada por María Camila Mejía Figueredo- Coordinadora Provincial del Alto Magdalena

Cordialmente

ALCALDÍA DE GIRARDOT

GIRARDOT ESTE TODOS

GLORIA STEFANI MARTINEZ CAPERA
Secretaria de Deportes y Recreación (E)

Proyectó: Jorge Eduardo Sánchez Soto
Cargo: Técnico Operativo
Código 314 Grado 02

SECRETARIA DE DEPORTES
DÍA____MES____AÑO

INDEPORTES

OBLIGACON PDF ACTIVIDAD 12

ACTIVIDAD PENDIENTE MIENTRAS SALE EL CRONOGRAMA PARA LA EJECUCION DE LOS FESTIVALES.

APOYO	
EN EL PRESENTE MES NO SE RELIZARON APOYOS	

OBLIGACON PDF ACTIVIDAD NO 13

COLOCAR COLLAGE DE 6 FOTOS DE TODAS LAS REUNIONES, APOYOS Y CAPACITACIONES

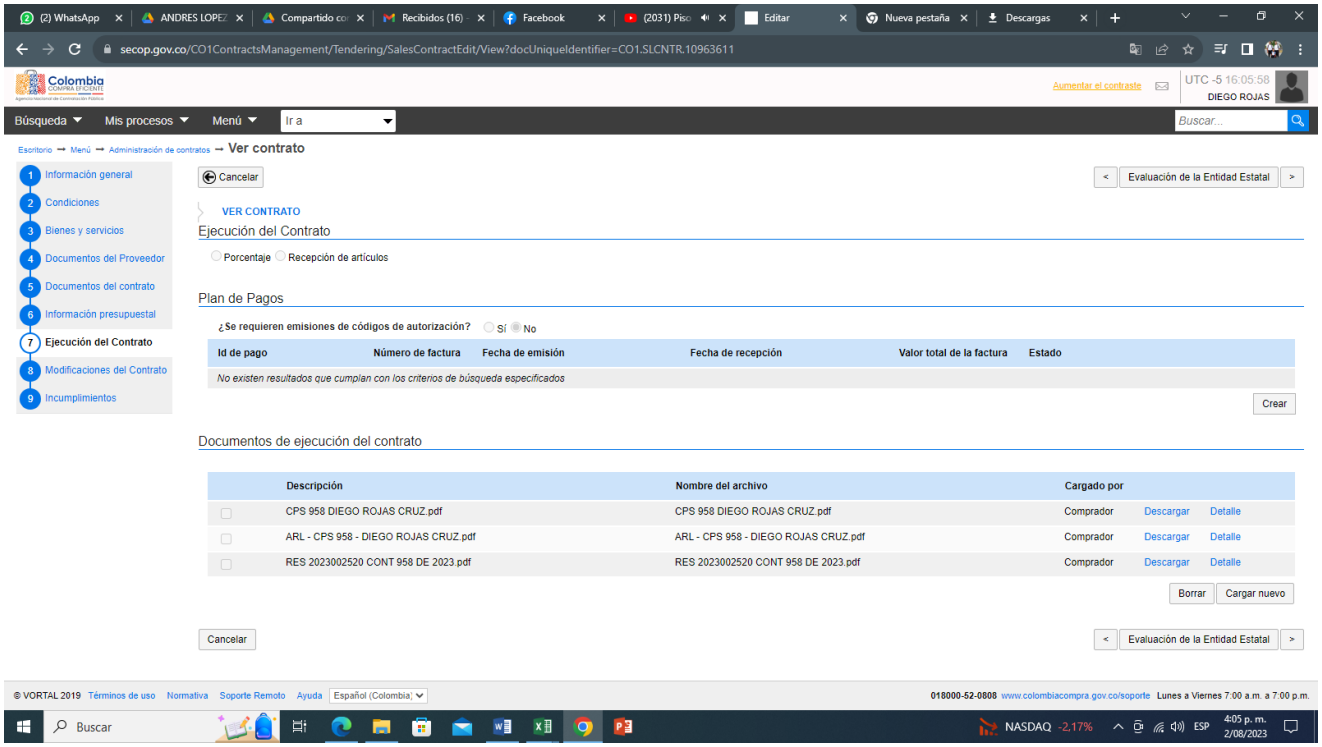
APOYOS A REUNIONES, APOYOS Y CAPACITACIONES	
EN EL PRESENTE MES NO SE REALIZARON REUNIONES NI APOYOS	

OBLIGACON PDF ACTIVIDAD NO 014

COLOCAR QUE SE ENTREGARÁ CUANDO SE SOLICITE DOCUMENTACIÓN DEL ÁREA DE ARCHIVO

OBLIGACON PDF ACTIVIDAD NO 015

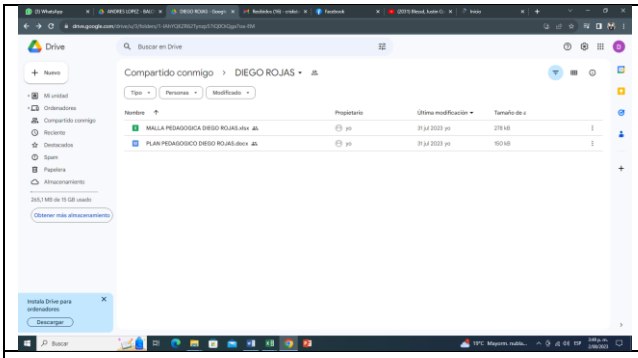
COLOCAR EVIDENCIA DE LA ENTREGA DE LOS INFORMES AL SECOPII

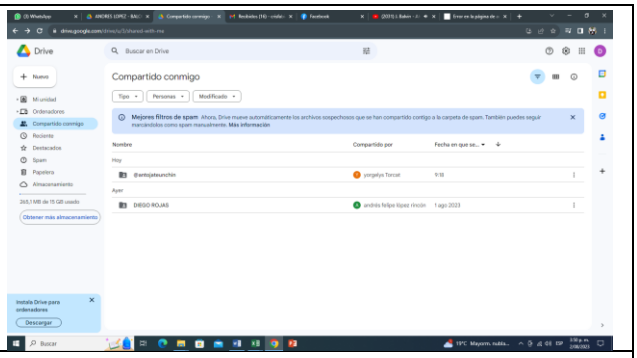


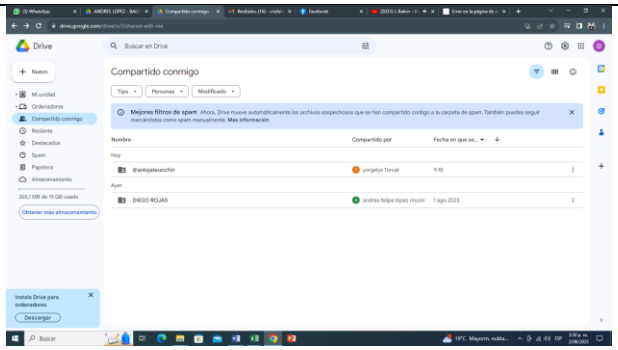
OBLIGACON PDF ACTIVIDAD NO 016

INDEPORTES

COLOCAR UN COLLAJE DE LAS CARPETAS QUE SE MANEJAN EL DRIVE CON SU RESPECTIVO CONTENIDO PARA EL SEGUNDO PAGO SE DEBE PRESENTAR EN PDF LOS DOCUMENTOS DE LOS NIÑOS





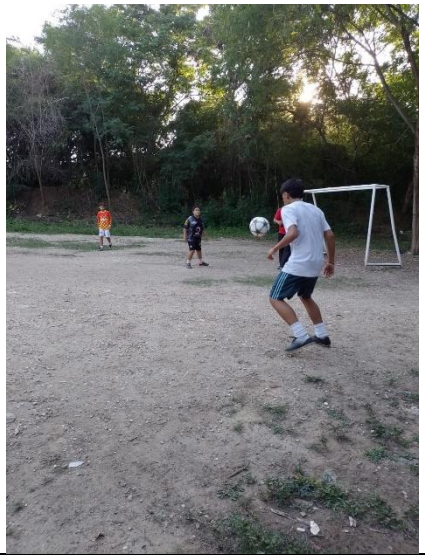


ANEXAR 4 FOTOS CON SELFIE POR NIVEL INICIACIÓN, FUNDAMENTACIÓN LA FOTO DEBE LLEAVR LA MARCA DE AGUA DONDE SE PRESENTE LA FECHA, HORA LUGAR.

INDEPORTES

INICIACION 1	
	
FECHA Y LUGAR: 04/12/2023	**FECHA Y LUGAR: 04/12/2023**
	
FECHA Y LUGAR: 04/12/2023	**FECHA Y LUGAR: 04/12/2023**

INICIACION 2

	
FECHA Y LUGAR: 01/12/2023	**FECHA Y LUGAR:01/12/2023**
	
FCHA Y LUGAR: 01/12/2023	**FECHA Y LUGAR: 01/12/2023**