FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Voleibol		**FECHA DE VISITA:** 10/04/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Perfeccionamiento	Voleibol piso	Colegio Dental Enrique Pardo Parra
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
21	///	21

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Charla introductoria	4:00 pm	ALBARO CALDERON	20 min
Movilidad Articular	4:20 pm	ALBARO CALDERON	10 min
Sistema de juego y posicionamiento	4:30 pm	ALBARO CALDERON	60min
Repeticiones de juego	5:30 pm	ALBARO CALDERON	30 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ El instructor ejecuta y muestra capacidad técnica, desplazamiento y orden dentro del campo, identificar y describir las diferentes posiciones de este deporte.
- ✓ De esta manera comprender roles y responsabilidades de cada posición.
- ✓ Aplicar las habilidades especificas requeridas de cada posición

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

-Entregar formato de planeaciones en las fechas establecidas, para realizar seguimiento técnico acorde entre planeación y sesión en campo.

-El proceso de enseñanza y entrenamiento.

- la ejecución de cualquiera de los elementos técnicos en el voleibol exige una posición adecuada y de un desplazamiento que asegure el éxito en la acción.

- ✓ Recepción y paces
- ✓ Ataque y remates

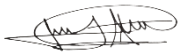
1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

Se requiere material adecuado para realizar las sesiones de entrenamiento con éxito debido que el material es limitado y el grupo ha venido en crecimiento.



_____

Firma metodólogo



_____

Albaro calderón

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024







FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol sala		**FECHA DE VISITA:** 16/04/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación	Futbol Sala Masculino	Campus municipal (cancha múltiple)
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
4	////	4

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Charla Explicativa	4:00 pm	CARLOS HERNANDEZ	15 min
Calentamiento	4:15 pm	CARLOS HERNANDEZ	10 min
Trabajo Coordinación	4:25 pm	CARLOS HERNANDEZ	45 min
Trabajo Técnico	5:10 pm	CARLOS HERNANDEZ	40 min
Estiramiento	5:50 pm	CARLOS HERNANDEZ	10 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Precalentamiento: Trote continuo alrededor de la cancha
- ✓ Trabajo Coordinación: skipping doble apoyo, tocar cono con mano, slalom
- ✓ Trabajo Técnico: repeticiones trabajos de conducción y pateo superficie de contacto, borde interno planta de pie.
- ✓ Estiramiento: Tren inferior

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

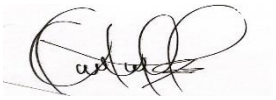
- ✓ Balones
- ✓ Discos
- ✓ Platillos
- ✓ petos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Masificar y convocar en las instituciones educativas a los niños que cumplan con estas edades para cumplir con la población mínima requerida. ✓ Las indicaciones para los deportistas deben ser claras y específicas teniendo en cuenta la edad de los deportistas. ✓ Actividades llamativas.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Falta de deportistas inscritos en la escuela de formación, se buscarán estrategias de masificación.





_____ _____

Firma metodólogo ***Firma Instructor***

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024





FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol		**FECHA DE VISITA:** 22/04/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación	Futbol Masculino	Campus municipal
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
9	////	9

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Precalentamiento	4:00 pm	DIEGO TINOCO	20 min
Estiramiento	4:20 pm	DIEGO TINOCO	10 min
Trabajo Técnico	4:30 pm	DIEGO TINOCO	30 min
Trabajo Físico Técnico	5:00 pm	DIEGO TINOCO	20 min
Trabajo Físico	5:20 pm	DIEGO TINOCO	20 min
Trabajo Táctico	5:40 pm	DIEGO TINOCO	20 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Precalentamiento: Conducción de balón manejando diferentes ritmos de tiempo que van en aumento.
- ✓ Trabajo Técnico: para mejorar la técnica se realiza ejercicios se enfoca en control y pase con borde interno, formando parejas uno frente a el otro a una distancia de 4 metros, donde se rotan cada 8 minutos para trabajar con todos los compañeros.
- ✓ Trabajo Físico Técnico: circuito de velocidad con definición a portería para fortalecer la técnica individual de cada jugador y precisión a el patear mejorando de esta manera también la técnica de pateo.
- ✓ Trabajo Físico: se dividió el grupo en 2 equipos donde se trabajó la reacción de los deportistas, compitiendo de a dos jugadores ubicándose boca a bajo con las manos en la espalda, al sonido de el silbato se levantan y compiten por ganar la posición del balón y marcar gol.
- ✓ Trabajo Táctico: Futbol espacio reducido

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos
- ✓ arcos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Faltan canchas movibles para la practica deportiva en estas categorías. ✓ Este deporte ayuda a relacionarse con personas de la misma edad, compartiendo juntos el esfuerzo, las victorias y derrotas.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Par esta categoría seria de suma importancia unas vallas de salto ya que a ellos se les trabajo demasiado las capacidades motrices básicas. ✓ Uniformidad ✓ El espacio para la practica cuenta con unos huecos y es peligroso para los niños.



_____

Firma metodólogo

Diego tinoco

_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024





FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Baloncesto		**FECHA DE VISITA:** 3/04/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación	Baloncesto Fem-Mas	Campus municipal (Cancha múltiple)
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
8	////	8

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Calentamiento	4:00 pm	EDISON CHITIVA	20 min
Trabajo Físico	5:00 pm	EDISON CHITIVA	60 min
Estiramiento	5:45 pm	EDISON CHITIVA	15 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Trote continuo, (repeticiones)
- ✓ Trabajo Físico: seris continuas de fortalecimiento de piernas, aumentar la resistencia.
- ✓ Estiramiento general.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Graderías estadio municipal.

Observaciones: Materiales a utilizar cambiaron teniendo en cuenta el cambio de escenario.

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

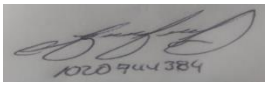
- ✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, se modifica teniendo en cuenta las condiciones climáticas, de esta manera es necesario plantear una opción B
- ✓ Faltan escenarios deportivos Cubiertos, si se tiene en cuenta las condiciones climáticas.
- ✓ Fortalece los músculos y aumenta la resistencia física.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Es necesario contar con diferentes espacios acordes y más si se tiene en cuenta variedad climática que permitan la practica adecuada en cualquier momento, faltan balones acordes para esta categoría y torres.



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024





FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Baloncesto		**FECHA DE VISITA:** 23/04/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Perfeccionamiento	Baloncesto Fem-Mas	Campus municipal (Cancha múltiple)
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
14	6	8

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Calentamiento	4:00 pm	ELKIN SUAREZ	15 min
Trabajo Técnico	4:15 pm	ELKIN SUAREZ	45 min
Trabajo Físico - Técnico	5:00 pm	ELKIN SUAREZ	45 min
Estiramiento	5:45 pm	ELKIN SUAREZ	15 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Estiramiento: Realización de movimientos articulares incluyendo hombros, brazos, cadera, rodillas y tobillos.
- ✓ Trabajos Técnicos: Desplazamiento con balón, realizando gestos técnicos de doble ritmo y lanzamientos.
- ✓ Trabajo Fisico-Tecnico: Juego dinámico aplicado a velocidad corta de ida y vuelta.
- ✓ Estiramiento general.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos
- ✓ Petos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

- ✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas.
- ✓ Faltan escenarios deportivos teniendo en cuenta la cantidad de deportistas participando en las diferentes disciplinas deportivas ofertadas por el IMRD.
- ✓ Mejora el estado de salud de forma general, la condición física y ayuda a su mantenimiento.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Como instructor de IMRD se nos brinda la posibilidad de realizar un buen trabajo ya que se nos brinda un material didáctico como balones, petos, conos, aros, estacas etc. para la realización de clases; igualmente contamos con prerracionales como preparadores físicos, metodólogos, fisioterapeutas, nutricionistas, psicólogos y médicos que nos brindan asesorías continuas para poder sacar los proyectos deportivos adelante; sin embargo considero un inconveniente grande, la falta de espacios deportivos para la buena realización de los entrenamientos sin perjudicar el trabajo de otras disciplinas deportivas.



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor





FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol sala		**FECHA DE VISITA:** 1/04/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Perfeccionamiento	Futbol Sala Masculino Y Femenino	Campus municipal (cancha múltiple)
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
26	8	18

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Charla Explicativa	4:00 pm	FREDY MORTIGO	10 min
Calentamiento	4:10 pm	FREDY MORTIGO	20 min
Trabajo Táctico	4:30 pm	FREDY MORTIGO	40 min
Trabajo Técnico	5:10 pm	FREDY MORTIGO	40 min
Estiramiento	5:50 pm	FREDY MORTIGO	10 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Trote continuo cambio de ritmo y velocidad
- ✓ Trabajo Táctico: Jugadas en situación de juego real, el espacio en acciones individuales, los jugadores deben ejecutar desplazamientos buscando la creación y ocupación de espacios
- ✓ Práctica de ejercicios individuales y grupales que incluyan habilidades y destrezas específicas del fútbol sala: conducciones, pases, recepciones, paradas, controles y disparos a portería.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Platillos
- ✓ Discos
- ✓ balones
- ✓ petos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Estrategias de trabajo involucrando la cantidad de deportistas que asisten a la sesión de entrenamiento. ✓ Las indicaciones para los deportistas deben ser claras y específicas teniendo en cuenta la edad de los deportistas.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Espacio alterno para la practica deportiva, teniendo en cuenta las condiciones climáticas ✓ Uniformidad teniendo en cuenta participaciones ✓ Faltan balones teniendo en cuenta la gran cantidad de deportistas inscritos.





_____ _____

Firma metodólogo ***Firma Instructor***

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024





FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol		**FECHA DE VISITA:** 9/04/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación	Futbol Masculino	Campus municipal (estadio municipal)
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
14	////	14

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Charla Explicativa	4:00 pm	JESUS FERRUCHO	10 min
Precalentamiento	4:10 pm	JESUS FERRUCHO	20 min
Trabajo Técnico	4:30 pm	JESUS FERRUCHO	50 min
Trabajo Físico Técnico	5:20 pm	JESUS FERRUCHO	40 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Precalentamiento: Trote continuo y conducción con balón, variables (desplazamiento 6 metros)
- ✓ Trabajo Técnico: resección y entrega del balón trabajo por parejas, diferentes variables (superficies de contacto)
- ✓ Trabajo Físico Técnico: futbol espacio reducido 8 vs 8

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Petos
- ✓ Balones
- ✓ Platillos
- ✓ arcos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

- ✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas.
- ✓ Mantener a los padres, acudientes o acompañantes apartados de las sesiones de entrenamiento.
- ✓ Las indicaciones para los deportistas deben ser claras y específicas.

- ✓ Fomenta la disciplina, y la competitividad.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

- ✓ Muchas categorías en el mismo espacio y a la misma hora, (espacio opcional).
- ✓ Faltan mas balones para la práctica del deporte
- ✓ Competencias para estas categorías



_____

Firma metodólogo

Jesus Ferrucho

_____

Firma Instructor





FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol		**FECHA DE VISITA:** 24/04/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
fundamentación	Futbol Masculino	Estadio municipal
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
34	///	34

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO

ACTIVIDAD	HORA	RESPONSABLE	TIEMPO DISPUESTO
Charla introductoria	4:00 pm	JOEL ESTREMOR	10 min
Calentamiento	4:10 pm	JOEL ESTREMOR	20 min
Trabajo técnico	4:30 pm	JOEL ESTREMOR	50 min
Trabajo técnico	5:20 pm	JOEL ESTREMOR	30 min
Retroalimentación	5:50 pm	JOEL ESTREMOR	10 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Charla Introductoria: Introducción temáticas de trabajo para la sesión
- ✓ Calentamiento: Trabajos dinámicos con balón y gestos técnicos
- ✓ Trabajos técnicos: Desplazamientos (cortos, largos) dentro del campo, circuitos paces superficies de contacto.
- ✓ Trabajos técnicos: espacios reducidos (4 vs 4), (4 vs 2)

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ El compañerismo, la responsabilidad y el afán de superación ayudan al desarrollo emocional de los deportistas en este deporte.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Poco espacio de trabajo si se tiene en cuenta la cantidad de deportistas inscritos a esta escuela de formación deportiva. ✓ Se requiere de uniformidad.



Joel estremur

_____ _____

Firma metodólogo ***Firma Instructor***

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024





FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol sala		**FECHA DE VISITA:** 5/04/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Fundamentación	Futbol Sala Masculino Y Femenino	Campus municipal (cancha múltiple)
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
12	////	12

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Charla Explicativa	4:00 pm	JULIAN BERMUDEZ	10 min
Calentamiento	4:10 pm	JULIAN BERMUDEZ	15 min
Trabajo Técnico	4:25 pm	JULIAN BERMUDEZ	35 min
Trabajo Técnico	5:00 pm	JULIAN BERMUDEZ	40 min
Trabajo Táctico	5:40 pm	JULIAN BERMUDEZ	20 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Trote continuo alrededor de la cancha.
- ✓ Trabajo Técnico: Práctica de ejercicios individuales y grupales que incluyan habilidades y destrezas específicas del fútbol sala: conducciones, pases, recepciones, paradas, controles y disparos a portería.
- ✓ Trabajo Técnico: Transferencia de la carga de la semana en ejercicios específicos de campo, juego por laterales, manejo de la defensa, movimientos específicos al defender y las acciones implícitas (retardar, perfiles, presión tras perdida, coberturas, entre otros)
- ✓ Trabajo Táctico: Juego asistentes a sesión.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Platillos
- ✓ Discos
- ✓ balones
- ✓ petos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Buena estrategia y manejo grupal. ✓ En las observaciones de las planificaciones, estructurar plan B teniendo en cuenta las variables climáticas (Teoría reglamentación trabajos tácticos etc)

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Tratar de mejorar el piso de dos de las canchas de la zona dura teniendo en cuenta la peligrosidad en el terreno. ✓ Faltan materiales Técnicos para la buena evolución de el proceso.



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor





FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Ultimate		**FECHA DE VISITA:** 11/04/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación / Fundamentación	Ultimate	Campus municipal (detrás de CIC)
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
10	3	7

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Calentamiento	4:00 pm	JULIAN GUACANEME	20 min
Trabajo Físico	4:20 pm	JULIAN GUACANEME	50 min
Trabajo Físico Técnico	5:10 pm	JULIAN GUACANEME	50 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: trote continuo
- ✓ Trabajo Físico: rutina de fortalecimiento de la zona Core enfocado en los oblicuos
- ✓ Trabajo Físico Técnico: rutas de desmarque hacia adelante mediante grills, estos drills irán aumentando de dificultad conforme avance la práctica, hasta llegar a una simulación de juego "real"

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Discos (Frisby)
- ✓ Platillos
- ✓ Conos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

- ✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas.
- ✓ buen manejó grupal
- ✓ Aprender las rutas de los manejadores para resetear el conteo del disco
- ✓ Método Guía y método repetición.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Falta material con las características técnicas para el buen desarrollo de el deporte. ✓ Solicitamos espacios acordes para la práctica.



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024





FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol		**FECHA DE VISITA:** 25/04/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación / Fundamentación	Futbol Americano	Campus municipal
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
11	4	7

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO

ACTIVIDAD	HORA	RESPONSABLE	TIEMPO DISPUESTO
Calentamiento	4:00 pm	JULIAN LONDOÑO	10 min
Trabajo Técnico	4:10 pm	JULIAN LONDOÑO	30 min
Trabajó Técnico Táctico	5:20 pm	JULIAN LONDOÑO	40 min
Trabajo Táctico	6:00 pm	JULIAN LONDOÑO	40 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Carrera suave alrededor del campo
- ✓ Trabajo Técnico: Desarrollar circuitos específicos de rutas aplicados a situaciones de juego
- ✓ Técnico Táctico: Trabajo ofensivos y defensivos
- ✓ Trabajo Táctico: Desarrollar situaciones de juego por medio de las habilidades básicas del futbol americano

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Masificar y convocar en instituciones educativas, para participación en esta escuela de formación. (muy pocos deportistas) ✓ Fortalecer estructura, modelo y capacidades técnicas y tácticas para implementarlo con los alumnos. ✓ Método Guía y método repetición.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Realizar convocatoria para la práctica del deporte ✓ Falta material adecuado para este deporte



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024





FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol		**FECHA DE VISITA:** 18/04/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación	Futbol Masculino	Campus municipal
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
16	////	16

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Calentamiento	4:00 pm	JULIO C PRIAS	20 min
Trabajo Técnico	4:20 pm	JULIO C PRIAS	30 min
Trabajo Técnico	4:50 pm	JULIO C PRIAS	30 min
Trabajo Técnico	5:20 pm	JULIO C PRIAS	40 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Precalentamiento: Conducción de balón
- ✓ Trabajo Técnico: Diseñar situaciones de juego a través del juego individual y aterrizados a los deportistas de la escuela
- ✓ Trabajo Técnico: situación defensiva a ofensiva en diferentes zonas del campo
- ✓ Trabajo Técnico: Explicación de los diferentes roles dentro del campo según la posición del jugador.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Platillos
- ✓ Balones
- ✓ arcos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

- ✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas.
- ✓ No permitir que los padres de familia o acudientes intervengan en la práctica.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Necesitamos mas espacios adecuados para poder realizar las practicas deportivas teniendo en cuenta las condiciones climáticas. ✓ Falta material para realizar trabajos de coordinación.



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024





FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol		**FECHA DE VISITA:** 22/04/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación / Fundamentación	Preparación Porteros (futbol)	Estadio municipal
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
10	////	10

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Calentamiento	4:00 pm	MARLON VERA	15 min
Movilidad Articular	4:15 pm	MARLON VERA	10 min
Juego de Coordinación	4:25 pm	MARLON VERA	45 min
Trabajo Fuerza y Resistencia	5:10 pm	MARLON VERA	50 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Carrera suave alrededor del campo
- ✓ Movilidad Articular: (giros de cintura, movimientos de brazos y piernas)
- ✓ Juegos de coordinación: Carrera de relevos con cambios de dirección. Juegos de agarre de balón (agarrar el balón y soltarlo en diferentes posiciones)
- ✓ Ejercicios de fuerza y resistencia: Sentadillas: 4 series de 8-10 repeticiones. Elevación de talones de pie o sentado: 3 series de 12-15 repeticiones Flexiones de brazos: 3 series de 5-8 repeticiones (si los niños pueden hacerlas correctamente)

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos
- ✓ Estacas
- ✓ Arcos

Observaciones:

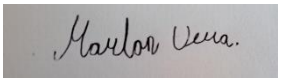
1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ buen manejó grupal y expresión con los deportistas ✓ Perfeccionar la técnica de volea y su aplicación en la distribución del balón: A través de ejercicios de volea desde diferentes distancias y alturas, así como prácticas de distribución de balón en situaciones de juego simuladas. ✓ Método Guía y método repetición.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Tapar huecos en las áreas de la cancha del estadio ✓ Cambio de mallas ✓ Faltan balones #3y4 ✓ Balones medicinales



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor





FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Vóley playa		**FECHA DE VISITA:** 29/04/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
fundamentación	Vóley playa	Cancha Vóley Playa
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
10	7	3

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO

ACTIVIDAD	HORA	RESPONSABLE	TIEMPO DISPUESTO
Movilidad articula	4:00 pm	NELSON ORTEGA	10 min
Calentamiento	4:10 pm	NELSON ORTEGA	20 min
Trabajos Fuerza Tren Inferior	4:30 pm	NELSON ORTEGA	40 min
Trabajos Técnicos	5:10 pm	NELSON ORTEGA	25 min
Recreo deportivo	5:45 pm	NELSON ORTEGA	15 min
Estiramiento muscular vuelta a la calma	6:00 pm	NELSON ORTEGA	10 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: carrera continua 15'
- ✓ Trabajo de Fuerza: brazos push up, trabajo de fortalecimiento del tríceps, fortalecimiento del deltoides, metodología tres series de 12 repeticiones.
- ✓ Trabajo Técnico: Remate acción de ataque (repeticiones continuas diferentes angulos)
- ✓ Recreo- Deportivo: juego rey de campo
- ✓ Estiramiento Muscular: vuelta a la calma

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Cancha

Observaciones: Se requiere de dos mayas mas para la buena aplicabilidad de las sesiones, modificar el soporte de los postes de la maya, falta de arena.

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ Método guía ✓ Método repetición ✓ Método analítico ✓ Los gestos técnicos son la forma que tenemos de dominar el contacto del balón cuando impacta sobre nuestro cuerpo. ✓ Mejorar el aspecto físico de la cancha, según especificaciones técnicas

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Adecuación de la cancha con la arena, tener en cuenta especificaciones técnicas requeridas por el deporte. ✓ se requieren más balones para el buen desarrollo y ejecución de la práctica ✓ Protectores para protección de los postes



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024







FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol		**FECHA DE VISITA:** 30/04/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación	Futbol Femenino	Cancha Alterna
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
11	11	///

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Movilidad Articular	4:00 pm	NICOL MALAVER	10 min
Calentamiento	4:10 pm	NICOL MALAVER	20 min
Trabajos Técnico	4:30 pm	NICOL MALAVER	50 min
Trabajo Técnico	5:20 pm	NICOL MALAVER	40 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Movilidad Articular: movimientos que puede efectuar una articulación, extensión, flexión, rotación.
- ✓ Calentamiento: Recreo- deportivo (juego la lleva)
- ✓ Trabajos Técnicos: Repeticiones continuas, trabajo por estaciones donde se trabajó diferentes facetas en la conducción y superficies de contacto.
- ✓ Trabajo Técnico: Circuito de Velocidad y reacción para finalizar con definición a el arco.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

- ✓ El trabajo desarrollado en cancha no coincide con lo proyectado en la planeación entregada con anterioridad.
- ✓ Optimizar el rendimiento deportivo de las jugadoras mejorando sus recursos técnicos, su condición física su conducta táctica.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Falta de balones # 4 para esta población. ✓ No hay tantos torneos para esta categoría femenina.



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024





FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol		**FECHA DE VISITA:** 4/04/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
fundamentación	Futbol Femenino	Estadio municipal
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
16	16	///

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO

ACTIVIDAD	HORA	RESPONSABLE	TIEMPO DISPUESTO
Charla introductoria	4:00 pm	VIVIANA PINILLA	10 min
Estiramientos	4:10 pm	VIVIANA PINILLA	15 min
Trabajos coordinación	4:25 pm	VIVIANA PINILLA	45 min
Trabajo Técnico	5:10 pm	VIVIANA PINILLA	40 min
Estiramiento	5:50 pm	VIVIANA PINILLA	10 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Estiramiento: Tren inferior 15 seg por ejercicio
- ✓ Trabajos Coordinación: mediante circuitos, los cuales se manejarán con diferentes intensidades y tiempos.
- ✓ Trabajos Técnicos: Futbol reducido, cuadros en donde las deportistas tendrán que ejecutar trabajos específicos de acuerdo a las instrucciones (4 vs 4).
- ✓ Estiramiento: recuperación y reparación muscular.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos
- ✓ Conos
- ✓ Estacas
- ✓ Petos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

- ✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas.
- ✓ Optimizar el rendimiento deportivo de las jugadoras mejorando sus recursos técnicos, su condición física su conducta táctica.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Acompañamiento por parte del área de fisioterapia realizando trabajos de fortalecimiento en algunos de los entrenamientos. ✓ Materiales tales como cintas para marcar, canchas móviles.



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024





FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Voleibol		**FECHA DE VISITA:** 1/04/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación/ fundamentación	Voleibol piso	Cancha alterna Estadio municipal
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
10	10	///

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Movilidad articular, precalentamiento.	4:00 pm	YERALDIN RODRIGUEZ	20 min
Trabajo Técnico	4:20 Pm	YERALDIN RODRIGUEZ	60 min
Trabajos coordinativos	5:30 pm	YERALDIN RODRIGUEZ	20 min
Técnica y ejecución.	6:00 pm	YERALDIN RODRIGUEZ	10 min

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Movilidad articular tren inferior, tren superior
- ✓ precalentamiento(ponchados)
- ✓ Componente Técnico: Repeticiones golpe de dedos, los deportistas realizan este gesto técnico contra la pared para afianzarlo y poner en prácticas.
- ✓ Trabajos Coordinativos utilizando escalera.
- ✓ Trabajos Técnicos y De Ejecución: Trenza por encima de la red con el golpe de dedos o volea.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Escalera De Coordinación
- ✓ Platillos
- ✓ Mayas

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

Establecer trabajos dinámicos- técnicos (teniendo en cuenta la edad) corrigiendo posturas y posicionamiento en la cancha.

Adecuar espacio de practica y ejecución deportiva teniendo en cuenta edad de formación.

Tener en cuenta demarcación según medidas técnicas para esta población categoría (benjamín)

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ La cancha designada(pasto) se encuentra en malas condiciones ✓ No se cuenta con espacios alternos para la práctica del deporte teniendo en cuenta condiciones climáticas.





_____ _____

Firma metodólogo ***Firma Instructor***

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024







FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

DEPORTE/MODALIDAD: Futbol		**FECHA DE VISITA:** 08/04/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación	Futbol 11	Estadio municipal
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
19	////	19

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Charla Introductoria	4:00	DANIEL QUEVEDO	15
Calentamiento: juego persecución (la mancha),	4:15	DANIEL QUEVEDO	15
Trabajo Técnico: resección superficies de contacto cabeza, pecho, muslo y pie.	4:30	DANIEL QUEVEDO	30
Trabajo Técnico: pases continuos, diferentes distancias, con y sin desplazamiento, pase y definición, Trabajo de saltabilidad y definición	5:30	DANIEL QUEVEDO	30
Estiramiento	5:45	DANIEL QUEVEDO	15

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA
✓ Preparación Física con balón
✓ Preparación técnica
✓ Repeticiones continuas, pases y definición
Observaciones: Tener en cuenta y para esta categoría, actividades de motivación, disciplina y concentración. (teniendo en cuenta distracción constante de los niños).

-Las actividades propuestas con anterioridad y en las planeaciones, efectuarlas de la misma manera en la ejecución de la misma. (describir mismas actividades propuestas).

2.2.IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Discos
- ✓ Platillos
- ✓ Balones
- ✓ Arcos
- ✓ Petos
- ✓ estacas

Observaciones: dificultades en materiales acordes, según la categoría establecida.

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

Entender y, sobre todo, divertir a el niño a través de el futbol, enseñar a los niños los hábitos deportivos.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

Falta de escenarios para el buen desarrollo de la actividad planteada.

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS







Firma metodólogo

Daniel Q.

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Voleibol		**FECHA DE VISITA:** 25-26/05/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Perfeccionamiento	Voleibol piso	La mesa Cundinamarca
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
14	14	////

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Competencia	////	ANDRES ALDANA	////
Competencia	////	ANDRES ALDANA	////
Competencia	////	ANDRES ALDANA	////
Competencia	////	ANDRES ALDANA	////

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Charla técnica para dar inicio a la competencia.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ Es un buen desempeño individual y colectivo, con valiosas capacidades técnicas; jugando a el mismo nivel que cualquier otro grupo con un poco más de tiempo en su proceso, de esta manera es relevante el buen proyecto que se verá a corto plazo obteniendo logros departamentales importantes para nuestro municipio en esta categoría. Importante si, y de tener en cuenta un seguimiento de talleres por parte de psicóloga para saber afrontar cada partido sin ningún tipo de desmotivación o temor que repercuta en el desarrollo del juego y más si se tiene en cuenta la edad de las deportistas.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Este fin de semana se desarrolló la primera parada del Open de la Liga de Cundinamarca, donde participaron 32 delegaciones, Cota se enfrentó contra Falcons de Faca ganando 2-0, Guasca B ganando 2-1, Subachoque ganando 2-0, Guasca B perdiendo 0-2, Guasca A perdiendo 1-2 y Cajicá ganando 2-0, obteniendo la 7ma posición de la división A-2 de la Liga de Cundinamarca





Firma metodólogo ***Firma Instructor***

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024





FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Baloncesto		**FECHA DE VISITA:** 22/05/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación	Baloncesto Fem-Mas	Campus municipal (Cancha múltiple)
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
12	18	6

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Charla Introductoria	4:00 pm	ANDERSON SANCHEZ	10 min
Calentamiento	4:10 pm	ANDERSON SANCHEZ	15 min
Trabajo Técnico	4:25 pm	ANDERSON SANCHEZ	50 min
Trabajo Táctico	5:20 pm	ANDERSON SANCHEZ	20 min
Estiramiento	5:50 pm	ANDERSON SANCHEZ	10 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Trabajo Técnico: desarrolla habilidades en el salto al igual que la técnica de pase o lanzamiento en el aire
- ✓ Estiramiento general.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

- ✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas.
- ✓ El formador muestra como el deportista, Domina una jugada ofensiva y una jugada defensiva.
- ✓ Método de repeticiones.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Se nos ha dificultado la aplicación precisa de las sesiones de clase teniendo en cuenta las condiciones climáticas.



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024



FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Voleibol		**FECHA DE VISITA:** 1/05/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Perfeccionamiento	Voleibol piso	Colegio Dental Enrique Pardo Parra
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
26	///	26

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Charla introductoria	4:00 pm	ALBARO CALDERON	20 min
Movilidad Articular	4:20 pm	ALBARO CALDERON	10 min
Circuito De Resistencia	4:30 pm	ALBARO CALDERON	80min
Movilidad Articular	5:50 pm	ALBARO CALDERON	10 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Charla explicativa de cada trabajo a desarrollar**.**
- ✓ Se realiza circuito de resistencia tren inferior el cual incluye Box jumps: saltos a caja por series de 20 repeticiones, saltos laterales para enfocar la explosividad, saltos con sentadilla, y por último en escalera.
- ✓ Movilidad articular (tren superior).

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos
- ✓ Escaleras

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El deportista ejecuta correctamente la técnica de pase, posicionando sus manos correctamente y utilizando la fuerza adecuada. ✓ Entrenamiento de lectura del juego: 1. Desarrollar la capacidad de leer el juego y anticipar los movimientos del equipo 2. prácticas específicas de defensa y bloqueo, donde los jugadores trabajen en su posición. ✓ Recepción y paces

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
Falta de material, teniendo en cuenta la alta cantidad de deportistas en esta categoría.



_____

Firma metodólogo



_____

Albaro calderón

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024



FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol sala		**FECHA DE VISITA:** 2/05/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación	Futbol Sala Masculino.	Campus municipal (cancha múltiple)
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
6	////	6

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Charla Explicativa	4:00 pm	CARLOS HERNANDEZ	15 min
Calentamiento	4:15 pm	CARLOS HERNANDEZ	10 min
Trabajo Teórico	5:10 pm	CARLOS HERNANDEZ	50 min
Trabajo Táctico	6:00 pm	CARLOS HERNANDEZ	50 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ TEORIA: Se le muestra al deportista las reglas del deporte por medio de ejercicios dinámicos y pedagógicos para que de esta manera sean aplicables.
- ✓ TACTICA: Se realizan ejercicios de táctica en campo donde se van corrigiendo a los deportistas conforme a la regla que aplique.
- ✓ Se muestra al deportista que en el futbol sala, debemos estar en constante movimiento para así poder ejecutar jugadas y un buen desempeño en el campo, realizamos posicionamiento en campo y rotaciones.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

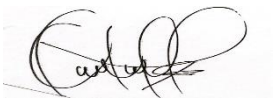
- ✓ Balones
- ✓ Platillos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ El formador describe las principales reglas del deporte ✓ Trabajos tácticos en espacios cortos. ✓ Las indicaciones para los deportistas deben ser claras y específicas teniendo en cuenta la edad de los deportistas.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Se está en el proceso e masificación, para contar con la población mínima y acordada para la escuela de formación deportiva.





_____ _____

Firma metodólogo ***Firma Instructor***

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024



FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol		**FECHA DE VISITA:** 7/05/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación	Futbol Masculino	Campus municipal
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
12	////	12

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Precalentamiento	3:30 pm	DIEGO TINOCO	30 min
Estiramiento	4:00 pm	DIEGO TINOCO	10 min
Trabajo Técnico	4:10 pm	DIEGO TINOCO	50 min
Trabajo técnico	5:00 pm	DIEGO TINOCO	30 min
Trabajo Táctico	5:30 pm	DIEGO TINOCO	30 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Precalentamiento: Conducción de balón manejando diferentes ritmos de tiempo que van en aumento.
- ✓ Trabajo Técnico: Situar los diferentes gestos técnicos, en los entrenamientos por medio de ejercicios específicos y combinados, donde se pueda llegar a complementar en situaciones de juego real.
- ✓ Trabajo Técnico: Diferentes situaciones de definición.
- ✓ Trabajo Táctico: Futbol espacio reducido

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos
- ✓ Arcos
- ✓ petos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Faltan canchas movibles para la practica deportiva en estas categorías. ✓ Crear varios circuitos, donde los jugadores sus habilidades técnicas individuales. puedan mejorar o desarrollar la conducción del balón, esto les permitirá mejorar en competencia fortaleciendo sus habilidades.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Uniformidad ✓ El espacio para la practica cuenta con unos huecos y es peligroso para los niños.



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024



FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Baloncesto		**FECHA DE VISITA:** 28/05/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación	Baloncesto Fem-Mas	Campus municipal (Cancha múltiple)
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
12	////	12

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Calentamiento	4:00 pm	EDISON CHITIVA	20 min
Trabajo Técnico	4:20 pm	EDISON CHITIVA	60 min
Trabajo Técnico	5:00 pm	EDISON CHITIVA	40 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Trote continuo punto a punto establecido, en conducción de el elemento base balón.
- ✓ Trabajo Técnico: los participantes trabajaran por parejas los cuales se ubicarán frente a frente, se tomarán de los hombros con una mano y la otra llevaran driblando el balón, los dos intentaran avanzar hacia adelante creando presión al contrincante.
- ✓ Se fortalecerá el control de balón con presión y trabajos isométricos.
- ✓ Estiramiento general.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos.

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

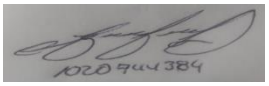
- ✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas.
- ✓ Mejorar técnica de lanzamiento

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Es necesario contar con diferentes espacios acordes y más si se tiene en cuenta variedad climática que permitan la practica adecuada en cualquier momento, faltan balones acordes para esta categoría y torres.



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024



FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Baloncesto		**FECHA DE VISITA:** 3/05/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Perfeccionamiento	Baloncesto Fem-Mas	Campus municipal (Cancha múltiple)
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
10	7	3

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Calentamiento	4:00 pm	ELKIN SUAREZ	20 min
Trabajo Técnico	4:20 pm	ELKIN SUAREZ	40 min
Trabajo Técnico	5:00 pm	ELKIN SUAREZ	50 min
Estiramiento	5:50 pm	ELKIN SUAREZ	10 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento dinámico
- ✓ Trabajos Técnicos: Identificar y corregir cualquier error en la ejecución de las jugadas, asegurándonos de que todos los jugadores comprendan sus roles y responsabilidades específicas.
- ✓ Trabajos Técnicos: Identificar y corregir cualquier error en la ejecución de las jugadas, asegurándonos de que todos los jugadores comprendan sus roles y responsabilidades específicas.
- ✓ Estiramiento general.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

- ✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas.
- ✓ El formador muestra como el deportista, Domina una jugada ofensiva y una jugada defensiva.
- ✓ Método de repeticiones.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Se nos a dificultado la aplicación precisa de las sesiones de clase teniendo en cuenta las condiciones climáticas.



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024



FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol sala		**FECHA DE VISITA:** 11/05/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Perfeccionamiento	Futbol Sala Masculino Y Femenino	Campus municipal (cancha múltiple)
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
23	5	18

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Charla Explicativa	4:30 pm	FREDY MORTIGO	10 min
Calentamiento	4:40 pm	FREDY MORTIGO	20 min
Trabajo Táctico	5:00 pm	FREDY MORTIGO	50 min
Estiramiento	5:50 pm	FREDY MORTIGO	10 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Trote continuo alrededor de la cancha
- ✓ Trabajo Táctico: Sistema de juego defensivo
  circuito de rotación y marca de ejercicios relacionados con el futbol sala.
- ✓ deportistas o encontrar situación de gol por medio de movimientos específicas par.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ balones
- ✓ platillos
- ✓ petos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Estrategias de trabajo involucrando la cantidad de deportistas que asisten a la sesión de entrenamiento. ✓ Dinámicas de trabajo de tener en cuenta según las condiciones climáticas.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Espacio alterno para la practica deportiva, teniendo en cuenta las condiciones climáticas, adecuar las otras dos canchas de la zona dura. ✓ Faltan balones según la cantidad de deportistas inscritos.





_____ _____

Firma metodólogo ***Firma Instructor***

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024



FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol		**FECHA DE VISITA:** 8/05/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación	Futbol Masculino	Campus municipal (estadio municipal)
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
11	////	11

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Precalentamiento	4:00 pm	JESUS FERRUCHO	20 min
Trabajo Técnico	4:20 pm	JESUS FERRUCHO	50 min
Trabajo Físico Técnico	5:20 pm	JESUS FERRUCHO	40 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Precalentamiento: Juego la Mancha.
- ✓ Trabajo Técnico: se ubican 3 mini arcos, en cada uno de los pasillos verticales ubicados en el campo, donde se enfrentan 2 equipos, el equipo en posicionamiento replegado, tratara de manifestar equilibrio defensivo ante la finalización en
- ✓ Trabajo Técnico: equipos en la cual el equipo con posesión de balón, debe intentar llegar a la zona de finalización mientras el otro equipo debe realizar repliegues.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos
- ✓ arcos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

- ✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas.
- ✓ se ubican 3 mini arcos, en cada uno de los pasillos verticales ubicados en el campo, donde se enfrentan 2 equipos, el equipo en posicionamiento replegado, tratara de manifestar equilibrio defensivo ante la finalización en
- ✓ las actividades son dinámicas y llamativas, teniendo en cuenta la edad de los niños.

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Faltan mas balones para la práctica del deporte ✓



Firma metodólogo

Daniel Ferrucho

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024



FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol		**FECHA DE VISITA:** 20/05/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
fundamentación	Futbol Masculino	Estadio municipal
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
38	///	38

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Charla introductoria	4:00 pm	JOEL ESTREMOR	10 min
Movilidad Articular	4:10 pm	JOEL ESTREMOR	20 min
Calentamiento	4:30 pm	JOEL ESTREMOR	20 min
Trabajo técnico	4:50 pm	JOEL ESTREMOR	50 min

Traba

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Charla Inicial: Introducción temáticas de trabajo para la sesión
- ✓ Movilidad Articular
- ✓ Calentamiento dirigido con balón
- ✓ Trabajos técnicos: Juego del reloj Área de juego: 20x20 metros Jugadores: desde 8 Duración: 15 minutos Numero de series: 2 de 7 minutos con 1 minuto de recuperación entre las series 5- Área de juego: 20x15 metro Jugadores: desde 6 Duración: 15 minutos Numero de series: 4 de 3 minutos con 1 minuto de recuperación entre las series Competición.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos
- ✓ Petos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Tener un buen espacio para el desarrollo de las actividades, teniendo en cuenta la cantidad de integrantes participantes en la escuela de formación.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Faltan balones y materiales acordes para la cantidad de deportistas. ✓ Se requiere de uniformidad.



Joel estremur

_____ _____

Firma metodólogo ***Firma Instructor***

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024



FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol sala		**FECHA DE VISITA:** 16/05/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Fundamentación	Futbol Sala Masculino Y Femenino	Campus municipal (cancha múltiple)
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
25	////	25

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Charla Explicativa	4:00 pm	JULIAN BERMUDEZ	10 min
Calentamiento	4:10 pm	JULIAN BERMUDEZ	20 min
Trabajo Físico	4:30 pm	JULIAN BERMUDEZ	40 min
Trabajo Técnico	5:10 pm	JULIAN BERMUDEZ	50 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Trote continuo alrededor de la cancha.
- ✓ Trabajo Físico: Ejercicios de fuerza (adaptación) y velocidad, ejercicios técnicos como transferencia en campo, gestos propios del deporte como refuerzo motor.
- ✓ Trabajo Táctico: Zonas de presión, y juego en zona, se continua con los trabajos de rotaciones y juegos en espacios reducidos. 2v2

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Platillos
- ✓ balones
- ✓ petos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ En las observaciones de las planificaciones, estructurar plan B teniendo en cuenta las variables climáticas (Teoría reglamentación trabajos tácticos etc.)

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Tratar de mejorar el piso de dos de las canchas de la zona dura teniendo en cuenta la peligrosidad en el terreno. ✓ Adecuar las canchas (mayas de seguridad) teniendo en cuenta la cantidad de deportistas a la misma hora, en diferentes disciplinas deportivas.



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024



FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Ultimate		**FECHA DE VISITA:** 9/05/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación / Fundamentación	Ultimate	Campus municipal (detrás de CIC)
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
6	////	6

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Calentamiento	4:00 pm	JULIAN GUACANEME	20 min
Trabajo Técnico	4:20 pm	JULIAN GUACANEME	50 min
Trabajo Técnico	5:10 pm	JULIAN GUACANEME	40 min
Estiramiento	5:50 pm	JULIAN GUACANEME	10 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: trote continuo
- ✓ Trabajo Técnico: simular situaciones de juego donde el ataque tenga que hacer un llamado de falta.
- ✓ Trabajo Técnico: Aprender la posición básica defensiva en el lanzador forzando un lado de la cancha.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Discos (Frisby)
- ✓ Platillos
- ✓ Conos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ conocer y aprender las faltas defensivas con sus respectivas señalizaciones. ✓ Mejorar el posicionamiento básico defensivo en manejadores

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Falta material con las características técnicas para el buen desarrollo de el deporte. ✓ Solicitamos espacios acordes para la práctica.



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024



FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol		**FECHA DE VISITA:** 23/05/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación / Fundamentación	Futbol Americano	Campus municipal
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
2	////	2

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Calentamiento	4:00 pm	JULIAN LONDOÑO	10 min
Movilidad Articular	4:10 pm	JULIAN LONDOÑO	10 min
Trabajo Técnico	4:30 pm	JULIAN LONDOÑO	50 min
Trabajo Táctico	6:00 pm	JULIAN LONDOÑO	50 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Actividad recreo deportiva.
- ✓ Movilidad Articular
- ✓ Trabajo Técnico: Realizar ejercicios aplicados a la mejora del pase y recepción del balón combinando ejercicios estimulando la fuerza
- ✓ Técnico Táctico: Desarrollar la coordinación, equilibrio y destrezas motoras en combinación con capacidades físicas básicas aplicadas al futbol americano (flag)

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Masificar y convocar en instituciones educativas, para participación en esta escuela de formación. (muy pocos deportistas) ✓ Fortalecer estructura, modelo y capacidades técnicas y tácticas para implementarlo con los alumnos.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Se intento masificar e invitar a la comunidad, para la participación masiva de esta escuela de formación, pero hasta el momento pocos niños y jóvenes se han visto interesadas en esta disciplina deportiva.



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024



FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol		**FECHA DE VISITA:** 6/05/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación / Fundamentación	Preparación Porteros (futbol)	Estadio municipal
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
21	4	17

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO

ACTIVIDAD	HORA	RESPONSABLE	TIEMPO DISPUESTO
Calentamiento	4:00 pm	MARLON VERA	10 min
Trabajo Técnico	4:10 pm	MARLON VERA	50 min
Trabajo Técnico	5:00 pm	MARLON VERA	40 min
Estiramiento	5:40 pm	MARLON VERA	15 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Carrera Continua
- ✓ Trabajo técnico: Introducción a la técnica de caída: explicación de la posición inicial, cómo distribuir el peso y la técnica de extensión de brazos y piernas realizando esto evitaremos lesiones en las sesiones de entrenamiento.
- ✓ Trabajo Técnico: Entrenamiento de reacción: Simula situaciones de pelota parada con la presencia de varios jugadores en el área para mejorar la capacidad de reacción del portero, corrigiendo las caídas que no son correctas.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos

Observaciones:

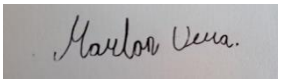
1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Perfeccionar técnica de caída ✓ buen manejó grupal y expresión con los deportistas ✓ Método Guía y método repetición.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Tapar huecos en las áreas de la cancha del estadio ✓ Cambio de mallas



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024



FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol		**FECHA DE VISITA:** 10/05/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación	Futbol Femenino	Estadio Municipal
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
15	15	///

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Calentamiento	7:45 am	NICOL MALAVER	15 min
Trabajo Técnico	8:00 am	NICOL MALAVER	40 min
Trabajos Técnico	8:40 am	NICOL MALAVER	50 min
Trabajo Físico	9:30 am	NICOL MALAVER	40 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: trasporte de balón punto salida a punto final
- ✓ Trabajos Técnicos: 1 vs 1 para realizar trabajos de defesa ataque, con finalización a el arco
- ✓ Trabajo Técnico: Circuito de Velocidad y reacción para finalizar con definición a el arco.
- ✓ Recuperación activa, estiramiento general

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

- ✓ El trabajo desarrollado en cancha no coincide con lo proyectado en la planeación entregada con anterioridad.
- ✓ Realizar trabajos muy acordes según las categorías trabajadas (adaptación a el deporte).

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Se modifico el espacio de la práctica según horario con anterioridad establecido, ya que el espacio se ocupo con otra categoría. (amistoso)



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024



FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol De Salón		**FECHA DE VISITA:** 25/05/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Fundamentación	Futbol De Salón	Campus municipal (cancha múltiple)
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
7	7	////

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Calentamiento	4:00 pm	OSCAR POVEDA	10 min
Trabajo Físico	4:10 pm	OSCAR POVEDA	40 min
Trabajo Técnico	5:00 pm	OSCAR POVEDA	50 min
Estiramiento	5:50 pm	OSCAR POVEDA	10 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Trote continuo
- ✓ Trabajo Físico: Realizar ejercicios que involucren la proporción dentro del ámbito físico, para mejorar la velocidad.
- ✓ Trabajo Técnico: Ejecutar ejercicios enfocados propios del futbol del futbol de salón, en control y dominio del balón.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Platillos
- ✓ balones

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Realizar masificación en las diferentes instituciones educativas.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Tratar de mejorar el piso de dos de las canchas de la zona dura teniendo en cuenta la peligrosidad en el terreno. ✓ Adecuar las canchas (mayas de seguridad) teniendo en cuenta la cantidad de deportistas a la misma hora, en diferentes disciplinas deportivas.



Firma metodólogo



Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024



FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol		**FECHA DE VISITA:** 10/05/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
fundamentación	Futbol Femenino	Estadio municipal
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
18	18	///

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO

ACTIVIDAD	HORA	RESPONSABLE	TIEMPO DISPUESTO
Charla introductoria	10:00 am	VIVIANA PINILLA	10 min
Calentamiento	10:10 am	VIVIANA PINILLA	15 min
Partido Amistoso	10:25 am	VIVIANA PINILLA	45 min
Partido Amistoso	11:10 am	VIVIANA PINILLA	45 min
Estiramiento	11:55 am	VIVIANA PINILLA	10 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Circuito Velocidad y Reacción.
- ✓ Partido Amistoso: se realiza partido de práctica para visualizar y tener en cuenta falencias y posibles estrategias de trabajo.
- ✓ Estiramiento: recuperación y reparación muscular.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Arcos
- ✓ Balones

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

- ✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas.
- ✓ Partido Amistoso: Es importante que se den cuenta de lo necesario que es un comportamiento disciplinado, un comportamiento correcto con las compañeras de equipo, con los contrarios y

con las normas y reglas del juego. Estos comportamientos son básicos e influyen positivamente en la formación y rendimiento de los niños.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Importante tener mayas nuevas para los arcos.



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024





FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Voleibol		**FECHA DE VISITA:** 14/05/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación/ fundamentación	Voleibol piso	Cancha alterna Estadio municipal
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
10	10	///

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
calentamiento	4:00 pm	YERALDIN RODRIGUEZ	10 min
Movilidad articular	4:10 Pm	YERALDIN RODRIGUEZ	10 min
Juegos agilidad y velocidad	4:30 pm	YERALDIN RODRIGUEZ	60 min
Trabajos técnicos	5:30 pm	YERALDIN RODRIGUEZ	30 min

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Trote durante 7 min
- ✓ Movilidad articular
- ✓ Juego de agilidad y velocidad (congelados)
- ✓ Trabajos Técnicos: calentamiento de hombro, por parejas realizaran 100 golpes de antebrazos, con las mismas parejas realizaran 100 golpes de dedos, alterno por parejas 8 minutos, realizaremos desplazamientos laterales con.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

- ✓ Establecer trabajos dinámicos- técnicos (teniendo en cuenta la edad) corrigiendo posturas y posicionamiento en la cancha.
- ✓ Adecuar espacio de practica y ejecución deportiva teniendo en cuenta edad de formación.

Tener en cuenta demarcación según medidas técnicas para esta población categoría (benjamín)

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ La cancha designada(pasto) se encuentra en malas condiciones





_____ _____

Firma metodólogo ***Firma Instructor***

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024



FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol		**FECHA DE VISITA:** 14/06/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación	Futbol Masculino	Campus municipal
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
16	////	16

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Estiramiento	4:00 pm	DIEGO TINOCO	30 min
Trabajo Táctico	4:30 pm	DIEGO TINOCO	50 min
Trabajo Táctico	5:20 pm	DIEGO TINOCO	40 min
Trabajo Táctico	6:00 pm	DIEGO TINOCO	

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Precalentamiento: Conducción de balón.
- ✓ Trabajo Táctico: Reafirmar las posiciones de los deportistas en cancha, ya que tienden a amontonarse demasiado, esto con el fin de que generen espacios dentro del terreno de juego y mejoren su juego en equipo.
- ✓ Trabajo Táctico: Replicar o crear situaciones de juego real, con el fin de que los deportistas sepan como replegarse dentro del terreno de juego y sepan como marcar por zona o hacer una doble marca.
- ✓ Trabajo Táctico: Futbol espacio reducido

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Conos
- ✓ Platillos
- ✓ Arcos
- ✓ Balones

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

- ✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas.
- ✓ El instructor realiza estrategias dinámicas para obtener resultados óptimos y de buen desarrollo con los deportistas.

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Faltan competencias para mejorar el nivel deportivo.



_____

Firma metodólogo

Diego tinoco

_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Futbol sala		FECHA DE VISITA: 26/jun/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
2006-2009	Elkin Suarez	Campus municipal
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
14	4	10

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Realización de movimientos articulares
- ✓ Trabajos Físico- Técnico: Desplazamiento con balón realizando gestos técnicos, doble ritmo y lanzamiento.
- ✓ Trabajo Técnico: Circuito habilidades específicas, técnicas con tiempo determinado.
- ✓ Trabajos Técnico: Juego dinámico, velocidad ida y vuelta
- ✓ Trabajo Táctico: juego en campo, simplificar acciones de juego.

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ balones ✓ platillos ✓ aros ✓ conos
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Muy buena metodología de trabajo, estrategias novedosas para el desarrollo de caca trabajo impartido. ✓ Falta de competencia para mostrar el nivel deportivo.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

- ✓ Buen acompañamiento equipo técnico y grupo interdisciplinario, para el buen desarrollo del proceso deportivo.
- ✓ Faltan de materiales(balones).

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Futbol sala		FECHA DE VISITA: 21/jun/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
2006-2008	Felipe Cruz	Cancha Alterna.
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
18	0	18

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Trote continuo alrededor de la cancha, tiempo determinado.
- ✓ Movilidad articular.
- ✓ Trabajos Físico: Circuitos de velocidad y resistencia.
- ✓ Trabajos Técnicos: recepción y pase, diferentes superficies de contacto
- ✓ Trabajo Táctico: Movimientos estratégicos según posición dentro de la cancha.
- ✓ Trabajo Táctico: Juego en campo (espacio reducido).

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ balones ✓ platillos ✓ petos
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Exige disciplina dentro de sus cesiones de trabajo, de esta manera el trabajo es mucho más productivo. ✓ Describir de manera más específica la estructura de trabajo en la planeación, ya que en campo muestra con claridad el desarrollo estratégico del componente.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

- ✓ Faltan uniformidad para las diferentes participaciones y competencias.
- ✓ Faltan una serie de materiales técnicos para el mejor desarrollo de la sesión.

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Futbol sala		FECHA DE VISITA: 20/jun/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
Perfeccionamiento	Fredy Mortigo	CIC
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
37	7	30

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Trote continuo según espacio requerido.
- ✓ Trabajos Técnicos: trabajos repetitivos mostrando deportista a mejorar su habilidad de recepción del balón y posteriormente definición.
- ✓ Trabajos Táctico: sistema de juego defensivo, estructura de juego y desplazamientos.
- ✓ Trabajo Táctico: Lograr enseñar la realización de un circuito de rotación y marca de ejercicios relacionados con este deporte (futbol sala).
- ✓ Trabajo Táctico: Juego en campo (se realizan 5 equipos para que roten después de tres minutos o después de gol).
- ✓ Estiramiento especifico (recuperación).

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ balones ✓ platillos ✓ petos
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Alternativas y dinámicas de trabajo, teniendo en cuenta la cantidad de deportistas inscritos y participantes de cada sesión de entrenamiento. ✓ Alternativas y dinámicas de trabajo, teniendo en cuenta la cantidad de deportistas inscritos y participantes de cada sesión de entrenamiento.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

- ✓ Faltan balones según la cantidad de deportistas inscritos.
- ✓ Faltan uniformidad para las diferentes participaciones y competencias.
- ✓ Muy bueno contar con escenario cubierto, teniendo en cuenta condiciones climáticas.

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol		**FECHA DE VISITA:** 3/06/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
fundamentación	Futbol Masculino	Estadio municipal
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
31	///	31

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Calentamiento	4:00 pm	JOEL ESTREMOR	20 min
Trabajo Técnico	4:20 pm	JOEL ESTREMOR	50 min
Trabajo Tácticos	5:10 pm	JOEL ESTREMOR	40 min
Trabajos Tácticos	5:50 pm	JOEL ESTREMOR	

Traba

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Conducción de balón, cambio de ritmo y dirección.
- ✓ Trabajos Técnicos: conducción de balón y el dominio con elementos cognitivos: capacidad visual, capacidad de reacción y orientación espacio temporal Adaptación, Anticipación, Orientación, Reacción, Velocidad, Capacidad censo perceptivas, Psicocinética, Dominio de la pelota.
- ✓ Trabajos Táctico: Juego (espacios reducidos).

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos
- ✓ petos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

- ✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas.
- ✓ El compañerismo, la responsabilidad y el afán de superación ayudan al desarrollo emocional de los deportistas en este deporte.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

- ✓ Poco espacio de trabajo si se tiene en cuenta la cantidad de deportistas inscritos a esta escuela de formación deportiva.
- ✓ Se requiere de uniformidad.



_____ _____

Firma metodólogo ***Firma Instructor***

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024



FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol		**FECHA DE VISITA:** 7/06/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación	Futbol Masculino	Campus municipal
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
32	////	32

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Calentamiento	4:00 pm	JULIO C PRIAS	30 min
Trabajo Técnico	4:30 pm	JULIO C PRIAS	60 min
Trabajo Técnico	5:30 pm	JULIO C PRIAS	30 min
Trabajo Táctico	6:00 pm	JULIO C PRIAS	

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: recreodepoirtivo, para activación.
- ✓ Trabajo Técnico: realizar ejercicios por parejas y grupales, haciendo pases de corta y larga duración-conducir el balón utilizando las diferentes superficies de contacto a diferentes velocidades y cambios de dirección.
- ✓ Trabajo Técnico: poner a prueba, aspectos técnicos de cada uno de los deportistas como lo es la conducción, pases y control
- ✓ Trabajo Táctico: Futbol espacio reducido.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Estacas
- ✓ Balones
- ✓ Arcos
- ✓ platillos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

- ✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas.
- ✓ Trabajar mucho sobre dinámicas de juego y estrategias.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Adecuar diferentes espacios para tener la posibilidad de plan b si es nesesario ✓ Participación en torneos para fortalecer nivel competitivo.



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Futbol de Salón		FECHA DE VISITA: 19/jun/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
Todas	Miguel Acevedo	Resguardo Indígena
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
11	1	10

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Carrera dinámica con conducción de balón.
- ✓ Trabajos Técnico: Conducción en línea recta utilizando ambas piernas y las diversas superficies del pie.
- ✓ Trabajo Técnico: ejercicios de conducción con cambios de dirección pasando por conos o platillos.
- ✓ Trabajos Técnico: Circuitos específicos donde deben conducir el balón con superficies específicas y a través de diversos obstáculos.
- ✓ Simplificación de juego.

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ balones ✓ platillos
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Importante masificar programa, teniendo en cuenta la poca población que se tiene a la fecha. ✓ Utilizar diferentes estrategias y mecanismos de trabajo, para hacer más llamativo su proceso deportivo.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

- ✓ Faltan de material para el desarrollo de las clases.
- ✓ Se a realizado convocatoria, para la asistencia de mas deportistas.

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Marzo-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE: Futbol		**FECHA DE VISITA:** 8/06/2024
CATEGORÍA(S)	**MODALIDAD (ES)**	**ESCENARIO**
Iniciación	Futbol Femenino	Cancha Alterna
Nª DEPORTISTAS	**Nª NINAS**	**Nª NINOS**
19	19	///

1. CRONOGRAMA DE SESIÓN DE ENTRENAMIENTO			
ACTIVIDAD	**HORA**	**RESPONSABLE**	**TIEMPO DISPUESTO**
Calentamiento	4:00 pm	NICOL MALAVER	20 min
Trabajos Coordinación	4:20 pm	NICOL MALAVER	40 min
Trabajo Táctico	5:00 pm	NICOL MALAVER	40 min
Trabajo Táctico	5:40 pm	NICOL MALAVER	

2. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

2.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Recreo- deportivo
- ✓ Trabajos de coordinación: se trabaja mediante diferentes circuitos de coordinación por medio de un aro el cual tendrá que salir y entrar de diferentes formas.
- ✓ Trabajo Táctico: se trabajar ataque defensa en parejas, acciones de juego defensivo y ofensivo.

2.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS

- ✓ Balones
- ✓ Platillos
- ✓ Estacas
- ✓ petos

Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO

- ✓ Establecer diferentes trabajos dinámicos teniendo en cuenta la edad de las deportistas.
- ✓ Simplicar actividades para mejor desarrollo de sesión.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Se requiere de participación para mejorar nivel deportivo, aun así se tiene en cuenta pocos torneos para genero y categoría.



_____

Firma metodólogo



_____

Firma Instructor

FORMATO VISITA A ENTRENAMIENTO

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS

IMRD 2024



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Futbol sala		FECHA DE VISITA: 17/jun/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
2015-2018	Carlos Hernández	Campus municipal
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
9	0	9

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Iniciamos con un juego llamado la mancha
- ✓ Trabajos Físico: Se trabajan relevos por fuera de la cancha, donde incluimos velocidad y resistencia, luego realizamos ejercicios donde trabajamos la velocidad de reacción.
- ✓ Trabajo Táctico: Realizamos ejercicios de conducción de balón y pase, para la conducción de balón realizaremos zigzag guiándonos por los conos, esto se hará con cada pie y superficie de contacto durante 4 minutos cada superficie.
- ✓ Trabajos Técnico: Realizaremos ejercicios de pateo, en movimiento y pelota quieta, de esta manera evaluaremos la técnica de pateo de cada deportista.

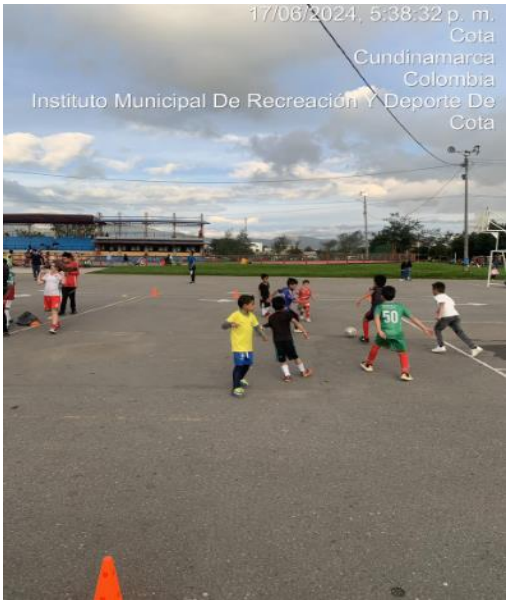
1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ balones ✓ platillos
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Importante masificar programa, teniendo en cuenta la poca población que se tiene a la fecha, con el fin de estructurar grupo competitivo. ✓ Plantear estrategias llamativas de trabajo, teniendo en cuenta las edades de estos deportistas.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

- ✓ Faltan de material específico para estas edades.
- ✓ Se a realizado convocatoria en instituciones educativas para que se acerquen mas deportistas a esta escuela.

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Voleibol		FECHA DE VISITA: 29/jul/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
2006-2009	Albaro Calderón	Campus municipal
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
22	0	22

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Realización de movimientos articular
- ✓ Charla explicativa
- ✓ Trabajos Físico: distribución de circuitos (fuerza, velocidad, resistencia)
- ✓ Trabajo Técnico: Se realizan circuitos de pases de antebrazos con desplazamientos laterales para el fortalecimiento de habilidades generales. Se realiza pase de dedo a mayor distancia para fortalecer la precisión en cada uno.

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ Balones ✓ Escalera coordinación ✓ Discos ✓ Conos
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Falta de competencia (torneos), para mostrar el nivel deportivo.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

- ✓ Buen acompañamiento equipo técnico y grupo interdisciplinario, para el buen desarrollo del proceso deportivo.
- ✓ Buen Se cuenta con otro espacio como lo es el CIC, para el buen desarrollo de cada actividad, y mas si tenemos en cuenta que es cubierto.

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Baloncesto		FECHA DE VISITA: 26/jul/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
Benjamín	Anderson Sánchez	Campus municipal
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
27	8	19

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Movilidad Articular
- ✓ Trabajos Técnicos: Festival interno en doble ritmo.

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ balones ✓ platillos ✓ Discos ✓ pelotas
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ Buen desarrollo del festival interno, mostrando de esta manera capacidades técnicas de el deportista. ✓ Faltan participaciones constantes para fortalecer el nivel deportivo.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

- ✓ Faltan uniformidad para las diferentes participaciones y competencias.
- ✓ Buena cantidad de deportistas participantes a la escuela, de esta manera faltan balones especialmente para el buen desarrollo de la clase.

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Voleibol		FECHA DE VISITA: 29/jul/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
2011-2014	Duván Cárdenas	CIC
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
17	17	0

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Paces continuos y desplazamiento
- ✓ Trabajo Técnico: intercambio, o partido amistoso

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ Balones ✓ Cancha
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Falta de competencia (torneos), para mostrar el nivel deportivo.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

- ✓ Buen acompañamiento equipo técnico y grupo interdisciplinario, para el buen desarrollo del proceso deportivo.

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Baloncesto		FECHA DE VISITA: 18/jul/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
2006-2009	Elkin Suarez	Campus municipal
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
20	9	11

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Realización de movimientos articulares
- ✓ Trabajos Físico- Técnico: Desplazamiento con balón realizando gestos técnicos, doble ritmo y lanzamiento.
- ✓ Charla Técnica Introductoria: encuentro deportivo, amistoso.

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ balones
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ De suma Importancia contar con partidos de intercambio o amistosos para mejorar el nivel deportivo de los deportistas. ✓ Falta de competencia (torneos), para mostrar el nivel deportivo.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

- ✓ Buen acompañamiento equipo técnico y grupo interdisciplinario, para el buen desarrollo del proceso deportivo.
- ✓ Faltan de materiales(balones).

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Futbol		FECHA DE VISITA: 09/jul/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
2006-2008	Felipe Cruz	Estadio Municipal
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
25	0	25

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Trote continuo con balón cambio de ritmo y dirección.
- ✓ Trabajos Técnicos: resección y pase.
- ✓ Trabajo Táctico: duelos defensivos y trabajo para cada zona de juego.
- ✓ Trabajo Táctico: Juego en campo (espacio reducido).

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ balones ✓ platillos ✓ petos
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Describir de manera más específica la estructura de trabajo en la planeación, ya que en campo muestra con claridad el desarrollo estratégico del componente.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

- ✓ Faltan uniformidad para las diferentes participaciones y competencias.
- ✓ Buena cantidad de deportistas participantes a la escuela, de esta manera faltan balones especialmente para el buen desarrollo de la clase.

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Futbol		FECHA DE VISITA: 24/jul/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
2011-2012	Jesús Ferrucho	Campus Municipal
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
24	0	24

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: juego recreo deportivo

- ✓ Trabajo Táctico: centro del espacio de entrenamiento. El portero envía un balón largo a esa zona a un compañero de azul, que deberá decidir qué hace: regatear al que presiona, ir directamente a intentar finalizar, o temporizar protegiendo el balón. Todo dependerá del envío de su portero y de su primer control de balón.

- ✓ Trabajo Táctico: El espacio se divide en cuatro zonas: dos de inicio, y dos de creación. Cuando un equipo inicie el ejercicio, lo hará desde su zona de inicio (portería propia), y la primera línea del rival no podrá entrar ahí, tan sólo esperar en la siguiente zona.

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ balones ✓ platillos ✓ petos
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Realiza mas circuitos para cada ejercicio, según cantidad de deportistas asistentes a entrenamiento.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

- ✓ Faltan uniformidad para las diferentes participaciones y competencias.
- ✓ Faltan de torneos para esta categoría.

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Ultimate		FECHA DE VISITA: 16/jul/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
Iniciación-Fundamentación-Perfeccionamiento	Julián Guacaneme	Campus municipal
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
10	3	7

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Realización de movimientos articulares
- ✓ Charla explicativa
- ✓ Trabajos Físico: sesión de de lanzamientos con fortalecimiento del tren inferior a diferentes distancias
- ✓ Trabajo Técnico: drills de encargados de añadir espacio al lado cerrado, luego de un corte al lado abierto, drills de espacio tiempo para romper el lado temprano, drills de rompimiento de marcas.

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ Ultimate frisbee ✓ Discos ✓ Conos
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Falta de competencia (torneos), para mostrar el nivel deportivo.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

- ✓ Buen acompañamiento equipo técnico y grupo interdisciplinario, para el buen desarrollo del proceso deportivo.
- ✓ Falta de material acorde para la práctica del deporte(frisbee).

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Futbol Femenino		FECHA DE VISITA: 23/jul/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
2006-2012	Viviana Pinilla	Cancha Alterna
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
19	19	

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Trote continuo 15 min
- ✓ Trabajos Técnicos: resección y pase.
- ✓ Trabajo Táctico: A través de trabajos específicos defensa ataque donde ejecutaran movimientos de desmarque.
- ✓ Trabajo Físico: Mediante trabajos de futbol reducido con una alta intensidad.
- ✓ Trabajo Táctico En un punto especifico realizaran futbol reducido y el equipo que haga cierta cantidad de pases, tendrá que realizar una jugada con finalización.

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ balones ✓ platillos ✓ petos ✓ estacas
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Realiza diferentes actividades y estrategias dinámicas para sus sesiones.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

- ✓ Faltan uniformidad para las diferentes participaciones y competencias.
- ✓ Faltan de torneos para esta categoría.

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Voleibol		FECHA DE VISITA: 29/jul/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
2012-2013	Yeraldin Rodríguez	CIC
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
24	24	0

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: trote continuo, paces dedos y antebrazo, (encima de la maya).
- ✓ Trabajo Técnico: intercambio, o partido amistoso

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ Balones ✓ Cancha
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Falta de competencia (torneos), para mostrar el nivel deportivo.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

- ✓ Ya se cuenta con un espacio cubierto CIC, Facilita el trabajo.
- ✓ Se solicita a el equipo técnico y a el coordinador escuelas de formación deportivas participación para esta categoría.

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Futbol		FECHA DE VISITA: 13/Ago/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
2015-2016	Antonio Agudelo	Campus municipal
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
26	0	26

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Realización de movimientos articulares
- ✓ Juego de calentamiento con rondós 4vs2, trabajo de rueda de pases para su movilidad con y sin balón.
- ✓ Trabajos Táctico: trabajo defensivo y ofensivo con espacio reducido.
- ✓ Trabajo táctico con transiciones defensivas y ofensivas en terreno de juego y sumándoles movimientos de definición.

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ Balones ✓ Petos ✓ Platillos
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ De suma Importancia contar con partidos de intercambio o amistosos para mejorar el nivel deportivo de los deportistas. ✓ Falta de competencia (torneos), para mostrar el nivel deportivo. ✓ Realizar mas de un circuito de el mismo trabajo, teniendo en cuenta la cantidad de deportistas participantes en esta categoría.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

- ✓ Faltan de Competencias en estas edades para mejorar nivel y competencia.

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Futbol		FECHA DE VISITA: 03/Ago/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
2017-2018	Diego Tinoco	Campus municipal (Cancha alterna)
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
49	4	53

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Se realiza Festival futbol categoría 2017-2018 en donde participaron 53 deportistas 5 equipos, quedando de esta manera campeón Arantes, segundo lugar, equipo IMRD cota y a su vez también en tercer lugar equipo IMRD cota.

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ Balones ✓ División de cancha
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ De suma Importancia contar con esta serie de eventos de intercambio o festivales para mejorar el nivel deportivo de los deportistas. ✓ Falta de competencia (torneos), para mostrar el nivel deportivo.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

- ✓ Faltan de balones, propicios para esta categoría
- ✓ Faltan torres de arcos acordes y de el tamaño especifico para estas edades.

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Baloncesto		FECHA DE VISITA: 28/Ago/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
2006-2009	Elkin Suarez	Campus municipal
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
17	3	14

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Realización de movimientos articulares.
- ✓ Trabajos Físico- Técnico: Ejercicio de Dribbling y Toma de Decisiones Descripción: Configurar un ejercicio en el que los jugadores driblen a alta velocidad por la cancha y tomen decisiones rápidas al llegar a ciertos puntos (por ejemplo, pasar, tirar o cambiar de dirección).
- ✓ Empezar con movimientos de dribbling simples y aumentar gradualmente la complejidad y velocidad

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ Balones ✓ Conos
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El trabajo en campo es acorde según lo planteado en planeación. ✓ Buenas estrategias y trabajo en grupo.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Adaptar las canchas que faltan en zona dura para que facilite el trabajo.

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS


FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Futbol sala		FECHA DE VISITA: 15/Ago/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
Perfeccionamiento	Fredy Mortigo	CIC
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
32	6	26

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Trote continuo según espacio requerido.
- ✓ Trabajos Técnicos: Definición; orientar al deportista o encontrar situación de gol por medio de movimientos específicos.
- ✓ Trabajos Técnico: orientar al deportista a mejorar su habilidad de recepción del balón y la capacidad de auto habilitarse y así lograr culminar la jugada de gol.
- ✓ Juego(se realizan 5 equipos, a el gol se cambia de equipo).
- ✓ Estiramiento especifico (recuperación).

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ balones ✓ platillos ✓ petos
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Realizar mas estaciones de trabajo, para agilizar y que los deportistas que asisten a la sesión tengan el mismo tiempo de trabajo.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Faltan balones según la cantidad de deportistas inscritos. ✓ Hay un grupo competitivo, de esta manera realizar mas competencia para ellos.

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Futbol sala		FECHA DE VISITA: 29/Ago/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
2011-2014	Julián Bermúdez	Campus Municipal
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
17	0	17

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Trote continuo según espacio requerido.
- ✓ Trabajos Técnicos: Reforzar acciones técnicas y tácticas individuales
- ✓ Trabajos Técnico: Realizar mejoras en las técnicas y visión del juego. Como asociarme y los momentos para hacerlo. Elementos faltantes para mejorar en la competencia
- ✓ Estiramiento especifico (recuperación).

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ balones ✓ platillos ✓ petos
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Trabajos estratégicos para captar la atención de todos los deportistas, (teniendo en cuenta la edad).

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Se requiere de mas competencias para esta categoría, esto fortalece el nivel.

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Ultimate		FECHA DE VISITA: 13/Ago/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
Iniciación-Fundamentación-Perfeccionamiento	Julián Guacaneme	Campus municipal
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
7	0	7

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Realización de movimientos articulares
- ✓ Drills de calentamiento enfocado en los pases rápidos, lanzamientos arriba, lanzamientos cruzados

- ✓ Trabajos Físico: rutina de farlek enfocada en la resistencia aeróbica mixta

- ✓ Trabajo Técnico: juego real con ejecución del sistema de contra zona

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ Ultimate frisbee ✓ Discos ✓ Conos
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Crear torneo local para la evolución y nivel deportivo. ✓ Realizar masificación y nuevas convocatorias para tener mas deportistas en este deporte.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

- ✓ Falta de material acorde para la práctica del deporte(frisbee).
- ✓ Si es importante realizar intercambios, para evolucionar con las competencias, ya que la liga difícilmente realiza estos espacios.

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Futbol		FECHA DE VISITA: 13/Ago/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
2013-2014	Julio Cesar Prias	Campus municipal
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
34	0	34

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Realización de movimientos articulares
- ✓ Charla explicativa
- ✓ Trabajos Técnico: Se inicia con rondós, haciendo pases sin presión durante un tiempo determinado, seguido se hace el mismo ejercicio; pero con presión de un rival.
- ✓ Trabajo Técnico: ejercicio de reacción, los deportistas se organizan en tres filas cada grupo con un balón; el último de la fila debe pasar el balón entre las piernas de los demás deportistas y el primero sale en velocidad apenas vea el balón pasar entre las piernas. debe correr hasta don se encuentra la estaca frente a su fila.

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ Balones ✓ Discos ✓ Conos
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ El desarrollo de la sesión de entrenamiento dirigida por el formador, cumple con lo planteado y establecido con anterioridad teniendo en cuenta objetivo y actividades desarrolladas. ✓ Desarrollar estrategias de trabajo, para que todos los deportistas cumplan con el tiempo y el objetivo de el trabajo.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR

- ✓ Buen acompañamiento equipo técnico y grupo interdisciplinario, para el buen desarrollo del proceso deportivo.
- ✓ Falta de material acorde para la práctica del deporte(canchas pequeñas)

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Futbol Femenino		FECHA DE VISITA: 4/Ago/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
Iniciación	Nicol Malaver	Campus municipal
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
90	90	0

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Se realiza Festival futbol Femenino, en donde participaron 90 deportistas 4 equipos, quedando de esta manera campeón el rosal, segundo lugar equipo IMRD cota, tercer lugar IMRD Chía y cuarto lugar Tabio.

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ Balones ✓ Divisiones de canchas
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ De suma Importancia contar con partidos de intercambio o amistosos para mejorar el nivel deportivo de los deportistas. ✓ Falta de competencia (torneos), para mostrar el nivel deportivo.

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Faltan de materiales(balones).

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



FORMATO SEGUIMIENTO INSTRUCTORES
PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS
IMRD 2024

Versión 1

18-Junio-2024

Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

DEPORTE / MODALIDAD: Futbol de salon		FECHA DE VISITA: 28/Ago/2024
CATEGORÍA(S)	INSTRUCTOR	ESCENARIO
2006-2009	Oscar Poveda	Campus municipal
Nª DEPORTISTAS	Nª NINAS	Nª NINOS
9	0	9

1. DESCRIPCIÓN DE LA SESIÓN DE CLASE

1.1. METODOLOGÍA

- ✓ Calentamiento: Realización de movimientos articulares
- ✓ Trabajos Técnico: Ejecutar ejercicios de control y dominio de balón, de manera individual, parejas y grupal. Desplazamiento con balón realizando gestos técnicos, doble ritmo y lanzamiento.
- ✓ Charla Técnica Introductoria: encuentro deportivo, (amistoso) contra descentralizado parcelas
- ✓ Estiramiento dinámico

1.2. IMPLEMENTOS DEPORTIVOS – PEDAGÓGICOS
✓ Balones ✓ Discos ✓ Petos
Observaciones:

1.3. OBSERVACIONES METODOLOGO
✓ De suma Importancia contar con partidos de intercambio o amistosos para mejorar el nivel deportivo de los deportistas. ✓ Falta de competencia (torneos), para mostrar el nivel deportivo en estas categorías. ✓ Importante y a la fecha masificar de alguna manera, para aumentar la cantidad de deportistas para esta categoría

1.4. OBSERVACIONES DEL INSTRUCTOR
✓ Realizar masificación

1.5 EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

