Instituto Municipal de Cultura, Recreación y Deporte de Zipaquirá

Alcaldía de Zipaquirá

# Planeación Mensual del Entrenamiento

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **Entrenador:** | JHON CHAVEZ | **Macrociclo** | **1** | **Mes:** | AGOSTO |
| **Deporte:** | FUTBOL SALA | **Mesociclo** | **6** | **Periodo y/o etapa:** | **BASICO DESARROLLADOR** |
| **Categoría:** | SUB 9, SUB 11, SUB 13, SUB 15, SUB 17 | | | | |
| **Rama:** | MASCULINA | **Objetivos del mesociclo** | | | |

CONSTRUIR IDENTIDAD DEFENSIVA Y OFENSIVA EN TODOS LOS GRUPOS

| No | Nombre del Microciclo | Del | Al | Objetivo del microciclo | Carga | | | | Control: Físico, Psicológico, Técnico, Táctico o competencia |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Vol | Int | Día | Descripción | |
| 1 | CORRIENTE | 2 | 11 | Desarrollar la tecnica individual de los deportistas | | | 5 | sarrollo de ejercicios tecnico-fisicos con ba | insistir en la importancia de conocer el reglamento de futbol sala |
| | | | | | | | 7 | sarrollo de ejercicios tecnico-fisicos con ba | |
| | | | | | 50% | 50% | 9 | sarrollo de ejercicios tecnico-fisicos con ba | |
| | | | | | | | 10 | Partido amistoso | |
| 2 | CORRIENTE | 12 | 18 | Desarrollar la tecnica grupal de los deportistas | 60% | 50% | 12 | esarrollo de ejercicios tecnicos con definici | Concientizar al deportista y a su familia de la importancia de una buena nutricion |
| | | | | | 60% | 50% | 14 | rrollo de ejercicios tecnicos con fintas y reg | |
| | | | | | 60% | 50% | 16 | sarrollo de ejercicios tecnicos con y sin bal | |
| | | | | | 60% | 50% | 17 | Partido amistoso | |
| 3 | CORRIENTE | 19 | 25 | Desarrollar la tactica defensiva | 70% | 50% | 19 | llo de ejercicios donde el deportista cierra e | Enfatizar en el deportista la importancia de mantener la mente enfocada en los objetivos propuestos |
| | | | | | 70% | 50% | 21 | cion de marcajes donde el deportistas cierra | |
| | | | | | 70% | 50% | 23 | Repliegues y retrocesos individuales | |
| | | | | | 70% | 50% | 24 | Partido amistoso | |
| 4 | CORRIENTE | 26 | 31 | Desarrollar la tactica ofensiva | 80% | 50% | 26 | transiciones ofensivas | Desarrollar la tecnica individiual adecuadamente para garantizar el éxito en el desarrollo de tactica grupal. |
| | | | | | 80% | 50% | 28 | Diagonales y ocupacion de espacios vacios | |
| | | | | | 80% | 50% | 30 | Rotaciones | |
| | | | | | 80% | 50% | 31 | Partido amistoso | |

Evaluación del mesociclo anterior

JHON CHAVEZ

FIRMA DEL ENTRENADOR

FIRMA DEL METODÓLOGO

Instituto Municipal de Cultura, Recreación y Deporte de Zipaquirá | Alcaldía de Zipaquirá

## REGISTRO DE ESTADÍSTICAS Y RESULTADOS MENSUALES DE ACTIVIDADES CULTURALES, DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

| Nombre del profesor/formador/ instructor: | JHON JAIRO CHAVEZ SALAS | Mes: | AGOSTO | Señale con una X según corresponda: | Cultura:_____ Deportes___X___ Actividad Física:_____ |
|---|---|---|---|---|---|

| | | | TOTAL | | 1ra. INFANCIA (0 a 5 años) | | INFANCIA (6 a 11 años) | | ADOLESCENCIA (12 a 17 años) | | | JUVENTUD (18 a 28 años) | | | ADULTO (29 a 59 años) | | | ADULTO MAYOR (60 en adelante) | | | TOTAL | | PARTICIPACIÓN EN EVENTO CULTURAL/DEPORTIVO /ACTIVIDAD FÍSICA | RESULTADOS (solo aplica para deportes) | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Deptal. | | | Nacional | | | Internal. | | |
| DISCIPLINA / o ACTIVIDAD | TIPO DE POBLACIÓN | LUGAR DONDE SE DESARROLLO | Comuna | Corregimiento | Fem. | Masc | Fem | Masc | Fem | Masc | LGBTIQ+ | Fem | Masc | LGBTIQ+ | Fem | Masc | LGBTIQ+ | Fem | Masc | LGBTIQ+ | Centralizado | Desconcentración | NOMBRE EVENTO - LUGAR | Oro | Plata | Bronce | Oro | Plata | Bronce | Oro | Plata | Bronce |
| futbol sala | Convencional | San Rafael | 0 | 0 | | | | 20 | | 37 | | | | | | | | | | | 57 | 0 | | | | | | | | | | |
| futbol sala | Convencional | Vereda San Antonio | 0 | 1 | | | 2 | 8 | | | | | | | | | | | | | 0 | 10 | | | | | | | | | | |
| | Seleccione | Seleccione | 0 | 0 | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 | 0 | | | | | | | | | | |
| | Seleccione | Seleccione | 0 | 0 | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 | 0 | | | | | | | | | | |
| | Seleccione | Seleccione | 0 | 0 | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 | 0 | | | | | | | | | | |
| | Seleccione | Seleccione | 0 | 0 | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 | 0 | | | | | | | | | | |
| | Seleccione | Seleccione | 0 | 0 | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 | 0 | | | | | | | | | | |
| | Seleccione | Seleccione | 0 | 0 | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 | 0 | | | | | | | | | | |
| | Seleccione | Seleccione | 0 | 0 | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 | 0 | | | | | | | | | | |
| | Seleccione | Seleccione | 0 | 0 | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 | 0 | | | | | | | | | | |
| | Seleccione | Seleccione | 0 | 0 | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 | 0 | | | | | | | | | | |
| | Seleccione | Seleccione | 0 | 0 | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 | 0 | | | | | | | | | | |
| | | | | | 0 | 0 | 2 | 28 | 0 | 37 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 57 | 10 | | | | | | | | | | |

| TOTAL COBERTURA | 67 |
|---|---|

**REPORTE DE NOVEDADES**

| INSTITUCIÓN EDUCATIVA MUNICIPAL | NUEVOS INSCRITOS EN EL MES | BENEFICIARIOS RETIRADOS EN ESTE MES | MOTIVO DE RETIRO |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

Instituto Municipal de Cultura, Recreación y Deporte de Zipaquirá

Alcaldía de Zipaquirá

# REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| PROYECTO: | | DISCIPLINA O SUBPROYECTO: | FUTBOL SALA | | |
| MES: | AGOSTO | HORARIO | MIERCOLES Y VIERNES DE 2:30 A 4:00 PM | CATEGORÍA (Si No Aplica colocar N.A.) | SUB 7 Y SUB 9 | CICLO VITAL: | |
| FORMADOR: | JHON JAIRO CHAVEZ SALAS | ESCENARIO: | POLIDEPORTIVO SAN RAFAEL | COMUNA/BARRIO: | |

**Registro de asistencia**

| No. | NOMBRES Y APELLIDOS | L | M | M | J | V | S | D | OBSERVACIONES | L | M | M | J | V | S | D | OBSERVACIONES | L | M | M | J | V | S | D | OBSERVACIONES | L | M | M | J | V | S | D | OBSERVACIONES | L | M | M | J | V | S | D | OBSERVACIONES |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | LIAM MATIAS GOMEZ | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | JUAN JOSE LERMA | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | JUAN JOSE INOCENCIO | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ANGEL MATHIAS RODRIGUEZ | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | DERECK OSORIO | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | JOHAN FELIPE SARMIENTO | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | LIAM SAMUEL GARNICA | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | EMILIANO MARETES | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | SEBASTIAN GUTIERREZ | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | MARTIN LARROTA | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | AARON LARROTA | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | DANIEL LARROTA | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | JUAN ESTEBAN GOMEZ | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | IAN SEBASTIAN SUAREZ | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | SAMUEL CASTILLO | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | EMILIANO CAÑON | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | JOHAN CASTRO | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | CESAR RODRIGUEZ | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | SANTIAGO CASTRO | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ANGEL MOYANO | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| Convenciones diligenciamiento de asistencia | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | Día no trabajado | - | Falla | F | |
| | Asistencia | A | Retirado | R | Permiso | P |

* La asistencia debe tener un soporte fotográfico diario el cual se plasmará en el formato "Registro fotográfico mensual" dispuesto para ello en el SGC de la entidad.

FIRMA FORMADOR: _____ Vobo. SUPERVISOR: _____

Instituto Municipal de Cultura, Recreación y Deporte de Zipaquirá

Alcaldía de Zipaquirá

# REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| PROYECTO: | | DISCIPLINA O SUBPROYECTO: | FUTBOL SALA | | |
| MES: | AGOSTO | HORARIO | MIERCOLES Y VIERNES DE 4:00 A 5:30 PM | CATEGORÍA (Si No Aplica colocar N.A.) | SUB 11 Y SUB 13 | CICLO VITAL: | |
| FORMADOR: | JHON JAIRO CHAVEZ SALAS | ESCENARIO: | POLIDEPORTIVO SAN RAFAEL | COMUNA/BARRIO: | |

**Registro de asistencia**

| No. | NOMBRES Y APELLIDOS | L | M | M | J | V | S | D | OBSERVACIONES | L | M | M | J | V | S | D | OBSERVACIONES | L | M | M | J | V | S | D | OBSERVACIONES | L | M | M | J | V | S | D | OBSERVACIONES | L | M | M | J | V | S | D | OBSERVACIONES |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | JUAN SEBASTIAN ROJAS | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | DILAN YESID ACOSTA | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | MIGUEL BALLEN | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ESTEBAN GARNICA | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ALEX SANTIAGO BOBADILLO | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | BRAYAN CALDERON | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | FELIPE DIAZ | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | JOSEPH PENAGOS | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | JHOAN MUÑOZ | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | SAMUEL PARRA | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | AARON FELICIANO | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | SEBASTIAN MONTAÑO | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | DILAN CALDERON | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | DANIEL ALEJANDRO TORRES | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | SANTIAGO PEÑA | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | SAMUEL CAICEDO | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | EMERICK MALAVER | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | JUAN DIEGO ROMERO | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | JAMES MENDEZ | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | JUAN PABLO RODRIGUEZ | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ERICK DAVID SALAS | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | AIDAN ROMERO | | | | | A | | | | | | A | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| Convenciones diligenciamiento de asistencia | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | Día no trabajado | - | Falla | F | | |
| | Asistencia | A | Retirado | R | Permiso | P |

* La asistencia debe tener un soporte fotográfico diario el cual se plasmará en el formato "Registro fotográfico mensual" dispuesto para ello en el SGC de la entidad.

FIRMA FORMADOR: _____ Vobo. SUPERVISOR: _____

Instituto Municipal de Cultura, Recreación y Deporte de Zipaquirá

Alcaldía de Zipaquirá

# REGISTRO DE ASISTENCIA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| PROYECTO: | | | | DISCIPLINA O SUBPROYECTO: | FUTBOL SALA | | |
| MES: | AGOSTO | HORARIO | LUNES DE 3:00 A 5:00 PM | CATEGORÍA (Si No Aplica colocar N.A.) | SUB 7 , SUB 9, SUB 11 | CICLO VITAL: | |
| FORMADOR: | JHON JAIRO CHAVEZ SALAS | | | ESCENARIO: | POLIDEPORTIVO SAN ANTONIO | COMUNA/BARRIO: | |

**Registro de asistencia**

| No. | NOMBRES Y APELLIDOS | L | M | M | J | V | S | D | OBSERVACIONES | L | M | M | J | V | S | D | OBSERVACIONES | L | M | M | J | V | S | D | OBSERVACIONES | L | M | M | J | V | S | D | OBSERVACIONES | L | M | M | J | V | S | D | OBSERVACIONES |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | DIEGO RODRIGUEZ | | | | | | | | | A | | | | | | | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | JULIAN RODRIGUEZ | | | | | | | | | A | | | | | | | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | EVELYN VANEGAS | | | | | | | | | A | | | | | | | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | SARA QUIROGA | | | | | | | | | A | | | | | | | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | JUAN CARDENAS | | | | | | | | | A | | | | | | | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | MATIAS GARCIA | | | | | | | | | A | | | | | | | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | DYLAN RODRIGUEZ | | | | | | | | | A | | | | | | | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | EMILIANO MARETES | | | | | | | | | A | | | | | | | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | SEBASTIAN GUTIERREZ | | | | | | | | | A | | | | | | | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | MARTIN LARROTA | | | | | | | | | A | | | | | | | | A | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| Convenciones diligenciamiento de asistencia | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | Día no trabajado | - | Falla | F | | |
| | Asistencia | A | Retirado | R | Permiso | P |

* La asistencia debe tener un soporte fotográfico diario el cual se plasmará en el formato "Registro fotográfico mensual" dispuesto para ello en el SGC de la entidad.

FIRMA FORMADOR: _____ Vobo. SUPERVISOR: _____

Instituto Municipal de Cultura, Recreación y Deporte de Zipaquirá

Alcaldía de Zipaquirá

# REGISTRO FOTOGRÁFICO MENSUAL
# (ANEXO PARA INFORME)

| Mes: | AGOSTO | Nombre Formador o Contratista: | JHON JAIRO CHAVEZ SALAS | **Disciplina deportiva o cultural; o subproyecto actividad física (Si no aplica colocar N.A.):** | **FUTBOL SALA** |
|---|---|---|---|---|---|

| SEMANA | DÍA: | 9-ago | DÍA: | 9-ago | DÍA: | 9/08/2024 | DÍA: | 9/08/2024 | DÍA: | 9/08/2024 | DÍA: | 9/08/2024 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Actividad | Desarrollo de la técnica individual | Actividad | Desarrollo de la técnica individual | Actividad | Desarrollo de la técnica individual categoria | Actividad | trabajo tactico categoria formacion | Actividad | Ejercicios de flexibilidad categoria | Actividad | Trabajo tactico categoria |
| SEMANA _2_ |  | |  | |  | |  | |  | |  | |

| SEMANA _2_ | DÍA: | 9/08/2024 | DÍA: | 9/08/2024 | DÍA: | 9/08/2024 | DÍA: | 9/08/2024 | DÍA: | 9/08/2024 | DÍA: | 9/08/2024 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Actividad | Trabajo fisico tecnico | Actividad | Trabajo fisico tecnico | Actividad | Desarrollo de la técnica individual categoria | Actividad | Trabajo coordinativo | Actividad | | Actividad | trabajo coordinativo categoria formacion |
| |  | |  | |  | |  | | | |  | |

| SEMANA _2_ | DÍA: | 12/08/2024 | DÍA: | 12/08/2024 | DÍA: | 12/08/2024 | DÍA: | 12/08/2024 | DÍA: | 12/08/2024 | DÍA: | 12/08/2024 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Actividad | Desarrollo del trabajo en equipo | Actividad | | Actividad | Trabajos de flexibilidad | Actividad | | Actividad | Ejercicios de velocidad de reaccion | Actividad | |
| |  | | | |  | | | |  | | | |

| SEMANA _2_ | DÍA: | 12/08/2024 | DÍA: | 12/08/2024 | DÍA: | 12/08/2024 | DÍA: | 12/08/2024 | DÍA: | 12/08/2024 | DÍA: | 12/08/2024 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Actividad | desarrollo de la técnica individual categoria | Actividad | | Actividad | ejercicios de coordinacion categoria | Actividad | | Actividad | Desarrollo de la técnica individual | Actividad | |
| |  | | | |  | | | |  | | | |

*Los días aquí relacionados deben coincidir con la planilla de asistencia de las clases para el caso de los formadores y con los informes para el caso de los demás contratist

*Registro para mantener en archivo digital