	MUNICIPIO DE TURBO **INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTE Y RECREACIÒN**	

ESTRUCTURA DE INFORME MENSUAL

Nombre del Contratista: DENNI BERRIO TORREGLOSA

Cargo: Entrenador Municipal de Futbol sala

Mes: 01 de septiembre del 2024**, Contrato Nro.** 054 **Fecha de Entrega:** 30 de septiembre del 2024

ACTIVIDADES DESARROLLADAS

ACTIVIDADES	OBJETIVO	Nº DE SESIONES REALIZADAS	POBLACIÒN BENEFICIADA
CALENTAMIENTO	Realizar un calentamiento del cuerpo antes de empezar el trabajo a realizar	30 serie de 10 minuto.	jóvenes
EL FUTBOLÍN PARA LA VIADACTACION	Desarrollo de las habilidades técnicas, defensa, precisión y *conducción.*	Como es viadactacion puede ser variado los *minutos 40/50/80 o los* mismo 90	jóvenes
FUNDAMENTACION TECNICA	Perfeccionamiento de la técnica, entrega de balón utilizando el borde interno, empeine, conducción, velocidad, reacción y desplazamiento	10 sesiones y 2 o 3 repeticiones para cada ejercicio 30 o 40sg de micro pausa por cada ejercicio y 5mn por sesión Niñas y jóvenes	jóvenes
A LA CABEZA DEL BALÓN	Perfeccionamiento de la técnica conducción, velocidad, reacción y desplazamiento pausa	20 series y 2 repeticiones por ejercicio de 30 segundo de micro	jóvenes
COMPETENCIA EN TORNEOS O AMISTOSOS CON MIRA A LA PREPARACION DE JUEGOS DEPARTAMENTALES	Foguear y acoplar a las jóvenes para mejorar fortalecer su rendimiento colectivo e individual, también nos permite que las jugadoras se entiendan y se reconozca como equipo en el campo de juego. Con visión a los juegos departamentales	90 minuto como tal	Jóvenes y niñas

Powered by CamScanner

	MUNICIPIO DE TURBO **INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTE Y RECREACIÒN**	

FACTORES CLAVE PARA EL ÉXITO
El factor más determinante para conseguir el éxito en el fútbol es la autoconfianza (entendida como la seguridad que el futbolista o equipo tienen acerca de sus destrezas o habilidades). La autoconfianza como factor a desarrollar entre los futbolistas gana protagonismo si tenemos en cuenta que es el motor del rendimiento deportivo. La autoconfianza permite al jugador adaptarse al cambio de forma óptima, sin miedo a tomar la decisión que considere más adecuada. El nivel de motivación: a mayor confianza más motivación. aspectos claves que son: Los pensamientos positivos: si un jugador confía en sí mismo, tendrá una mayor predisposición a pensar de forma optimista. La capacidad de concentración: si un jugador confía en sus capacidades y por ende está motivado y optimista, le costará menos mantener altos niveles de concentración.
POSIBILIDADES DE MEJORA
Se trabajó lo que fueron los beneficios más significativos que se suelen imputar a la autoconfianza se encuentran: perseverar en la consecución de las metas,
JORNADAS DE MOVILIZACIÒN SOCIAL COMPLEMENTARIAS
Esta jornada, la realizamos con las instituciones educativas del distrito, contamos con una participación activa de los niños, y niñas sus maestros y varias jugadoras del equipo de futbol femenino.

NOMBRES Y FIRMAS DE TECNICO

Nombres y Apellidos: DENNI BERRIO TORREGLOSA

Firma: _____

C.C. N° 11040355711

Cargo: Entrenador futbol

Firma: _____

V.B. Coordinador deportivo

Powered by CamScanner

	MUNICIPIO DE TURBO INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTE Y RECREACIÒN	

REGISTRO FOTOGRÁFICO









Powered by CamScanner

Municipio de Turbo	MUNICIPIO DE TURBO INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTE Y RECREACIÒN	IMDEPORTES TURBO







Powered by CamScanner

MUNICIPIO DE TURBO
INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTE Y RECREACIÒN









Powered by CamScanner