Instituto Municipal de Cultura, Recreación y Deporte de Zipaquirá

REGISTRO FOTOGRÁFICO MENSUAL
(ANEXO PARA INFORME)

Mes:	Marzo	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:	11 de marzo	DÍA:	11 de marzo	DÍA:	11 de marzo	DÍA:	13 de marzo	DÍA:	13 de marzo	DÍA:	13 de marzo
	Actividad	Desarrollo físico-coordinativo categoria	Actividad	Velocidad de reaccion	Actividad	Trabajo de resistencia categoria sub 17	Actividad	Control y entrega del balon	Actividad	Trabajo de fuerza de tren inferior categoria	Actividad	Ejercicios de propiocepcion
SEMANA 1												
SEMANA 2	DÍA:	18 de marzo	DÍA:	18 de marzo	DÍA:	18 de marzo	DÍA:	20 de marzo	DÍA:	20 de marzo	DÍA:	20 de marzo
	Actividad	Práctica de fútbol sala categoria sub 13	Actividad	Trabajo de fortalecimiento general	Actividad	Ejercicios de elongación categria sub 11	Actividad	Vuelta a la calma categoria sub 17	Actividad	Desarrollo de la técnica individual	Actividad	Ejercicios para mejorar la tecnica
												
SEMANA 3	DÍA:	27 de marzo	DÍA:	27 de marzo	DÍA:	27 de marzo	DÍA:	31 de marzo	DÍA:	31 de marzo	DÍA:	31 de marzo
	Actividad	Movilidad articular previa a la sesion	Actividad	Circuito coordinativo categoria sub 11	Actividad	Vuelta a la calma por medio de estiramientos	Actividad	Práctica de fútbol sala, grupo vereda	Actividad	Desarrollo de la técnica individual	Actividad	Trabajo de definicion grupo vereda san
												
SEMANA 4	DÍA:	01 de abril	DÍA:	01 de abril	DÍA:	01 de abril	DÍA:	03 de abril	DÍA:	03 de abril	DÍA:	03 de abril
	Actividad	Desarrollo de la velocidad categoria sub 17	Actividad	Trabajo teorico-tactico categoria sub 15	Actividad	ejercicios de coordinacion aplicados al	Actividad	Ejercicos de activacion previos a	Actividad	Desarrollo de la técnica individual	Actividad	Apoyo campeonato panamericano de
												

*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

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:	Marzo	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
	Afrodescendiente	San Rafael	3	0			2	20	8	32											62	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										
	Seleccione	Seleccione	0	0																	0	0										
	Seleccione	Seleccione	0	0																	0	0										
					0	0	2	20	8	32	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	62	0										

TOTAL COBERTURA	62

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:	DEPORTES		DISCIPLINA O SUBPROYECTO:	FUTBOL SALA	
MES:	MARZO	HORARIO: 2:30 A 4:00	CATEGORÍA (Si No Aplica colocar N.A.)	SUB 7,SUB 9, SUB 11	CICLO VITAL:
FORMADOR:	JHON JAIRO CHAVEZ SALAS		ESCENARIO:	CAMPO CUBIERTO BARRIO 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
1	Samuel mathias casallas chiquillo				A						F		A						A		A						A		A						A		A				
2	Liam emmanuel casallas chiquillo				A						A		A						A		F						A		A						A		A				
3	Deuby julian murcia riaño				A						A		A						A		A						A		A						A		A				
4	Daniel larrotta				A						A		F						A		A						A		A						A		A				
5	Martin larrotta				A						A		A						A		A						A		A						A		A				
6	Diego larrotta				F						A		A						A		A						A		A						A		A				
7	Samuel felipe beltran hermana				A						A		A						A		A						A		A						A		A				
8	Juan david lopez				A						A		A						F		A						A		A						A		A				
9	Laura manuela lerma puentes				A						A		A						A		A						A		A						F		A				
10	Juan jose lerma puentes				A						A		A						A		A						A		A						A		A				
11	Nani samuel palacios garcia				A						A		A						A		A						A		F						A		A				
12	Dilan samuel suesca rodriguez				A						A		A						F		A						A		A						A		A				
13	Harold matias suesca rodriguez				F						A		A						A		A						A		A						A		A				
14	Antony plazas				A						F		A						A		A						A		A						A		A				
15	Angel mathias rodriguesz castañeda				A						A		F						A		A						A		A						A		A				
16	Juan felipe caicedo puentes				A						A		A						A		A						A		A						F		A				
17	Dilan sebastian forigua espinel				A						A		A						A		A						A		A						A		F				
18	Danny samuel sotelo cardenas				A						A		A						A		A						A		A						A		A				
19	Elian said quiroga olarte				A						F		A						A		A						A		A						A		A				
20	Thiago andres cuello salas				A						A		A						A		A						A		A						A		A				
21	julian infante				A						A		A						A		A						A		A						A		F				
22	Angela gabriela gonzalez bernal				A						A		A						A		A						A		A						A		A				
23	Sneyder acosta camargo				A						A		A						A		F						A		A						A		A				
24	Brayan smith contreras rincon				A						A		A						A		A						A		F						A		A				
25	Damina castiblanco rodriguez				A						A		A						A		A						F		A						A		A				
26	David santiago peña castro				A						A		F						A		A						A		A						A		A				
27	Isabella romero avila				A						A		A						A		F						A		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:	DEPORTES		DISCIPLINA O SUBPROYECTO:	FUTBOL SALA	
MES:	MARZO	HORARIO: 4:30 A 6:00	CATEGORÍA (Si No Aplica colocar N.A.)	SUB 13,SUB 15	CICLO VITAL:
FORMADOR:	JHON JAIRO CHAVEZ SALAS		ESCENARIO:	CAMPO CUBIERTO BARRIO SAN RAFAEL	COMUNA/BARRIO: SAN RAFAEL

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
1	Juan diego garcia sabio				A						F		A						A		A						A		A						A		A				
2	Andres mathias garcia sabio				A						A		A						A		F						A		A						A		A				
3	Sergio andres pinzon gutierrez				A						A		A						A		A						A		A						A		A				
4	Juan sebastian garzon buitrago				A						A		F						A		A						A		A						A		A				
5	Emmanuel castro socha				A						A		A						A		A						A		A						A		A				
6	Alex santiago bobadilla rodriguez				F						A		A						A		A						A		A						A		A				
7	Eric salas				A						A		A						A		A						A		A						A		A				
8	Duver nicolas garnica				A						A		A						F		A						A		A						A		A				
9	Cesar ivan rincon				A						A		A						A		A						A		A						F		A				
10	Dilan yamid calderon pinzon				A						A		A						A		A						A		A						A		A				
11	Juan diego virguez vargas				A						A		A						A		A						A		F						A		A				
12	David matias castiblanco				A						A		A						F		A						A		A						A		A				
13	Juan jose benavidez barbon				F						A		A						A		A						A		A						A		A				
14	Santiago benavides bonilla				A						F		A						A		A						A		A						A		A				
15	Jose santiago pascagasa				A						A		F						A		A						A		A						A		A				
16	Jhonatan stiven santiago alfonso				A						A		A						A		A						A		A						F		A				
17	Samuel santiago caicedo puentes				A						A		A						A		A						A		A						A		F				
18	Holman johan forigua espinel				A						A		A						A		A						A		A						A		A				
19	Samuel andres salazar garcia				A						F		A						A		A						A		A						A		A				
20	Ivan santiago riveros				A						A		A						A		A						A		A						A		A				
21	Samuel david triana montoya				A						A		A						A		A						A		A						A		F				
22	Miller steven acosta camargo				A						A		A						A		A						A		A						A		A				
23	Yesid acosta camargo				A						A		A						A		F						A		A						A		A				
24	Moises salazar				A						A		A						A		A						A		F						A		A				
25	Juan diego chavez lozano				A						A		A						A		A						F		A						A		A				
26	Juan jose reyes carrillo				A						A		F						A		A						A		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:	DEPORTES		DISCIPLINA O SUBPROYECTO:	FUTBOL SALA	
MES:	MARZO	HORARIO	6:00 A 7:30	CATEGORÍA (Si No Aplica colocar N.A.)	SUB 19	CICLO VITAL:	
FORMADOR:	JHON JAIRO CHAVEZ SALAS		ESCENARIO:	CAMPO CUBIERTO BARRIO SAN RAFAEL		COMUNA/BARRIO:	SAN RAFAEL

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
1	Carlos bernal				A						F		A						A		A						A						A		A					
2	Samuel castro socha				A						A		A						A		F						A		A						A		A					
3	Samuel paez moreno				A						A		A						A		A						A		A						A		A					
4	Jhonatan estiven plazas				A						A		F						A		A						A		A						A		A					
5	Jhoan sebastian muñoz cardenas				A						A		A						A		A						A		A						A		A					
6	Dilan alexander reyes oviedo				F						A		A						A		A						A		A						A		A					
7	Karen julieth madroñero rios				A						A		A						A		A						A		A						A		A					
8	Johan alexis vela quiroga				A						A		A						F		A						A		A						A		A					
9	Miller stiven acosta camargo				A						A		A						A		A						A		A						A		A					
10																																											
11																																											
12																																											
13																																											
14																																											
15																																											
16																																											
17																																											
18																																											
19																																											
20																																											
21																																											
22																																											
23																																											
24																																											
25																																											
26																																											

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

Planeación Mensual del Entrenamiento

Entrenador:	JHON CHAVEZ	**Macrociclo**	**1**	**Mes:**	**MARZO**
Deporte:	FUTBOL SALA	**Mesociclo**	**1**	**Periodo y/o etapa:**	**MESOCICLO DE PREPARACION BASICA**
Categoría:	SUB 11, SUB 13, SUB 15,SUB 17				
Rama:	MASCULINA	**Objetivos del mesociclo**			

Lograr optimizar fisicamente a los deportistas

No	Nombre del Microciclo	Del	Al	Objetivo del microciclo	Carga				Control: Físico, Psicológico, Técnico, Táctico o competencia
					Vol	Int	Día	Descripción	
3	Microciclo de ajuste	17	23	Acondicionar fisicamente al deportista	50%	40%	17	Carrera continua por un determinado tiempo	En todas las sesiones se trabaja sobre el conocimiento y aplicación de las reglas del futbol sala
					50%	40%	18	Trabajo de pliometria	
					50%	40%	20	fortalecimiento de la zona media del cuerpo	
					50%	40%	22	Desarrollo de la fuerza de tren superior	
4	Microciclo de ajuste	24	30	Acondicionar fisicamente al deportista	50%	40%	24	Desarrollo de la fuerza de tren inferior	En todas las sesiones se trabaja sobre el conocimiento y aplicación de las reglas del futbol sala
					50%	40%	25	Trabajo fisco-coordinativo entre obstaculos	
					50%	40%	27	ra continua con alargues de diferentes dista	
					50%	40%	29	Practica real de futbol sala	

Evaluación del mesociclo anterior

FIRMA DEL ENTRENADOR

FIRMA DEL METODÓLOGO