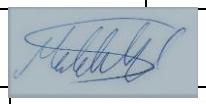
FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL										
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	28	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	2 PM	HORA TERMINACIÓN:	6PM	
BARRIO:	TUNAL						DIRECCION Y TELEFONO		PARQUE TUNAL		

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 40 minutos.	Espacio reducido en media cancha con 3 equipos donde buscamos la superioridad en juego entre 2 equipos que se vuelven amigos cuando tienen el balón y un equipo que recupera el balón para poder pasar a tener posesión.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos 40 minutos incluyendo los períodos de hidratación para los niños y niñas.	Ejercicios en grupos donde la idea es mejorar la secuencia de control y pase en todas las facetas que se pueden presentar en un partido de fútbol. Después se harán circuitos de conducción, pase y definición para complementar la parte central del entrenamiento.	Balones, Platillos , Conos, Estacas y Escaleras.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	En la parte final tendremos 40 minutos como tiempo para terminar la sesión.	Practica de fútbol en todo el campo por grupos para plasmar lo realizado en la parte central del entrenamiento. Terminamos con penales como competencia final del entrenamiento para diversión de los chicos y chicas.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	 
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL									
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	29	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	4 PM	HORA TERMINACIÓN:	6 PM
BARRIO:	VENECIA						DIRECCION Y TELEFONO		PARQUE DE VENECIA	

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 30 minutos.	Ejercicios con balón por grupos de a 4 niños y niñas para afianzar la parte técnica y motrix y la concentración en cada ejercicio.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos 40 minutos incluyendo los períodos de hidratación para los niños y niñas.	Ejercicios en grupos donde la idea es mejorar la secuencia de control y pase en todas las facetas que se pueden presentar en un partido de fútbol. Después se harán circuitos de conducción, pase y definición para complementar la parte central del entrenamiento.	Balones, Platillos y Conos.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	En la parte final tendremos 50 minutos como tiempo para terminar la sesión.	Practica de fútbol en todo el campo por grupos para plasmar lo realizado en la parte central del entrenamiento. Terminamos con penales como competencia final del entrenamiento para diversión de los chicos y chicas.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL										
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	29	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	2 PM	HORA TERMINACIÓN:	4 PM	
BARRIO:	MUZU NUEVO						DIRECCION Y TELEFONO		POLIDEPORTIVO NUEVO MUZU		

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 40 minutos.	Trabajo técnico, en grupos de 9 jugadores donde necesitamos que la movilidad y dinámica sean el eje del ejercicio para así ver la evolución técnica en cada joven.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la fase central el tiempo de duración será de 40 minutos.	Ejercicios con balón enfocados en la fundamentación técnica y táctica tanto individual como grupal, con diferentes tareas por cumplir en cada ejercicio. Implementación táctica por posición en trabajos con balón para generar orden en el terreno de juego previo a la práctica de fútbol realizada al final del entrenamiento.	Balones, Platillos , Conos, Estacas, Escaleras y Paracaídas.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	La duración de la parte final será de 40 minutos.	Practica de fútbol en todo el campo por grupos para plasmar lo realizado en la parte central del entrenamiento.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL										
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	30	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	2 PM	HORA TERMINACIÓN:	4 PM	
BARRIO:	VENECIA						DIRECCION Y TELEFONO		PARQUE VENECIA		

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 30 minutos.	Ejercicios enfocados en la relación entre lo físico y lo cognitivo para trabajar la concentración junto a la capacidad aeróbica de cada niña y niño.	Balones, Platillos y Conos
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos 50 minutos incluyendo los períodos de hidratación para los niños y niñas.	Ejercicios de competencia en dos grupos donde la idea es que los niños y niñas se diviertan pero con la exigencia física en cada competencia que colocamos, así trabajamos la parte física de los entrenamientos de otra manera más colectiva.	Balones, Platillos, Conos y Escaleras.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	En la parte final tendremos 40 minutos como tiempo para terminar la sesión.	Practica de fútbol en todo el campo por grupos para plasmar lo realizado en la parte central del entrenamiento.	Balones

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL									
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	30	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	4PM	HORA TERMINACIÓN:	6PM
BARRIO:	LAGUNETA						DIRECCION Y TELEFONO		PARQUE ÑAGUNETA	

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 30 minutos.	Trabajo técnico, en grupos de cuatro jugadores basado en la repetición como parte fundamental del aprendizaje con diferentes ejercicios con distancias cortas y distancias largas entre ellos que les permitirán no solo calentar corporalmente sino a su vez mejorar en los aspectos básicos de la técnica en el fútbol.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la fase central el tiempo de duración será de 30 minutos.	Ejercicios con balón enfocados en la fundamentación técnica y táctica tanto individual como grupal, con diferentes tareas por cumplir en cada ejercicio. Implementación táctica por posición en trabajos con balón para generar orden en el terreno de juego previo a la práctica de fútbol realizada al final del entrenamiento.	Balones, Platillos y Conos.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	La duración de la parte final será de 60 minutos.	Practica de fútbol en todo el campo por grupos para plasmar lo realizado en la parte central del entrenamiento.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL									
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	31	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	4 PM	HORA TERMINACIÓN:	6 PM
BARRIO:	MUZU						DIRECCION Y TELEFONO		POLIDEPORTIVO NUEVO MUZU	

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 30 minutos.	Juego recreativo dividido en dos grupos, primer grupo entre los 6 años y los 10 años y segundo grupo entre los 11 años y los 14 años, el juego es con balón y sin balón en secuencias cortas.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la fase central el tiempo de duración será de 30 minutos.	Ejercicios recreativos en toda la cancha donde se promueve la integración, comunicación y participación de cada niño y niña en la toma de decisiones en pro de un resultado grupal que les permita generar una memoria cognitiva y deportiva para una automatización en los trabajos ejecutados con y sin balón.	Balones, Platillos , Conos, Estacas, Escaleras y Paracaídas.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	La duración de la parte final será de 60 minutos.	Practica de fútbol en todo el campo por grupos para plasmar lo realizado en la parte central del entrenamiento.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL										
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	02	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	2 PM	HORA TERMINACIÓN:	4 PM	
BARRIO:	VENECIA						DIRECCION Y TELEFONO		PARQUE VENECIA Y CANCHA LAGUNETA		

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 30 minutos.	Trabajo grupal enfocado en la parte táctica y posicionamiento en cancha, movimientos colectivos en ataque y defensa para brindarles más conocimientos deportivos.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la fase central el tiempo de duración será de 30 minutos.	Ejercicios en grupos donde la idea es mejorar la secuencia de control y pase en todas las facetas que se pueden presentar en un partido de fútbol. Después se harán circuitos de conducción, pase y definición para complementar la parte central del entrenamiento.	Balones, Platillos y Conos.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	La duración de la parte final será de 60 minutos.	Practica de fútbol en todo el campo por grupos para plasmar lo realizado en la parte central del entrenamiento.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL										
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	02	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	4 PM	HORA TERMINACIÓN:	6 PM	
BARRIO:	LAGUNETA						DIRECCION Y TELEFONO		PARQUE LAGUNETA		

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología de la misma.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 20 minutos.	Espacios de diversión sin balón con todo el grupo fomentando el trabajo individual y en equipo para cumplir con las tareas colocadas en cada juego de calentamiento, ejercicios de motricidad y de agilidad donde los chicos deberan realizar varias tomas de decisiones para ganar en cada ejercicio.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos 50 minutos.	Trabajos técnicos enfocados en el mejoramiento individual y en el trabajo colectivo con ejercicios donde cada chico y chica deben hacer el ejercicio individual pero pensando en ayudar a sus compañeros a realizar el ejercicio muy rápido y muy bien.	Balones, Platillos y Conos.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	La duración de la parte final será de 50 minutos.	Ejercicios de definición en competencias por equipos para finalizar el entrenamiento del día con diversión y alegría pero sin dejar de trabajar la parte técnica de cada chico y chica.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y QLEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

BOGOTÁ

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL										
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	03	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	2PM	HORA TERMINACIÓN:	4PM	
BARRIO:	NUEVO MUZU						DIRECCION Y TELEFONO		PARQUE NUEVO MUZU		

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 20 minutos.	Trabajo grupal con balón libre para iniciar el entrenamiento y así dejar que los chicos se diviertan antes de la parte principal del entrenamiento que será la práctica de fútbol de la semana.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos 50 minutos incluyendo los períodos de hidratación para los niños y niñas.	Trabajos técnicos enfocados en el mejoramiento individual y en el trabajo colectivo con ejercicios donde cada chico y chica deben hacer el ejercicio individual pero pensando en ayudar a sus compañeros a realizar el ejercicio muy rápido y muy bien.	Balones, Platillos, Conos y Escaleras.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	En la parte final tendremos 50 minutos como tiempo para terminar la sesión.	Ejercicios de definición en competencias por equipos para finalizar el entrenamiento del día con diversión y alegría pero sin dejar de trabajar la parte técnica de cada chico y chica.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

BOGOTÁ

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL										
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	03	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	4PM	HORA TERMINACIÓN:	6PM	
BARRIO:	PARQUE 14 DE MAYO						DIRECCION Y TELEFONO		PARQUE 14 DE MAYO		

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología de la misma.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la preactica deportiva.	El tiempo de duración será de 20 minutos.	Ejercicios enfocados en el calentamiento corporal previo a la parte central del entrenamiento.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos 30 minutos incluyendo los períodos de hidratación para los niños yniñas.	Ejercicios con balón coordinativos con estaciones para trabajar fundamentación, agilidad, conducción y definición que les permite mejorar en el uso de los dos perfiles.	Balones, Platillos y Conos.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	la duración de la parte final será de 70 minutos.	Practica de fútbol para soltar el trabajo central.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

BOGOTÁ

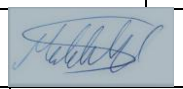
FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL										
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	05	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	1PM	HORA TERMINACIÓN:	3PM	
BARRIO:	TUNAL						DIRECCION Y TELEFONO		Parque el Tunal Cancha 2		

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 30 minutos.	Trabajo grupal con balón libre para iniciar el entrenamiento y así dejar que los chicos se diviertan antes de la parte principal del entrenamiento que será la práctica de fútbol de la semana.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la fase central el tiempo de duración será de 70 minutos.	Practica de fútbol en todo el campo para seguir afianzando el mejoramiento deportivo y competitivo de los muchachos.	Balones, Platillos y Conos.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	La duración de la parte final será de 20 minutos.	Estiramientos y charla final con el análisis de lo visto en la práctica de fútbol.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	 
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL									
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	08	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	2 PM	HORA TERMINACIÓN:	4 PM
BARRIO:	NUEVO MUZU						DIRECCION Y TELEFONO		POLIDEPORTIVO NUEVO MUZU	

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 40 minutos.	Calentamiento con movilidad sin balón para darle a cada chico y chica un aprendizaje de cómo debemos calentar para un entrenamiento o partido de fútbol, después seguiremos el calentamiento con un trabajo con balón por parejas y después por trios.	Balones, Platillos y Conos
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos 40 minutos incluyendo los períodos de hidratación para los niños y niñas.	Ejercicios con balón coordinativos con estaciones para trabajar fundamentación, agilidad, conducción y definición que les permite mejorar en el uso de los dos perfiles.	Balones, Platillos, Conos y Estacas.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	En la parte final tendremos 40 minutos como tiempo para terminar la sesión.	Practica de fútbol en todo el campo por grupos para soltar lo realizado en la parte central del entrenamiento.	Balones

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL									
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	09	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	2 PM	HORA TERMINACIÓN:	4 PM
BARRIO:	VENECIA						DIRECCION Y TELEFONO		PARQUE VENECIA	

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 40 minutos.	Trabajo técnico, en parejas como eje del calentamiento para hacer ejercicios repetitivos y generar una memoria deportiva y así ver cómo con la repetición se ve la mejora técnica en cada chico o chica.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la fase central el tiempo de duración será de 40 minutos.	Ejercicios con balón coordinativos con estaciones para trabajar fundamentación, agilidad, conducción y definición que les permite mejorar en el uso de los dos perfiles.	Balones, Platillos y Conos,
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	La duración de la parte final será de 40 minutos.	Practica de fútbol en todo el campo por grupos para plasmar lo realizado en la parte central del entrenamiento.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL										
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	09	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	2PM	HORA TERMINACIÓN:	4PM	
BARRIO:	NUEVO MUZU						DIRECCION Y TELEFONO		POLIDEPORTIVO NUEVO MUZU		

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 20 minutos.	Ejercicio llamado tumba conos que nos sirve para trabajar la motricidad y la toma de decisiones en cada chico y chica, aparte nos ayuda como parte del calentamiento.	Balones, Platillos y Conos
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos 40 minutos incluyendo los períodos de hidratación para los niños y niñas.	Ejercicios de conducción por estaciones que le permite a los chicos por medio de la repetición ver su mejoría en la parte técnica y también a nosotros nos sirve como termómetro para ir viendo quien tiene mas facilidad en la repetición y quien le cuesta cada repetición para mejorar.	Balones, Platillos, Conos y Escaleras.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	En la parte final tendremos 60 minutos como tiempo para terminar la sesión.	Practica de fútbol en todo el campo por grupos para plasmar lo realizado en la parte central del entrenamiento. Terminamos con penales como competencia final del entrenamiento para diversión de los chicos y chicas.	Balones

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DioFer Grass Luna

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL										
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	10	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	2PM	HORA TERMINACIÓN:	4PM	
BARRIO:	NUEVO MUZU						DIRECCION Y TELEFONO		POLIDEPORTIVO NUEVO MUZU		

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología de la misma.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la preactica deportiva.	El tiempo de duración será de 25 minutos.	Trabajo grupal enfocado en la parte táctica y posicionamiento en cancha, movimientos colectivos en ataque y defensa para brindarles más conocimientos deportivos.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos entre 25 minutos y 30 minutos incluyendo los períodos de hidratación para los niños y niñas.	Ejercicios defensivos y ofensivos con duelos que les permite a los jugadores tomar decisiones más rápidas en cada participación en el trabajo y así vamos generando alternativas en cada posición y posesión en el campo.	Balones, Platillos, Conos y Escaleras.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	la duración de la parte final será de 70 minutos.	Practica de fútbol en todo el campo por grupos para plasmar lo realizado en la parte central del entrenamiento, con definición de penales para meterle emoción al entrenamiento.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL										
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	11	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	2PM	HORA TERMINACIÓN:	4PM	
BARRIO:	TUNAL						DIRECCION Y TELEFONO		Parque el Tunal Cancha 2		

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología de la misma.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 30 minutos.	Calentamiento por categorías para los 3 partidos amistosos que se realizan contra las escuelas deportivas R8R.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos 100 minutos incluyendo los períodos de hidratación para los niños y niñas.	Realización de los partidos amistosos desde las 10 AM hasta las 12 M contra las escuelas deportivas R8R en 3 categorías ya separadas previamente donde la idea es generar competencia y visibilidad del programa Tunjuelito Campeona.	Balones.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	La duración de la parte final será de 30 minutos.	Estiramientos finales postpartidos y charla de despedida con los 3 grupos.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DioFer Grass Luna

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL										
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	12	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	1PM	HORA TERMINACIÓN:	3PM	
BARRIO:	TUNAL Y 14 DE MAYO						DIRECCION Y TELEFONO		Parque el Tunal Cancha 2 Y PARQUE 14 DE MAYO		

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 30 minutos.	Trabajo grupal enfocado en la diversión de los chicos y chicas, con y sin balón para trabajar motricidad y coordinación.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos 50 minutos incluyendo los períodos de hidratación para los niños y niñas.	Trabajos físico técnicos donde la idea es seguir en el plan de mejoramiento aeróbico que se tienen con todos los grupos de fútbol.	Balones, Platillos y Conos.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	En la parte final tendremos 40 minutos como tiempo para terminar la sesión.	Practica de fútbol en todo el campo por grupos para plasmar lo realizado en la parte central del entrenamiento. Terminamos con penales como competencia final del entrenamiento para diversión de los chicos y chicas.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL									
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	14	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	2 PM	HORA TERMINACIÓN:	6PM
BARRIO:	TUNAL						DIRECCION Y TELEFONO		PARQUE EL TUNAL	

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 30 minutos.	Ejercicios enfocados en la movilidad con balón por parejas para afianzar la parte técnica y motrix de los niños y niñas.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos 50 minutos incluyendo los períodos de hidratación para los niños y niñas.	Trabajos físico técnicos donde la idea es seguir en el plan de mejoramiento aeróbico que se tienen con todos los grupos de fútbol.	Balones, Platillos y Conos.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	En la parte final tendremos 40 minutos como tiempo para terminar la sesión.	Practica de fútbol en todo el campo por grupos para plasmar lo realizado en la parte central del entrenamiento. Terminamos con penales como competencia final del entrenamiento para diversión de los chicos y chicas.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFer Grass Luna

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL									
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	15	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	4 PM	HORA TERMINACIÓN:	6 PM
BARRIO:	VENECIA						DIRECCION Y TELEFONO		PARQUE DE VENECIA	

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 30 minutos.	Ejercicios enfocados en el calentamiento corporal previo a la parte central del entrenamiento.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la fase central el tiempo de duración será de 30 minutos.	Ejercicios en grupos de 4 chicos o chicas donde queremos trabajar la dinámica en los pases y en los traslados sin balón para generar un aprendizaje no solo técnico sino una memorización deportiva que les enseñe a los chicos a donde deben moverse después de realizar un pase.	Balones, Platillos y Conos.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	La duración de la parte final será de 60 minutos.	Practica de fútbol en todo el campo por grupos para soltar lo realizado en la parte central del entrenamiento.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL										
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	16	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	2 PM	HORA TERMINACIÓN:	6PM	
BARRIO:	VENECIA Y LAGUNETA						DIRECCION Y TELEFONO		PARQUE DE VENECIA PARQUE LA LAGUNETA		

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 30 minutos.	Ejercicio físico que nos permite mantener una buena capacidad aeróbica en el grupo y así fomentar un crecimiento deportivo general, hacemos carrera continua por tiempo y terminamos con alargues en velocidad con cambios de dirección.	Balones, Platillos y Conos
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos 30 minutos incluyendo los períodos de hidratación para los niños y niñas.	Ejercicios en grupos de 4 chicos o chicas donde queremos trabajar la dinámica en los pases y en los traslados sin balón para generar un aprendizaje no solo técnico sino una memorización deportiva que les enseñe a los chicos a donde deben moverse después de realizar un pase.	Balones, Platillos y Conos.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	En la parte final tendremos 60 minutos como tiempo para terminar la sesión.	Practica de fútbol en todo el campo por grupos para plasmar lo realizado en la parte central del entrenamiento.	Balones

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL										
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	17	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	2 PM	HORA TERMINACIÓN:	4 PM	
BARRIO:	NUEVO MUZU						DIRECCION Y TELEFONO		POLIDEPORTIVO NUEVO MUZU		

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 40 minutos.	Trabajo técnico, en grupos de cuatro jugadores basado en la dinámica como parte fundamental del aprendizaje con diferentes ejercicios con distancias cortas y distancias largas entre ellos que les permitirán no solo calentar corporalmente sino a su vez mejorar en los aspectos básicos de la técnica en el fútbol.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la fase central el tiempo de duración será de 40 minutos.	Ejercicios con balón enfocados en la fundamentación técnica y táctica tanto individual como grupal, con diferentes tareas por cumplir en cada ejercicio. Implementación táctica por posición en trabajos con balón para generar orden en el terreno de juego previo a la práctica de fútbol realizada al final del entrenamiento.	Balones, Platillos y Conos.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	La duración de la parte final será de 40 minutos.	Practica de fútbol en todo el campo por grupos para plasmar lo realizado en la parte central del entrenamiento.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL									
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	18	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	2 PM	HORA TERMINACIÓN:	4 PM
BARRIO:	TUNAL						DIRECCION Y TELEFONO		Parque el Tunal Cancha 2	

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 30 minutos.	Trabajos de calentamiento con definición por parejas, tríos y cuartetos donde buscamos	Balones, Platillos y Conos
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos 40 minutos incluyendo los períodos de hidratación para los niños y niñas.	Ejercicios en grupos donde la idea es mejorar la secuencia de control y pase en todas las facetas que se pueden presentar en un partido de fútbol. Después se harán circuitos de conducción, pase y definición para complementar la parte central del entrenamiento.	Balones, Platillos, Conos y Escaleras.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	En la parte final tendremos 50 minutos como tiempo para terminar la sesión.	Practica de fútbol en todo el campo por grupos para plasmar lo realizado en la parte central del entrenamiento. Terminamos con penales como competencia final del entrenamiento para diversión de los chicos y chicas.	Balones

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL										
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	18	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	4 PM	HORA TERMINACIÓN:	6 PM	
BARRIO:	PARQUE 14 DE MAYO						DIRECCION Y TELEFONO		PARQUE 14 DE MAYO		

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 20 minutos.	Juegos enfocados en la movilidad, diversión y motricidad de los muchachos para generar aprendizaje y toma de decisiones en un entorno grupal.	Balones, Platillos y Conos
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos 80 minutos incluyendo los períodos de hidratación.	Práctica de fútbol en toda la cancha donde cada equipo que se arme deberá cumplir con una tarea que al final será analizada tanto colectivamente como individualmente.	Balones, Platillos, Conos, Estacas, Escaleras y Paracaidas.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	En la parte final tendremos 20 minutos como tiempo para terminar la sesión.	Estiramientos y análisis final de la tarea colocada para la práctica de fútbol del día.	Balones

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE GOBIERNO

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL										
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	21	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	2 PM	HORA TERMINACIÓN:	6PM	
BARRIO:	TUNAL						DIRECCION Y TELEFONO		PARQUE EL TUNAL		

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología de la misma.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 20 minutos.	Calentamiento libre, previo al trabajo central del día que será la parte aeróbica y fisica en los dos grupos.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos entre 70 minutos incluyendo los períodos de hidratación para los niños y niñas.	Trabajo físico tanto aeróbico como de fuerza y potencia con ejercicios de saltabilidad, cambio de dirección y trote exigente en diversas estaciones donde les mostramos cómo pueden mejorar corporalmente sin necesidad de pesas o ir a un Gimnasio.	Balones, Platillos , Conos, Estacas, Escaleras y Paracaídas.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	La duración de la parte final será de 30 minutos.	Práctica de fútbol corta y juego de penales para liberar la carga física del día.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DioFer Grass Luna

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL										
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	22	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	4 PM	HORA TERMINACIÓN:	6 PM	
BARRIO:	VENECIA Y MUZU						DIRECCION Y TELEFONO		PARQUE DE VENECIA Y POLIDEPORTIVO NUEVO MUZU		

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 20 minutos.	Ejercicios enfocados en la diversión pero con balón para afianzar la parte técnica y motrix de los niños y niñas.	Balones y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos 70 minutos incluyendo los períodos de hidratación para los niños y niñas.	Trabajo físico tanto aeróbico como de fuerza y potencia con ejercicios de saltabilidad, cambio de dirección y trote exigente en diversas estaciones donde les mostramos cómo pueden mejorar corporalmente sin necesidad de pesas o ir a un Gimnasio.	Balones, Platillos y Conos.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	En la parte final tendremos 30 minutos como tiempo para terminar la sesión.	Juego de penales de arco a arco para finalizar el entrenamiento con diversión y a su vez con velocidad en el ejercicio.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y JORDAN PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL										
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	23	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	2 PM	HORA TERMINACIÓN:	4 PM	
BARRIO:	VENECIA Y LAGUNETA						DIRECCION Y TELEFONO		PARQUE DE VENECIA Y PARQUE LAGUNETA		

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 20 minutos.	Ejercicios enfocados en la movilidad sin balón para calentar corporalmente y así empezar el entrenamiento con balón.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos 30 minutos incluyendo los períodos de hidratación para los niños y niñas.	Ejercicios en grupos en espacio reducido donde la idea es mejorar la secuencia de control y pase en todas las facetas que se pueden presentar en un partido de fútbol.	Balones, Platillos y Conos.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	En la parte final tendremos 70 minutos como tiempo para terminar la sesión.	Practica de fútbol en todo el campo por grupos para plasmar lo realizado en la parte central del entrenamiento.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y JORDAN PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL									
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	24	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	2 PM	HORA TERMINACIÓN:	4 PM
BARRIO:	NUEVO MUZU						DIRECCION Y TELEFONO		POLIDEPORTIVO NUEVO MUZU	

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 30 minutos.	Ejercicios enfocados en el calentamiento corporal previo a la parte central del entrenamiento.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la fase central el tiempo de duración será de 60 minutos.	Trabajos físicos enfocados a la exigencia aeróbica, fuerza y resistencia donde enseñamos que no todos los entrenamientos son con balón y que también debemos hacer trabajos físicos que nos permiten llegar a un mejor nivel deportivo.	Balones, Platillos y Conos.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	La duración de la parte final será de 30 minutos.	Practica de fútbol en todo el campo por grupos para soltar lo realizado en la parte central del entrenamiento.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL									
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	25	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	2 PM	HORA TERMINACIÓN:	4 PM
BARRIO:	TUNAL						DIRECCION Y TELEFONO		Parque el Tunal Cancha 2	

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 30 minutos.	Ejercicio físico que nos permite mantener una buena capacidad aeróbica en el grupo y así fomentar un crecimiento deportivo general, hacemos carrera continua por tiempo y terminamos con alargues en velocidad con cambios de dirección.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos 30 minutos incluyendo los períodos de hidratación para los niños y niñas.	Ejercicios en grupos de 4 chicos o chicas donde queremos trabajar la dinámica en los pases y en los traslados sin balón para generar un aprendizaje no solo técnico sino una memorización deportiva que les enseñe a los chicos a donde deben moverse después de realizar un pase.	Balones, Platillos y Conos.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	En la parte final tendremos 60 minutos como tiempo para terminar la sesión.	Practica de fútbol en todo el campo por grupos para plasmar lo realizado en la parte central del entrenamiento.	Balones

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL										
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	25	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	4 PM	HORA TERMINACIÓN:	6 PM	
BARRIO:	PARQUE 14 DE MAYO						DIRECCION Y TELEFONO		PARQUE 14 DE MAYO		

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 50 minutos.	Plan de mejoramiento individual en la parte técnica con ejercicios donde la repetición es la manera de aprendizaje, después haremos ejercicios colectivos con énfasis en la parte técnica para el trabajo en equipo.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la fase central el tiempo de duración será de 50 minutos.	Práctica de fútbol con implementación técnica para continuar con el plan del entrenamiento del día que está enfocado en la parte técnica, incluyendo normas en la práctica.	Balones, Platillos y Conos.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	La duración de la parte final será de 20 minutos.	Practica de penales para terminar la sesión de entrenamiento con diversión.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y JORDAN PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL									
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	24	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	1 PM	HORA TERMINACIÓN:	3 PM
BARRIO:	PARQUE 14 DE MAYO						DIRECCION Y TELEFONO		PARQUE 14 DE MAYO	

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 40 minutos.	Trabajos colectivos enfocados en la parte táctica por posiciones donde la oposición será fundamental tanto ofensiva como defensiva.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la fase central el tiempo de duración será de 40 minutos.	Ejercicios en media cancha donde la idea es reflejar tácticamente lo trabajado en la parte inicial pero con definición y con movimientos con y sin balón.	Balones, Platillos , Conos, Estacas, Escaleras y Paracaídas.
	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 30 minutos.	Juego recreativo dividido en dos grupos, primer grupo entre los 6 años y los 10 años y segundo grupo entre los 11 años y los 14 años. Cada grupo tiene media cancha para realizar el juego de calentamiento que en esta ocasión será jugar beisbol-fútbol.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos 40 minutos incluyendo los períodos de hidratación para los niños y niñas.	Ejercicios recreativos en toda la cancha donde se promueva la integración, comunicación y participación de cada niño y niña en la toma de decisiones en pro de un resultado grupal que les permita generar una memoria cognitiva y deportiva para una automatización en los trabajos ejecutados con y sin balón.	Platillos , Conos, Estacas, Escaleras y Paracaídas.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	En la parte final tendremos 50 minutos como tiempo para terminar la sesión.	Practica de fútbol en todo el campopara plasmar lo realizado en la parte central del entrenamiento.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOFER GRASS	FIRMA:	DIOFER GRASS LUNA

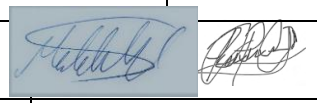
FONDO DE DESARROLLO LOCAL DE TUNJUELITO

TUNJUELITO CAMPEONA

PLAN CLASE DIARIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2025

DEPORTE	FUTBOL										
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	26	MES:	JULIO	AÑO:	2025	HORA INICIO:	1PM	HORA TERMINACIÓN:	3PM	
BARRIO:	TUNAL Y 14 DE MAYO						DIRECCION Y TELEFONO		Parque el Tunal Cancha 2		

	TEMA A TRABAJAR Cual es el objetivo de esta clase	DURACIÓN POR ACTIVIDAD Describa tiempo de duración de cada actividad	DESCRIPCIÓN DEL TEMA Describa la actividad que realiza y metodología.	IMPLEMENTACION UTILIZADA
INICIAL	Fomentar el calentamiento corporal con ejercicios recreativos y motrices enfocados en la practica deportiva.	El tiempo de duración de la fase inicial será de 30 minutos.	Ejercicios enfocados en la movilidad con balón en grupos de 4 chicos para afianzar la parte técnica y motrix de los niños y niñas direccionado al tema colectivo.	Balones, Platillos y Conos.
CENTRAL	Buena concentración y ejecucción de cada ejercicio que se coloque en clase al grupo de niños y niñas.	En la parte central nos tomaremos 70 minutos incluyendo los períodos de hidratación.	Práctica de fútbol con reglas para enseñar a tomar decisiones más rápidas y con un resultado colectivo en cada decisión tomada, análisis táctico en el plan de entrenamiento semanal.	Platillos , Conos, Estacas, Escaleras y Paracaídas.
FINAL	Liberación de los trabajos del día con el juego como parte final del entrenamiento.	En la parte final tendremos 20 minutos como tiempo para terminar la sesión.	Estiramientos y despedida final del entrenamiento.	Balones.

Nombre del Instructor / entrenador	JORDAN PINEDA Y ALEJANDRO PINEDA	FIRMA:	
Nombre del Coordinador	DIOGFER GRASS	FIRMA:	DioFer Grass Luna