





|   |   |     |  |               |  |          |   |                        |                                 |  |
|---|---|-----|--|---------------|--|----------|---|------------------------|---------------------------------|--|
| <div><div>ALCALDÍA MAYOR<br/>DE BOGOTÁ D.C.</div></div> <div><div>ALCALDÍA LOCAL DE<br/>CIUDAD BOLÍVAR</div><div></div></div> |   |     |  |               | <div>FORMATO SESION DE CLASES</div> <div>ALCALDÍA LOCAL DE CIUDAD BOLÍVAR</div> <div>ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA</div> <div>PROYECTO DE INVERSION 1926 VIGENCIA 2024</div> |          |   |                        |                                 |  |
| PROGRAMA:   |   |     |  |               | FECHA DE SESION:   |          | <div>8</div> <div>3</div> <div>2025</div> | NOMBRE DEL INSTRUCTOR: | FRANKLIN ANTONIO LLOREDA MORENO | Objetivo:<br>IDENTIFICAR EL DESARROLLO Y HABILIDADES EN EL QUE SE ENCUENTRAN LOS PARTICIPANTES DE LA ESCUELA DEPORTIVA |
| GRUPO:  | 1 | UPZ |  | ESCENARIO:    | BRISAS DEL VOLADOR   | HORARIO: | 8.00 AM 10.00AM                           | DEPORTE: FUTBOL SALA   |                                 |  |
|   |   |     |  | No. SESIONES: | 1  | EDADES:  | 6 a 17 años                               | No. SEMANA:            |                                 |  |

| PARTE   | TEMA / CONTENIDOS   | DURACIÓN (TIEMPO – CANTIDAD) | ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES  | RECURSOS/ MATERIAL                           | CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES  |
|---------|---|------------------------------|--|--|---|
| INICIAL | JUEGO PREDEPORTIVO CALENTAMIENTO BIENVENIDA   | 40 MINUTOS                   | Se colocan dos balones en el centro, donde cada niño se le coloca un número, se coloca a una distancia a 3 m de la cancha, al escuchar el número, de cada integrante asignado de cada fila salen corriendo a tocar el balón, el primero toque el balón gana puntos y la primera fila que termine gana.   |  |   |
| CENTRAL | EJERCICIOS DE RELEVOS JUEGO AL GATO Y EL RATON  | 75 MINUTOS                   | Circuito motores, los juegos de relevos son una excelente manera de combinar diversión y entrenamiento en el fútbol, mejora la velocidad, los relevos fomentan la rapidez y la agilidad entre los jugadores, fomentan la coordinación y la comunicación esencial en el campo.<br>Dinamica el gato y el raton, la idea es que un compañero persigue al otro en forma de zisag, que vaya haciendo las vueltas pero cuando alguien cierre se le da la orden ahora nuevamente corre en zigzag hasta que el gato atrape al raton. | CONOS, SILVATO, PLATILLOS Y BALONES, ULA ULA | Se sigue dando continuidad al trabajo en la sesión con la técnica del pase con el fin de que los integrantes del grupo reconozcan e identifiquen las superficies de contacto a la hora de ejecutar la acción de pasar el balón. |
| FINAL   | SE REALIZA JUEGO PARA EVIDENCIAR EL TRABAJO REALIZADO, EN LA PARTE CENTRAL, RETROALIMENTACION Y VUELTA A LA CALMA | 50 MINUTOS                   | Se realiza juego aplicando el trabajo de la sesión, enfatizando a la resistencia y la velocidad de cada uno de los integrantes, la velocidad que tiene el grupo, validando el control y agilidad al tocar el balón, se realiza la retroalimentación de la sesión y el aprendizaje obtenido en dicha sesión   |  |   |

FIRMA DEL INSTRUCTOR



FIRMA DEL COORDINADOR

|   |   |     |  |               |                    |  |          |                   |  |  |                                 |  |  |  |
|---|---|-----|--|---------------|--------------------|--|----------|-------------------|--|--|---------------------------------|--|--|--|
| <div><div>ALCALDÍA MAYOR<br/>DE BOGOTÁ D.C.</div></div> <div><div>ALCALDÍA LOCAL DE<br/>CIUDAD BOLIVAR</div><div></div></div> |   |     |  |               |                    |  |          |                   |  | <div>FORMATO SESION DE CLASES</div> <div>ALCALDÍA LOCAL DE CIUDAD BOLÍVAR</div> <div>ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA</div> <div>PROYECTO DE INVERSION 1926 VIGENCIA 2024</div> |                                 |  |  |  |
| PROGRAMA:   |   |     |  |               | FECHA DE SESION:   |  |          | <div>232025</div> |  | NOMBRE DEL INSTRUCTOR:   | FRANKLIN ANTONIO LLOREDA MORENO | Objetivo:<br>IDENTIFICAR EL DESARROLLO Y HABILIDADES EN EL QUE SE ENCUENTRAN LOS PARTICIPANTES DE LA ESCUELA DEPORTIVA |  |  |
| GRUPO:  | 1 | UPZ |  | ESCENARIO:    | BRISAS DEL BOLADOR |  | HORARIO: | 10:00AM A 12:00PM |  | DEPORTE: FUTBOL SALA   |                                 |  |  |  |
|   |   |     |  | No. SESIONES: | 2                  |  | EDADES:  |                   |  | No. SEMANA:  |                                 |  |  |  |

| PARTE   | TEMA / CONTENIDOS   | DURACIÓN (TIEMPO – CANTIDAD) | ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES  | RECURSOS/ MATERIAL                 | CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES   |
|---------|---|------------------------------|--|------------------------------------|--|
| INICIAL | REALIZAR ACTIVIDADES DE COORDINACION BIENVENIDA, CALENTAMIENTO EJERCICIO PARA LA CLASE DE POLIMOTOR | 15 MINUTOS                   | SALUDO, TRABAJO FISICO, VELOCIDAD LOS NIÑOS TRASLADAN EL BALON AL SIGUIENTE ARO COORDINADOS, EN FORMA DE CIRCULO EN ELQUE ESTA EL OTRO COMPAÑERO. CON UN TIEMPO SUGERIDO POR EL PROFESOR | CONO, SIVATO, PLANILLA DE REGISTRO | EN ESTA SESION SE RECOMIENDA TENER, BUENA COORDINACION DE LOS USUARIOS |
| CENTRAL | REALIZAR CIRCUITO MOTRIZ CON LOS APRENDICES   | 45 MINUTOS                   | CIRCUITO MOTRIZ CON CONDUCCION DE BALON  |                                    |  |
| FINAL   | VUELTA A LA CALMA ESTIRAMIENTO EN FORMA INDIVIDUAL MOVIENDO LA CABEZA.                              | 30 MINUTOS                   | JUEGO PREDEPORTIVO Y VUELTA A LA CALMA   |                                    |  |

FIRMA DEL INSTRUCTOR



FIRMA DEL COORDINADOR

|  |   |     |  |               |                    |  |          |                   |  |                        |                                 |  |
|--|---|-----|--|---------------|--------------------|--|----------|-------------------|--|------------------------|---------------------------------|--|
| <div><div>ALCALDÍA MAYOR<br/>DE BOGOTÁ D.C.</div></div> <div><div>ALCALDÍA LOCAL DE<br/>CIUDAD BOLIVAR</div><div></div></div> <div>FORMATO SESION DE CLASES<br/><br/>ALCALDÍA LOCAL DE CIUDAD BOLÍVAR<br/>ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA<br/>PROYECTO DE INVERSION 1926 VIGENCIA 2024</div> |   |     |  |               |                    |  |          |                   |  |                        |                                 |  |
| PROGRAMA:  |   |     |  |               | FECHA DE SESION:   |  |          | <div>832025</div> |  | NOMBRE DEL INSTRUCTOR: | FRANKLIN ANTONIO LLOREDA MORENO | Objetivo:<br>IDENTIFICAR EL DESARROLLO Y HABILIDADES EN EL QUE SE ENCUENTRAN LOS PARTICIPANTES DE LA ESCUELA DEPORTIVA |
| GRUPO:   | 1 | UPZ |  | ESCENARIO:    | BRISAS DEL VOLADOR |  | HORARIO: | 10:00AM A 12:00PM |  | DEPORTE:               | FUTBOL SALA                     |  |
|  |   |     |  | No. SESIONES: | 3                  |  | EDADES:  |                   |  | No. SEMANA:            |                                 |  |

| PARTE   | TEMA / CONTENIDOS   | DURACIÓN (TIEMPO – CANTIDAD) | ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES  | RECURSOS/ MATERIAL                 | CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES   |
|---------|---|------------------------------|--|------------------------------------|--|
| INICIAL | REALIZAR ACTIVIDADES DE COORDINACION BIENVENIDA, CALENTAMIENTO EJERCICIO PARA LA CLASE DE POLIMOTOR | 15 MINUTOS                   | SALUDO, TRABAJO FISICO, VELOCIDAD LOS NIÑOS TRASLADAN EL BALON AL SIGUIENTE ARO COORDINADOS, EN FORMA DE CIRCULO EN ELQUE ESTA EL OTRO COMPAÑERO. CON UN TIEMPO SUGERIDO POR EL PROFESOR | CONO, SIVATO, PLANILLA DE REGISTRO | EN ESTA SESION SE RECOMIENDA TENER, BUENA COORDINACION DE LOS USUARIOS |
| CENTRAL | REALIZAR CIRCUITO MOTRIZ CON LOS APRENDICES   | 45 MINUTOS                   | CIRCUITO MOTRIZ CON CONDUCCION DE BALON  |                                    |  |
| FINAL   | VUELTA A LA CALMA ESTIRAMIENTO EN FORMA INDIVIDUAL MOVIENDO LA CABEZA.                              | 30 MINUTOS                   | JUEGO PREDEPORTIVO Y VUELTA A LA CALMA   |                                    |  |

FIRMA DEL INSTRUCTOR



FIRMA DEL COORDINADOR

|  |  |   |  |     |  |               |  |                    |  |   |                        |  |                                 |  |  |                      |  |
|--|--|---|--|-----|--|---------------|--|--------------------|--|---|------------------------|--|---------------------------------|--|--|----------------------|--|
|  <div>ALCALDÍA LOCAL DE<br/>CIUDAD BOLIVAR</div> |  |   |  |     |  <div>BOGOTÁ</div> |               |  |                    |  | FORMATO SESION DE CLASES<br><br>ALCALDÍA LOCAL DE CIUDAD BOLÍVAR<br>ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA<br>PROYECTO DE INVERSION 1926 VIGENCIA 2024 |                        |  |                                 |  |  |                      |  |
| PROGRAMA:  |  |   |  |     | FECHA DE SESION:   |               |  | 932025             |  |   | NOMBRE DEL INSTRUCTOR: |  | FRANKLIN ANTONIO LLOREDA MORENO |  | Objetivo:<br>IDENTIFICAR EL DESARROLLO Y HABILIDADES EN EL QUE SE ENCUENTRAN LOS PARTICIPANTES DE LA ESCUELA DEPORTIVA |                      |  |
| GRUPO:   |  | 1 |  | UPZ |  | ESCENARIO:    |  | BRISAS DEL BOLADOR |  |   | HORARIO:               |  | 10:00AM A 12:00PM               |  |  | DEPORTE: FUTBOL SALA |  |
|  |  |   |  |     |  | No. SESIONES: |  | 4                  |  |   | EADAES:                |  |                                 |  |  | No. SEMANA:          |  |

| PARTE   | TEMA / CONTENIDOS   | DURACIÓN (TIEMPO – CANTIDAD) | ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES  | RECURSOS/ MATERIAL                 | CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES   |
|---------|---|------------------------------|--|------------------------------------|--|
| INICIAL | REALIZAR ACTIVIDADES DE COORDINACION BIENVENIDA, CALENTAMIENTO EJERCICIO PARA LA CLASE DE POLIMOTOR | 15 MINUTOS                   | SALUDO, TRABAJO FISICO, VELOCIDAD LOS NIÑOS TRASLADAN EL BALON AL SIGUIENTE ARO COORDINADOS, EN FORMA DE CIRCULO EN ELQUE ESTA EL OTRO COMPAÑERO. CON UN TIEMPO SUGERIDO POR EL PROFESOR | CONO, SIVATO, PLANILLA DE REGISTRO | EN ESTA SESION SE RECOMIENDA TENER, BUENA COORDINACION DE LOS USUARIOS |
| CENTRAL | REALIZAR CIRCUITO MOTRIZ CON LOS APRENDICES   | 45 MINUTOS                   | CIRCUITO MOTRIZ CON CONDUCCION DE BALON  |                                    |  |
| FINAL   | VUELTA A LA CALMA ESTIRAMIENTO EN FORMA INDIVIDUAL MOVIENDO LA CABEZA.                              | 30 MINUTOS                   | JUEGO PREDEPORTIVO Y VUELTA A LA CALMA   |                                    |  |

FIRMA DEL INSTRUCTOR



FIRMA DEL COORDINADOR

|  |   |     |  |               |                    |          |                   |         |             |                          |                                 |  |  |  |
|--|---|-----|--|---------------|--------------------|----------|-------------------|---------|-------------|--------------------------|---------------------------------|--|--|--|
| <div><div>ALCALDÍA MAYOR<br/>DE BOGOTÁ D.C.</div></div> <div>ALCALDÍA LOCAL DE<br/>CIUDAD BOLIVAR</div> <div><div>BOGOTÁ</div></div> |   |     |  |               |                    |          |                   |         |             | FORMATO SESION DE CLASES |                                 |  |  |  |
| ALCALDÍA LOCAL DE CIUDAD BOLÍVAR   |   |     |  |               |                    |          |                   |         |             |                          |                                 |  |  |  |
| ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA  |   |     |  |               |                    |          |                   |         |             |                          |                                 |  |  |  |
| PROYECTO DE INVERSION 1926 VIGENCIA 2024   |   |     |  |               |                    |          |                   |         |             |                          |                                 |  |  |  |
| PROGRAMA:  |   |     |  |               | FECHA DE SESION:   |          |                   | 1532025 |             | NOMBRE DEL INSTRUCTOR:   | FRANKLIN ANTONIO LLOREDA MORENO | Objetivo:<br>IDENTIFICAR EL DESARROLLO Y HABILIDADES EN EL QUE SE ENCUENTRAN LOS PARTICIPANTES DE LA ESCUELA DEPORTIVA |  |  |
| GRUPO:   | 1 | UPZ |  | ESCENARIO:    | BRISAS DEL BOLADOR | HORARIO: | 10:00AM A 12:00PM |         | DEPORTE:    | FUTBOL SALA              |                                 |  |  |  |
|  |   |     |  | No. SESIONES: | 5                  | EDADES:  |                   |         | No. SEMANA: |                          |                                 |  |  |  |

| PARTE   | TEMA / CONTENIDOS   | DURACIÓN (TIEMPO – CANTIDAD) | ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES  | RECURSOS/ MATERIAL                 | CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES   |
|---------|---|------------------------------|--|------------------------------------|--|
| INICIAL | REALIZAR ACTIVIDADES DE COORDINACION BIENVENIDA, CALENTAMIENTO EJERCICIO PARA LA CLASE DE POLIMOTOR | 15 MINUTOS                   | SALUDO, TRABAJO FISICO, VELOCIDAD LOS NIÑOS TRASLADAN EL BALON AL SIGUIENTE ARO COORDINADOS, EN FORMA DE CIRCULO EN ELQUE ESTA EL OTRO COMPAÑERO. CON UN TIEMPO SUGERIDO POR EL PROFESOR | CONO, SIVATO, PLANILLA DE REGISTRO | EN ESTA SESION SE RECOMIENDA TENER, BUENA COORDINACION DE LOS USUARIOS |
| CENTRAL | REALIZAR CIRCUITO MOTRIZ CON LOS APRENDICES   | 45 MINUTOS                   | CIRCUITO MOTRIZ CON CONDUCCION DE BALON  |                                    |  |
| FINAL   | VUELTA A LA CALMA ESTIRAMIENTO EN FORMA INDIVIDUAL MOVIENDO LA CABEZA.                              | 30 MINUTOS                   | JUEGO PREDEPORTIVO Y VUELTA A LA CALMA   |                                    |  |

FIRMA DEL INSTRUCTOR



FIRMA DEL COORDINADOR

|  |   |     |  |               |                    |          |                    |             |                        |                                 |  |
|--|---|-----|--|---------------|--------------------|----------|--------------------|-------------|------------------------|---------------------------------|--|
| <div><div>ALCALDÍA MAYOR<br/>DE BOGOTÁ D.C.</div></div> <div><div>ALCALDÍA LOCAL DE<br/>CIUDAD BOLIVAR</div><div></div></div> <div>FORMATO SESION DE CLASES<br/><br/>ALCALDÍA LOCAL DE CIUDAD BOLÍVAR<br/>ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA<br/>PROYECTO DE INVERSION 1926 VIGENCIA 2024</div> |   |     |  |               |                    |          |                    |             |                        |                                 |  |
| PROGRAMA:  |   |     |  |               | FECHA DE SESION:   |          | <div>1632025</div> |             | NOMBRE DEL INSTRUCTOR: | FRANKLIN ANTONIO LLOREDA MORENO | Objetivo:<br>IDENTIFICAR EL DESARROLLO Y HABILIDADES EN EL QUE SE ENCUENTRAN LOS PARTICIPANTES DE LA ESCUELA DEPORTIVA |
| GRUPO:   | 1 | UPZ |  | ESCENARIO:    | BRISAS DEL BOLADOR | HORARIO: | 10:00AM A 12:00PM  | DEPORTE:    | FUTBOL SALA            |                                 |  |
|  |   |     |  | No. SESIONES: | 6                  | EDADES:  |                    | No. SEMANA: |                        |                                 |  |

| PARTE   | TEMA / CONTENIDOS   | DURACIÓN (TIEMPO – CANTIDAD) | ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES  | RECURSOS/ MATERIAL                 | CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES   |
|---------|---|------------------------------|--|------------------------------------|--|
| INICIAL | REALIZAR ACTIVIDADES DE COORDINACION BIENVENIDA, CALENTAMIENTO EJERCICIO PARA LA CLASE DE POLIMOTOR | 15 MINUTOS                   | SALUDO, TRABAJO FISICO, VELOCIDAD LOS NIÑOS TRASLADAN EL BALON AL SIGUIENTE ARO COORDINADOS, EN FORMA DE CIRCULO EN ELQUE ESTA EL OTRO COMPAÑERO. CON UN TIEMPO SUGERIDO POR EL PROFESOR | CONO, SIVATO, PLANILLA DE REGISTRO | EN ESTA SESION SE RECOMIENDA TENER, BUENA COORDINACION DE LOS USUARIOS |
| CENTRAL | REALIZAR CIRCUITO MOTRIZ CON LOS APRENDICES   | 45 MINUTOS                   | CIRCUITO MOTRIZ CON CONDUCCION DE BALON  |                                    |  |
| FINAL   | VUELTA A LA CALMA ESTIRAMIENTO EN FORMA INDIVIDUAL MOVIENDO LA CABEZA.                              | 30 MINUTOS                   | JUEGO PREDEPORTIVO Y VUELTA A LA CALMA   |                                    |  |

FIRMA DEL INSTRUCTOR



FIRMA DEL COORDINADOR

|   |   |     |  |               |  |          |                    |             |                        |                                 |  |
|---|---|-----|--|---------------|--|----------|--------------------|-------------|------------------------|---------------------------------|--|
| <div><div>ALCALDÍA MAYOR<br/>DE BOGOTÁ D.C.</div></div> <div><div>ALCALDÍA LOCAL DE<br/>CIUDAD BOLIVAR</div><div></div></div> |   |     |  |               | <div>FORMATO SESION DE CLASES</div> <div>ALCALDÍA LOCAL DE CIUDAD BOLÍVAR</div> <div>ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA</div> <div>PROYECTO DE INVERSION 1926 VIGENCIA 2024</div> |          |                    |             |                        |                                 |  |
| PROGRAMA:   |   |     |  |               | FECHA DE SESION:   |          | <div>2232025</div> |             | NOMBRE DEL INSTRUCTOR: | FRANKLIN ANTONIO LLOREDA MORENO | Objetivo:<br>IDENTIFICAR EL DESARROLLO Y HABILIDADES EN EL QUE SE ENCUENTRAN LOS PARTICIPANTES DE LA ESCUELA DEPORTIVA |
| GRUPO:  | 1 | UPZ |  | ESCENARIO:    | BRISAS DEL BOLADOR   | HORARIO: | 10:00AM A 12:00PM  | DEPORTE:    | FUTBOL SALA            |                                 |  |
|   |   |     |  | No. SESIONES: | 7  | EDADES:  |                    | No. SEMANA: |                        |                                 |  |

| PARTE   | TEMA / CONTENIDOS   | DURACIÓN (TIEMPO – CANTIDAD) | ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES  | RECURSOS/ MATERIAL                 | CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES   |
|---------|---|------------------------------|--|------------------------------------|--|
| INICIAL | REALIZAR ACTIVIDADES DE COORDINACION BIENVENIDA, CALENTAMIENTO EJERCICIO PARA LA CLASE DE POLIMOTOR | 15 MINUTOS                   | SALUDO, TRABAJO FISICO, VELOCIDAD LOS NIÑOS TRASLADAN EL BALON AL SIGUIENTE ARO COORDINADOS, EN FORMA DE CIRCULO EN ELQUE ESTA EL OTRO COMPAÑERO. CON UN TIEMPO SUGERIDO POR EL PROFESOR | CONO, SIVATO, PLANILLA DE REGISTRO | EN ESTA SESION SE RECOMIENDA TENER, BUENA COORDINACION DE LOS USUARIOS |
| CENTRAL | REALIZAR CIRCUITO MOTRIZ CON LOS APRENDICES   | 45 MINUTOS                   | CIRCUITO MOTRIZ CON CONDUCCION DE BALON  |                                    |  |
| FINAL   | VUELTA A LA CALMA ESTIRAMIENTO EN FORMA INDIVIDUAL MOVIENDO LA CABEZA.                              | 30 MINUTOS                   | JUEGO PREDEPORTIVO Y VUELTA A LA CALMA   |                                    |  |

FIRMA DEL INSTRUCTOR

FIRMA DEL COORDINADOR



|  |  |   |     |  |                  |                    |  |                    |                   |                          |                                 |  |  |
|--|--|---|-----|--|------------------|--------------------|--|--------------------|-------------------|--------------------------|---------------------------------|--|--|
| <div><div>ALCALDÍA MAYOR<br/>DE BOGOTÁ D.C.</div></div> <div>ALCALDÍA LOCAL DE<br/>CIUDAD BOLIVAR</div> <div><div>BOGOTÁ</div></div> |  |   |     |  |                  |                    |  |                    |                   | FORMATO SESION DE CLASES |                                 |  |  |
| ALCALDÍA LOCAL DE CIUDAD BOLÍVAR   |  |   |     |  |                  |                    |  |                    |                   |                          |                                 |  |  |
| ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA  |  |   |     |  |                  |                    |  |                    |                   |                          |                                 |  |  |
| PROYECTO DE INVERSION 1926 VIGENCIA 2024   |  |   |     |  |                  |                    |  |                    |                   |                          |                                 |  |  |
| PROGRAMA:  |  |   |     |  | FECHA DE SESION: |                    |  | <div>2332025</div> |                   | NOMBRE DEL INSTRUCTOR:   | FRANKLIN ANTONIO LLOREDA MORENO | Objetivo:<br>IDENTIFICAR EL DESARROLLO Y HABILIDADES EN EL QUE SE ENCUENTRAN LOS PARTICIPANTES DE LA ESCUELA DEPORTIVA |  |
| GRUPO:   |  | 1 | UPZ |  | ESCENARIO:       | BRISAS DEL NOLADOR |  | HORARIO:           | 10:00AM A 12:00PM |                          | DEPORTE: FUTBOL SALA            |  |  |
|  |  |   |     |  | No. SESIONES:    | 8                  |  | EDADES:            |                   |                          | No. SEMANA:                     |  |  |

| PARTE   | TEMA / CONTENIDOS   | DURACIÓN (TIEMPO – CANTIDAD) | ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES  | RECURSOS/ MATERIAL                 | CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES   |
|---------|---|------------------------------|--|------------------------------------|--|
| INICIAL | REALIZAR ACTIVIDADES DE COORDINACION BIENVENIDA, CALENTAMIENTO EJERCICIO PARA LA CLASE DE POLIMOTOR | 15 MINUTOS                   | SALUDO, TRABAJO FISICO, VELOCIDAD LOS NIÑOS TRASLADAN EL BALON AL SIGUIENTE ARO COORDINADOS, EN FORMA DE CIRCULO EN ELQUE ESTA EL OTRO COMPAÑERO. CON UN TIEMPO SUGERIDO POR EL PROFESOR | CONO, SIVATO, PLANILLA DE REGISTRO | EN ESTA SESION SE RECOMIENDA TENER, BUENA COORDINACION DE LOS USUARIOS |
| CENTRAL | REALIZAR CIRCUITO MOTRIZ CON LOS APRENDICES   | 45 MINUTOS                   | CIRCUITO MOTRIZ CON CONDUCCION DE BALON  |                                    |  |
| FINAL   | VUELTA A LA CALMA ESTIRAMIENTO EN FORMA INDIVIDUAL MOVIENDO LA CABEZA.                              | 30 MINUTOS                   | JUEGO PREDEPORTIVO Y VUELTA A LA CALMA   |                                    |  |

FIRMA DEL INSTRUCTOR

FIRMA DEL COORDINADOR



|  |   |     |  |               |                    |          |                   |                    |             |                          |                                 |  |  |  |
|--|---|-----|--|---------------|--------------------|----------|-------------------|--------------------|-------------|--------------------------|---------------------------------|--|--|--|
| <div><div>ALCALDÍA MAYOR<br/>DE BOGOTÁ D.C.</div></div> <div>ALCALDÍA LOCAL DE<br/>CIUDAD BOLIVAR</div> <div><div>BOGOTÁ</div></div> |   |     |  |               |                    |          |                   |                    |             | FORMATO SESION DE CLASES |                                 |  |  |  |
| ALCALDÍA LOCAL DE CIUDAD BOLÍVAR   |   |     |  |               |                    |          |                   |                    |             |                          |                                 |  |  |  |
| ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA  |   |     |  |               |                    |          |                   |                    |             |                          |                                 |  |  |  |
| PROYECTO DE INVERSION 1926 VIGENCIA 2024   |   |     |  |               |                    |          |                   |                    |             |                          |                                 |  |  |  |
| PROGRAMA:  |   |     |  |               | FECHA DE SESION:   |          |                   | <div>2932025</div> |             | NOMBRE DEL INSTRUCTOR:   | FRANKLIN ANTONIO LLOREDA MORENO | Objetivo:<br>IDENTIFICAR EL DESARROLLO Y HABILIDADES EN EL QUE SE ENCUENTRAN LOS PARTICIPANTES DE LA ESCUELA DEPORTIVA |  |  |
| GRUPO:   | 1 | UPZ |  | ESCENARIO:    | BRISAS DEL BOLADOR | HORARIO: | 10:00AM A 12:00PM |                    | DEPORTE:    | FUTBOL SALA              |                                 |  |  |  |
|  |   |     |  | No. SESIONES: | 9                  | EDADES:  |                   |                    | No. SEMANA: |                          |                                 |  |  |  |

| PARTE   | TEMA / CONTENIDOS   | DURACIÓN (TIEMPO – CANTIDAD) | ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES  | RECURSOS/ MATERIAL                 | CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES   |
|---------|---|------------------------------|--|------------------------------------|--|
| INICIAL | REALIZAR ACTIVIDADES DE COORDINACION BIENVENIDA, CALENTAMIENTO EJERCICIO PARA LA CLASE DE POLIMOTOR | 15 MINUTOS                   | SALUDO, TRABAJO FISICO, VELOCIDAD LOS NIÑOS TRASLADAN EL BALON AL SIGUIENTE ARO COORDINADOS, EN FORMA DE CIRCULO EN ELQUE ESTA EL OTRO COMPAÑERO. CON UN TIEMPO SUGERIDO POR EL PROFESOR | CONO, SIVATO, PLANILLA DE REGISTRO | EN ESTA SESION SE RECOMIENDA TENER, BUENA COORDINACION DE LOS USUARIOS |
| CENTRAL | REALIZAR CIRCUITO MOTRIZ CON LOS APRENDICES   | 45 MINUTOS                   | CIRCUITO MOTRIZ CON CONDUCCION DE BALON  |                                    |  |
| FINAL   | VUELTA A LA CALMA ESTIRAMIENTO EN FORMA INDIVIDUAL MOVIENDO LA CABEZA.                              | 30 MINUTOS                   | JUEGO PREDEPORTIVO Y VUELTA A LA CALMA   |                                    |  |

FIRMA DEL INSTRUCTOR

FIRMA DEL COORDINADOR