

Lenguazaque, 23 de abril de 2026

CUENTA DE COBRO 03

**LA ALCALDÍA MUNICIPAL DE LENGUAZAQUE
(SECRETARÍA GOBIERNO)
NIT 899.999.330**

**DEBE A:
WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO
C.C.1.076.658.682**

DOS MILONES QUINIENTOS MIL PESOS (\$2.500.000) M/CTE.

POR CONCEPTO DE: LA EJECUCIÓN DEL CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS (PROFESIONALES) No 048 -2026, SUSCRITO ENTRE EL MUNICIPIO DE LENGUAZAQUE - SECRETARIA GENERAL Y **WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO**

CUYO **OBJETO** "PRESTACIÓN DE SERVICIOS APOYO A LA GESTIÓN EN EL MARCO DEL PROGRAMA DEL DEPORTE FORMATIVO EN EL ÁREA DE FUTBOL DE SALON DEL MUNICIPIO DE LENGUAZAQUE, DE CONFORMIDAD CON OTROSI 01 AL CONVENIO N° CL-135-2025 SUSCRITO CON EL INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA.

DEL PERIODO COMPRENDIDO:

DEL	AL
15-03-2026	14-04-2026

Favor consignar el monto a la cuenta de ahorros Bancolombia No 35481151901

Cordialmente.



**WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO
C.C.1.076.658.682**

Correo electrónico: wilmery5901@hotmail.com

**INFORME DE GESTIÓN CONTRACTUAL
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES Y DE APOYO
A LA GESTIÓN**

INFORME DE GESTIÓN CONTRACTUAL No .03 DE 2026 CONTRATO No 048 DE 2026					
Nombre del Contratista	WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO				
Identificación del Contratista (C.C. / NIT)	1.076.658.682				
Nombre y Cargo del Supervisor	ADRIANA CAROLINA PEREZ CASTAÑEDA				
Número del Contrato	048	Pago Número	3	De	05
Período Informado	15 DE MARZO AL 14 DE ABRIL	No. De Registro Presupuestal	2025000091		
Cuenta Bancaria y Entidad	354-811519-01		Corriente	Ahorros	X
Valor del Pago	\$ 2.500.000				
Fecha Acta Inicio	15 DE ENERO DE 2026	Fecha de Terminación Vigencia Inicial	14 DE JUNIO DE 2026		
Prórroga	S I	NO	X	Fecha de Terminación prórroga	N/A
Adición	S I	NO	X	Valor Adicionado	N/A
Suspensiones	S I	NO	X	Periodo de Terminación	N/A
Objeto del Contrato:					
<p>PRESTACIÓN DE SERVICIOS APOYO A LA GESTIÓN EN EL MARCO DEL PROGRAMA DEL DEPORTE FORMATIVO EN EL ÁREA DE FUTBOL DE SALON DEL MUNICIPIO DE LENGUAZAQUE, DE CONFORMIDAD CON OTROSI 01 AL CONVENIO N° CL-135-2025 SUSCRITO CON EL INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA.</p>					

Obligaciones específicas	Actividades realizadas															
DECLARACIÓN DEL CONTRATISTA																
OBLIGACIONES ESPECÍFICAS DE LOS FORMADORES	ACTIVIDADES DESARROLLADAS															
<p>1.Desarrollar el proceso técnico y pedagógico en el municipio, deporte y/o modalidad asignada en los niveles de iniciación, fundamentación y/o especialización deportiva, proceso debidamente articulado a los Planes Pedagógicos o Mallas Curriculares, previamente entregados por la Coordinación del Deporte Formativo.</p>	<p>Desarrollé el proceso técnico y pedagógico en el municipio de Lenguazaque Cundinamarca, en la disciplina de futbol de salón, abarcando los niveles de iniciación, fundamentación y/o especialización deportiva. Este proceso estuvo debidamente articulado con los Planes Pedagógicos y las Mallas Curriculares previamente establecidos.</p>															
<p>2. Adelantar los procesos de convocatoria, inscripción y seguimiento a través de los medios necesarios y donde se involucren Juntas de Acción Comunal, Instituciones Educativas, Resguardos Indígenas, Personas en Situación de Discapacidad, Población Diversa y demás comunidades que se puedan beneficiar su proceso técnico y pedagógico llevando un registro mensual en el formato establecido</p>	<p>Continue convocatoria en los sitios asignados por el coordinador de deportes del municipio de Lenguazaque Cundinamarca; por medio de poster publicitario, cartelera informativa, grupos de WhatsApp, redes sociales y presentación en las diferentes instituciones educativas del municipio; donde invité a todos los niños, niñas y jóvenes de 5 a 17 años de edad a pertenecer a la escuela de formación de futbol de salón en sus diferentes niveles/categorías.</p>															
<p>3. Mantener una cobertura mínima poblacional de acuerdo a las características de la disciplina deportiva a cargo, de la siguiente forma:</p> <table border="1" data-bbox="232 1410 740 1564"> <thead> <tr> <th>DEPORTE</th> <th>INICIACIÓN</th> <th>FUNDAMENTACIÓN</th> <th>ESPECIALIZACIÓN</th> <th>TOTAL</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>INDIVIDUALES</td> <td>10</td> <td>12</td> <td>12</td> <td>34</td> </tr> <tr> <td>CONJUNTO</td> <td>15</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>55</td> </tr> </tbody> </table>	DEPORTE	INICIACIÓN	FUNDAMENTACIÓN	ESPECIALIZACIÓN	TOTAL	INDIVIDUALES	10	12	12	34	CONJUNTO	15	20	20	55	<p>Adelanté el proceso de cobertura con los niños, niñas y jóvenes del municipio de Lenguazaque Cundinamarca teniendo como resultado en el mes de MARZO-ABRIL los siguientes beneficiarios del programa: Iniciación: 11 Fundamentación: 14 Especialización: 18 Total, beneficiarios: 43 Para el siguiente mes completaré la cobertura requerida</p>
DEPORTE	INICIACIÓN	FUNDAMENTACIÓN	ESPECIALIZACIÓN	TOTAL												
INDIVIDUALES	10	12	12	34												
CONJUNTO	15	20	20	55												
<p>4. Desarrollar 12 horas de trabajo con los grupos establecidos por cada disciplina deportiva (2 sesiones de 2 horas con el grupo de iniciación, 2 sesiones de 2 horas con el grupo de fundamentación y 2 sesiones de 2 horas con el grupo de especialización), Cada sesión de clase programada, deberá tener como mínimo una duración de (2 horas) distribuida en: fase inicial, central y final estas sesiones de práctica no pueden ser acumulables en el mismo día (máximo una sesión diaria por grupo de formación). Adicional se deben desarrollar 4 horas de trabajo con las instituciones educativas del sector rural. Además, se establece 2 horas para planeación, análisis de resultados de evaluación, elaboración de informes; para un total de 18 horas semanales de trabajo</p>	<p>Desarrolle y ejecute 12 planeaciones de clase para la escuela de formación de futbol de salón del municipio de Lenguazaque Cundinamarca durante el mes de enero- febrero que dividí en:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 4 sesiones con la categoría de iniciación • 4 sesiones con la categoría de fundamentación – • 4 sesiones con la categoría de especialización <p>cada sesión de clase que desarrolle consta de 120 minutos de practica (dos horas) divididas en 3 fases como se establece en el formato de planeación previamente establecido:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fase inicial • Fase central • Fase final. <p>De esta manera, cada categoría cuenta con 2 sesiones de practica semanal cumpliendo con el</p>															

	desarrollo máximo de 1 sesión diaria por grupo de formación.
5. Presentar la planeación de las sesiones de clase antes del inicio de cada mes, al respectivo supervisor, describiendo los objetivos, aspectos físicos, técnicos y evaluativos a tener en cuenta, así como los métodos empleados en ellas según formato establecido y previo visto bueno del gestor vinculado a Indeportes.	Presenté la planeación de las 08 sesiones del mes de MARZO-ABRIL, antes de ejecutar las sesiones de prácticas deportivas y recreativas. Presenté las 24 planeaciones de las sesiones mensuales del mes describiendo los objetivos, aspectos físicos, técnicos y evaluativos a tener en cuenta, así como los métodos empleados en ella, según el formato de planeación previamente establecido.
6. Desarrollar el proceso de seguimiento, control y evaluación de su plan pedagógico y técnico establecido para cada nivel de formación junto con la respectiva malla curricular, atendiendo las indicaciones del Gestor Provincial y el Coordinador del Deporte Formativo. Para eso, deberá implementa en el proceso de evaluación de sus deportistas a cargo de manera periódica y en los tiempos de establezca la supervisión en coordinación con la Coordinación del Deporte Formativo, los logros preestablecidos para cada nivel de formación y entregar por cada uno de ellos un reporte acorde con los lineamientos y parámetros establecidos por la coordinación de deporte formativo	Se dio cumplimiento a esta obligación mediante la implementación y seguimiento del plan pedagógico y técnico del proceso de formación en fútbol de salón, aplicando la malla curricular correspondiente a los niveles de iniciación, fundamentación y especialización. Asimismo, se realizará seguimiento, control y evaluación periódica de los deportistas, verificando el cumplimiento de los logros establecidos para cada nivel de formación, de acuerdo con las orientaciones del Gestor Provincial y el Coordinador del Deporte Formativo. Los resultados obtenidos serán registrados y reportados oportunamente, siguiendo los lineamientos y parámetros definidos por la coordinación del Deporte Formativo.
7. Programar, desarrollar y apoyar la realización de al menos un festival semestral de Deporte Formativo en su municipio, atendiendo las indicaciones técnicas y pedagógicas preestablecidas para cada uno de ellos según las indicaciones de la supervisión en Coordinación del Deporte Formativo	Desarrollaré y apoyaré la participación de los niños, niñas y jóvenes en los Festivales de Deporte Formativo, atendiendo las indicaciones técnicas y pedagógicas preestablecidas para cada uno de ellos. En los casos que sea necesario y según las indicaciones de la Coordinación del Deporte Formativo, los ejecutaré al interior de mis respectivos grupos de formación.
8. Acompañar y apoyar con su grupo de niños deportistas el proceso de observación, selección, detección y desarrollo de talentos deportivos y reserva deportiva del departamento	Acompañaré y apoyaré el grupo de niños, niñas y jóvenes-deportistas el proceso de observación, selección, detección y desarrollo de talentos deportivos y reserva deportiva del departamento de Cundinamarca cuando estos sean requeridos o se realicen las respectivas convocatorias.
9. Participar, apoyar y asistir a las reuniones, capacitaciones, eventos y encuentros programados por el municipio e Indeportes, coordinado con la supervisión y el gestor provincial	-Asistí y participe en la capacitación provincial DEPORTE SOCIAL COMUNITARIO desarrollado en el municipio de Guachetá el día 18 de marzo en el horario de 8:00AM-12:00PM. - Apoye las actividades correspondientes al DIA MUNDIAL DE LA ACTIVIDAD FISICA bajo las directrices de indeportes Cundinamarca en las diferentes instituciones y población del municipio de lenguzaque.

	- Apoye el día domingo 12 de abril la actividad CARRERA DE LA MUJER desarrollado en el municipio de linguazaque con la participación de 400 de mujeres.
10. Estructurar, Entregar y mantener actualizado la base de datos y documentación requerida por la supervisión y el gestor en medio físico y/o digital de la inscripción y participación de los beneficiarios al programa deporte formativo.	Apoye activamente la inscripción de los niños, niñas y jóvenes del municipio de linguazaque Cundinamarca orientándolos de forma concreta en la inscripción a la escuela de formación de fútbol de salón, les entregue los formatos de inscripción y consentimiento informado haciéndoles saber a sus acudientes la forma adecuada de diligenciar este formato. Además, recolecte de forma física los formatos de consentimientos informados ya diligenciados con sus debidos anexos (fotocopia del documento de identidad y fotocopia de la EPS) y los cargue de manera digital (escaneados) al drive previamente establecido con la gestora provincial.
11. Apoyar el desarrollo del programa institucional Escuela tu Tiempo libre en los municipios del departamento de acuerdo a las directrices emitidas por el supervisor y la coordinación del programa	Apoye el programa institucional en la escuela rural farasia retamo y farasia pantanito del municipio de linguazaque donde se desarrollan actividades deportivas y recreativas en beneficio de los estudiantes del grado 0° a 5° de primaria.
12. El contratista vinculado mediante el presente contrato deberá contar con la tarjeta de entrenador a partir del mes de mayo de 2025, en cumplimiento de la Ley 2210 de 2022, so pena de incurrir en trámite de terminación del presente contrato.	Realice el proceso y tramite correspondiente para la solicitud de la tarjeta de entrenador mediante el COCED y el convenio de Indeportes Cundinamarca, el próximo 08 de abril asistirá a la ceremonia y entrega formal de la respectiva tarjeta.

Manifiesto que he cumplido con las obligaciones derivadas del contrato y que las actividades mencionadas en el presente informe corresponden a las efectivamente desarrolladas en el período indicado, declarando que seré responsable por las afirmaciones contenidas en el presente documento, que sirve como soporte para certificar el cumplimiento del objeto del contrato.

Igualmente, en calidad de contratista indico que las obligaciones con el sistema Seguridad social, salud y pensiones se han efectuado correctamente y declaro bajo la gravedad de juramento que las planillas fueron canceladas, de la siguiente manera:

Periodo	IBC	Salud	Pensión	ARL	Planilla
ENERO	\$ 1.800.000	\$ 218.900	\$280.200	\$42.700	9499975279
FEBRERO	\$1,933,200	\$241,700	\$309,400	\$47,100	9501128013
MARZO	\$1,933,200	\$241,700	\$309,400	\$47,100	9503155035
TOTAL		\$ 460.600	\$589.600	\$89.800	



WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO
CC 1.76.658.682

**FORMATO DE EVIDENCIAS DE CUMPLIMIENTO CONTRATO DE PRESTACION
DE SERVICIOS Y DE APOYO A LA GESTION**

TIPO DE CONTRATO	Profesionales		De apoyo a la gestión	x	No.	048 de 2026
OBJETO	Objeto del Contrato: PRESTACIÓN DE SERVICIOS APOYO A LA GESTIÓN EN EL MARCO DEL PROGRAMA DEL DEPORTE FORMATIVO EN EL ÁREA DE FUTBOL DE SALON DEL MUNICIPIO DE LENGUAZAQUE, DE CONFORMIDAD CON OTROSI 01 AL CONVENIO N° CL-135-2025 SUSCRITO CON EL INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA.					
PERIODO:	15 de marzo al 14 de abril		ÁREA:	COMPONENTE DE DEPORTE FORMATIVO		
CONTRATISTA:	WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO					
SUPERVISOR:	ADRIANA CAROLINA PEREZ CASTAÑEDA					

OBLIGACIÓN ESPECIFICA	1	Desarrollar el proceso técnico y pedagógico en el municipio, deporte y/o modalidad asignada en los niveles de iniciación, fundamentación y/o especialización deportiva, proceso debidamente articulado a los Planes Pedagógicos o Mallas Curriculares, previamente entregados por la Coordinación del Deporte Formativo.
FECHA	27 de marzo de 2026	
TEMA	SESION DE CLASE HABILIDADES MOTRICES	
ACTIVIDADES	Se desarrollado el proceso técnico-pedagógico para futsal y apoyo en las instituciones del municipio de lenguaque en niveles de iniciación (5-8 años), fundamentación (9-12 años) y especialización (13+ años), articulado a las mallas curriculares de la Coordinación del Deporte Formativo.	
TIPO DE EVIDENCIAS	Fotografías	

EVIDENCIAS

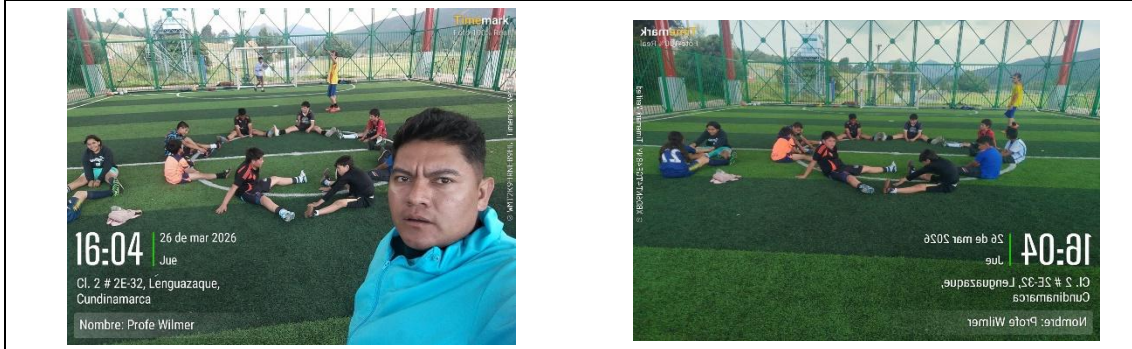


OBLIGACIÓN ESPECIFICA	2	Adelantar los procesos de convocatoria, inscripción y seguimiento a través de los medios necesarios y donde se involucren Juntas de Acción Comunal, Instituciones Educativas, Resguardos Indígenas, Personas en Situación de Discapacidad, Población Diversa y demás comunidades que se puedan beneficiar su proceso técnico y pedagógico llevando un registro mensual en el formato establecido
FECHA	26 de marzo de 2026	
TEMA	Focalización	

ACTIVIDADES	Se continúa adelantando los procesos de convocatoria, inscripción y seguimiento para la escuela de formación de fútbol de salón en el municipio de lenguazaque., involucrando Juntas de Acción Comunal, Instituciones Educativas, personas en situación de discapacidad y población diversa, mediante medios digitales (redes, WhatsApp), volantes, reuniones comunitarias y visitas directas.
-------------	--

TIPO DE EVIDENCIAS	FOTOGRAFIAS
--------------------	-------------

EVIDENCIAS



OBLIGACIÓN ESPECIFICA	<p>Mantener una cobertura mínima poblacional de acuerdo a las características de la disciplina deportiva a cargo, de la siguiente forma:</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th>DEPORTE</th> <th>INICIACIÓN</th> <th>FUNDAMENTACIÓN</th> <th>ESPECIALIZACIÓN</th> <th>TOTAL</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>INDIVIDUALES</td> <td>10</td> <td>12</td> <td>12</td> <td>34</td> </tr> <tr> <td>CONJUNTO</td> <td>15</td> <td>20</td> <td>20</td> <td>55</td> </tr> </tbody> </table>	DEPORTE	INICIACIÓN	FUNDAMENTACIÓN	ESPECIALIZACIÓN	TOTAL	INDIVIDUALES	10	12	12	34	CONJUNTO	15	20	20	55
DEPORTE	INICIACIÓN	FUNDAMENTACIÓN	ESPECIALIZACIÓN	TOTAL												
INDIVIDUALES	10	12	12	34												
CONJUNTO	15	20	20	55												

3

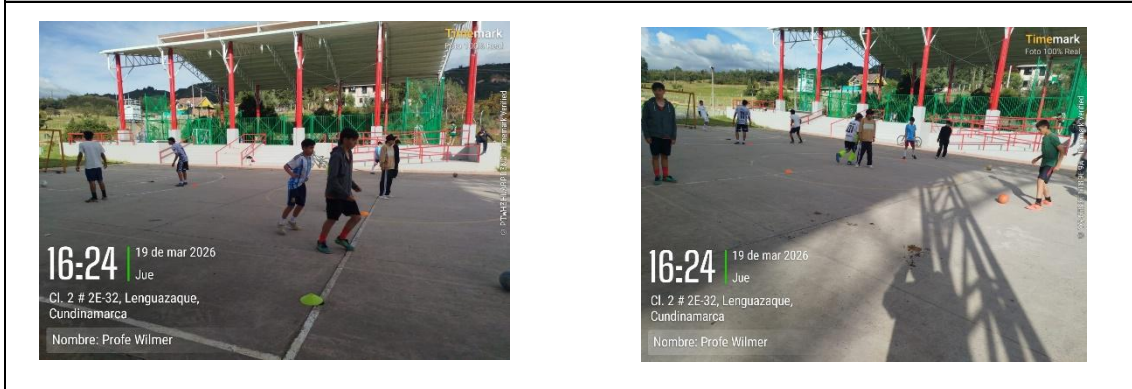
FECHA	19 de febrero de 2026
-------	-----------------------



TEMA	Clasificación de la cobertura
------	-------------------------------

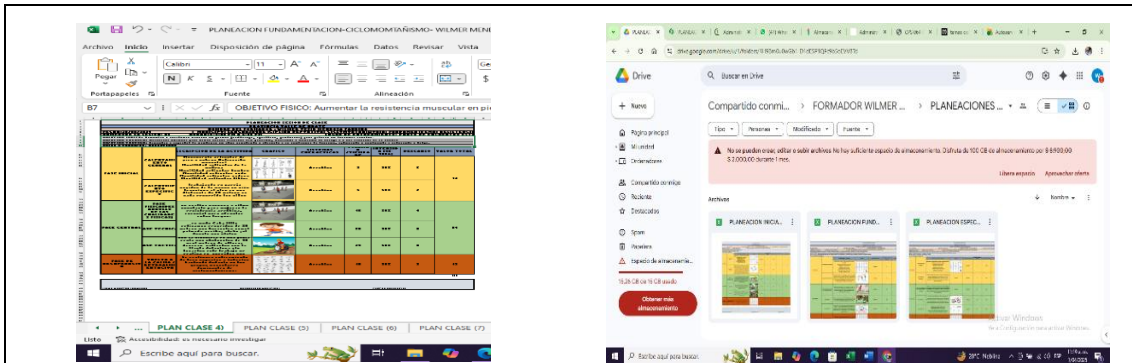
ACTIVIDADES	Se garantizo el cumplimiento de la cobertura mínima poblacional de acuerdo con las características de la disciplina deportiva a cargo. Para ello, se organizó y atendió grupos en las etapas de iniciación, fundamentación y especialización, cumpliendo con el número mínimo de participantes establecido para cada tipo de deporte. En el caso de deportes de conjunto mínimo 55 deportistas (11 en iniciación, 14 en fundamentación y 18 en especialización), asegurando así el desarrollo adecuado de los procesos de formación deportiva, Para el siguiente mes completaré la cobertura requerida
-------------	--

TIPO DE EVIDENCIAS	Fotografías
--------------------	-------------

EVIDENCIAS

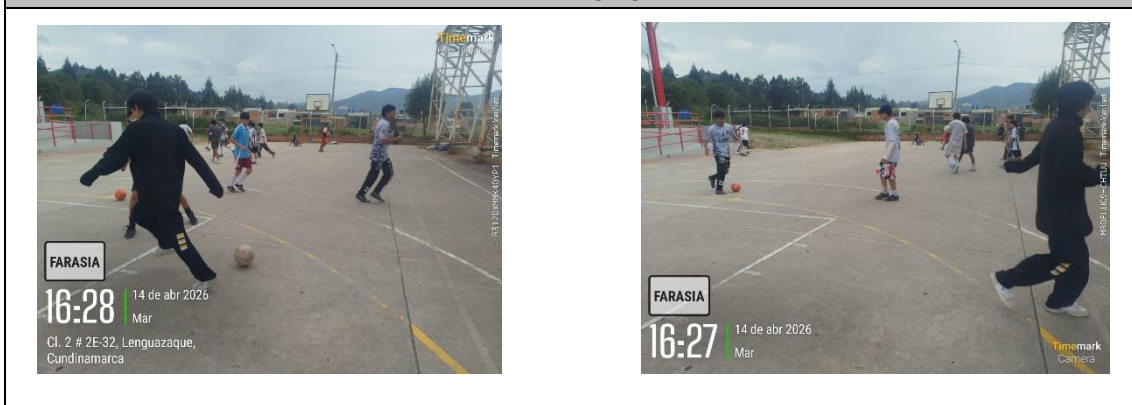


OBLIGACIÓN ESPECIFICA	4	Desarrollar 12 horas de trabajo con los grupos establecidos por cada disciplina deportiva (2 sesiones de 2 horas con el grupo de iniciación, 2 sesiones de 2 horas con el grupo de fundamentación y 2 sesiones de 2 horas con el grupo de especialización), Cada sesión de clase programada, deberá tener como mínimo una duración de (2 horas) distribuida en: fase inicial, central y final estas sesiones de práctica no pueden ser acumulables en el mismo día (máximo una sesión diaria por grupo de formación). Adicional se deben desarrollar 4 horas de trabajo con las instituciones educativas del sector rural. Además, se establece 2 horas para planeación, análisis de resultados de evaluación, elaboración de informes; para un total de 18 horas semanales de trabajo
FECHA	14 de abril de 2026	
TEMA	Fundamentos técnicos del futbol de salón	
ACTIVIDADES	Se dio cumplimiento a la obligación mediante el desarrollo de 18 horas semanales de trabajo en la disciplina de fútbol de salón, distribuidas en 12 horas de entrenamiento con los grupos de iniciación, fundamentación y especialización, realizando dos sesiones semanales de dos horas por cada grupo, estructuradas en fase inicial, central y final, sin acumular más de una sesión diaria por grupo. Asimismo, se desarrollarán 4 horas de trabajo con instituciones educativas del sector rural para promover la práctica deportiva y 2 horas destinadas a planeación, evaluación y elaboración de informes, cumpliendo con la distribución establecida.	
TIPO DE EVIDENCIAS	Fotografías	
EVIDENCIAS		
<div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>		
OBLIGACIÓN ESPECIFICA	5	Presentar la planeación de las sesiones de clase antes del inicio de cada mes, al respectivo supervisor, describiendo los objetivos, aspectos físicos, técnicos y evaluativos a tener en cuenta, así como los métodos empleados en ellas según formato establecido y previo visto bueno del gestor vinculado a Indeportes.
FECHA	15 de abril de 2026	
TEMA	Entrega de planeaciones	
ACTIVIDADES	Se realizó la debida entrega de planeaciones al respectivo supervisor, describiendo los objetivos, aspectos físicos, técnicos y evaluativos a tener en cuenta de las categorías de iniciación, fundamentación y especialización, esta entrega se realizó a través del DRIVE compartido con el supervisor provincial.	
TIPO DE EVIDENCIAS	Pantallazos	
EVIDENCIAS		



OBLIGACIÓN ESPECIFICA	6	Desarrollar el proceso de seguimiento, control y evaluación de su plan pedagógico y técnico establecido para cada nivel de formación junto con la respectiva malla curricular, atendiendo las indicaciones del Gestor Provincial y el Coordinador del Deporte Formativo. Para eso, deberá implementa en el proceso de evaluación de sus deportistas a cargo de manera periódica y en los tiempos de establezca la supervisión en coordinación con la Coordinación del Deporte Formativo, los logros preestablecidos para cada nivel de formación y entregar por cada uno de ellos un reporte acorde con los lineamientos y parámetros establecidos por la coordinación de deporte formativo.
FECHA	14 de abril de 2026	
TEMA	Plan pedagógico y malla curricular.	
ACTIVIDADES	Se dio cumplimiento a esta obligación mediante la implementación y seguimiento del plan pedagógico y técnico del proceso de formación en fútbol de salón, aplicando la malla curricular correspondiente a los niveles de iniciación, fundamentación y especialización. Asimismo, se realizará seguimiento, control y evaluación periódica de los deportistas, verificando el cumplimiento de los logros establecidos para cada nivel de formación, de acuerdo con las orientaciones del Gestor Provincial y el Coordinador del Deporte Formativo. Los resultados obtenidos serán registrados y reportados oportunamente, siguiendo los lineamientos y parámetros definidos por la coordinación del Deporte Formativo.	
TIPO DE EVIDENCIAS	Fotografías	

EVIDENCIAS

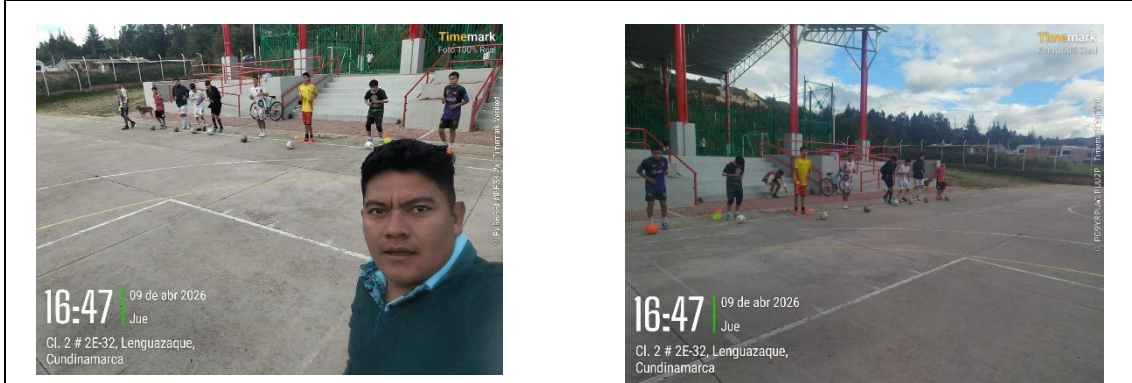


OBLIGACIÓN ESPECIFICA	7	Programar, desarrollar y apoyar la realización de al menos un festival semestral de Deporte Formativo en su municipio, atendiendo las indicaciones técnicas y pedagógicas preestablecidas para cada uno de ellos según las indicaciones de la supervisión en Coordinación del Deporte Formativo
FECHA	09 de abril de 2026	
TEMA	Pase y conducción	

ACTIVIDADES	Se realizó sesión de practica dividida en fase inicial, fase central y fase final. se trabajan los fundamentos técnicos y tácticos del fútbol de salón. Se inicia con ejercicios de conducción de balón entre conos para mejorar el control y la coordinación. Posteriormente se realizan ejercicios de pase y recepción en parejas o en triángulos, enfocándose en la precisión, el control orientado y el desplazamiento después del pase. Luego se desarrollan situaciones de juego reducido (por ejemplo 3 vs 2 o 4 vs 4) para fortalecer la toma de decisiones, la ocupación de espacios y el trabajo en equipo. Finalmente se realiza un partido aplicado, donde los deportistas ponen en práctica los fundamentos técnicos y tácticos trabajados durante la sesión.
-------------	--

TIPO DE EVIDENCIAS	Fotografías
--------------------	-------------

EVIDENCIAS



OBLIGACIÓN ESPECIFICA	8	Acompañar y apoyar con su grupo de niños deportistas el proceso de observación, selección, detección y desarrollo de talentos deportivos y reserva deportiva del departamento
-----------------------	----------	---

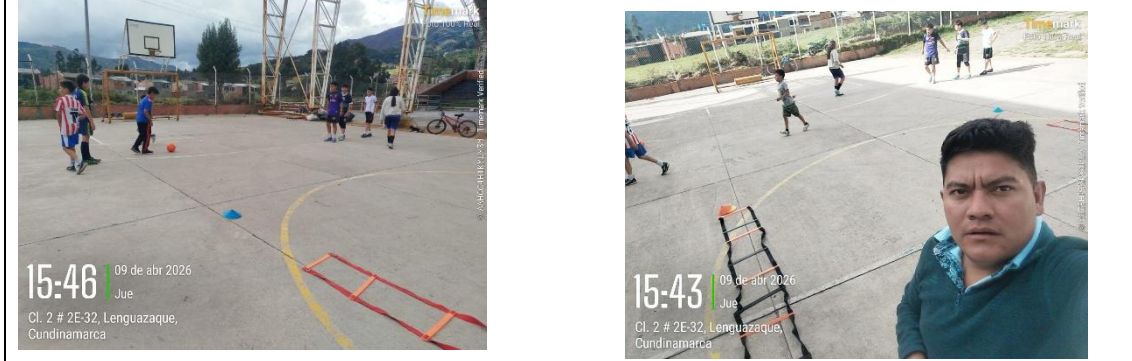
FECHA	09 de abril de 2026
-------	---------------------

TEMA	Acompañamiento y apoyo a escuelas rurales
------	---

ACTIVIDADES	Se realizó sesión de practica y clase de educación física, recreación y deportes, dividida en fase inicial, fase central y fase final. Se realizó la explicación de la temática a desarrollar y se ejecutaron actividades de movilidad articular, elevación de la temperatura corporal, circuitos de desplazamientos, habilidades motrices básicas y juegos predeportivos.
-------------	--

TIPO DE EVIDENCIAS	Fotografías
--------------------	-------------

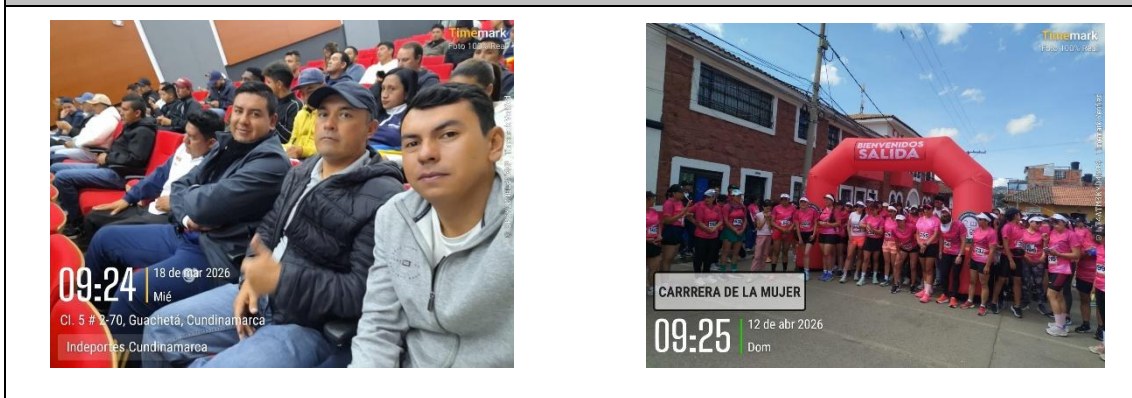
EVIDENCIAS



OBLIGACIÓN ESPECIFICA	9	Participar, apoyar y asistir a las reuniones, capacitaciones, eventos y encuentros programados por el municipio e Indeportes, coordinado con la supervisión y el gestor provincial
-----------------------	----------	--

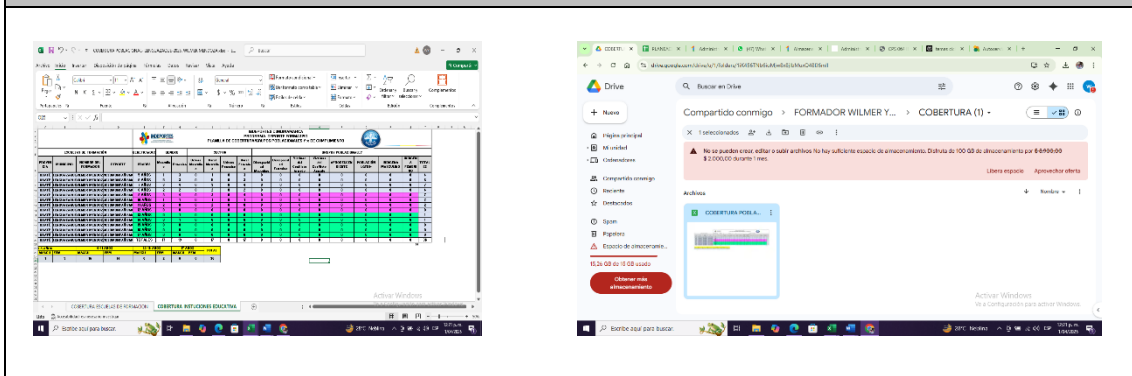
FECHA	18 de marzo- 12 abril de 2026
TEMA	CAPACITACION
ACTIVIDADES	Asistí y participe en la capacitación provincial DEPORTE SOCIAL COMUNITARIO desarrollado en el municipio de Guachetá el día 18 de marzo en el horario de 8:00AM-12:00PM. - Apoye las actividades correspondientes al DIA MUNDIAL DE LA ACTIVIDAD FISICA bajo las directrices de indeportes Cundinamarca en las diferentes instituciones y población del municipio de lenguazaque. - Apoye el día domingo 12 de abril la actividad CARRERA DE LA MUJER desarrollado en el municipio de lenguazaque con la participación de 400 de mujeres.
TIPO DE EVIDENCIAS	Fotografías

EVIDENCIAS



OBLIGACIÓN ESPECIFICA	10	Estructurar, Entregar y mantener actualizado la base de datos y documentación requerida por la supervisión y el gestor en medio físico y/o digital de la inscripción y participación de los beneficiarios al programa deporte formativo.
FECHA	14 de abril de 2026	
TEMA	Cobertura poblacional	
ACTIVIDADES	Se realiza el debido diligenciamiento del formato de cobertura poblacional y se entregó el formato ya diligenciado en el DRIVE, compartiéndolo con el gestor provincial.	
TIPO DE EVIDENCIAS	Pantallazos	

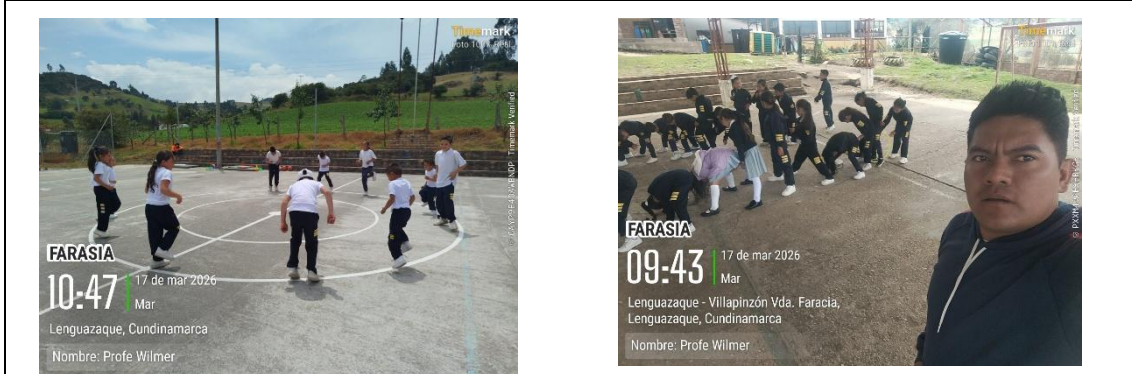
EVIDENCIAS



OBLIGACIÓN ESPECIFICA	11	Apoyar el desarrollo del programa institucional Escuela tu Tiempo libre en los municipios del departamento de acuerdo a las directrices emitidas por el supervisor y la coordinación del programa
FECHA	10 de marzo de 2026	
TEMA	Apoyo instituciones educativas	

ACTIVIDADES	Apoye el programa institucional en la escuela rural farasia pantanito del municipio de lenguazaque donde se desarrollan actividades deportivas y recreativas divididas en fase inicial, fase central, fase final, actividades para el fortalecimiento de las habilidades motrices básicas y juegos predeportivos.
TIPO DE EVIDENCIAS	Fotografías

EVIDENCIAS



OBLIGACIÓN ESPECIFICA	12	El contratista vinculado mediante el presente contrato deberá contar con la tarjeta de entrenador a partir del mes de mayo de 2025, en cumplimiento de la Ley 2210 de 2022, so pena de incurrir en trámite de terminación del presente contrato.
-----------------------	-----------	--

FECHA	14 de febrero
-------	---------------

TEMA	Tarjeta de entrenador
------	-----------------------

ACTIVIDADES	Se realizó el respectivo diligenciamiento y trámite de la tarjeta de entrenador deportivo, se realizó entrega de copia al coordinador de deportes del municipio para su respectiva verificación y trámite del contrato
-------------	--

TIPO DE EVIDENCIAS	Pantallazo
--------------------	------------

EVIDENCIAS



FIRMA:	
NOMBRE:	WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO
CORREO:	wilmery5901@hotmail.com
CONTACTO:	3142732927

INICIACIÓN



FUNDAMENTACIÓN



ESPECIALIZACIÓN



INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA
HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE / MODALIDAD:
MUNICIPIO:
NOMBRE DEL MONITOR
MES

FUTBOL DE SALON
LENGUAZAQUE
WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO
ENERO -FEBRERO

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	OBSERVACIONES
8:00 AM A 12:00 PM	GRUPO				ESCUELA RURAL			
	SEDE DE TRABAJO				IED NUESTRA SEÑORA DEL CARMEN SEDE TIBITA HATICO- LENGUAZAQUE			
12:00 PM A 2:00 PM	GRUPO							
	SEDE TRABAJO						INFORMES	
2:00 PM A 4: 00 PM	GRUPO	INICIACION		FUNDAMENTACION	INICIACION			
	SEDE DE TRABAJO	PUNTO DE ENCUENTRO ESTADIO MUNICIPAL		PUNTO DE ENCUENTRO ESTADIO MUNICIPAL	PUNTO DE ENCUENTRO ESTADIO MUNICIPAL			
4:00 P.M. A 6:00PM	GRUPO	FUNDAMENTACION		ESPECIALIZACION	ESPECIALIZACION			
	SEDE DE TRABAJO	PUNTO DE ENCUENTRO ESTADIO MUNICIPAL		PUNTO DE ENCUENTRO ESTADIO MUNICIPAL	PUNTO DE ENCUENTRO ESTADIO MUNICIPAL			

NOMBRE MONITOR


FIRMA

Wilmer Yesid Mendoza Fandiño

PLANEACION SESION DE CLASE										
PROVINCIA VALLE DE UBATÉ										
NOMBRE DEL FORMADOR : WILLMER YESID MENDOZA FANDIÑO										
FECHA: 16/03/2026		MUNICIPIO: LENGUAZAJUE		DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON		CATEGORIA INICIACION		TEMA: DIFERENTES DESPLAZAMIENTOS		
NUMERO DE LA SESION: 01	HORARIO: 2:00 a 4:00 pm	LUGAR DE ENTRENAMIENTO: COUSEO LENGUAZAJUE								
OBJETIVO FISICO:	X	DESARROLLO MOTRIZ CON DIFERENTES TIPOS DE DESPLAZAMIENTOS								
OBJETIVO TECNICO:		DESARROLLAR HABILIDADES MOTRICES BASICAS								
OBJETIVO TACTICO:		DESPLAZAMIENTO EN EL CAMPO								
OBJETIVO TEORICO:	x	OBJETIVO DE LOS EJERCICIOS								
OBJETIVO PSICOLOGICO:										
VALOR A TRABAJAR: COMPANERISMO Y SOLIDARIDAD										
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD		GRAFICO	SISTEMAS ENERGETICOS	VOLUMEN / TIEMPO DE TRABAJO EN MINUTOS	INTENSIDAD (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL	
		1	2							
		SALUDO								
		2	MOVILIDAD ARTICULAR	CEFALO CAUDAL		AEROBICO ALACTICO	15	60	1	30
		3	ESTIRAMIENTO DINAMICO	EN EL MISMO PUESTO						
	CALENTAMIENTO ESPECIFICO	1	JUEGO PRE COMPETITIVO	EL BAILE DEL CUERPO			8	80	1	
		2	HIDRATACION			AEROBICO ALACTICO	5			
FASE CENTRAL	FASE FISICA (DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS)	D E S P L A Z A M I E N T O S	MARCHA	DESPLAZAMIENTOS DE UN PUNTO A OTRO EN CUATRO APOYOS		ANAEROBICO ALACTICO (RECORRIDO DE 10 METROS)	10	60	1	61
				DESPLAZAMIENTOS DE UN PUNTO A OTRO EN POSTURA DE PIE		ANAEROBICO ALACTICO (RECORRIDOS DE 10 METROS)	10		1	
				DESPLAZAMIENTO DE UN PUNTO A OTRO EN ZIG ZAG A TRAVES DE CONOS		ANAEROBICO ALACTICO (RECORRIDOS DE 10 METROS)	10		1	
			HIDRATACION			5	1			
			MARCHA ORIENTACION DEL CUERPO	DEL PUNTO A AL PUNTO B EN LATERALES		AEROBICO ALACTICO (RECORRIDOS DE 10 METROS)	10		1	
				DEL PUNTO A AL PUNTO B DE ESPALDAS (PUNTA DE PIES Y CABEZA ADELANTE)		AEROBICO ALACTICO (RECORRIDOS DE 10 METROS)	10		1	
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	JUEGO ENFOCADO EN LO VISTO DE LA CLASE		LA LLEVA		AEROBICO	15	40	2	29
		ESTIRAMIENTO ESTATIVO		EN LA BOMBA CENTRAL (ESTIRAMIENTO ACTIVO)						
		FEEDBACK		ESCUCHAR LOS DEPORTISTAS			12			

120

FIRMA MAESTRO FORMADOR	SUPERVISOR MUNICIPAL	GESTOR PROVINCIAL

PLANEACION SESION DE CLASE								
PROVINCIA VALLE DE UBATE								
NOMBRE DEL FORMADOR : WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO								
FECHA: 19/03/2026	MUNICIPIO: LENGUAZAQUE	DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON	CATEGORIA: INICIACION	TEMA: MOVIMIENTOS				
NUMERO DE LA SESION : 02 HORARIO: 2:00 a 4:00 pm LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CAMPO DEPORTIVO LENGUAZAQUE								
OBJETIVO FISICO: Explorar diferentes movimientos propios de futbol de salón por medio de las habilidades básicas motrices.								
OBJETIVO TECNICO: Identificar los movimientos del cuerpo que puede llegar a realiza.								
OBJETIVO TACTICO: Optimizar movimientos y ejercicios.								
VALOR A TRABAJAR: TRABAJO EN EQUIPO								
		DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	GRAFICO	SISTEMAS ENERGETICOS	VOLUMEN / TIEMPO DE TRABAJO	INTENSIDAD (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	Se realiza el saludo de bienvenida, se socializa cual es el contenido central de la clase y se realiza el calentamiento por medio de juegos y formas jugadas.		Anaeróbico aláctico	8			26
	CALENTAMIENTO ESPECIFICO	Se realiza un calentamiento específico propio del deporte: Se ubicarán por parejas, todos los niños irán desplazándose por el espacio e irán realizando diferentes pases.		Anaeróbico láctico.	12	20%	3	
FASE CENTRAL	FASE FISICA(DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS)	Cada niño tendrá un balón y practicará los diferentes ejercicios de desplazamiento: 1. Con pie derecha 2. Con pie izquierda 3. Con ambos pies 4. Alterno		anaeróbico	25	40%	1	89
	FASE TECNICA	El niño transportara solo con pie derecha a la señal del silbato cambiará pie izquierda. Realizará el círculo, hará detención en un tiempo.		anaeróbico	20	50%	1	
	FASE TACTICA	Se realizarán dos equipos y los niños deberán cumplir un objetivo en conjunto, podrán desplazarse con el balón como quieran sin ninguna restricción, deberán llegar al campo contrario realizar una detención en un tiempo y tirar el balón al arco.		anaeróbico	40	50%	2	
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	El formador deportivo guiara la elongación muscular y brindará la reflexión respectiva de dicha clase.		Anaeróbico a láctico	5	20%	0	5

120

		
FIRMA MAESTRO FORMADOR	SUPERVISOR MUNICIPAL	GESTOR PROVINCIAL

PLANEACION SESION DE CLASE								
PROVINCIA VALLE DE UBATE								
NOMBRE DEL FORMADOR : WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO								
FECHA: 26/03/2026		MUNICIPIO: LENGUAZQUE		DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON		CATEGORIA: INICIACION	TEMA: MOVIMIENTOS	
NUMERO DE LA SESION : 03		HORARIO: 2:00 a 4:00 pm		LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CAMPO DEPORTIVO LENGUAZQUE				
OBJETIVO FISICO: Explorar diferentes movimientos propios de futbol de salón por medio de las habilidades básicas motrices.								
OBJETIVO TECNICO: Mejorar la resistencia cardiovascular								
OBJETIVO TACTICO: Optimizar movimientos y ejercicios del cuerpo.								
VALOR A TRABAJAR: DISCIPLINA Y JUEGO LIMPIO								
		DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	GRAFICO	SISTEMAS ENERGETICOS	VOLUMEN /TIEMPO DE TRABAJO	INTENSIDA (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	Se realiza el saludo de bienvenida, se socializa cual es el contenido central de la clase y se realiza el calentamiento por medio de juegos y formas jugadas. 1. La Bomba: Se realiza un círculo y se realiza un ejercicio de inhalación y exhalación. 2. La araña 3. Ponchados		Anaeróbico aláctico	8			26
	CALENTAMIENTO ESPECIFICO	Se realiza un calentamiento específico propio del deporte: todos los niños trotan de forma libre y a la señal, deberán realizar el ejercicio que el entrenador indique.		Anaeróbico láctico.	12	20%	3	
FASE CENTRAL	FASE FISICA(DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS)	Cada niño tendrá un balón y practicará los diferentes ejercicios de conducción de balón: 1. Con pie derecha 2. Con pie izquierda 3. Con ambos pies 4. Alterno		anaeróbico	25	40%	1	89
	FASE TECNICA	El formador organizará un circuito de habilidades donde el niño podrá vivenciar diferentes formas de transportar el balón finalizando con una detención en un tiempo.		anaeróbico	20	50%	1	
	FASE TACTICA	Se realizarán dos equipos y los niños deberán cumplir un objetivo en conjunto, podran desplazarse con el balón como quieran sin ninguna restricción, deberán llegar al campo contrario realizar una detención en un tiempo y pasar el balón.		anaeróbico	40	50%	2	
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	Para esta sesión de entrenamiento el formador deportivo guiara la elongación muscular y explicara el objetivo del entrenamiento realizado.		Anaeróbico a láctico	5	20%	0	5

120

		
FIRMA MAESTRO FORMADOR	SUPERVISOR MUNICIPAL	GESTOR PROVINCIAL







PLANEACION SESION DE CLASE								
PROVINCIA VALLE DE UBATÉ								
NOMBRE DEL FORMADOR : WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO								
FECHA: 30/03/2026		MUNICIPIO: LENGUAZAQUE		DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON		CATEGORIA: INICIACION		TEMA: REMATE
NUMERO DE LA SESION : 04		HORARIO: 2:00 a 4:00 pm		LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CAMPO DEPORTIVO LENGUAZAQUE				
OBJETIVO FISICO-Fortalecer la saltabilidad de los niños.								
OBJETIVO TECNICO-Mecanizar acciones de juego real (remate a portería con todas las superficies).								
OBJETIVO TACTICO -Vinculación a acciones de juego real (Marque y desmarque)								
VALOR A TRABAJAR: Respeto y Juego limpio.								
		DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	GRAFICO	TIEMPO ENERGET	VOLUMEN /TIEMPO DE	INTENSIDAD (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	Se realizan movimientos articulares en sentido cefalo-caudal con el fin de hidratar las articulaciones. (5 minutos)		AEROBICO ALAC	4	30/40 %	1	15
	CALENTAMIENTO ESPECIFICO	Se divide el grupo con un número equivalente de niños, donde un grupo será denominado micos y el otro palos, y a la señal el grupo mencionado se debe ubicar en la espalda de su compañero, y debe desplazarse de un punto a otro.(10 minutos)		AEROBICO LACTI	8		2	
FASE CENTRAL	FASE FISICA	A través de la pliometría fortalecer la capacidad de salto de los niños y a su vez integrarla con el elemento deportivo. Se ubican obstaculos donde el fin es aumentar la complejidad de ejecución en cada uno de los niños.(30 minutos)		AEROBICO ANAERO	20	50/60 %	2	80
	FASE TECNICA	Mejorar la movilidad, agrupando a los niños en parejas y se decide cual de ellos va a ser el que se ataje y/o remate el balón. Con el fin de practicar la finalización Mejorar la movilidad, agrupando a los niños en parejas y se decide cual de ellos va a ser el que se desmarque y/o reciba el balón. Con el fin de recibir y llegar a un ataque posterior y el compañero a una labor defensiva.		AEROBICO/ANAERO	35		5	
	FASE TACTICA	Partido guiado (20 minutos). haciendo énfasis en el remate y en marque y desmarque.		AEROBICO	16		2	
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	Se realizaran ejercicios estáticos de manera individual, priorizando en Tren inferior y superior, que son las zonas de mayor carga durante la clase, para ello se utilizan. elevaciones, flexiones y torciones que lleven a la Recuperación. A su vez, se realizara una retroalimentación y las respectivas correcciones necesarias.		AEROBICO/ALAC	15	20%	0	15

 FIRMA MAESTRO FORMADOR	 SUPERVISOR MUNICIPAL	 GESTOR PROVINCIAL
---	---	--

PLANEACION SESION DE CLASE								
PROVINCIA VALLE DE UBATE								
NOMBRE DEL FORMADOR : WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO								
FECHA: 06/04/2026	MUNICIPIO: LENGUAZAQUE	DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON	CATEGORIA: INICIACION	TEMA: HABILIDADES MOTRICES				
NUMERO DE LA SESION : 05	HORARIO: 2:00 a 4:00 pm	LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CAMPO DEPORTIVO LENGUAZAQUE						
OBJETIVO FISICO: Explorar diferentes movimientos propios de futbol de salón por medio de las habilidades básicas motrices.								
OBJETIVO TECNICO: Identificar los movimientos del cuerpo que puede llegar a realiza.								
OBJETIVO TACTICO: Optimizar movimientos y ejercicios.								
VALOR A TRABAJAR: MOTIVACION Y CONFIANZA								
		DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	GRAFICO	TIPO DE ENERGIA	VOLUMEN / TIEMPO DE TRABAJO	INTENSIDAD (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	Se realiza el saludo de bienvenida, se socializa cual es el contenido central de la clase y se realiza el calentamiento por medio de juegos y formas jugadas. 1. La Bomba: Se realiza un círculo y se realiza un ejercicio de inhalación y exhalación.		aeróbico aláctico	8	20%	3	26
	CALENTAMIENTO ESPECIFICO	Se realiza un calentamiento específico propio del deporte ejecutando recorridos de larga distancia con cambios de dirección, saltos. Todos los ejercicios se realizarán por medio de estímulos externos, el formador va indicando con el silbato, la voz o la expresión corporal que movimiento ejecuta cada niño		aeróbico láctico	12	30%	3	
FASE CENTRAL	FASE FISICA (DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS)	Exploración de diferentes movimientos y ejercicios con balón. Cada niño tendrá un balón y explorará diferentes formas de desplazarse con el elemento por todo el campo deportivo. 1. Los niños se desplazan corriendo con el balón en los pies. 2. Los		aeróbico	25	40%	1	89
	FASE TECNICA	El formador organizará un circuito de habilidades donde el niño podrá vivenciar diferentes formas de desplazamiento con el balón.		aeróbico	20	50%	1	
	FASE TACTICA	Se realizarán dos equipos y los niños deberán cumplir un objetivo en conjunto, podrán desplazarse con el balón como quieran sin ninguna restricción, deberán llegar al campo contrario y dejar el balón al arco. Se organizan dos equipos, deberán transportar el balón como puedan y trabajar en equipo para cumplir el objetivo el cual dejar el balón en el arco del contrario.		anaeróbico	40	50%	2	
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	Para esta sesión de entrenamiento el formador deportivo guiará la elongación muscular y brindará la reflexión respectiva de dicha clase.		peróbico a láctico	5	20%	0	5

120


FIRMA MAESTRO FORMADOR	SUPERVISOR MUNICIPAL	GESTOR PROVINCIAL

PLANEACION SESION DE CLASE								
PROVINCIA VALLE DE UBATE								
NOMBRE DEL FORMADOR : WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO								
FECHA: 09/03/2026		MUNICIPIO: LENGUAZAQUE		DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON		CATEGORIA: INICIACION		TEMA: INTRODUCCION A FUNDAMENTOS BASICOS
NUMERO DE LA SESION : 06		HORARIO: 2:00 a 4:00 pm		LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CAMPO DEPORTIVO LENGUAZAQUE				
OBJETIVO FISICO-Fomentar el juego activo a travez de una fundamentación guiada.								
OBJETIVO TECNICO-Implementar circuitos y estaciones orientados al aprendizaje de los fundamentos básicos.								
OBJETIVO TACTICO-Aplicar los fundamentos adquiridos a traves del juego y la diversión.								
VALOR A TRABAJAR: Trabajo en equipo.								
		DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	GRAFICO	SISTEMAS ENERGETICOS	VOLUMEN / TIEMPO DE TRABAJO	INTENSIDA (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	MOVILIDAD ARTICULAR (5 minutos)Se realizan movimientos articulares en sentido cefalo-caudal con el fin de hidratar las articulaciones. Hacemos una charla introductoria sobre los fundamentos basicos del fútbol de salón (5 minutos)		ANAEROBICO ALACTICO	8	30/40 %	1	22
	CALENTAMIENTO ESPECIFICO	Dinamica el primero en llegar. En diferentes posiciones(sentados, acostados boca abajo, acostados boca arriba, etc) a la señal, el niño debe levantarse y correr a un punto determinado (15 minutos)		AEROBICO	10		3	
FASE CENTRAL	FASE FISICA	El juego zig-zag; a travez de una línea paralela se ubican conos y se realizan desplazamientos (se van implementando los fundamentos progresivamente con variantes.(25 minutos)		AEROBICO ANAEROBICO	20	50/60 %	2	80
	FASE TECNICA	Trabajo por Estaciones; ejercicios introductorios (40minutos) Con balones de aprendizaje. Estación 1: Lanzamiento de pelota a un objetivo (puede ser un aro o una pared). - Estación 2: Recepción de pases (dos niños se pasan la pelota entre si). - Estación 3: Dribbling (conos dispuestos en línea para que los niños)		AEROBICO/ANAEROBICO	35		5	
	FASE TACTICA	Partido guiado (20 minutos). Buscando la ejecución de los fundamentos.		AEROBICO	16		2	
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	Se realizaran ejercicios estáticos de manera Individual, priorizando en Tren inferior y superior, que son las zonas de mayor carga durante la clase, para ello se utilizan. elevaciones, flexiones y torciones que lleven a la Recuperación. A su vez, se realizara una retroalimentación y las respectivas correcciones necesarias.		ANAEROBICO/ALACTICO	15	20%	0	15


117



FIRMA MAESTRO FORMADOR



SUPERVISOR MUNICIPAL



GESTOR PROVINCIAL

PROVINCIA VALLE DE UBATE								
NOMBRE DEL FORMADOR : WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO								
FECHA: 13/03/2026	MUNICIPIO: LENGUAZAKE	DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON	CATEGORIA: INICIACION	TEMA: GESTOS TECNICOS				
NUMERO DE LA SESION : 07	HORARIO: 2:00 a 4:00 pm	LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CAMPO DEPORTIVO LENGUAZAKE						
OBJETIVO FISICO: Explorar diferentes movimientos.								
OBJETIVO TECNICO: Afianzar los gestos técnicos de la disciplina.								
OBJETIVO TACTICO: Optimizar movimientos y ejercicios.								
VALOR A TRABAJAR: COMPROMISO Y RESPONSABILIDAD								
		DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	GRAFICO	EMAS ENERGET	VOLUMEN /TIEMPO DE	INTENSIDA (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	Brindo la informacion pertinente a la mecanica de la clase y los objetivos a realizar a la misma. Comunico la mecanica de la sesion y mediante una informacion concreta iniciamos la clase.		aeróbico aláct	8			26
	CALENTAMIENTO ESPECIFICO	Realizamos trote a un solo ritmo de un punto a otro. Utilizando las líneas laterales como puntos de referencia trotamos a un solo ritmo por un tiempo determinado.		aeróbico lácti	12	20%	3	
FASE CENTRAL	FASE FISICA(DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS)	OBJETIVO: Medir la habilidad del jugador para realizar un disparo, ya sea en pelota quieta o en pelota en movimiento. DESCRIPCION: Un jugador tratara de introducir los balones en las pequeñas porterías (vallas), pateando con el pie hábil, esto debe hacerlo en menos de 15 segundos. Cada acierto en una portería obtendrá un punto. VARIANTES: Iniciar desde el otro extremo y pateando con la otra pierna (no hábil).		anaeróbico	25	40%	1	89
	FASE TECNICA	Utilizamos los platos y conos para formar un circuito tecnico y terminar en definicion. Mediante un slalon y saltos realizamos un circuito con el balon y al final terminamos con un remate a portería.		anaeróbico	20	50%	1	
	FASE TACTICA	Para culminar la fase central realizamos una practica dividiendo en grupos de 5 y generando un ambiente competitivo. La practica es importante por lo tanto la realizamos pero poniendo tareas como: antes de anotar un gol debemos haber hecho minimo 5 toques y muchas variantes con tareas.		anaeróbico	40	50%	2	
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	Sentados y mediante ejercicio de relajacion muscular que nos permitan tener una recuperacion adecuada y evitando cualquier tipo de lesion.		aeróbico a láct	5	20%	0	5

120







		
FIRMA MAESTRO FORMADOR	SUPERVISOR MUNICIPAL	GESTOR PROVINCIAL

PLANEACION SESION DE CLASE								
PROVINCIA VALLE DE UBATÉ								
NOMBRE DEL FORMADOR : WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO								
FECHA: 16/04/2026		MUNICIPIO: LENGUAZAQUE		DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON		CATEGORIA: INICIACION		TEMA: INTRODUCCION A FUNDAMENTOS BASICOS
NUMERO DE LA SESION : 08		HORARIO: 2:00 a 4:00 pm		LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CAMPO DEPORTIVO LENGUAZAQUE				
OBJETIVO FISICO- Mejorar las capacidades coordinativas generales en base a las habilidades y destrezas que el jugador ya posee.								
OBJETIVO TECNICO- Determinar a través de circuitos y ejercicios el potencial de la destrezas que posee cada deportista								
OBJETIVO TACTICO -Desarrollar la cooperación y el trabajo en equipo								
VALOR A TRABAJAR: Responsabilidad y Compañerismo.								
		DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	GRAFICO	SISTEMAS ENERGETICOS	VOLUMEN /TIEMPO DE	INTENSIDA (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	Se realiza trote continuo alrededor de los conos que el formador indica la posición. (5 minutos). Luego se realizan movimientos articulares en sentido cefalo-caudal con el fin de hidratar las articulaciones		ANAEROBICO ALACTICO	4	30/40 %	1	10
	CALENTAMIENTO ESPECIFICO	JUEGO DEL SEMAFORO(5 minutos) los alumnos se desplazan por todo el terreno de juego, al escuchar los colores realizan diferentes acciones (rotar, correr, saltar, parar, saltar y agacharse)		ANAEROBICO ALACTICO	4		1	
FASE CENTRAL	FASE FISICA (Mejora lento de las capacidades coordinativas)	Físico - (10 minutos) [realizar desplazamientos con distintas variables-caminar, trotar y correr sobre las líneas que demarcan la cancha en punta de pies, sobre los talones y con apoyo completo de los pies Realizar Desplazamientos- (10 minutos) a través de los conos (zig-zag y slalom) utilizando las mismas variables del ejercicio anterior		ANAEROBICO	16	50/60 %	4	100
	FASE TECNICA	Circuito de saltos: Incluye estaciones donde los participantes deben realizar diferentes tipos de saltos, como saltos en el lugar, saltos laterales y saltos hacia adelante. (15 minutos) Circuito de equilibrio: Utiliza elementos como una cuerda en el suelo o una tabla de equilibrio. Los participantes deben caminar sobre la cuerda o mantener el equilibrio en la tabla. (15 minutos) Circuito de lanzamiento y recepción: Incluye estaciones donde se lanzan y reciben pelotas de diferentes tamaños y pesos, lo que ayuda a mejorar la coordinación mano-ojo. (15 minutos) Circuito de obstáculos: recorrido con conos, aros y otros objetos que los participantes deben sortear, lo que mejora su coordinación y velocidad. (20 minutos)		AEROBICO/ANAEROBICO	57		8	
	FASE TACTICA	Partido de balón mano introduciendo lineamientos utilizados en el fútbol de salón, buscando a su vez potenciar el trabajo en equipo (15 minutos).		AEROBICO	13		2	
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	Se realizaran ejercicios estáticos de manera individual, priorizando en Tren inferior y superior, que son las zonas de mayor carga durante la clase, para ello se utilizan elevaciones, flexiones y torsiones que lleven a la Recuperación. A su vez, se va haciendo énfasis en la importancia del respeto hacia los compañeros y lo importante que es trabajar en equipo (10 minutos).		ANAEROBICO/ALACTICO	10	20%	0	10

120

FIRMA MAESTRO FORMADOR	SUPERVISOR MUNICIPAL	GESTOR PROVINCIAL
------------------------	----------------------	-------------------

PLANEACIONES FUNDAMENTACION

PLANEACION SESION DE CLASE								
PROVINCIA VALLE DE UBATÉ								
NOMBRE DEL FORMADOR : WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO								
FECHA: 16/03/2026	MUNICIPIO: FUQUENE	DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON	CATEGORIA: FUNDAMENTACION	TEMA: GOLPEO DE CABEZA				
NUMERO DE LA SESION: 01		HORARIO: 3:00 a 4:30 pm		LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CAMPO CUBIERTO LENGUAZAQUE				
OBJETIVO FISICO: Fortalecer los músculos del cuello y mejorar la coordinación en los jugadores para realizar el golpeo de cabeza de manera controlada y efectiva.								
OBJETIVO TECNICO: Perfeccionar la técnica del cabeceo al enseñar a los jugadores cómo posicionar su cuerpo, coordinar el movimiento de cabeza y cuello, y usar la frente para hacer contacto con el balón, maximizando el control y la potencia del cabeceo.								
OBJETIVO TACTICO: Desarrollar la capacidad de tomar decisiones para realizar un golpeo de cabeza efectivo en situaciones de juego.								
VALOR A TRABAJAR: MOTIVACION Y CONFIANZA								
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	Descripción de la actividad Inclínación de cuello Extensión de cuello Rotación de cuello Circunducción de hombro Flexión y extensión de extremidades superiores Inclínación de tronco Flexión y extensión de rodilla		AEROBICO	5	30%-40%	5	25
	CALENTAMIENTO ESPECIFICO	Circuito de cinco estaciones consiste en, saltar, correr, rodar, desplazarse este trabajo se realizara en grupos.		ANAEROBICO	10	30%-40%	5	
FASE CENTRAL	FASE FISICA (DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS)	El jugador individualmente con un balón, intenta mantenerlo en el aire mediante toques con la cabeza.		ANAEROBICO	20	50%-80%	5	75
	FASE TECNICA	Por parejas uno delante del otro a escasos metros, se pasan el balón con la cabeza intentando realizarlo el mayor número de veces posibles. En este ejercicio se puede hacer más difícil obligando a que antes de pasar el balón al compañero, el jugador tiene que haber dado un toque vertical el mismo.		AEROBICO	20		5	
	FASE TACTICA	En la misma disposición anterior ahora los jugadores se siguen pasando la pelota, pero después el jugador debe sentarse en el suelo y volverse a levantar, mientras el otro jugador deberá mantener el balón el tiempo necesario mediante toques de cabeza.		AEROBICO	20		5	
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	Se forma un círculo y se trabaja el estiramiento, Flexión de brazo Extensión de brazo Estiramiento del deltoides Flexión de tronco y extensión de extremidades superiores Apertura de extremidades inferiores Inclínación lateral de tronco.		AEROBICO	15		5	20

#IVALORI

120

 FIRMA MAESTRO FORMADOR	 SUPERVISOR MUNICIPAL	 GESTOR PROVINCIAL
--	---	--

PLANEACION SESION DE CLASE								
PROVINCIA VALLE DE UBATÉ								
NOMBRE DEL FORMADOR : WILMER MENDOZA								
FECHA: 18/03/2026			MUNICIPIO: LENGUAZQUE		DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON		CATEGORIA: FUNDAMENTACION	TEMA: VELOCIDAD DE REACCION
NUMERO DE LA SESION: 02		HORARIO: 3:00 a 4:30 pm		LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CAMPO CUBIERTO LENGUAZQUE				
OBJETIVO FISICO: Mejorar la velocidad de reacción, mediante ejercicios de velocidad y agilidad.								
OBJETIVO TECNICO: Mejorar la capacidad de velocidad de reacción.								
OBJETIVO TACTICO: Mejorar la capacidad colectiva en las transiciones ofensivas y defensivas.								
VALOR A TRABAJAR: RESPONSABILIDAD Y COOPERACION								
		DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	GRAFICO	SISTEMAS ENERGETICOS	VOLUMEN / TIEMPO DE TRABAJO	INTENSIDA (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	Trote Ligero Ejercicios de Movilidad Articular Estiramientos Dinámicos Ejercicios de Activación		AEROBICO	5	30%-40%	5	25
	CALENTAMIENTO ESPECIFICO	Los jugadores se colocan en una fila y deben estar atentos a una señal acústica (silbato, bocina o una aplicación de sonido). Al escuchar la señal, deben realizar una acción específica como un sprint corto, un cambio de dirección, o una parada rápida.		ANAEROBICO	10	30%-40%	5	
FASE CENTRA	FASE FISICA(DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS)	los jugadores deben reaccionar rápidamente a un balón en movimiento. Divide a los jugadores en dos equipos y juega una mini-partida en un área reducida. En este ejercicio, el objetivo es que los jugadores respondan rápidamente a los movimientos y pases del balón.		ANAEROBICO	20	50%-80%	5	75
	FASE TECNICA	El primer jugador de cada pareja está en la línea de salida, y el segundo jugador está en la línea de llegada. Acción con el Balón:		AEROBICO	20		5	
	FASE TACTICA	Rotación: Después de unos minutos, cambia los roles de ataque y defensa entre los equipos. Variaciones: Número de Toques: Limita el número de toques que los jugadores pueden dar al balón para aumentar la presión y fomentar decisiones rápidas. Tamaño del Campo: Ajusta el tamaño del campo para hacer el ejercicio más desafiante o más accesible, según el nivel de habilidad de los jugadores. Añadir Defensores Neutrales: Introduce defensores neutrales que ayuden al equipo defensor o que proporcionen desafíos adicionales en la transición.		AEROBICO	20		5	
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	Estiramiento de Isquiotibiales: Siéntate en el suelo con las piernas extendidas y alcanza los dedos de los pies, mantén el estiramiento durante 20-30 segundos. Estiramiento de Cuádriceps: De pie, agarra un tobillo y lleva el talón hacia el glúteo, mantén durante 20-30 segundos. Alterna con la otra pierna. Estiramiento de Caderas: En una posición de zancada, baja la cadera hacia el suelo para estirar la parte frontal de la cadera. Estiramiento de Gemelos: Apoya las manos en una pared, coloca una pierna detrás de la otra y empuja el talón hacia el suelo.		AEROBICO	15		5	20

120

#IVALOR!

FIRMA MAESTRO FORMADOR

SUPERVISOR MUNICIPAL

GESTOR PROVINCIAL


e


PLANEACION SESION DE CLASE								
PROVINCIA VALLE DE UBATE								
NOMBRE DEL FORMADOR : WILMER MENDOZA								
FECHA: 25/03/2026			MUNICIPIO: LENGUAZQUE		DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON		CATEGORIA: FUNDAMENTACION	TEMA: TECNICA Y JUEGO EN EQUIPO
NUMERO DE LA SESION: 03		HORARIO: 3:00 a 4:30 pm		LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CAMPO CUBIERTO LENGUAZQUE				
OBJETIVO FISICO: Mejorar la coordinación entre los movimientos de pies y los pases, y trabajar en la agilidad y la precisión bajo condiciones de alta intensidad.								
OBJETIVO TECNICO: Mejorar la técnica de pase en movimiento y la capacidad de cambiar el ritmo de juego.								
OBJETIVO TACTICO: Desarrollar la comprensión táctica de posicionamiento y movimientos para mantener la posesión y encontrar espacios para pases efectivos.								
VALOR A TRABAJAR: COMPROMISO Y COMPAÑERISMO								
		DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	GRAFICO	SISTEMAS ENERGETICOS	VOLUMEN /TIEMPO DE TRABAJO	INTENSIDA (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	Forma parejas y lanza el balón al compañero el cual debe golpear con la zona que el formador indique. Después realiza un movimiento rápido hacia un nuevo espacio o zona designada.		AEROBICO	5	30%-40%	5	25
	CALENTAMIENTO ESPECIFICO	Pases y Movimientos en Zigzag Configura una serie de conos en zigzag. Los jugadores deben driblar el balón entre los conos, haciendo un pase a un compañero en puntos específicos del recorrido. Después de cada pase, deben cambiar de dirección rápidamente y continuar el recorrido.		ANAEROBICO	10	30%-40%	5	
FASE CENTRAL	FASE FISICA(DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS)	Ejercicio de Pase con Escalera de Agilidad Ejercicio: Coloca una escalera de agilidad en el suelo. Los jugadores deben realizar pases mientras completan diferentes patrones de pasos en la escalera (como pasos laterales, saltos, etc.). El pase se realiza en los espacios designados a lo largo de la escalera.		ANAEROBICO	20	50%-80%	5	75
	FASE TECNICA	Tiro en Movimiento: Coloca varios conos o pequeñas metas en la portería. Corre desde diferentes posiciones y ángulos hacia la portería, intentando acertar en los objetivos colocados. Este ejercicio mejora la precisión y la técnica del tiro desde distintas posiciones.		AEROBICO	20		5	
	FASE TACTICA	Juego de Posicionamiento y Pase: Divide a los jugadores en dos equipos. El equipo en posesión del balón debe pasar el balón y moverse para mantener la posesión mientras el equipo defensor intenta recuperar el balón. Establece zonas específicas en el campo donde los jugadores deben moverse para recibir el pase.		AEROBICO	20		5	
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	Juego de Pases en Ritmo Suave Ejercicio: Organiza un juego de pases en el que los jugadores se muevan a un ritmo suave, enfocándose en la precisión y la coordinación sin realizar movimientos intensos. Permite tiempo para la recuperación entre pases y movimientos.		AEROBICO	15		5	20

120

#IVALORI


 FIRMA MAESTRO FORMADOR








 SUPERVISOR MUNICIPAL


 GESTOR PROVINCIAL

PLANEACION SESION DE CLASE								
PROVINCIA VALLE DE UBATE								
NOMBRE DEL FORMADOR : WILMER MENDOZA								
FECHA: 30/02/2026		MUNICIPIO: LENGUAZQUE		DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON		CATEGORIA: FUNDAMENTACION	TEMA: CONTROL DE BALON	
NUMERO DE LA SESION: 04		HORARIO: 2:00 a 3:30 pm		LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CANCHA CUBIERTA LENGUAZQUE				
OBJETIVO FISICO: Mejorar la estabilidad y el control motor mediante ejercicios que aumenten la familiaridad con el balón								
OBJETIVO TECNICO: Desarrollar la habilidad para controlar el balón en diferentes situaciones y superficies, enfocándose en el toque y la recepción del balón para mantener la posesión.								
OBJETIVO TACTICO: Fomentar el uso del control del balón en el juego real al aprender a manejar el balón en diferentes contextos y adaptarse a las situaciones cambiantes del juego.								
VALOR A TRABAJAR: RESPETO Y COMPROMISO								
		DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	GRAFICO	SISTEMAS ENERGETICOS	VOLUMEN / TIEMPO DE TRABAJO	INTENSIDAD (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	Toques en parejas: formando parejas y sentados, se intenta dar toques el máximo número de veces a la pelota sin que esta se caiga.		AEROBICO	5	30%-40%	5	25
	CALENTAMIENTO ESPECIFICO	Prejuego específico para el futuro, en el que cada jugador debe tener un balón y mantenerlo en el aire, empleando ambos pies y la cabeza, la mayor cantidad de tiempo posible. Quien haga el mayor número de toques sin que el balón toque el suelo, gana.		AEROBICO	10	30%-40%	5	
FASE CENTRAL	FASE FISICA (DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS)	Los jugadores en grupo se colocan en círculo. Los jugadores exteriores son encargados de realizar pases y los dos jugadores interiores de controlar y tratar de recuperar el balón hasta que todos los jugadores pasen por la situación.		ANAEROBICO	20	50% -80%	5	75
	FASE TECNICA	Por grupos de tres jugadores, el jugador A pasa el balón hacia su compañero B quien controlará la pelota mientras que el jugador C intenta dificultar ese control o interceptar la trayectoria de la pelota antes.		ANAEROBICO	20		5	
	FASE TACTICA	Individualmente con un balón, los jugadores conducen por el espacio que les hayamos delimitado, cuando se encuentren delante de un cono deben controlar la pelota (depende del control a trabajar y delimitando superficie de contacto) y reanudar la conducción por el terreno de juego.		AEROBICO	20		5	
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	Se forma un círculo y se trabaja el estiramiento, Flexión de brazo Extensión de brazo Estiramiento del deltoides Flexión de tronco y extensión de extremidades superiores Apertura de extremidades inferiores Inclinación lateral de tronco Flexión de rodilla		AEROBICO	15	20%	5	20

120

		
FIRMA MAESTRO FORMADOR	SUPERVISOR MUNICIPAL	GESTOR PROVINCIAL


PROVINCIA VALLE DE UBATE								
NOMBRE DEL FORMADOR : WILMER MENDOZA								
FECHA: 01/04/2026		MUNICIPIO: LENGUAZQUE		DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON		CATEGORIA: FUNDAMENTACION		TEMA: TECNICAS Y HABILIDADES
NUMERO DE LA SESION: 05		HORARIO: 3:00 a 4:30 pm		LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CAMPO CUBIERTO LENGUAZQUE				
OBJETIVO FISICO: Mejorar la resistencia y agilidad.								
OBJETIVO TECNICO: Perfeccionar el control del balón y los movimientos rápidos								
OBJETIVO TACTICO: Desarrollar la visión de juego y el posicionamiento.								
VALOR A TRABAJAR: ESFUERZO Y SUPERACION								
		DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	GRAFICO	SISTEMAS ENERGETICOS	VOLUMEN /TIEMPO DE	INTENSIDA (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	Marca un recorrido con conos en el que los jugadores deben correr en línea recta, luego hacer un cambio de dirección en cada cono. Después de calentar con esta rutina, introduce el balón para que los jugadores driblen alrededor de los conos.		AEROBICO	5	30%-40%	5	25
	CALENTAMIENTO ESPECIFICO	Configura una serie de conos en un área pequeña (por ejemplo, 5x5 metros). Los jugadores deben driblar el balón entre los conos lo más rápido posible, utilizando ambos pies y manteniendo el control. Varía la disposición de los conos para mantener el desafío.		ANAEROBICO	10	30%-40%	5	
FASE CENTRAL	FASE FISICA(DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS)	Juego de Posicionamiento con Dribbling Divide a los jugadores en dos equipos y define un área pequeña. Los jugadores deben driblar y mover el balón mientras intentan posicionarse para recibir pases o evitar la presión del oponente. Puedes limitar el número de toques para aumentar la intensidad del ejercicio.		ANAEROBICO	20	50% -80%	5	75
	FASE TECNICA	ejercicio de Dribbling con Cambio de Ritmo Marca dos líneas paralelas a unos 4 metros de distancia. Los jugadores driblan de una línea a la otra, alternando entre alta velocidad y ritmo lento al llegar a cada línea. Introduce la presión de un defensor para añadir un elemento táctico.		AEROBICO	20		5	
	FASE TACTICA	Rondo con Dribbling y Posicionamiento Forma un círculo con varios jugadores y coloca a uno en el centro. Los jugadores del círculo deben pasar el balón y moverse constantemente, mientras que el jugador en el centro intenta interceptar. Introduce reglas como driblar antes de pasar o mantener la posesión durante un tiempo específico.		AEROBICO	20		5	
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	Tras el trote suave, los jugadores deben realizar estiramientos estáticos para los principales grupos musculares (cuádriceps, isquiotibiales, gemelos, cadera, espalda baja y brazos). Cada estiramiento debe mantenerse durante 20 a 30 segundos. Ejemplos de estiramientos: Estiramiento de cuádriceps (tirar del pie hacia los glúteos). Estiramiento de isquiotibiales (sentado, estirarse hacia los pies). Estiramiento de gemelos (apoyar la punta del pie contra una pared y empujar).		AEROBICO	15		5	20







120

#VALOR!


 FIRMA MAESTRO FORMADOR


 SUPERVISOR MUNICIPAL


 GESTOR PROVINCIAL

PLANEACION SESION DE CLASE								
PROVINCIA VALLE DE UBATÉ								
NOMBRE DEL FORMADOR : WILMER MENDOZA								
FECHA: 06/04/2026		MUNICIPIO: LENGUAZQUE		DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON		CATEGORIA: FUNDAMENTACION	TEMA: CONTROL DE BALON	
NUMERO DE LA SESION: 06		HORARIO: 3:00 am a 4:30 am		LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CAMPO CUBIERTO LENGUAZQUE				
OBJETIVO FISICO: Mejorar la resistencia aeróbica, la velocidad y el control del balón en situaciones de esfuerzo físico elevado.								
OBJETIVO TECNICO: Mejorar el primer toque, la precisión en el pase y el control orientado bajo presión.								
OBJETIVO TACTICO: Desarrollar el control del balón bajo presión y la toma de decisiones rápidas en situaciones de posesión.								
VALOR A TRABAJAR: DISCIPLINA Y RESPETO								
		DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	GRAFICO	ISTEMAS ENERGETICOS	VOLUMEN / TIEMPO DE TRABAJO	INTENSIDA (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO O GENERAL	Los jugadores deben conducir el balón en un espacio reducido (por ejemplo, 10x10 metros). La conducción debe hacerse a velocidad moderada, utilizando el empeine interior y exterior de ambos pies.		AEROBICO	5	30%-40%	5	25
	CALENTAMIENTO O ESPECIFICO	En un círculo de 6 a 8 jugadores, con uno o dos en el centro como defensores, los jugadores externos pasan el balón entre ellos mientras los del centro intentan interceptar el pase. Los jugadores deben controlar el balón con un solo toque y pasarlo rápidamente. Variantes: Reducir el tamaño del círculo o limitar los toques a uno o dos para aumentar la dificultad.		ANAEROBICO	10	30%-40%	5	
FASE CENTRAL	FASE FISICA(DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS)	Los jugadores deben conducir el balón a lo largo de una distancia de 20 a 30 metros. Alternan entre trotar durante 10 metros, sprintar durante 10 metros, y volver a un trote ligero, todo manteniendo el control del balón cerca. Variantes: Añadir conos para hacer cambios de dirección o aumentar la distancia.		ANAEROBICO	20	50% -80%	5	75
	FASE TECNICA	Se coloca un circuito con varios conos (en zigzag o en línea). El jugador debe controlar el balón tras recibirlo, rodear los conos conduciendo el balón y, al final del recorrido, realizar un pase a un compañero que se mueve. El receptor controla el balón y repite el ejercicio. Variantes: Limitar los toques para forzar un control más rápido o realizar el ejercicio con defensores pasivos que aumenten la presión.		AEROBICO	20		5	
	FASE TACTICA	Juego de posesión en espacio reducido: n un espacio reducido (10x10 metros), se forman dos equipos, uno con superioridad numérica (6 jugadores) y otro con un número reducido (2 jugadores). El equipo con superioridad debe mantener la posesión del balón con pases rápidos y control preciso, mientras que los dos defensores intentan recuperar el balón. Los jugadores deben recibir y controlar el balón en uno o dos toques antes de realizar el pase.		AEROBICO	20		5	
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	Siéntate o acuéstate en una posición cómoda. Respira profundamente por la nariz, mantén el aire durante 3-4 segundos y luego exhala lentamente por la boca. Repite durante 5-10 minutos. Caminar Lento: Realiza una caminata ligera alrededor del campo o la cancha durante 5-10 minutos para ayudar a que la frecuencia cardíaca vuelva a la normalidad. Masaje Muscular: Utiliza un rodillo de espuma o una pelota de masaje para aliviar la tensión en los músculos. Realiza movimientos suaves y lentos sobre los grupos musculares principales como los cuádriceps, isquiotibiales y gemelos.		AEROBICO	15	20%	5	20

120







 FIRMA MAESTRO FORMADOR	 SUPERVISOR MUNICIPAL	 GESTOR PROVINCIAL
--	---	--

PROVINCIA VALLE DE UBATE								
NOMBRE DEL FORMADOR : WILMER MENDOZA								
FECHA: 08/04/2026		MUNICIPIO: FUQUENE		DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON		CATEGORIA: FUNDAMENTACION	TEMA: AGILIDAD Y COORDINACION	
NUMERO DE LA SESION: 07		HORARIO: 3:00 a 4:30 pm		LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CAMPO CUBIERTO LENGUAZQUE				
OBJETIVO FISICO: Mejorar la agilidad y los reflejos.								
OBJETIVO TECNICO: Mejorar la coordinación de pases en movimiento, el control del balón y la agilidad en espacios reducidos.								
OBJETIVO TACTICO: Mejorar la coordinación entre compañeros, la toma de decisiones rápida y la agilidad mental en situaciones tácticas de presión.								
VALOR A TRABAJAR: HUMILDAD Y COMPAÑERISMO								
		DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	GRAFICO	ISTEMAS ENERGETICO	VOLUMEN /TIEMPO DE TRABAJO	INTENSIDA (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	Coloca conos en zigzag a una distancia de 2-3 metros entre ellos. Los jugadores corren hacia adelante y deben rodear cada cono cambiando de dirección rápidamente. Se puede añadir una variante en la que los jugadores deben tocar el cono con la mano antes de cambiar de dirección.		AEROBICO	5	30%-40%	5	25
	CALENTAMIENTO ESPECIFICO	En parejas, los jugadores se colocan a unos 5 metros de distancia. Realizan pases rápidos y, tras cada pase, ambos jugadores deben moverse lateralmente hacia un cono a su izquierda o derecha antes de volver al centro para recibir el siguiente pase. Este ejercicio mejora la velocidad de reacción y la coordinación en situaciones de juego.		ANAEROBICO	10	30%-40%	5	
FASE CENTRAL	FASE FISICA (DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS)	Coloca conos formando una especie de zigzag o cuadrado, donde los jugadores deberán correr rápidamente de un cono a otro, realizando cambios de dirección abruptos en cada punto. Puedes añadir paradas repentinas, movimientos laterales y sprints cortos entre los conos.		ANAEROBICO	20	50%-80%	5	75
	FASE TECNICA	En un espacio de unos 5x5 metros, los jugadores forman un triángulo con conos. Cada jugador tiene que realizar pases mientras se desplaza rápidamente hacia un cono diferente tras cada pase. Los jugadores deben estar en constante movimiento, asegurándose de recibir y dar el pase mientras cambian de posición.		AEROBICO	20		5	
	FASE TACTICA	En un área pequeña (de 5x5 metros), cuatro jugadores realizan pases rápidos mientras dos defensores intentan robar el balón. El equipo con la posesión debe mover el balón rápidamente, coordinando sus movimientos para mantenerse fuera del alcance de los defensores, quienes también deben reaccionar y moverse ágilmente para presionar y cortar los pases.		AEROBICO	20		5	
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	Tras el trote suave, los jugadores deben realizar estiramientos estáticos para los principales grupos musculares (cuádriceps, isquiotibiales, gemelos, cadera, espalda baja y brazos). Cada estiramiento debe mantenerse durante 20 a 30 segundos. Ejemplos de estiramientos: Estiramiento de cuádriceps (tirar del pie hacia los glúteos). Estiramiento de isquiotibiales (sentado, estirarse hacia los pies). Estiramiento de gemelos (apoyar la punta del pie contra una pared y empujar).		AEROBICO	15		5	20

#VALORI

120

FIRMA MAESTRO FORMADOR	SUPERVISOR MUNICIPAL	GESTOR PROVINCIAL

PROVINCIA VALLE DE UBATE								
NOMBRE DEL FORMADOR : WILMER MENDOZA								
FECHA: 13/04/2026		MUNICIPIO: LENGUAZQUE		DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON		CATEGORIA: FUNDAMENTACION	TEMA: CONTROL DE BALON CON LATERALIZACION	
NUMERO DE LA SESION: 08		HORARIO: 3:00 a 4:30 pm		LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CANCHA CUBIERTA LENGUAZQUE				
OBJETIVO FISICO: Desarrollar la fuerza y la precisión en el manejo del balón mediante ejercicios que impliquen control y dirección en diferentes niveles de intensidad								
OBJETIVO TECNICO: Perfeccionar el dominio del balón con técnicas específicas para controlar y dirigirlo de manera efectiva en situaciones de juego								
OBJETIVO TACTICO: Optimizar la toma de decisiones para controlar y dirigir el balón en función de la situación del juego								
VALOR A TRABAJAR: PERSEVERANCIA								
		DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	GRAFICO	STEMAS ENERGETICO	VOLUMEN /TIEMPO DE TRABAJO	INTENSIDA (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	Inclinación de cuello Extensión de cuello Rotación de cuello Circunducción de hombro Flexión y extensión de extremidades superiores Inclinación de tronco Flexión y extensión de rodilla		AEROBICO	5	20%-30%	5	25
	CALENTAMIENTO ESPECIFICO	Como indica su nombre, el juego consiste en saltar a la cuerda, pero en lugar de ser en solitario, la cuerda será sostenida por dos compañeros y en el medio habrá uno (o dos, o tres, o los que puedan) que irán saltando sucesivamente. En el momento en que un jugador pise la cuerda, deberá cambiarse con alguno de los que la sostienen.	 #¡VALOR!	ANAEROBICO	10	30%-40%	5	
FASE CENTRAL	FASE FISICA (DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS)	Individualmente, cada jugador con un balón lo lanza al aire o por el suelo y con un solo toque (según la superficie de contacto que marcamos) deben controlar el balón y seguir conduciendo.		ANAEROBICO	20	50%-80%	5	75
	FASE TECNICA	Por parejas el jugador A tiene el balón y su compañero B se sitúa al lado de un cono. A pasa el balón hacia B quien debe controlar la pelota y orientarla para superar el cono que tiene al lado.		AEROBICO	20		5	
	FASE TACTICA	Similar al ejercicio anterior pero en esta ocasión en lugar de superar el cono, B debe orientar la pelota hacia el cono que el jugador tiene a su izquierda para allí pasar el balón a su compañero A. Cuando se realiza el pase el jugador se desplaza hasta el cono inicial para recibir el pase de vuelta.		AEROBICO	20		5	
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	Se forma un círculo y se trabaja el estiramiento, Flexión de brazo Extensión de brazo Estiramiento del deltoides Flexión de tronco y extensión de extremidades superiores Apertura de extremidades inferiores Inclinación lateral de tronco Flexión de rodilla		AEROBICO	15	20%	5	20

120

#¡VALOR!

		
FIRMA MAESTRO FORMADOR	SUPERVISOR MUNICIPAL	GESTOR PROVINCIAL

PLANEACIONES ESPECIALIZACIÓN

PLANEACION SESION DE CLASE											
PROVINCIA VALLE DE UBATÉ											
NOMBRE DEL FORMADOR: WILMER MENDOZA											
FECHA: 17/03/2026		MUNICIPIO: LENGUAZQUE			DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON			CATEGORIA : ESPECIALIZACION		TEMA: DIFERENTES DESPLAZAMIENTOS	
NUMERO DE LA SESION: 01											
HORARIO: 4:30 a 6:00 pm											
LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CAMPO CUBIERTO LENGUAZQUE											
OBJETIVO FISICO:		X	DESARROLLO DE LA FUERZA DE RESISTENCIA								
OBJETIVO TECNICO:		X	CONDUCCION DE BALON								
OBJETIVO TACTICO:		X	CON CIRCUITOS EL DEPORTISTA APRENDE ROTACION EN EL CAMPO								
OBJETIVO TEORICO:		X	CHARLA DE REFUERZO DEL ENTRENAMIENTO								
OBJETIVO PSICOLOGICO:											
VALOR A TRABAJAR: PUNTUALIDAD Y DISCIPLINA											
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD			GRAFICO	SISTEMAS ENERGETICOS	VOLUMEN /TIEMPO DE TRABAJO EN MINUTOS	INTENSIDA (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL	
		1	SALUDO								
2		MOVILIDAD ARTICULAR	CEFALOCAUDAL								
3	ESTIRAMIENTO DINAMICO	Elevacion de temperatura: trote 3' estiramiento y conduccion									
CALENTAMIENTO ESPECIFICO	1	JUEGO PRE COMPETITIVO	El que la toque dos veces pasa a recuperar				AEROBICO	8	1	30	
	2	HIDRATACION									
FASE CENTRAL	FASE FISICA(DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS)	R F E U S E I R S Z T A E N D C E I A	Abdominales 3 S 15 r estiramientos 3' localizados en tren inferior.		ANAEROBICO LACTICO	5	60	1	61		
			sentadillas 3 S 20 r estiramientos 3' localizados en tren inferior.		ANAEROBICO LACTICO	5		1			
			plancha 3s 1'm		ANAEROBICO ALACTICO	5		1			
	HIDRATACION							1			
	fase tecnica (aprender los patrones motores de deporte y consolidarlos para aplicarlos en las competencias.)	c o n d u c c i o n	circuito en el que el deportista evade unos conos	Conducción con balón borde interno ambos perfiles con evasión de obstáculos 20'		AEROBICO	20		1		
			por medio de un cono en el que el deportista debe hacer círculos y luego v	habilidad con balón 15'		AEROBICO	15		1		
	FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	JUEGO ENFOCADO EN LO VISTO DE LA CLASE		Juegos simplificados uno contra uno y dos contra dos 3 S 1R 2'. Juego de cinco contra cinco 2 S 1 R 5'		AEROBICO	15	50	2	29
ESTIRAMIENTO ESTATICO			EN LA BOMBA CENTRAL (ESTIRAMIENTO ACTIVO)								
FEEDBACK			ESCUCHAR LOS DEPORTITAS			12					

 FIRMA MAESTRO FORMADOR	 SUPERVISOR MUNICIPAL	 GESTOR PROVINCIAL
----------------------------	--------------------------	-----------------------

PLANEACION SESION DE CLASE										
PROVINCIA VALLE DE UBATÉ										
NOMBRE DEL FORMADOR : WILMER MENDOZA										
FECHA: 19/04/2026		MUNICIPIO: LENGUAZQUE			DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON		CATEGORIA: ESPECIALIZACION			TEMA: DIFERENTES DEZPLAZAMIENTOS
NUMERO DE LA SESION: 02	HORARIO: 4:30 a 6:00 pm	LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CAMPO CUBIERTO LENGUAZUAQUE								
OBJETIVO FISICO:	X	TRABAJO FISICO REALIZANDO EJERCICIOS TECNICOS								
OBJETIVO TECNICO	X	MEJORAR EL CONTROL Y LA ENTREGA DE BALON								
OBJETIVO TACTICO		POSICIONAMIENTO EN EL CAMPO								
OBJETIVO TEORICO	X	REGLAS DEL DEPORTE								
OBJETIVO PSICOLOGICO:										
VALOR A TRABAJAR: COMPAÑERISMO Y SOLIDARIDAD										
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD			GRAFICO	SISTEMAS ENERGETICOS	VOLUMEN /TIEMPO DE TRABAJO EN MINUTOS	INTENSIDA (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL
		1	SALUDO							
2		MOVILIDAD ARTICULAR	CEFALOCAUDAL							
3	ESTIRAMIENTO DINAMICO	Elevacion de temperatura: estiramiento trote 3' con balon, conduccion								
CALENTAMIENTO ESPECIFICO	1	JUEGO PRE COMPETITIVO	Control del balon individual (mayor numero de dominadas)							
	2	HIDRATACION								
FASE CENTRAL	fase tecnica (aprender los patrones motores de deporte y consolidarlos para aplicarlos en las competencias.)	c o n t r a s e i e y	por parejas cada grupo con un balon a una distancia de 4 metros	controlar con planta de pie y entrega con el borde interno del pie dominante.		aerobico	5	60	1	61
				controla con planta de pie y entrega con el borde interno del pie no dominante						
				para con plata del pie dirigido y entregar con borde interno y nos desplazamos		aerobico	5	1		
	HIDRATACION			HIDRATACION					aerobico	
	fase teorica (en la se dan conceptos del deporte)			Se socializa diferentes reglas de juego a los deportistas.	1 - El terreno de juego 2 - El balon 3 - Los jugadores 4 - El equipamiento de los jugadores 5 - Los arbitros		aerobico	15		
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	JUEGO ENFOCADO EN LO VISTO DE LA CLASE			juego 5 contra 5				AEROBICO	15
		ESTIRAMIENTO ESTATICO		EN LA BOMBA CENTRAL (ESTIRAMIENTO ACTIVO)						
		FEEDBACK		ESCUCHAR LOS DEPORTITAS						

120












FIRMA MAESTRO FORMADOR



SÚPERSOR MUNICIPAL



GESTOR PROVINCIAL







PLANEACION SESION DE CLASE										
PROVINCIA VALLE DE UBATÉ										
NOMBRE DEL FORMADOR: WILMER MENDOZA										
FECHA: 25/03/2026		MUNICIPIO: LENGUAZQUE			DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON		CATEGORIA: ESPECIALIZACION			TEMA: DIFERENTES DEZPLAZAMIENTOS
NUMERO DE LA SESION: 03	HORARIO: 4:30 a 6:00 pm	LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CAMPO CUBIERTO LENGUAZQUE								
OBJETIVO FISICO:	x	DESPLAZAMIENTOS QUE FAVORECEN EL AUMENTO DE LA CAPACIDAD AEROBICA								
OBJETIVO TECNICO	X	APLICAR GESTOS TECNICOS DE LAS REGLAS DE JUEGO								
OBJETIVO TACTICO	X	MOVIMIENTOS EN LA CANCHA								
OBJETIVO TEORICO	X	APLICACION DE LAS REGLAS DE ESTE DEPORTE								
OBJETIVO PSICOLOGICO:										
VALOR A TRABAJAR: COMPROMISO Y ESFUERZO										
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD		GRAFICO	SISTEMAS ENERGETICOS	VOLUMEN /TIEMPO DE TRABAJO EN MINUTOS	INTENSIDA (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL	
		1	2							
			SALUDO		AEROBICO	15	60	1	30	
			MOVILIDAD ARTICULAR							
			ESTIRAMIENTO DINAMICO							
			Elevacion de temperatura: estiramiento trote 3' con balon , conduccion							
	CALENTAMIENTO ESPECIFICO		JUEGO PRE COMPETITIVO		AEROBICO	8	80	1		
						HIDRATACION				5
FASE CENTRAL	fase teorica(en la se dan conceptos del deporte)	d r e e g j l u a e s g o	Se socializan algunas reglas de juego.		aerobico	5	60	1	61	
						1 - Los otros miembros del cuerpo arbitral		5		1
						2 - Duracion del partido		5		1
				HIDRATACION			5	1		
	FASE FISICA(DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS)	r e s i v t e l n o c c i l i a d a d i a	laterales	3 s 1r 1'm en cada serie		anaerobico	20	1	1	
			velocidad	3 s 1r 1'm en cada serie		anaerobico				
espalda			3 s 1r 1'm en cada serie		anaerobico					
						15				
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETOALIMENTACION	JUEGO ENFOCADO EN LO VISTO DE LA CLASE			AEROBICO	15	50	2		
			1 vs 1 2 vs 1 3 vs 2							
			ESTIRAMIENTO ESTATICO	EN LA BOMBA CENTRAL (ESTIRAMIENTO ACTIVO)				12		
		FEEDBACK	ESCUCHAR LOS DEPORTITAS						#¿NOMBRE?	

		
FIRMA MAESTRO FORMADOR	SUPERVISOR MUNICIPAL	GESTOR PROVINCIAL

PLANEACION SESION DE CLASE											
PROVINCIA VALLE DE UBATE											
NOMBRE DEL FORMADOR : WILMER MENDOZA											
FECHA: 26/03/2026		MUNICIPIO: LENGUAZQUE			DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON		CATEGORIA ESPECIALIZACION		TEMA: MEJORA DE HABILIDADES		
NUMERO DE LA SESION: 04		HORARIO: 4:30 a 6:00 pm			LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CAMPO CUBIERTO LENGUAZQUE						
OBJETIVO FISICO:		X	MEJORAR PARTE FISICA								
OBJETIVO TECNICO		X	CONTROL Y ENTREGA PRECISA DE BALON								
OBJETIVO TACTICO		X	SALIDA DE 3 CON PIVOT FIJO								
OBJETIVO TEORICO		X	POSICIONES EN EL CAMPO								
OBJETIVO PSICOLOGICO:											
VALOR A TRABAJAR: PUNTUALIDAD Y DISCIPLINA											
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD			GRAFICO	MAS ENERGET	VOLUMEN /TIEMPO DE	INTENSIDA (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL	
		1	SALUDO								
2		MOVILIDAD ARTICULAR	CEFALOCAUDAL								
3	ESTIRAMIENTO DINAMICO	Elevación de temperatura: estiramiento trote 3' con conducción de balón.				AEROBICO	15	60	1	30	
CALENTAMIENTO ESPECIFICO	1	JUEGO PRE COMPETITIVO	dominadas			AEROBICO	8	80	1		
	2	HIDRATACION					5				
FASE CENTRAL	fase tecnica (aprender los patrones motores de deporte y consolidarlos para aplicarlos en las competencias.)	INDIVIDUAL	Controla entrega y corre donde entrego el balón.			anaerobico	5	60	1	61	
			Entrega y corre a la parte opuesta del balón.			anaerobico	5		1		
			Entrega y marca un zig za entre conos para llegar a recibir el balón			anaerobico	5		1		
	HIDRATACION					5	1				
	FASE tactica (gestos técnicos realizados entre varios jugadores, buscando una progresión rápida y segura hacia el arco rival.)	4 deportistas	Explicar cada posición en el campo de juego			aerobico		15		1	
			Cada jugador pasa por los diferentes posiciones			AEROBICO	20		1		
Salida de 3 con pivot y remate al arco				AEROBICO	15	1					
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	JUEGO ENFOCADO EN LO VISTO DE LA CLASE		5 v 5			15	50	2	29	
		ESTIRAMIENTO ESTATICO		EN LA BOMBA CENTRAL (ESTIRAMIENTO ACTIVO)			AEROBICO				
		FEEDBACK		ESCUCHAR LOS DEPORTITAS							12













120

FIRMA MAESTRO FORMADOR	SUPERVISOR MUNICIPAL	GESTOR PROVINCIAL

PROVINCIA VALLE DE UBATE								
NOMBRE DEL FORMADOR : WILMER MENDOZA								
FECHA: 08/04/2026	MUNICIPIO: LENGUAZQUE	DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON	CATEGORIA ESPECIALIZACION	TEMA: MEJORA DE HABILIDADES Y DESTREZAS				
NUMERO DE LA SESION: 05	HORARIO: 4:30 a 6:00 pm	LUGAR DE ENTRENAMIENTO: LENGUAZQUE						
OBJETIVO FISICO:	X	DESARROLLO DE FUERZA MUSCULAR Y PIERNAS						
OBJETIVO TECNICO:	X	CONTROL Y DOMINIO DE BALON, VELOCIDAD Y RESISTENCIA						
OBJETIVO TACTICO:	X	MEJORAR CONTROL DE BALON EN ESPACIOS REDUCIDOS						
OBJETIVO TEORICO:	X	OPTIMIZAR MOVIMIENTOS DENTRO DEL CAMPO						
OBJETIVO PSICOLOGICO:								
VALOR A TRABAJAR: RESPONSABILIDAD Y COMPROMISO								
		DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	GRAFICO	TEMAS ENERGETICOS	VOLUMEN / TIEMPO DE TRABAJO	INTENSIDAD (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	Se realiza el saludo de bienvenida, se socializa cual es el contenido central de la clase y se realiza el calentamiento por medio de juegos y formas jugadas.		anaeróbico a láctico	8	20%	3	26
	CALENTAMIENTO ESPECIFICO	Movilidad articular, elevación de la frecuencia cardiaca y actividades de tiro. Los estudiantes realizaran la fase de movilidad de articular de forma autonoma e independiente. Y el formador propone un circuito de tiro.		Anaeróbico láctico	12	30%	3	
FASE CENTRAL	FASE FISICA(DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS)	1. Pases en diferentes direcciones 2. Coordinación de movimientos 3. Rematar. 4. Lanzar un balón más alto que el otro en movimiento continuo. 5. Lanzar un balón a diferentes puntos		anaeróbico	25	40%	1	89
	FASE TECNICA	Se articulan todos lo ejercicios vistos en sesiones anteriores para tener como resultado final un circuto donde se logre evidenciar la articulación de control de balón, dominio y tiro.		anaeróbico	20	50%	1	
	FASE TACTICA	Todos los jugadores con balón de futbol de salón y el entrenador con uno de goma-espuma. • Todos los jugadores forman un círculo rodeando al profesor.		anaeróbico	40	50%	2	
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	Se realiza Flexión y extensión de Tobillos, Rodillas, Cadera, Tronco, Muñecas, Codos, Hombros, Cuello.		anaeróbico a láctico	5	20%	0	5

120

		
FIRMA MAESTRO FORMADOR	SUPERVISOR MUNICIPAL	GESTOR PROVINCIAL

PLANEACION SESION DE CLASE									
PROVINCIA VALLE DE UBATE									
NOMBRE DEL FORMADOR : WILMER MENDOZA									
FECHA: 09/04/2026		MUNICIPIO: LENGUAZQUE		DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON MIXTO		CATEGORIA: ESPECIALIZACION		TEMA: DIFERENTES DEZPLAZAMIENTOS	
NUMERO DE LA SESION: 06	HORARIO: 4:30 a 6:00 pm	LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CAMPO CUBIERTO LENGUAZQUE							
OBJETIVO FISICO:	X	AUMENTAR LA PARTE AEROBICA Y COORDINATIVA							
OBJETIVO TECNICO	X	MEJORAR MOVIMIENTOS CORPORALES EN LOS GESTOS TECNICOS							
OBJETIVO TACTICO	X	MEJORAR MOVIMIENTOS DENTRO DEL CAMPO							
OBJETIVO TEORICO	X	EXPLICAR AL DEPORTISTA EL OBJETIVO DEL EJERCICIO							
OBJETIVO PSICOLOGICO:	X	MEJORAR LA ATENCION Y CONCENTRACION							
VALOR A TRABAJAR: RESPONSABILIDAD Y PERSEVERANCIA									
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD		GRAFICO	EMAS ENERGET	VOLUMEN / TIEMPO DE TRABAJO EN MINUTOS	INTENSIDA (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL
		1	SALUDO						
2		MOVILIDAD ARTICULAR	CEFALOCAUDAL		AEROBICO	15	60	1	30
3	ESTIRAMIENTO DINAMICO	Elevacion de temperatura: estiramiento trote 3' con balón , conduccion							
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO ESPECIFICO	1	JUEGO PRE COMPETITIVO	Balón mano		AEROBICO	8	1	
		2	HIDRATACION				5		
FASE CENTRAL	FASE FISICA(DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS)	c o n t i n u o	Individual	Trote con conduccion de balón, durante 15 minutos consecutivos.		aerobico	5	60	1
				Coordinacion por medio de escalerilla.		anaerobico	5		
				Realizamos diferentes movimientos de coordinacion en la escalerilla.		anaerobico	5		
	FASE PSICOLOGICA (El propósito de maximizar el rendimiento de los equipos e individuos)	r e s o l v i e n d i c i o n	individual	HIDRATACION				5	1
				Se determina a cada uno con un color y el deportista debe hacer una secuencia lo mas rapido posible.		aerobico			
				buscar en una sopa de letras		AEROBICO	20		
			por medio de ejercicios matematicos se decide quien pateo el balón		AEROBICO	15	1		
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	JUEGO ENFOCADO EN LO VISTO DE LA CLASE		5 v 5		AEROBICO	15	50	2
		ESTIRAMIENTO ESTATICO		EN LA BOMBA CENTRAL (ESTIRAMIENTO ACTIVO)					
		FEEDBACK		ESCUCHAR LOS DEPORTITAS					
							12		29
120									

FIRMA MAESTRO FORMADOR


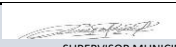

SUPERVISOR MUNICIPAL







GESTOR PROVINCIAL

PROVINCIA VALLE DE UBATE				
NOMBRE DEL FORMADOR : WILMER MENDOZA				
FECHA: 15/04/2026	MUNICIPIO: LENGUAZQUE	DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON	CATEGORIA ESPECIALIZACION	TEMA: RENDIMIENTO DEPORTIVO
NUMERO DE LA SESION: 07	HORARIO: 4:30 a 6:00 pm	LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CAMPO CUBIERTO LENGUAZQUE		
OBJETIVO FISICO:	x	ENCUENTRO DEPORTIVO CON EL OBJETIVO DE EVALUAR EL RENDIMIENTO DE LOS DEPORTISTAS		
OBJETIVO TECNICO:	x			
OBJETIVO TACTICO:	x			
OBJETIVO TEORICO:	x			
OBJETIVO PSICOLOGICO:	x			

VALOR A TRABAJAR: COMPAÑERISMO Y JUEGO LIMPIO									
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD		GRAFICO	SISTEMAS ENERGETICOS	VOLUMEN /TIEMPO DE TRABAJO EN MINUTOS	INTENSIDA (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL
		1	SALUDO						
		2	MOVILIDAD ARTICULAR	CEFALOCAUDAL		15	60	1	30
		3	ESTIRAMIENTO DINAMICO	Elevacion de temperatura: estiramiento trote 3' con balon , conduccion					
	CALENTAMIENTO ESPECIFICO	1	JUEGO PRE COMPETITIVO	el bobito		8	80	1	56
		2	HIDRATACION						
FASE CENTRAL	PARTIDO AMISTOSO	Primer periodo			aerobico	20	60	1	56
		HIDRATACION				10		1	
		Segundo periodo			aerobico	20		1	
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO ESTATICO	en un costado de la cancha (ESTIRAMIENTO ACTIVO)		AEROBICO	15	50	2	34
		FEEDBACK	ESCUCHAR LOS DEPORTISTAS y leer los apuntes tomados durante el partido			17			

120

		
FIRMA MAESTRO FORMADOR	SUPERVISOR MUNICIPAL	GESTOR PROVINCIAL

PROVINCIA VALLE DE UBATE								
NOMBRE DEL FORMADOR : CRISANTO SUAREZ PEÑA								
FECHA: 16/04/2026		MUNICIPIO: FUQUENE		DISCIPLINA DEPORTIVA: FUTBOL DE SALON MIXTO		CATEGORIA ESPECIALIZACION	TEMA: MEJORA DE HABILIDADES MOTRICES	
NUMERO DE LA SESION: 08		HORARIO: 4:30 a 6:00 pm		LUGAR DE ENTRENAMIENTO: CAMPO CUBIERTO CAPELLANIA				
OBJETIVO FISICO:		X DESARROLLO DE FUERZA MUSCULAR, PIERNAS, CORE						
OBJETIVO TECNICO:		X CONTROL Y DOMINIO DE BALON, VELOCIDAD Y RESISTENCIA						
OBJETIVO TACTICO:		X MEJORAR CONTROL DE BALON EN ESPACIOS REDUCIDOS						
OBJETIVO TEORICO:		X OPTIMIZAR MOVIMIENTOS DENTRO DEL CAMPO						
OBJETIVO PSICOLOGICO:								
VALOR A TRABAJAR: RESPETO Y HONESTIDAD								
		DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	GRAFICO	EMAS ENERGET	VOLUMEN /TIEMPO DE	INTENSIDA (10-100%)	DESCANSO	VALOR TOTAL
FASE INICIAL	CALENTAMIENTO GENERAL	Se realiza el saludo de bienvenida, se socializa cual es el contenido central de la clase y se realiza el calentamiento por medio de juegos y formas jugadas. 1. La Bomba: Se realiza un círculo y se realiza un ejercicio de inhalación y exhalación.		aeróbico alác	8			26
	CALENTAMIENTO ESPECIFICO	Se realiza un calentamiento específico propio del deporte: todos los niños tendrán un balón e irán transportandolo por todo el espacio, cada vez que el formador indique deberán detenerse y quedar completamente estaticos.		aeróbico lácti	12	20%	3	
FASE CENTRAL	FASE FISICA(DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS)	Cada niño tendrá un balón y practicará los diferentes ejercicios de transporte y pase: 1. Con mano derecha 2. Con mano izquierda 3. Con ambas manos 4. pases		anaeróbico	25	40%	1	89
	FASE TECNICA	El formador organizará un circuito de habilidades donde el niño podrá vivenciar diferentes formas de transportar el balón en diferentes ostaculos finalizando con una detención en un tiempo.		anaeróbico	20	50%	1	
	FASE TACTICA	Se realizarán dos equipos y los niños deberán cumplir un objetivo en conjunto, podran desplazarse con el balón como quieran sin ninguna restricción, deberán llegar al campo contrario realizar una detención en un tiempo y tirar el balón al arco contrario.		anaeróbico	40	50%	2	
FASE DE RECUPERACION	VUELTA A LA CALMA / RETROALIMENTACION	Se realiza Flexión y extensión de Tobillos, Rodillas, Cadera, Tronco, Muñecas, Codos, Hombros, Cuello.		aeróbico a láct	5	20%	0	5

120

		
FIRMA MAESTRO FORMADOR	SUPERVISOR MUNICIPAL	GESTOR PROVINCIAL



INDEPORTES CUNDINAMARCA
PROGRAMA DEPORTE FORMATIVO
PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO



ESCUELAS DE FORMACIÓN				BENEFICIADOS	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
PROVINCIA	MUNICIPIO	NOMBRE DEL FORMADOR	DEPORTE	EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Masculino	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE	POBLACIÓN LGTBI+	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	5 AÑOS	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	6 AÑOS	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	7 AÑOS	6	1	4	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	8 AÑOS	2	2	2	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	4
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	9 AÑOS	4	2	3	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	6
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	10 AÑOS	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	11 AÑOS	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	12 AÑOS	3	1	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	13 AÑOS	3	2	3	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	5
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	14 AÑOS	5	0	4	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	15 AÑOS	3	0	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	16 AÑOS	3	1	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	17 AÑOS	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	TOTALES	32	11	25	7	8	3	0	0	0	0	0	0	0	0	43

43

0-5 AÑOS		6-11 AÑOS		12-16 AÑOS		17 AÑOS		TOTAL
MASCU	FEM	MASCU	FEM	MASCU	FEM	MASCU	FEM	
0	0	14	7	17	4	1	0	43

ESCUELAS DE FORMACIÓN				BENEFICIADOS	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
PROVINCIA	MUNICIPIO	NOMBRE DEL FORMADOR	DEPORTE	EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Masculino	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE	POBLACIÓN LGTBI+	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	5 AÑOS	1	3	0	1	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	4
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	6 AÑOS	5	3	0	5	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	8
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	7 AÑOS	3	4	0	3	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	7
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	8 AÑOS	2	2	0	2	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	4
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	9 AÑOS	3	4	0	3	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	7
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	10 AÑOS	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	11 AÑOS	2	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	12 AÑOS	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	13 AÑOS	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	14 AÑOS	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	15 AÑOS	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	16 AÑOS	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	17 AÑOS	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
UBATÉ	LENGUAZAQUE	WILMER MENDOZA	FUTBOL DE SALÓN	TOTALES	17	19	0	17	0	17	0	0	0	0	0	0	0	0	36

36

0-5 AÑOS		6-11 AÑOS		12-16 AÑOS		17 AÑOS		TOTAL
MASCU	FEM	MASCU	FEM	MASCU	FEM	MASCU	FEM	
1	3	16	14	0	2	0	0	36

PROGRAMA DEPARTAMENTAL DEL DEPORTE FORMATIVO
CONTROL ASISTENCIA

MUNICIPIO: LENGUAQUE DEPORTE: FUTBOL DE SALON NIVEL: INICIACION

MES MARZO- ABRIL NOMBRE FORMADOR: WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO

N°	NOMBRE DEPORTISTA	DIA DE TRABAJO									
		15	19	22	26	29	02	05	09	12	
1	AVILA RIAÑO JADE GABRIELA	√	X	√	X	√	√	√	X	√	
2	CASALLAS SASTOQUE JEIDER JERONIMO	X	√	X	√	√	√	X	√	√	
3	GIL GIL KAROL VANESA	√	√	√	√	√	√	√	X	√	
4	RUBIANO MAYORGA JOSEPH GABRIEL	√	X	√	X	√	√	√	√	√	
5	SASTOQUE TUNJANO VALERY NICOLE	X	√	√	X	√	√	√	√	√	
6	MUETE PEÑA JHONATAN ESNEIDER	√	√	√	√	√	√	√	√	√	
7	FORERO PINZON JHOAN ANDREY	√	X	√	√	√	X	√	√	√	
8	NEUSA ARLEY STIVEN	√	√	√	√	√	√	X	√	√	
9	CARRION MURCIA OMAR FERNEY	X	√	X	√	√	√	√	√	√	
10	MORENO MALAVER MILTON ALEJANDRO	√	√	√	√	√	√	√	X	√	
11	TRIVIÑO FORERO SULMA ALEJANDRA	√	X	√	X	√	√	√	√	√	
12											
13											
14											
15											

OBSERVACIONES:



FIRMA DEL FORMADOR



FIRMA SUPERVISOR



FIRMA DEL GESTOR



Gobernación
Cundinamarca

PROGRAMA DEPARTAMENTAL DEL DEPORTE FORMATIVO
CONTROL ASISTENCIA

MUNICIPIO: LENGUAZAQUE DEPORTE: FUTBOL DE SALON NIVEL: FUNDAMENTACION

MES: MARZO-ABRIL NOMBRE FORMADOR: WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO

N°	NOMBRE DEPORTISTA	DIA DE TRABAJO								
		19	21	26	28	02	04	09	11	
1	SASTOQUE NAVARRETE JOHAN STIVEN	√	X	√	X	√	√	X	√	X
2	GOMEZ CASTILLO JENIFER ALEJANDRA	X	√	X	√	√	√	X	√	√
3	SASTOQUE CASALLAS GINETH ELIANA	√	√	√	√	√	√	√	√	X
4	MAYORGA PINZON MATEO JHOVANNY	√	X	√	X	√	√	√	√	√
5	TORRES RODRIGUEZ JUAN DAVID	X	√	√	X	√	√	√	√	√
6	GOMEZ CASALLAS ROBINSON MATIAS	√	√	√	√	√	√	√	√	√
7	MANJARREZ SANCHEZ YEFERSON STIVEN	X	√	X	√	√	√	X	√	√
8	NAVARRETE GOMEZ SARA SOFIA	√	√	√	√	√	√	√	√	X
9	PINILLA ACOSTA NEIRETH FERNANDA	√	√	√	√	√	√	√	√	X
10	RODRIGUEZ PAEZ EMYLI ALEJANDRA	√	X	√	X	√	√	√	√	√
11	RODRIGUEZ ROCHA MAIRA ALEJANDRA	X	√	√	X	√	√	√	√	√
12	RODRIGUEZ RODRIGUEZ NICOLAS	√	√	√	√	√	√	√	√	√
13	RINCON LOTE PAUL JOSHUA	X	√	X	√	√	√	X	√	√
14	SALAZAR RINCON JOHAN SMITH	√	√	√	√	√	√	√	√	X
15										

OBSERVACIONES: _____



FIRMA DEL FORMADOR



FIRMA SUPERVISOR



FIRMA GESTOR



PROGRAMA DEPARTAMENTAL DEL DEPORTE FORMATIVO
CONTROL ASISTENCIA

MUNICIPIO _____ LENGUAZAQUE _____ DEPORTE: FUTBOL DE SALON NIVEL ESPECIALIZACION

MES: MARZO-ABRIL NOMBRE FORMADOR: WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO

N°	NOMBRE DEPORTISTA	DIA DE TRABAJO									
		15	21	22	28	29	04	05	11	12	
1	TORRES RODRIGUEZ JUAN DAVID	√	X	√	X	√	√	X	√	X	√
2	ARIAS MUÑOZ ISABELLA MARÍA	X	√	X	√	√	√	X	√	X	
3	MARQUEZ ANDRES FELIPE	√	√	√	√	√	√	√	X	√	
4	CASALLAS RAMIREZ DYLAN SNEIDER	√	X	√	X	√	√	√	√	√	
5	DIAZA SUAREZ CRISTIAN STEVEN	X	√	√	X	√	√	√	√	√	
6	PEÑA FERRER AMANUEL ENRIQUE	√	√	√	√	√	√	√	√	√	
7	RODRIGUEZ SANTIAGO	X	√	X	√	√	√	X	√	X	
8	MARROQUIN YORELI	√	√	√	√	√	√	√	X	√	
9	ONOGAMA JAYNER	X	√	√	X	√	√	√	√	√	
10	ARIAS KEVIN	√	√	√	√	√	√	√	√	√	
11	RODRIGUEZ SIABATO CRISTIAN CAMILO	X	√	X	√	√	√	X	√	X	
12	RODRIGUEZ JHOAN	√	√	√	√	√	√	√	X	√	
13	CORTES DARSY	X	√	√	X	√	√	√	√	√	
14	GOMES CRISTIAN	√	√	√	√	√	√	√	√	√	
15	ARANGO DILAN	X	√	X	√	√	√	X	√	X	
16	TABORDA ESTIVEN	√	√	√	√	√	√	√	X	√	
17	SALAS SAMUEL	√	√	√	√	√	√	√	√	√	
18	URREGO BARRANTES DEIVED STIFF	X	√	X	√	√	√	X	√	X	

OBSERVACIONES



FIRMA DEL FORMADOR



FIRMA SUPERVISOR



FIRMA GESTOR



Gobernación
Cundinamarca

**PROGRAMA DEPARTAMENTAL DEL
DEPORTE FORMATIVO CONTROL
ASISTENCIA**

**MUNICIPIO LENGUAZQUE DEPORTE FUTBOL DE SALON ESCUELA RURAL MIXTA
NACIONALIZADA PAULO VI**

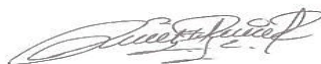
MES 15 DE MARZO AL 14 DE ABRIL 2026 NOMBRE FORMADOR WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO

N°	NOMBRE DEPORTISTA	DIA DE TRABAJO			
		17	24	03	10
1	ALLAN SANTIAGO ACOSTA PINILLA	X	X	X	X
2	JUAN ANDRÉS ABRIL PINEDA	X	X	X	
3	DAYRA SOFIA AGULAR BALLÉN	X	X		X
4	DILAN JHOEL AGUILARTE PORRAS	X	X	X	x
5	EMMANUEL KALETH BARAONA MOLINA	X	X	X	x
6	ARANSA SUSEJ CABRERA REYES	X	X	X	x
7	YENSSI DALAY CAICEDO CHAVES	X	X	X	x
8	ERICK JOEL CAICEDO RINCÓN	X		X	x
9	DANA CAROLINA CANO RODRIGUEZ	X	X	X	
10	LYAM DAVID CASTIBLANCO SANTANA	X	X	X	x
11	DILAN SANTIAGO CASTRO PATAQUIVA	X	X	X	x
12	EVELYN SARAY CHACÓN CONTRERAS	X	X	X	x
13	DILAN SEBASTIÁN DELGADO SEMA	X	X	X	x
14	KAROL XIOMARA FLOREZ BUITRAGO	X		X	
15	HROTNIEL SAUL GONZALEZ ROJAS	X	X	X	x
16	IAN GABRIEL GUACHETÁ ESCOBAR	X	X	X	x
17	IAN SANTIAGO HERNANDEZ PINZÓN	X		X	X
18	MARÍA ISABEL HERRERA VALBUENA	X	X	X	X
19	DANIEL ANDRÉS JIMENEZ NARVAEZ	X	X	X	
20	LUKAS SANTIAGO MILLAN ARIAS	X	X	X	X
21	LUISA FERNANDA PADILLA QUINTERO	X	X	X	X
22	JOHAN MATIAS ROBAYO ALARCÓN	X	X	X	X
23	PITER PAUL ROBAYO REYES	X		X	X
24	EMANUEL RODRIGUEZ ESPEJO	X		X	x
25	ANDRIK NICOLÁS RODRIGUEZ IDARRAGA	X	X	X	X
26	KAROL SALOME RODRIGUEZ NOCUIA	X	X	X	X
27	AARON SAMUEL SIATOBA FAJARDO	X	X	X	X
28	ERICK YESID VARGAS GONZALEZ	X	X	X	
29	ERICK JULIÁN ALARCÓN SANTANA	X	X	X	X
30	YEIMY VANESA ÁLVAREZ MORENO	X	X	X	
31	HELLEN MANUELA BARRETO CASTIBLANCO	X	X	X	X
32	LIAM SANTIAGO CASTAÑEDA ESPITIA	X	X	X	X
33	EMILY GISELL ESPITIA TRIANA		X	X	X
34	LIHAM YAHELL GÓMEZ OSPINA	X	X	X	X
35	MILLAN ANDRÉS GUTIÉRREZ OTALVAREZ	X	X	X	X
36	IKER JOEL HENAO CASTILLO	x	X	X	X

OBSERVACIONES: _____



FIRMA DEL FORMADOR



FIRMA SUPERVISOR



FIRMA



Gobernación
Cundinamarca



ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA APOYO INSTITUCIONES EDUCATIVAS CONVENIO CI xxxxxxxx 2026



Gobernación de Cundinamarca

MUNICIPIO	NOMBRE Y APELLIDO DEL FORMADOR	DEPORTE	CEDULA	CURSO ATENDIDO	TEMA O ACTIVIDAD	NOMBRE DEL DOCENTE DE AULA	FECHA DE APOYO	NOMBRE INSTITUCION EDUCATIVA	FIRMA ORIGINAL
LENGUAZQUE	WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO	FUTBOL DE SALON	1.076.658.682	MULTIGRADO	EQUILIBRIO	MARTA YANET RODRIGUEZ	17/03/26	I.E.R.D SIMON BOLIVAR SEDE PAULO VI	
	WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO	FUTBOL DE SALON	1.076.658.683	MULTIGRADO	LATERALIDAD	MARTA YANET RODRIGUEZ	6/04/26	I.E.R.D SIMON BOLIVAR SEDE PAULO VI	
	WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO	FUTBOL DE SALON	1.076.658.684	MULTIGRADO	JUEGOS PREDEPORTIVOS	MARTA YANET RODRIGUEZ	14/04/26	I.E.R.D SIMON BOLIVAR SEDE PAULO VI	



Gobernación de Cundinamarca

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa - Torre Beneficencia Piso 5º.
Código Postal: 111321 - Teléfono: 749 1205
www.indeportescundinamarca.gov.co

MUNICIPIO	FECHA DE APOYO	FOTO SELFI MARCA DE AGUA DE INICIO	FOTO SELFI MARCA DE AGUA DE SALIDA
LENGUAZAQUE	17/03/26	 <p>FARASIA 09:43 17 de mar 2026 Mar Lenguazaque - Villapinzón Vda. Faracia, Lenguazaque, Cundinamarca Nombre: Profe Wilmer</p>	 <p>FARASIA 10:47 17 de mar 2026 Mar Lenguazaque, Cundinamarca Nombre: Profe Wilmer</p>
	6/04/26	 <p>CUNDINAMARCA JUEGA 07:59 06 de abr 2026 Lun Lenguazaque - Villapinzón Vda. Faracia, Lenguazaque, Cundinamarca</p>	 <p>FARASIA 07:56 06 de abr 2026 Lun Lenguazaque - Villapinzón Vda. Faracia, Lenguazaque, Cundinamarca Nombre: Profe Wilmer</p>
	14/04/26	 <p>FARASIA 08:54 14 de abr 2026 Mar Lenguazaque - Villapinzón Vda. Faracia, Lenguazaque, Cundinamarca</p>	 <p>FARASIA 08:03 14 de abr 2026 Mar Lenguazaque - Villapinzón Vda. Faracia, Lenguazaque, Cundinamarca</p>



EL COORDINADOR MUNICIPAL DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA CULTURA DE LENGUAZAQUE

HACE CONSTAR

Que **WILMER YESID MENDOZA FANDIÑO** identificado con la cedula de ciudadanía No. 1.076.658.682 Expedida en Ubaté, presto sus servicios como **PRESTACIÓN DE SERVICIOS APOYO A LA GESTIÓN EN EL MARCO DEL PROGRAMA DEL DEPORTE FORMATIVO EN EL ÁREA DE FUTBOL DE SALON DEL MUNICIPIO DE LENGUAZAQUE, DE CONFORMIDAD CON OTROSI 01 AL CONVENIO N° CL-135-2025 SUSCRITO CON EL INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA.**

en el casco urbano y rural del municipio, durante el periodo comprendido entre el 15 de marzo de 2026 al 14 de abril del 2026.

cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo contrato No. 048 -2026

La presente se expide a los seis (16) días del mes de abril del 2026.

Cordialmente



WILSON ALBERTO DÍAZ RODRÍGUEZ
Director y Coordinador de Recreación Deportes
Municipio de Lenguazaque

Planilla Resumen

DATOS GENERALES DEL APORTANTE								
Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 1076658682		MENDOZA FANDIÑO WILMER YESID	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	vereda soaga	VILLA DE SAN DIEGO DE UBATE-CUNDINAMARCA	2334517	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION								
Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago	
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Valor
2026-03	2026-03	234560587	9503155035	I	2026/04/22	2026/04/20	BANCOLOMBIA	\$598,200

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES																																								
EMPLEADO			NOVEDADES										PENSION				SALUD				CCF				RIESGOS				PARAFISCALES			Total Aportes								
No.	Identificación	Nombre	ing	ret	del	tae	tdp	tap	lvs	pcr	vst	sln	lge	lma	vac	lav	vct	lrr	vip	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte		Codigo	Dias	IBC	Tarifa	Aporte	Dias	IBC	Aporte
SUCURSAL: PRINCIPAL (1 Afiliados)																												\$1,933,200	\$309,400	\$1,933,200	\$241,700	\$0	\$0	\$1,933,200	\$47,100	\$0	\$0	\$598,200		
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)																												\$1,933,200	\$309,400	\$1,933,200	\$241,700	\$0	\$0	\$1,933,200	\$47,100	\$0	\$0	\$598,200		
Ciudad: VILLA DE SAN DIEGO DE UBATE Depto: CUNDINAMARCA (1 Afiliados)																												\$1,933,200	\$309,400	\$1,933,200	\$241,700	\$0	\$0	\$1,933,200	\$47,100	\$0	\$0	\$598,200		
1	CC	1076658682	MENDOZA WILMER																	23020	30	\$1,933,200	\$309,400	EPS008	30	\$1,933,200	\$241,700	0	\$0	\$0	14-23	30	\$1,933,200	2.436%	\$47,100	0	\$0	\$0	No	\$598,200
Total Afiliados(1)				\$1,933,200	\$309,400	\$1,933,200	\$241,700	\$0	\$0	\$1,933,200	\$47,100	\$0	\$0	\$598,200																										

Planilla Resumen

RESUMEN DE PAGO								
RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)				1	\$309,400	\$0	\$0	\$309,400
PROTECCION	230201	800,229,739	0	1	\$309,400	\$0	\$0	\$309,400
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	\$47,100	\$0	\$0	\$47,100
POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	14-23	860,011,153	6	1	\$47,100	\$0	\$0	\$47,100
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	\$241,700	\$0	\$0	\$241,700
COMPENSAR	EPS008	860,066,942	7	1	\$241,700	\$0	\$0	\$241,700
TOTAL				1	\$598,200	\$0	\$0	\$598,200