



### INFORME MENSUAL DE GESTIÓN

**NOMBRE COMPLETO:** FELIPE ANDRÉS VALENCIA BUSTOS  
**CARGO:** PROFESOR ESCUELA MUNICIPAL FÚTBOL  
**MES DE GESTIÓN:** JULIO / BOLETA N° 12  
**MODALIDAD:** PRESENCIAL  
**MEDIOS DE VERIFICACIÓN:** DIGITAL  
**PROGRAMA:** FORMATIVO / PLAN DEPORTES Y RECREACIÓN 2024

ACTIVIDADES REALIZADAS	
FECHA	ACTIVIDADES
01-07-2024	<ul style="list-style-type: none"><li>- Realización de entrenamiento de fútbol N° 47 con la escuela Municipal sub - 17.</li><li>- Se realizó entrenamiento con una asistencia de 10 alumnos.</li><li>- Dominar las trayectoria de desplazamiento , variabilidad en el pase , en lanzamiento y fintas , generar intencionalidad de atraer , fijar , superar y traspasar líneas de marcajes o bloques defensivos. Se genera marcación en zonas y hombre a hombre según la jugada o sistema de juego del equipo contrario.</li><li>- Se realiza hincapié en el estiramiento de las piernas con una duración de 10 a 20 segundos por ejercicio para ganar flexibilidad y endurecimiento de los músculos ( Estiramiento de glúteos , isquiotibiales , pantorrilla y cuádriceps).</li></ul>
03-07-2024	<ul style="list-style-type: none"><li>- Realización de entrenamiento de fútbol N° 48 con la escuela Municipal sub - 17.</li><li>- Se realizó entrenamiento con una asistencia de 10 alumnos.</li><li>- Aplicación de los tres tipos de fuerza de Paco Seirul-lo : Fuerza de lanzamiento ( chutes y pases ) fuerza de desplazamiento ( Sprint y correr ) Fuerza de lucha ( disputas por el balón , cargas , entradas y protecciones ). Todo trabajo realizado en esta instancia es realizado con balón.</li><li>- Se realiza hincapié en el estiramiento de las piernas con una duración de 10 a 20 segundos por ejercicio para ganar flexibilidad y endurecimiento de los músculos ( Estiramiento de glúteos , isquiotibiales , pantorrilla y cuádriceps ).</li></ul>
05-07-2024	<ul style="list-style-type: none"><li>- Realización de entrenamiento de fútbol N° 49 con la escuela Municipal sub - 17.</li><li>- Se realizó entrenamiento con una asistencia de 12 alumno.</li><li>- Se aplica todo lo trabajado en trabajo técnico - táctico y trabajo físico en el juego reducido o fútbol asociado en grupos pequeños</li></ul>

	<p>con inducción específica de las zonas defensivas y ofensivas ( Presión , traspasar , bloqueo , corte y cobertura de espacios )</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se realiza hincapié en el estiramiento de las piernas con una duración de 10 a 20 segundos por ejercicio para ganar flexibilidad y endurecimiento de los músculos (Estiramiento de glúteos , isquiotibiales , pantorrilla y cuádriceps).</li> </ul>
08-07-2024	- LICENCIA MEDICA
10-07-2024	- LICENCIA MEDICA
12-07-2024	- LICENCIA MEDICA
15-07-2024	- LICENCIA MEDICA
17-07-2024	- LICENCIA MEDICA
19-07-2024	- LICENCIA MEDICA
22-07-2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realización de entrenamiento de fútbol N° 56 con la escuela Municipal sub - 17.</li> <li>- Se realizó entrenamiento con una asistencia de 16 alumno.</li> <li>- Explicación de manera verbal la alineación 4-4-2 para verificar la facilidad de defender y atacar. El 4-5-1 que es para el contraataque y el 4-3-3 que es para la posesión del balón. Su correcto posicionamiento dentro del campo de juego y los roles de cada puesto en los esquemas antes mencionados para llevarlos a la práctica en situación de juego real.</li> <li>- Se realiza hincapié en el estiramiento de las piernas con una duración de 10 a 20 segundos por ejercicio para ganar flexibilidad y endurecimiento de los músculos ( Estiramiento de glúteos , isquiotibiales , pantorrilla y cuádriceps).</li> </ul>
24-07-2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realización de entrenamiento de fútbol N° 57 con la escuela Municipal sub - 17.</li> <li>- Se realizó entrenamiento con una asistencia de 16 alumno.</li> <li>- Se realiza trabajo aeróbico , trabajando la respiración y el desgaste energético mediante ascensiones con cambios de ritmos y aceleraciones. Luego se realiza trabajo técnico con balón en parejas ( Golpe y rechazo con diferentes segmentos del cuerpo ). Posteriormente se realiza trabajo táctico en grupos defensivos y ofensivos determinados con tiempo cronometrado y pases por jugador para culminar los disparos al arco. Se finaliza con fútbol reducido.</li> <li>- Se realiza hincapié en el estiramiento de las piernas con una duración de 10 a 20 segundos por ejercicio para ganar flexibilidad y endurecimiento de los músculos ( Estiramiento de glúteos , isquiotibiales , pantorrilla y cuádriceps).</li> </ul>
26-07-2024	- Realización de entrenamiento de fútbol N° 58 con la escuela Municipal sub - 17.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se realizó entrenamiento con una asistencia de 16 alumno.</li> <li>- Mediante un partido de fútbol se debe aplicar lo aprendido en el posicionamiento dentro de la cancha y las coberturas de algunos puestos según sea el caso ,se debe aplicar mediante el juego de manera libre para ser corregido en el entretiempo. La corrección debe ser aplicada en el segundo tiempo y se ordenará mediante mando directo. Al finalizar se pregunta si se sintieron cómodos y si entendieron el esquema de entrenamiento de fútbol por orden directa.</li> <li>- Se realiza hincapié en el estiramiento de las piernas con una duración de 10 a 20 segundos por ejercicio para ganar flexibilidad y endurecimiento de los músculos ( Estiramiento de glúteos , isquiotibiales , pantorrilla y cuádriceps).</li> </ul>
29-07-2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realización de entrenamiento de fútbol N° 59 con la escuela Municipal sub - 17.</li> <li>- Se separan a los defensores , mediocampistas y atacantes para que trabajen por zona o bloques. Una vez que se les dan la indicaciones realizarán jugadas preparadas para defender como atacar mediante señales que se dirán dentro del campo de juego. Se llevará a la práctica para futuros partidos amistosos de la serie. La zona fuerte será el contraataque en explosividad.</li> <li>- Se realiza hincapié en el estiramiento de las piernas con una duración de 10 a 20 segundos por ejercicio para ganar flexibilidad y endurecimiento de los músculos ( Estiramiento de glúteos , isquiotibiales , pantorrilla y cuádriceps).</li> </ul>
30-07-2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realización de entrenamiento de fútbol N° 60 con la escuela Municipal sub - 17.</li> <li>- Circuito por estaciones con el estilo tabata HIIT llevado a trabajos de pierna y fortalecimiento muscular del tren inferior. Se culmina con campeonato de teni - fútbol</li> <li>- Se realiza hincapié en el estiramiento de las piernas con una duración de 10 a 20 segundos por ejercicio para ganar flexibilidad y endurecimiento de los músculos ( Estiramiento de glúteos , isquiotibiales , pantorrilla y cuádriceps).</li> </ul>
31-07-2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realización de entrenamiento de fútbol N° 61 con la escuela municipal sub 17</li> <li>- Aplicación de los tres tipos de fuerza de Paco Seirul-lo : Fuerza de lanzamiento ( chutes y pases ) fuerza de desplazamiento ( Sprint y correr ) Fuerza de lucha ( disputas por el balón , cargas ,</li> </ul>

	<p>entradas y protecciones ). Todo trabajo realizado en esta instancia es realizado con balón.</p> <p>- Se realiza hincapié en el estiramiento de las piernas con una duración de 10 a 20 segundos por ejercicio para ganar flexibilidad y endurecimiento de los músculos ( Estiramiento de glúteos , isquiotibiales , pantorrilla y cuádriceps).</p>
--	---

[Redacted Signature]

**FELIPE ANDRÉS VALENCIA BUSTOS**  
**PROFESOR/A ESCUELA MUNICIPAL FÚTBOL**  
**FORMATIVO**  
**ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN**

[Signature]

MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN  
 JEFE DE DEPARTAMENTO  
 DEPORTES Y RECREACIÓN

**RODRIGO PÉREZ PÉREZ**  
**ENCARGADO OF. DEPORTES Y RECREACIÓN**  
**ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN**

[Signature]

ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN  
 DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO  
 DE QUILLÓN

**QUILLÓN, 01 de AGOSTO 2024**