



INFORME MENSUAL DE GESTIÓN

NOMBRE COMPLETO: FELIPE ANDRÉS VALENCIA BUSTOS
CARGO: PROFESOR ESCUELA MUNICIPAL FÚTBOL
MES DE GESTIÓN: MARZO / BOLETA N° 7
MODALIDAD: PRESENCIAL
MEDIOS DE VERIFICACIÓN: DIGITAL
PROGRAMA: FORMATIVO / PLAN DEPORTES Y RECREACIÓN 2024


ACTIVIDADES REALIZADAS	
FECHA	ACTIVIDADES
01-03-2024	<ul style="list-style-type: none">- Realización de sesión de entrenamiento fútbol n°1 con la Escuela Municipal Formativa , presentación propia y modalidad de trabajo.- Se realizó entrenamiento con una asistencia de 12 alumnos.- Se realiza un calentamiento con balón en parejas , realizando pases a ras de suelo de manera estática y posteriormente con desplazamientos genéricos y visión periférica.- Durante el desarrollo de la clase se trabaja , control y dominio del balón con distintos segmentos del cuerpo para ver control y manejo de grupo , verificando debilidades y fortalezas de la serie de manera individual y grupal.- Se termina con una vuelta a la calma mediante feedback y determinando la diferencia entre estiramiento y elongación , antes y después de cada esfuerzo físico.
04-03-2024	<ul style="list-style-type: none">- Realización de sesión de entrenamiento fútbol n°2 con la Escuela Municipal Formativa.- Se realizó entrenamiento con una asistencia de 14 alumnos.- Calentamiento dividido en dos fases , genérico y específico para trabajar fuerza , técnica y táctica con y sin balón.- Se trabaja durante el desarrollo de la clase la técnica individual y colectiva para ver la habilidad de conducción y regate.- Se finaliza con vuelta a la calma , recuperando las pulsaciones y con estiramientos localizados de los músculos y articulaciones trabajadas.

06-03-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de entrenamiento fútbol n°3 con la Escuela Municipal Formativa. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de 14 alumnos. - Calentamiento dividido en dos fases , genérico y específico para trabajar fuerza ,técnica y táctica con y sin balón. - Se trabaja la capacidad funcional de resistencia aeróbica , anaeróbica y potencia aeróbica , mediante circuitos físico - técnicos y posteriormente se realiza fútbol asociado de dos toques por jugador para ver el control , recepción y entrega del balón a un compañero de equipo.
08-03-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de entrenamiento fútbol n°4 con la Escuela Municipal Formativa. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de 18 alumnos. - Se realiza calentamiento de un trote por la pista atlética de 10 minutos cronometrado , se bajan las pulsaciones mediante la técnica de respiración en situación de juego real , terminando el calentamiento con trabajo de trenzas y balón formando el 8 en movimiento continuo. - Se divide al grupo en dos grupos de 9 realizando trabajo de fuerza y gasto energético , realizando trabajo pliométrico de fuerza explosiva y resistencia a la fuerza explosiva ocupando a los compañeros como puntos de inicio y término del ciclo. Se finaliza el desarrollo con resolución de problemas en situación de juego real y fútbol asociado , juego técnico - táctico. - Se finaliza con elevación de piernas, que son los músculos que más han trabajado, beneficiará en la mejora del transporte sanguíneo y la reducción del ácido láctico.

<p>11/03/2024</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de entrenamiento fútbol n°5 con la Escuela Municipal Formativa. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de 14 alumnos. - Se realiza calentamiento con dominio del balón , control , pases a ras de suelo , cambios de juego y ocupar el segmento aéreo mediante el salto en cabezazo con orientación frontal o lateral mediante indicación. - Situaciones de juego real , resolución de problemas en líneas defensivas y ofensivas. Posibles soluciones con determinación dentro de 5 segundos , trabajando los cambios de dirección , capacidad de aceleración , sistema de marcas del oponente , visión periférica adelantando mentalmente las posibles jugadas del rival y llevándola a la práctica durante el entrenamiento. Se termina con fútbol libre para ver las habilidades de cada jugador y ver las fortalezas de manera individual. - Se cierra con una vuelta a la calma mediante elongación de las partes trabajadas (Tren inferior) , mientras tanto se realiza verbalmente el feedback correspondiente al desarrollo de la clase.
<p>13/03/2024</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de entrenamiento fútbol n°6 con la Escuela Municipal Formativa. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de 18 alumnos. - Calentamiento y entrada en calor con movimientos dinámicos trabajando agilidad , velocidad y la rapidez de ejecución mediante indicación directa. - En el desarrollo de la clase se trabaja regate y conducción de balón , pases efectivos al pie y combinación de pases , posteriormente se trabaja en rondos , posesiones , duelos y acciones de técnica colectiva. - Se realiza fútbol asociado en grupos y se va pasando por los grupos corrigiendo jugadas en tiempo real , abriendo la visión periférica de juego con y sin balón. Además se corrigen posiciones al momento de defender y atacar. - Se culmina con una vuelta a la calma , recuperando la respiración , se realiza elongación de los segmentos musculares trabajados (Tren inferior)
<p>15/03/2024</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de entrenamiento fútbol n°7 con la Escuela Municipal Formativa. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de 21 alumnos.

	<ul style="list-style-type: none"> - Se realiza calentamiento con control asistido e inducido por un compañero , generando estabilidad , coordinación y control del balón , se realizan variantes con cambios de dirección. - Trabajo de duelos por equipos con definición con arquero , posteriormente se realiza fútbol en cancha completa para realizar correcciones y mejoras de juego en tiempo real mediante mando directo. - Se finaliza mediante retroalimentación por grupos para mejorar la comunicación dentro del campo de juego , estableciendo los puestos y ubicaciones correspondientes.
18/03/2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de entrenamiento fútbol n°8 con la Escuela Municipal Formativa. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de 18 alumnos. - Trabajo de duelos por equipos con definición con arquero , posteriormente se realiza fútbol en cancha completa para realizar correcciones y mejoras de juego en tiempo real mediante mando directo. - Se cierra con una vuelta a la calma mediante elongación de las partes trabajadas (Tren inferior) , mientras tanto se realiza verbalmente el feedback correspondiente al desarrollo de la clase.
20/03/2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de entrenamiento fútbol n°9 con la Escuela Municipal Formativa. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de 20 alumnos. - Finiquitar con tranquilidad y en velocidad fomentando y generando la calidad psicotécnica. - Se realiza la parrilla con variables de coordinación , trabajo en equipo , cambios de dirección y velocidad. - Se corrigen situaciones de resolución de problemas con balón inculcando la simpleza del pase , paredes , triangulación y trabajo en rondos. - Se elonga tren inferior y superior con apoyo y ayuda de un compañero.
22/03/2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de entrenamiento fútbol n°10 con la Escuela Municipal Formativa. - Se realizó partido de fútbol con la serie menor sub-15 con una asistencia de 20 alumnos.

25/03/2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de entrenamiento fútbol n°11 con la Escuela Municipal Formativa. - Se trabajará fútbol reducido con triangulaciones , paredes y toques con proyección corrigiendo funcionamiento , posiciones y mejoras en situaciones de juego mediante mando directo y feedback durante el desarrollo. - Mejorar el juego aéreo en sistema defensivo y ofensivo en puntos estratégicos del área grande y chica, mediante corners , centros por las bandas y tiros libres. Se aprovecha de generar jugadas predeterminadas y llevarlas a cabo en fútbol asociado ante un rival futuro. - Se explicarán los músculos y articulaciones trabajadas para generar conocimiento durante las elongaciones.
27/03/2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de entrenamiento fútbol n°11 con la Escuela Municipal Formativa. - Trabajo de triangulación con pelota en situación de ataque , trabajo de bloque defensivo definiendo posiciones y coberturas de apoyo , además se generarán conflictos o situaciones de ataque sorpresivo con comunicación con el arquero. - Fútbol libre para definir el equipo ante un eventual rival futuro - Se elonga las partes trabajadas , explicando la importancia y realizando un feedback del desarrollo de la clase.
29/03/2024	- FERIADO LEGAL


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


NATALIA AEDO CONCHA
DIRECTORA
DIRECTORA DESARROLLO COMUNITARIO
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN

/GTM

QUILLÓN, 01 de abril de 2024