



INFORME MENSUAL DE GESTIÓN


NOMBRE COMPLETO: FELIPE ANDRÉS VALENCIA BUSTOS ✓
CARGO: PROFESOR ESCUELA MUNICIPAL FÚTBOL
MES DE GESTIÓN: MAYO / BOLETA N° 10 ✓
MODALIDAD: PRESENCIAL
MEDIOS DE VERIFICACIÓN: DIGITAL
PROGRAMA: FORMATIVO / PLAN DEPORTES Y RECREACIÓN 2024

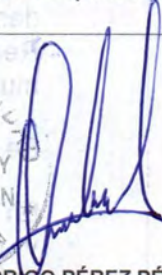

ACTIVIDADES REALIZADAS	
FECHA	ACTIVIDADES
03-05-2024	<ul style="list-style-type: none">- Realización de entrenamiento de fútbol N° 23 con la escuela Municipal sub - 17.- Se realizó entrenamiento con una asistencia de 14 alumnos.- Se realiza trabajo táctico de la disputa aérea y segunda jugada , marcajes en zona y disparos al arco. Se realizan situaciones de juego bajo presión para ver tiempo de respuesta y capacidad de reacción ante eventuales errores defensivos y ofensivos. Se detiene la jugada en momentos de error para corregir aperturas y visión periférica con o sin balón.- Vuelta a la calma mediante técnicas de respiración post fatiga y desgaste muscular.
08-05-2024	<ul style="list-style-type: none">- Realización de entrenamiento de fútbol N° 24 con la escuela municipal sub-17.- Se realizó entrenamiento con una asistencia de 14 alumnos.- Trabajo físico mediante dribling , pases cortos , control y agilidad mediante obstáculos y trenzas en movimiento. Se realiza una inducción de fútbol reducido con instrucciones directas de máximo 3 toques por jugador , luego se juega reducido con fútbol libre formando grupos y al gol deben ir cambiando.- En parejas realizan la campana , trabajo recuperativo con la ayuda de un compañero , trabajando y elongando los segmentos trabajados.
10-05-2024	<ul style="list-style-type: none">- Realización de entrenamiento de fútbol N° 25 con la escuela municipal sub - 17.- Se realizó entrenamiento con una asistencia de 14 alumnos.- Trabajo con balón en parejas , realizando control y pase con borde interno , externo y empeine con tiempo

	<p>delimitado para cada uno. Se termina con fútbol asociado en cancha grande.</p> <ul style="list-style-type: none"> - En parejas se culmina con elongación en parejas y trabajo recuperativo grupal.
13-05-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de entrenamiento de fútbol N° 26 con la escuela municipal sub-17. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de 12 alumnos. - Trabajo individual con el sistema HIIT para realizar ejercicios con el propio peso corporal , luego con la ayuda de un compañero se realizan desafíos físicos (Tren inferior específicamente). Se culmina con fútbol reducido de dos tiempos iguales. - En parejas se culmina con elongación en parejas y trabajo recuperativo grupal.
15-05-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de entrenamiento de fútbol N° 27 con la escuela municipal sub-17. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de 12 alumnos. - Posicionamiento del jugador dentro del campo de juego generando situaciones de riesgo y contraataque para ver nivel de respuesta ante errores en la línea defensiva. La línea ofensiva debe generar ocasiones de goles o finalizar con disparos al arco. Posteriormente se realizan cambios de roles de los defensores y atacantes. - En parejas realizan la campana , trabajo recuperativo con la ayuda de un compañero , trabajando y elongando los segmentos trabajados.
17-05-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de entrenamiento de fútbol N° 28 con la escuela municipal sub-17. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de 15 alumnos. - Trabajo de fuerza y resistencia cardio respiratoria subiendo los niveles de exigencia desde menos a más dentro de la pista atlética. Se realiza trabajo en parejas en tiempos de 2 minutos cada uno y luego cambian. Posteriormente realizan trabajo de fuerza explosiva por relevos y se culmina con fútbol asociado reducido. - Vuelta a la calma mediante técnicas de respiración post fatiga y desgaste muscular.
22-05-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de entrenamiento de fútbol N° 29 con la escuela municipal sub-17. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de 14 alumnos. - Se trabaja técnico con pases , conducción y remates al arco. En lo táctico se trabaja tenencia de balón , transición ofensiva con finalización , circulación de balón.

	<ul style="list-style-type: none"> - Vuelta a la calma mediante técnicas de respiración post fatiga y desgaste muscular.
23-05-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de entrenamiento de fútbol N° 30 con la escuela municipal sub-17. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de 14 alumnos. - Se prepara a los jugadores en grupos de 4 para realizar la parrilla delimitados por conos para ver la resistencia cardiovascular. Luego se realiza un circuito con repeticiones de fuerza de brazos en las escaleras de la galería. Se finaliza con un trabajo HIIT con ejercicios de alta intensidad con intervalos leves de descanso. - Vuelta a la calma mediante técnicas de respiración post fatiga y desgaste muscular.
24-05-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de entrenamiento de fútbol N° 31 con la escuela municipal sub-17. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de 15 alumnos. - Mediante una inducción directa a los bloques defensivos y ofensivos se enfrentarán en duelos , después de un tiempo determinado se cambian los roles para que aprendan a defender y atacar en todas las áreas del campo. Se interviene para correcciones y vean sus errores dentro del campo de juego. Se finaliza con fútbol libre. - Vuelta a la calma mediante técnicas de respiración post fatiga y desgaste muscular.
27-05-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de entrenamiento de fútbol N° 32 con la escuela municipal sub-17. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de 15 alumnos. - En lo táctico apoyos, desmarques de apoyo, amplitud, movilidad y cambios de orientación pressing, anticipación, coberturas, entrada y carga. En lo técnico control, conducción, regate y pase entrada, anticipación, interceptación y carga. - Vuelta a la calma mediante técnicas de respiración post fatiga y desgaste muscular.
29-05-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de entrenamiento de fútbol N° 33 con la escuela municipal sub-17. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de x alumnos. - Trabajo de resistencia dando 10 vueltas a la cancha , luego con un circuito cerrado por 10 estaciones en donde cada 2 minutos deben ir rotando de una estación a otra. Deben realizar 3 pasadas por estación. Se realiza trabajo en duplas con balón , trabajando fuerza , velocidad , potencia y coordinación.

	<ul style="list-style-type: none"> - Vuelta a la calma mediante técnicas de respiración post fatiga y desgaste muscular.
30-05-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de entrenamiento de fútbol N° 34 con la escuela municipal sub-17. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de x alumnos. - Se realiza un trenzado con balón con avanzada con disparo al arco. Triangulaciones mediante un circuito cerrado, posteriormente se realiza con equipo rival con presión. Todo el grupo debe defender y atacar realizando triangulaciones para acostumbramiento de toque y desplazamiento en bloques. Se finaliza con fútbol reducido utilizando el tiempo para las finalizaciones de las jugadas con disparo al arco.
31-05-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Vuelta a la calma mediante técnicas de respiración post fatiga y desgaste muscular. - Realización de entrenamiento de fútbol N° 35 con la escuela municipal sub-17. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de x alumnos. - Mediante el fútbol asociado se generan movimientos para la creación, ocupación y aprovechamiento de espacios en el ataque organizado. Existencia de apoyos y presión en la posesión de balón mediante el trabajo en equipo y fútbol asociado. - Vuelta a la calma mediante técnicas de respiración post fatiga y desgaste muscular.


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



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


NATALIA AEDO CONCHA
 DIRECTORA DESARROLLO COMUNITARIO
 ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN