



INFORME DE GESTIÓN

PROGRAMA: Actividades deportivas, recreativas y formativas (Escuela de Fútbol)

NOMBRE: Rodrigo Hernández Leiva.

CARGO: Preparador Físico.

| ACTIVIDAD | MEDIO DE VERIFICACIÓN | FECHA |
|--|---|--|
| <p>Gira pedagógica – deportiva a la ciudad de Osorno, Región de los Lagos. A participar del campeonato Academia Cup 2024. Con las categorías 2009-2010 – 2011 – 2012 – 2013 – 2014 y 2015. Con un total de 35 niños y jóvenes.</p> |  | <p>Desde el 04 al 07 de Enero 2024</p> |





| | | |
|--|--|-------------------|
| <p>Objetivo: Dar inicio a las clases de fútbol año 2024. Explicando los cinco aspectos del fútbol. (técnicos, tácticos, psicológico, reglamentarios y físicos).</p> <p>Parte inicial: Explicación de la actividad y temas a trabajar dentro de la clase: Fortalecer la toma de decisiones, (percepción, analizar, toma de decisión y ejecución) a través de juegos tácticos menores.</p> <p>Calentamiento previo: Trote libre en distintas direcciones 15 minutos, ejercicios de coordinación y elongaciones por grupo muscular.</p> <p>Desarrollo de la Clase: Juegos táctico menores 7x7 + 2 apoyos y 1 comodín.</p> <p>Fútbol dirigido: fútbol 11 x 11 dos tiempos de 35 min.</p> <p>10 repeticiones de 60 metros al 75% Vo2 Máx.</p> |  | <p>13/01/2024</p> |
|--|--|-------------------|

| | | |
|---|--|--|
| <p>Parte final: Trote regenerativo 5 minutos. Elongaciones por grupo muscular. Ejercicios de relajación. Evaluación de la sesión, ¿que se hizo bien? Que aprendieron en la clase de hoy? ¿Que se hizo mal? Reflexión sobre los temas trabajados.</p> | | |
|---|--|--|



20/01/2024

Parte inicial: Explicación de la actividad y temas a trabajar dentro de la clase:

Desarrollar el trabajo en equipo, disciplina táctica a través de juegos tácticos menores.

Calentamiento previo:
 Conducción del balón aplicando sus elementos, secuencias técnicas y dominio del balón.
 Elongaciones por grupo muscular.

Desarrollo de la Clase:

Juegos táctico menores 8 x 8 + 2 apoyos y 1 comodín.

Fútbol dirigido: fútbol 11 x 11 dos tiempos de 40 min.

5 repeticiones de 60 metros al 90 % Vo2 Máx.

Parte final: Trote regenerativo 5 minutos.
 Elongaciones por grupo musculares. Ejercicios de relajación. Evaluación de la sesión, ¿que se hizo bien? Que aprendieron en la clase


LISTA DE ASISTENCIA TALLER DE FÚTBOL AÑO 2024

FECHA: 20/01/2024
 DOCENTE RESPONSABLE: Hugo González / Rodrigo Hernández
 LUGAR: Estadio Municipal de Villa Alegre.

| N° | NOMBRE | FIRMA |
|----|---------------------------|----------|
| 1 | Alonso Gary Muñoz | |
| 2 | Matías Tamayo Coronado | MATE |
| 3 | Isaac Janyer Vasceliga | YASO |
| 4 | Armando Díaz Pachant | |
| 5 | Lucas Coronado Valenzuela | |
| 6 | Juan Dilan Coronado | |
| 7 | Agustín Villar Sobalaga | Agustín |
| 8 | Agustín San Martín Saiz | |
| 9 | Elisabeth San Juan Velaz | |
| 10 | Ernando Leiva Leiva | Ernando |
| 11 | Marisa Toledo Ochoa | Graciera |
| 12 | Sabahar Campos Ovallo | |
| 13 | Austin Sahuaga Beva | |
| 14 | Roberto Quiroz Veloz | Roberto |
| 15 | José Rivera Olate | José |
| 16 | Andrés Hernández Pacheco | |
| 17 | Roberto Saavedra Pacheco | Roberto |
| 18 | Diego Palma Pacheco | |
| 19 | Nicolás Bragos Leiva | Nicolás |
| 20 | Vicente Coronado Beva | Vicente |
| 21 | Juan Pedro Coronado | |
| 22 | Vicente Olate/Olate | Vicente |
| 23 | Andrés Coronado López | |

PÁGINA 1 DE 2

de hoy? ¿Que se hizo mal?
Reflexión sobre los temas
trabajados


LISTA DE ASISTENCIA TALLER DE FÚTBOL AÑO 2024

FECHA: 24/09/2024
DOCENTE RESPONSABLE: Hugo Jaramila S. / Rodrigo Hernández
LUGAR: Estadio Municipal de Uruel Alape

| N° | NOMBRE | FIRMA |
|----|------------------------------|--------------------|
| 24 | Cospar Obadillo Quiroz | <i>[Signature]</i> |
| 25 | Simón Medel Cipriotti | <i>[Signature]</i> |
| 26 | Vicente Gómez Ospina | <i>[Signature]</i> |
| 27 | Yovani Cristian Pineda | <i>[Signature]</i> |
| 28 | León Villac Retamal | <i>[Signature]</i> |
| 29 | Macmillan Hernández G. | <i>[Signature]</i> |
| 30 | Angela Alejandra Conasco | <i>[Signature]</i> |
| 31 | Dominik Chequiel Muñoz | <i>[Signature]</i> |
| 32 | Mateo Arriagada Esquivel | <i>[Signature]</i> |
| 33 | Maria Arriagada | <i>[Signature]</i> |
| 34 | Dante Días Aguilera | <i>[Signature]</i> |
| 35 | Agustín Velosquez Torres | <i>[Signature]</i> |
| 36 | Maximiliano San Martín Saenz | <i>[Signature]</i> |
| 37 | Katerel Durán Ortega | <i>[Signature]</i> |
| 38 | Mattias Orellana Verdugo | <i>[Signature]</i> |
| 39 | Vicente Peña Sánchez | <i>[Signature]</i> |
| 40 | Vicente Meza Caballero | <i>[Signature]</i> |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

PÁGINA 2 DE 2

REPÚBLICA DE CHILE
PROVINCIA DE LINARES
I. MUNICIPALIDAD DE VILLA ALEGRE



Parte inicial: Explicación de la actividad y temas a trabajar dentro de la clase:

Desarrollar el trabajo en equipo, disciplina táctica a través de juegos tácticos menores.

Calentamiento previo:
Conducción del balón aplicando sus elementos, secuencias técnicas y dominio del balón.
Elongaciones por grupo muscular.

Desarrollo de la Clase:
Juegos táctico menores 8 x 8 + 2 apoyos y 1 comodín.

Fútbol dirigido: fútbol 11 x 11 dos tiempos de 40 min.

5 repeticiones de 60 metros al 90 % Vo2 Máx.

Parte final: Trote regenerativo 5 minutos.
Elongaciones por grupo musculares. Ejercicios de relajación. Evaluación de la sesión, ¿que se hizo bien? Que aprendieron en la clase de hoy? ¿Que se hizo mal? Reflexión sobre los temas trabajados.

Parte inicial: Explicación de la actividad y temas a trabajar dentro de la clase:

Desarrollar la cualidad física de la fuerza a través de enseñanza de ejercicios con implementos para ejercicios de musculación.

| N° | NOMBRE | FIRMA |
|----|--------|-------|
| 1 | ... | ... |
| 2 | ... | ... |
| 3 | ... | ... |
| 4 | ... | ... |
| 5 | ... | ... |
| 6 | ... | ... |
| 7 | ... | ... |
| 8 | ... | ... |
| 9 | ... | ... |
| 10 | ... | ... |
| 11 | ... | ... |
| 12 | ... | ... |
| 13 | ... | ... |
| 14 | ... | ... |
| 15 | ... | ... |
| 16 | ... | ... |
| 17 | ... | ... |
| 18 | ... | ... |
| 19 | ... | ... |
| 20 | ... | ... |
| 21 | ... | ... |
| 22 | ... | ... |
| 23 | ... | ... |
| 24 | ... | ... |
| 25 | ... | ... |



Desarrollo de la Clase:

Estación N°1 sentadillas + conducción de balón en velocidad. Estación N°2 Abdominales + juego aéreo golpe de cabeza. Estación N°3 Flexo extensión de extremidades superiores + pases. 12 minutos de trabajo por dos minutos de pausa.

Fútbol dirigido: fútbol 9 x 9 dos tiempos de 30 min.

Parte final: Trote regenerativo 5 minutos. Elongaciones por grupo musculares. Ejercicios de relajación. Evaluación de la sesión, ¿que se hizo bien? Que aprendieron en la clase de hoy? ¿Que se hizo mal? Reflexión sobre los temas trabajados.

LISTA DE ASISTENCIA TALLER DE FÚTBOL AÑO 2024

FECHA: 24/09/2024
 DOCENTE RESPONSABLE: Hugo González Fernández Hernández
 LUGAR: Estación N°1 Municipalidad de Villa Alegre

| N° | NOMBRE | FIRMA |
|----|----------------------|---------|
| 54 | Roberto Campos Muñoz | [Firma] |
| 52 | [Nombre] | [Firma] |
| 51 | [Nombre] | [Firma] |
| 50 | [Nombre] | [Firma] |
| 49 | [Nombre] | [Firma] |
| 48 | [Nombre] | [Firma] |
| 47 | [Nombre] | [Firma] |
| 46 | [Nombre] | [Firma] |
| 45 | [Nombre] | [Firma] |
| 44 | [Nombre] | [Firma] |
| 43 | [Nombre] | [Firma] |
| 42 | [Nombre] | [Firma] |
| 41 | [Nombre] | [Firma] |
| 40 | [Nombre] | [Firma] |
| 39 | [Nombre] | [Firma] |
| 38 | [Nombre] | [Firma] |
| 37 | [Nombre] | [Firma] |
| 36 | [Nombre] | [Firma] |
| 35 | [Nombre] | [Firma] |
| 34 | [Nombre] | [Firma] |
| 33 | [Nombre] | [Firma] |
| 32 | [Nombre] | [Firma] |
| 31 | [Nombre] | [Firma] |
| 30 | [Nombre] | [Firma] |
| 29 | [Nombre] | [Firma] |
| 28 | [Nombre] | [Firma] |
| 27 | [Nombre] | [Firma] |
| 26 | [Nombre] | [Firma] |
| 25 | [Nombre] | [Firma] |
| 24 | [Nombre] | [Firma] |
| 23 | [Nombre] | [Firma] |
| 22 | [Nombre] | [Firma] |
| 21 | [Nombre] | [Firma] |
| 20 | [Nombre] | [Firma] |
| 19 | [Nombre] | [Firma] |
| 18 | [Nombre] | [Firma] |
| 17 | [Nombre] | [Firma] |
| 16 | [Nombre] | [Firma] |
| 15 | [Nombre] | [Firma] |
| 14 | [Nombre] | [Firma] |
| 13 | [Nombre] | [Firma] |
| 12 | [Nombre] | [Firma] |
| 11 | [Nombre] | [Firma] |
| 10 | [Nombre] | [Firma] |
| 9 | [Nombre] | [Firma] |
| 8 | [Nombre] | [Firma] |
| 7 | [Nombre] | [Firma] |
| 6 | [Nombre] | [Firma] |
| 5 | [Nombre] | [Firma] |
| 4 | [Nombre] | [Firma] |
| 3 | [Nombre] | [Firma] |
| 2 | [Nombre] | [Firma] |
| 1 | [Nombre] | [Firma] |

PÁGINA 5 DE 5

| | | |
|---|--|------------|
| <p>Explicación de la actividad y temas a trabajar dentro de la clase:</p> <p>Fortalecer la preparación técnica a través del método analítico.</p> <p>Parte inicial: Trote 15 minutos. Ejercicios de coordinación. Ejercicios de velocidad de reacción. Elongaciones por grupo musculares.</p> <p>Desarrollo de la Clase: Conducción y sus elementos</p> | | 27/01/2024 |
|---|--|------------|

| | | |
|---|--|--|
| <p>en parejas, dominio del balón, secuencias técnicas.</p> <p>Fútbol dirigido: fútbol 11 x 11 dos tiempos de 45 min.</p> <p>10 ascensiones de área penal a área penal. Al 75% del Vo2 Máximo.</p> <p>Parte final: Trote regenerativo 5 minutos. Elongaciones por grupo musculares. Ejercicios de relajación. Evaluación de la sesión, ¿que se hizo bien? Que aprendieron en la clase de hoy? ¿Que se hizo mal? Reflexión sobre los temas trabajados.</p> | | |
|---|--|--|



| | | |
|---|--|------------|
| <p>Parte inicial: Explicación de la actividad a realizar en esta sesión, temas a trabajar : Trabajar los principios de juegos defensivos: marcación, cobertura, como también fortalecer el duelo en el 1 v/s 1.</p> <p>Calentamiento previo: Trote 15 minutos. Movilidad articular, Ejercicios de coordinación y trabajo de resistencia a la velocidad. Elongaciones por grupo musculares.</p> <p>Desarrollo de la Clase: trabajar situaciones de juego, 1 v/s 1, Situación 2 v/s 2 y situación de juego 3 v/s 3. + con portería. Cada trabajo a realizar.</p> <p>Fútbol dirigido: 11 x 11 dos tiempos de 40 min.</p> | | 28/01/2024 |
|---|--|------------|



| | | |
|--|--|--|
| <p>Parte final: Elongaciones por grupo musculares. Ejercicios de relajación. Evaluación de la sesión y retroalimentación con los niños, niñas y jóvenes que participaron del taller fútbol. ¿Que se hizo bien? ¿Que se hizo mal? Y que aprendieron la clase de hoy.</p> | | |
|--|--|--|

RODRIGO ROBINSON HERNANDEZ LEIVA





INFORME DE GESTIÓN

PROGRAMA: SALA COMUNITARIA DE ESTIMULACION DE MUSCULATURA

NOMBRE: RODRIGO ROBINSON HERNANDEZ LEIVA

CARGO: PREPARADOR FISICO

| ACTIVIDAD | MEDIO DE VERIFICACIÓN | FECHA |
|--|---------------------------|--|
| <p>b) Realizar evaluación de los potenciales usuarios.</p> <p>c) Llevar un control de usuarios de la sala de estimulación muscular.</p> <p>d) Realizar la planificación, como actividad orientada a estructurar un proceso en el que aparecerán como notas específicas sobre todo aspectos globales: objetivos, técnicas y métodos y procedimientos de control y evaluación del proceso de cada usuario.</p> <p>e) Programar, de manera concreta y al detalle, todos los elementos y factores que se proponen en la planificación: objetivos, actividades, controles, etc, dándoles un orden, una distribución en el tiempo y una secuenciación de acuerdo con unos criterios derivados de la teoría de entrenamiento (conocimiento procesos adaptativos).</p> | Registro Asistencia Excel | 01/02/2024. Hasta 04/02/2024. |
| <p>b) Realizar evaluación de los potenciales usuarios.</p> <p>c) Llevar un control de usuarios de la sala de estimulación muscular.</p> <p>d) Realizar la planificación, como actividad orientada a estructurar un proceso en el que aparecerán como notas específicas sobre todo aspectos globales: objetivos, técnicas y métodos y procedimientos de control y evaluación del proceso de cada usuario.</p> <p>e) Programar, de manera concreta y al detalle, todos los elementos y factores que se proponen en la</p> | Registro Asistencia Excel | 05/02/2024. Hasta 11/02/2024. |

| | | |
|--|----------------------------------|--|
| <p>planificación: objetivos, actividades, controles, etc, dándoles un orden, una distribución en el tiempo y una secuenciación de acuerdo con unos criterios derivados de la teoría de entrenamiento (conocimiento procesos adaptativos).</p> | | |
| <p>b) Realizar evaluación de los potenciales usuarios. c) Llevar un control de usuarios de la sala de estimulación muscular. d) Realizar la planificación, como actividad orientada a estructurar un proceso en el que aparecerán como notas específicas sobre todo aspectos globales: objetivos, técnicas y métodos y procedimientos de control y evaluación del proceso de cada usuario. e) Programar, de manera concreta y al detalle, todos los elementos y factores que se proponen en la planificación: objetivos, actividades, controles, etc, dándoles un orden, una distribución en el tiempo y una secuenciación de acuerdo con unos criterios derivados de la teoría de entrenamiento (conocimiento procesos adaptativos).</p> | <p>Registro Asistencia Excel</p> | <p>12/02/2024. Hasta 18/02/2024</p> |
| <p>b) Realizar evaluación de los potenciales usuarios. c) Llevar un control de usuarios de la sala de estimulación muscular. d) Realizar la planificación, como actividad orientada a estructurar un proceso en el que aparecerán como notas específicas sobre todo aspectos globales: objetivos, técnicas y métodos y procedimientos de control y evaluación del proceso de cada usuario. e) Programar, de manera concreta y al detalle, todos los elementos y factores que se proponen en la planificación: objetivos, actividades, controles, etc, dándoles un orden, una distribución en el tiempo y una secuenciación de acuerdo con unos criterios derivados de la teoría de entrenamiento (conocimiento procesos adaptativos).</p> | <p>Registro Asistencia Excel</p> | <p>19/02/2024. Hasta 25/02/2024.</p> <p>26/02/2024. Hasta 29/02/2024</p> |