

INFORME DE GESTIÓN

PROGRAMA: ESCUELA DE FUTBOL COMUNAL VILLA ALEGRE

NOMBRE: RODRIGO ROBINSON HERNANDEZ LEIVA

CARGO: PREPRADOR FISICO FECHA: DEL 21 AL 31 DE ENERO 2025

ACTIVIDAD	VERIFICACIÓN	FECHA
Sábado Y domingo Calentamiento general secuencias técnicas y coordinación general Parte Principal: Trabajo técnico conducción de balón distintas superficies y pases, Futbol dirigido: dos tiempos de 40 minutos	REGISTRO DE ASISTENCIA EXCEL	Semana del 21 al 26 Semana del 27 al 31

RODRIGO HERNANDEZ

INFORME DE GESTIÓN


PROGRAMA: ESCUELA DE FUTBOL COMUNAL VILLA ALEGRE

NOMBRE: RODRIGO ROBINSON HERNANDEZ LEIVA

CARGO: PREPRADOR FISICO FECHA: DEL 1 AL 28 DE FEBRERO 2023

ACTIVIDAD	MEDIO DE VERIFICACIÓN	FECHA
<p>PARTIDOS AMISTOSOS VS CANILLITA DE SANTIAGO</p> <p>CATEGORIAS</p> <p>SUB 13</p> <p>SUB 15</p> <p>SUB 17</p> <p>AMBOS DIAS DEACTIVIDADES PARTIDOS AMISTOSOS</p> <p>MAS ENTRENAMIENTO EN GIMNASIO TECHADO CON CATEGORIAS MENORES (SUB 5 Y SUB 11)</p> <p>Calentamiento general</p> <p>Trote sostenido y movilidad articular 15 min</p> <p>Ejercicios de técnica individual más método corbet</p> <p>Parte principal</p> <p>Baby futbol informal</p> <p>2 tiempos de 30 minutos</p> <p>Vuelta a la calma</p> <p>Trote sostenido aeróbico más elongación dirigida</p>	<p>Registro Asistencia Excel</p>   	<p>01/02/2025.</p> <p>Hasta</p> <p>02 /02/2025.</p>
<p>ACTIVIDAD</p> <p>Calentamiento general</p> <p>Trote sostenido por 10 min mas ejercicios de movilidad articular y elongación</p> <p>Ejercicios de técnica individual más ejercicios método corvet. (30 minutos)</p> <p>Parte principal</p> <p>Ejercicios de técnica individual, conducción perfil derecho, perfil izquierdo y ambos.</p>		<p>08/02/2025.</p> <p>Hasta</p> <p>09 /02/2025.</p>

<p>Trabajos de control pase y distintas superficies de contacto. EJERCICIOS COORDINATIVOS 20 MINUTOS PRACTICA DE FUTBOL 2 TIEMPOS DE 30 MINUTOS.</p> <p>Vuelta a la calma Trote sostenido y ejercicios de elongación dirigidos</p>	MEDIO DE VERIFICACIÓN	FECHA
<p>ACTIVIDADES EN PLAZA COMUNAL VILLA ALEGRE Calentamiento general Trote sostenido por 10 min mas ejercicios de movilidad articular y elongación Ejercicios de técnica individual más ejercicios método corvet. (30 minutos)</p> <p>Parte principal Ejercicios de técnica individual, conducción perfil derecho, perfil izquierdo y ambos. Trabajos de control pase y distintas superficies de contacto.</p> <p>PRACTICA DE TENIS FUTBOL 1 HORA POR GRUPOS DE 2 O 3 JUGADORES</p>	<p>Registro Asistencia Excel</p> 	<p>15/02/2025.</p> <p>Hasta 16 /03/2025.</p>

ACTIVIDAD	MEDIO DE VERIFICACIÓN	FECHA
<p>Calentamiento general Trote sostenido por 10 min mas ejercicios de movilidad articular y elongación Ejercicios de técnica individual más ejercicios método corvet. (30 minutos)</p> <p>Parte principal Ejercicios de técnica individual, conducción perfil derecho, perfil izquierdo y ambos. Trabajos de control pase y distintas superficies de contacto. EJERCICIOS COORDINATIVOS 20 MINUTOS PRACTICA DE FUTBOL 2 TIEMPOS DE 30 MINUTOS.</p> <p>Vuelta a la calma Trote sostenido y ejercicios de elongación dirigidos</p>	<p>Registro Asistencia Excel</p> 	<p>22/02/2025.</p> <p>Hasta 23 /02/2025.</p>

RODRIGO HERNANDEZ

INFORME DE GESTIÓN

PROGRAMA: ESCUELA DE FUTBOL COMUNAL VILLA ALEGRE

NOMBRE: RODRIGO ROBINSON HERNANDEZ LEIVA

CARGO: PREPRADOR FISICO

FECHA: DEL 01 AL 31 DE MARZO 2025

ACTIVIDAD	VERIFICACIÓN	FECHA
Sábado Y domingo Calentamiento general secuencias técnicas y coordinación general Parte Principal: Trabajo técnico conducción de balón distintas superficies y pases, Futbol dirigido: dos tiempos de 40 minutos	REGISTRO DE ASISTENCIA EXCEL	Semana del 01 al 02
sábado y Domingo Calentamiento General: Trabajos de secuencias técnicas y coordinación general Parte Principal: Ejercicios enfocados al mejoramiento de la conducción (Driblin en estacas y conducción en velocidad. Ejercicios de técnica individual con relación al pase y el control entre unos pórticos como objetivos. Parte Principal: Futbol Dirigido	REGISTRO DE ASISTENCIA EXCEL	Semana del 8 al 9
Sabado y Domingo Entrenamiento en gimnasio Techado Trabajos coordinativos Técnica de conducción Futbol Dirigido	REGISTRO DE ASISTENCIA EXCEL	Semana del 15 al 16
sábado Y domingo Calentamiento general: Trote sostenido por 10 minutos ejercicios de coordinación general. Secuencias técnicas y trabajos de conducción con distintas superficies de contacto. Trabajos de conducción y pase con movilidad Parte Principal: Circuito técnico táctico Futbol Dirigido: 2 tiempos de 40 min	REGISTRO DE ASISTENCIA EXCEL	Semana del 22 AL 23
Sabado y Domingo Entrenamiento en gimnasio Techado Trabajos coordinativos Técnica de conducción Futbol Dirigido	REGISTRO DE ASISTENCIA EXCEL	SEMANA DEL 29 AL 30


RODRIGO HERNANDEZ



INFORME DE GESTIÓN

PROGRAMA: ESCUELA DE FUTBOL COMUNAL VILLA ALEGRE

NOMBRE: RODRIGO ROBINSON HERNANDEZ LEIVA

CARGO: PREPRADOR FISICO

FECHA: DEL 01 AL 30 DE ABRIL 2025

ACTIVIDAD	VERIFICACIÓN	FECHA
Sábado Y domingo Calentamiento general secuencias técnicas y coordinación general Parte Principal: Trabajo técnico conducción de balón distintas superficies y pases, Futbol dirigido: dos tiempos de 40 minutos	REGISTRO DE ASISTENCIA EXCEL	Semana del 01 al 02
sábado y Domingo Calentamiento General: Trabajos de secuencias técnicas y coordinación general Parte Principal: Ejercicios enfocados al mejoramiento de la conducción (Driblin en estacas y conducción en velocidad. Ejercicios de técnica individual con relación al pase y el control entre unos pórticos como objetivos. Parte Principal: Futbol Dirigido	REGISTRO DE ASISTENCIA EXCEL	Semana del 8 al 9
Sabado y Domingo Entrenamiento en gimnasio Techado Trabajos coordinativos Técnica de conducción Futbol Dirigido	REGISTRO DE ASISTENCIA EXCEL	Semana del 15 al 16
sábado Y domingo Calentamiento general: Trote sostenido por 10 minutos ejercicios de coordinación general. Secuencias técnicas y trabajos de conducción con distintas superficies de contacto. Trabajos de conducción y pase con movilidad Parte Principal: Circuito técnico táctico Futbol Dirigido: 2 tiempos de 40 min	REGISTRO DE ASISTENCIA EXCEL	Semana del 22 AL 23
Sabado y Domingo Entrenamiento en gimnasio Techado Trabajos coordinativos Técnica de conducción Futbol Dirigido	REGISTRO DE ASISTENCIA EXCEL	SEMANA DEL 29 AL 30

RODRIGO HERNANDEZ





INFORME DE GESTIÓN

PROGRAMA: VIVIENDO EL DEPORTE FORMATIVO, RECREATIVO, COMPETITIVO.

NOMBRE: RODRIGO ROBINSON HERNANDEZ LEIVA

CARGO: PROFESOR TALLER DE FÚTBOL.

MES: MAYO 2025

ACTIVIDAD	MEDIO DE VERIFICACIÓN	FECHA
<p>Parte inicial: Explicación de la actividad y temas a trabajar dentro de la clase: Calentamiento previo: Movilidad articular, ejercicios de coordinación y velocidad de reacción. Elongación por grupo musculares.</p> <p>Desarrollo de la Clase: Situación de juego 4 x 4 + 2 comodín. Se trabajo los principios de juego vista panorámica, y todos atacan y todos defienden. Se formarán tres equipos, 8 x 8, a los dos goles cambio de equipo.</p> <p>Parte final: Elongaciones por grupo musculares. Ejercicios de relajación. Evaluación de la sesión.</p>	Registro de asistencia	03/05/25
<p>Parte Inicial: Explicación de la actividad, y temas a desarrollar dentro de esta sesión. Calentamiento previo: Movilidad articular, Ejercicios de coordinación. Ejercicios de velocidad. Elongación por grupo musculares.</p> <p>Desarrollo de la Clase: Ejercicios en parejas, pases y controles básicos(Parada, semi-parada y amortiguación). Situación de juego de 5 x 5 + 2 apoyos. Trabajar el contraataque como concepción de juego ofensivo.</p> <p>Fútbol total: 8 x 8 a los 10 min. Cambio de equipo.</p> <p>Lo importante de jugar y pasarlo bien, el resultado pasa al segundo plano.</p> <p>Parte final: Elongación por grupo musculares. Evaluación de la sesión.</p>	-Registro de asistencia	04/05/25
Se realiza actividad de partidos y entrenamientos contra la escuela de fútbol rural de Villa Alegre. Se hizo en la cancha del Club Ohiggins de Estación Villa Alegre.	Registro de asistencia. Registro fotográfico.	10/05/25

<p>Parte inicial: Explicación de la actividad y tareas que se realizarán en la sesión. Calentamiento previo: Movilidad articular, secuencia técnica en parejas, ejercicios de coordinación. Elongaciones por grupo musculares.</p> <p>Desarrollo de la Clase: situación de juego 11x11 Principios a trabajar, acompañar la jugada, movilidad, vista panorámica y apoyos constantes.</p> <p>Fútbol total: Jugar 11 x 11. A los 10 min. Cambio de equipo.</p> <p>Parte final: Elongaciones por grupo musculares. Ejercicios de relajación. Evaluación y feedback de la sesión realizada.</p>	<p>Registro de asistencia</p>	<p>11/05/25</p>
<p>Parte inicial: Explicación de la actividad a realizar en esta sesión. Calentamiento previo: Movilidad articular , dominio de balón en tríos y cuartetos. Ejercicios de coordinación, carrera de aceleraciones. Elongaciones por grupo musculares.</p> <p>Desarrollo de la Clase: Situación de juego 8x8 + 2 apoyos 2 comodín.</p> <p>Fútbol total: Jugar 11 x 11, a los 10 min. cambio de equipo.</p> <p>Parte final: Elongaciones por grupo musculares. Ejercicios de relajación. Evaluación de la sesión. Correcciones de las actividades técnicas y tácticas realizadas.</p>	<p>Registro de asistencia</p>	<p>17/05/25</p>
<p>Parte inicial: Explicación de la actividad a realizar en esta sesión, temas a trabajar . Reforzar la concentración y aprender a superar la oposición de los rivales en el juego del fútbol. Calentamiento previo: Movilidad articular , dominio de balón en cuartetos. Ejercicios de coordinación, carrera de ascensiones 120 metros. Elongaciones por grupo musculares.</p> <p>Desarrollo de la Clase: Situación de juego a trabajar 7 x 7 + 4 apoyos.</p> <p>Fútbol total: Jugar 11x 11, 10 minutos por partido, y cambio de equipos.</p> <p>Parte final: Elongaciones por grupo musculares. Ejercicios de relajación.</p>	<p>Registro de asistencia</p>	<p>18/05/25</p>
<p>Parte inicial: Explicación de la actividad y temas a trabajar dentro de la clase: desarrollar los principios generales en el fútbol, todos atacan y todos defienden, vista panorámica. Calentamiento previo: Movilidad articular, ejercicios de coordinación. Elongación por grupo musculares.</p> <p>Desarrollo de la Clase: Situación de juego 6 x 6 + 2 comodín. Se trabajo los principios de juego generales, todos atacan y todos defienden, vista panorámica. Fútbol total 8 x 8</p> <p>Fútbol 11 x 11 dos tiempos de 30 min.</p> <p>Parte final: Elongaciones por grupo musculares. Ejercicios de relajación. Evaluación de la</p>	<p>Registro de asistencia.</p>	<p>24/05/25</p>



Sesión.		
<p>Parte inicial: Calentamiento previo: Ejercicios de coordinación, técnicas de carreras y ejercicios de la cualidad física de la velocidad. Elongaciones por grupo musculares.</p> <p>Desarrollo de la clase: Ejercicios de fundamentos técnicos y tácticos de la conducción y sus elementos. Juego del semáforo, en conducción individual por el jugador – alumno. Fútbol reducido 5x5. Fútbol total 11x11 dos tiempos de 20 min.</p> <p>Parte Final: Trote regenerativo 5 minutos. Realizar elongaciones 40 segundos por grupo muscular. Evaluación y retroalimentación de la clase – entrenamiento, por parte de los profesores, los alumnos.</p>	Registro de asistencia	25/05/25
<p>Parte inicial: Calentamiento previo: Trote 10 minutos, ejercicios de secuencias técnicas con balón. Ejercicios de velocidad técnica de conducción y sus elementos. Elongaciones por grupo musculares.</p> <p>Desarrollo de la Clase: Realizar ejercicios técnico y táctico del pase. En parejas. Fútbol 7x7, dos tiempos de 10 minutos. Fútbol 9x9, dos tiempos de 10 minutos.</p> <p>Fútbol 11x11, dos tiempos de 30 minutos.</p> <p>Parte final: Trote regenerativo 5 minutos. Realizar elongaciones 30 segundos por grupo muscular. Evaluación y retroalimentación de la clase – entrenamiento, por parte de los profesores, los alumnos.</p>	Registro de asistencia	31/05/25

RODRIGO ROBINSON HERNANDEZ LEIVA

