

INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL DE PROFESOR DE TALLER
PROGRAMA TALLERES RECREATIVOS Y DE DESARROLLO

Mes	ENERO
-----	-------

Nombre	CONTRERAS AEDO CESAR		
RUT		Período del Contrato	01/01 - 31/01 2026

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	FUTCAMP (CAMPAMENTO FUTBOL)	LUN 19:00-21:00	---	PAUL HARRIS 701 (ESTADIO MUNICIPAL)	7
T.2	FUTCAMP (CAMPAMENTO FUTBOL)	MAR 19:00-21:00	---	PAUL HARRIS 701 (ESTADIO MUNICIPAL)	7
T.3	FUTCAMP (CAMPAMENTO FUTBOL)	MIE 19:00-21:00	---	PAUL HARRIS 701 (ESTADIO MUNICIPAL)	7
T.4	FUTCAMP (CAMPAMENTO FUTBOL)	JUE 19:00-21:00	---	PAUL HARRIS 701 (ESTADIO MUNICIPAL)	7

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	Se desarrollan actividades de futbol de manera masiva, por medio de circuitos y estaciones que refuerzan los siguientes fundamentos fisicos: • Fuerza Explosiva (Potencia): Capacidad de aplicar fuerza en el menor tiempo posible. Fundamental para el salto de cabeza, el remate o el arranque de un sprint. • Fuerza de Lucha/Choque: Capacidad de mantener la posición ante una carga externa (el hombro con hombro o proteger el balón). • Fuerza Resistencia: Capacidad de mantener niveles de fuerza óptimos, durante todo el tiempo de juego, sin que decaiga el rendimiento (ej. saltar igual de alto al inicio y al termino del juego). • Velocidad de Reacción: El tiempo que tarda el niño o niña desde que ve el estímulo (el pase del compañero) hasta que se mueve. • Velocidad Gestual: La rapidez con la que ejecuta una acción técnica (una finta o un remate al arco). • Velocidad de Desplazamiento: Correr rápido (importante para extremos y laterales).

T.2

Se desarrollan actividades de fútbol de manera masiva, por medio de circuitos y estaciones que refuerzan los siguientes fundamentos técnicos:

A. El Control (Recepción)

Es la base de todo. Si el control es malo, no hay pase ni tiro siguiente. El objetivo moderno es el "Control Orientado". No se trata de parar el balón (control estático), sino de dejarlo listo para la siguiente acción de juego en un solo toque, alejándolo del rival o ganando metros en el terreno de juego.

- **Cómo lo entrenamos:**

- **Analítico:** Parejas pasándose el balón, obligando a controlar con una pierna y pasar con la otra.
- **Situacional:** Ejercicios donde el jugador recibe de espaldas y tiene una "sombra" (defensa pasivo) que le obliga a controlar hacia el espacio libre.

B. La Conducción y el Regate (Dribbling)

Conducción: Moverse con el balón en el espacio. *Clave:* Balón pegado al pie ("atado"), cabeza levantada (visión periférica). Regate: Superar a un rival (1 contra 1). *Clave:* Cambio de ritmo y engaño corporal (fintas).

- **Cómo lo entrenamos:**

- **Circuitos de obstáculos:** Slalom entre conos (útil para iniciación).
- **Duelos (1vs1):** Espacios reducidos donde el atacante debe cruzar una línea o marcar gol. Es la mejor forma de entrenar el regate real.

C. El Pase (La comunicación)

Es el fundamento que conecta al equipo. Tipos: Corto (seguridad), Largo (cambio de orientación), Al espacio (profundidad). Superficies: Borde interno (precisión), Empeine (potencia/largo), Borde externo (recursos rápidos).

- **Cómo lo entrenamos:**

- **Rondos:** El ejercicio rey. X jugadores fuera mantienen la posesión, Y jugadores dentro intentan robar. Mejora el pase bajo presión.
- **Ruedas de pase:** Figuras geométricas (triángulos, cuadrados) donde los jugadores pasan y corren al lugar del pase.

D. El Remate (Finalización)

La técnica suprema para convertir el juego en goles. Aspectos clave: Posición del cuerpo, pie de apoyo (apuntando al objetivo) y decisión de superficie (colocar vs. romper).

- **Cómo lo entrenamos:**

- **Analítico:** Tiro directo con balón parado o en movimiento frontal.
- **Con realidad de juego:** Centros desde la banda con rematadores entrando en carrera y defensas molestando. El remate casi nunca es cómodo en un partido.

T.3

Se desarrollan actividades de fútbol de manera masiva, por medio de circuitos y estaciones que refuerzan los siguientes fundamentos tácticos:

El entrenamiento táctico es, en esencia, el entrenamiento de la toma de decisiones. Se trata de enseñar al niño o niña a resolver problemas de espacio y tiempo: *¿Dónde me ubico? ¿Cuándo corro? ¿Cuándo espero?*

A diferencia de la técnica (que es "cómo" hago el pase), la táctica es el "por qué" y el "cuándo" hago ese pase.

El fútbol se divide en dos momentos: cuando tienes el balón (Fase Ofensiva) y cuando no lo tienes (Fase Defensiva). Además, existen las transiciones (el momento exacto en que se pierde o recupera el balón).

Como lo entrenamos:

A. Principios Ofensivos (Atacar)

1. **Amplitud:** Abrir el campo a lo ancho (usar las bandas) para estirar a la defensa rival y crear espacios por dentro del terreno de juego.
2. **Profundidad:** Buscar la espalda de los defensores, avanzar verticalmente hacia la portería.
3. **Movilidad / Desmarques:** Moverse sin balón para ofrecer líneas de pase.
 - *Apoyo:* Acercarse al poseedor.
 - *Ruptura:* Alejarse hacia el espacio vacío.
4. **Paredes y Triangulaciones:** Asociaciones rápidas para superar líneas de presión.

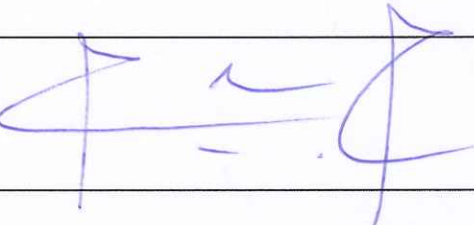
B. Principios Defensivos (Defender)

1. **Contención / Temporización:** El primer defensor no se lanza "a lo loco" a robar, sino que aguanta y frena el avance rival para dar tiempo a sus compañeros a recuperar su posición.
2. **Cobertura:** El "plan B". Un defensor se coloca detrás del compañero que presiona por si este es regateado.
3. **Basculación:** Todo el bloque defensivo se mueve junto hacia donde está el balón (izquierda, derecha, adelante, atrás) para no dejar espacios.
4. **Permutas:** Si un compañero sale de su zona y falla, otro ocupa su lugar y el primero ocupa el lugar del segundo. Intercambio de roles.

Las actividades se desarrollan desde lo micro a lo macro:

- **Táctica Individual (1 vs 1):** Decisiones de un solo jugador.
 - *Ejemplo:* Perfil corporales al defender, cuándo decidir encarar o pasar.
- **Táctica Grupal / Sectorial (2-5 jugadores):** Cómo se coordinan líneas específicas.
 - *Ejemplo:* La coordinación de los 4 defensas para tirar el fuera de juego, o la conexión entre el mediocentro y el extremo.
- **Táctica Colectiva (Equipo completo):** El Modelo de Juego.
 - *Ejemplo:* ¿Presionamos alto o nos replegamos atrás? ¿Salimos jugando en corto o buscamos balón largo?

T.4	Se desarrollan actividades de fútbol de manera masiva, para reforzar los fundamentos físicos, técnicos y tácticos por medio de la realidad de juego del fútbol: Entrenar la "Realidad de Juego en el fútbol" es diseñar ejercicios que obliguen al cerebro del jugador a sentir, pensar y decidir tal como lo haría en un partido oficial. Para que una tarea se considere "Realidad de Juego", contamos con los siguientes elementos. Si falta uno, la transferencia al partido disminuye. 1. Balón: fundamental. 2. Oposición (Rivales): No hay realidad de juego sin alguien que te quiera quitar el balón. Los conos no roban balones. 3. Compañeros: El fútbol es cooperación. 4. Direccionalidad: Debe haber un sentido de juego (atacar hacia allá, defender hacia acá). 5. Finalización/Consecuencia: Debe haber porterías, zonas de puntuación o líneas de meta. Sin gol, no hay fútbol.
-----	---

Firma prestador de los servicios	
----------------------------------	---

El jefe del Departamento de Gestión de Talleres, de la Municipalidad de Las Condes, que firma al pie del presente informe, certifica y acredita fehacientemente que el/la Sr/a. CONTRERAS AEDO CESAR, RUT: [REDACTED], dio cabal cumplimiento durante el mes ENERO de 2026, a la prestación de servicios a honorarios para el cual fue contratado de acuerdo al respectivo contrato a honorarios, con cargo al Programa TALLERES RECREATIVOS Y DE DESARROLLO 2026.

Asimismo, apruebo el presente informe mensual de actividades realizadas para el cumplimiento de la prestación de servicios objeto de su contratación, el que fue revisado en forma exhaustiva por el suscrito, siendo toda la responsabilidad -con carácter de excluyente-, de este supervisor, ya sea que esta se origine en la ejecución de la prestación de servicios conforme al contrato; en la fidelidad del contenido del Informe Mensual del mes de ENERO de 2026; de todos los antecedentes que se acompañan por el servidor a honorarios; así como en la correcta verificación de que el contenido de dicho informe es de completa autoría de la/el Sra./Sr. CONTRERAS AEDO CESAR .

Nombre Jefe de Departamento	Roberto Vignolo Paredes
Firma y timbre Jefe de Departamento	 


V°B° DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO
CAROLINA CONTRERAS BERRIOS