ILUSTRE MUNICIPALIDAD
ANDACOLLO

Andacollo
Te Encanta

INFORME DE FUNCIONES MES DE OCTUBRE

Andacollo, 30 de octubre 2026

1.- Identificación del Servidor o Servidora Municipal a Honorarios.

Nombre	Javier Guerrero Bravo
R.U.T.	

2.- Dependencia y función encomendada.

Dirección / Departamento / Oficina	DIDECO / OFICINA DEPORTES
Función según contrato	TALLER DE FUTBOL MUNICIPAL

3.- actividades realizadas el mes de octubre

Jueves 01: asistieron 55 jugadores al entrenamiento
1. Calentamiento — 15 minutos
   - 5 min: trote suave y movilidad articular.
   - 5 min: desplazamientos adelante, atrás y laterales.
   - 5 min: conducción libre por el espacio delimitado.
2. Desarrollo — 65 minutos
   - 20 min: circuito de conducción entre conos, utilizando ambos pies.
   - 20 min: juego de persecución. Un jugador intenta quitar el balón a sus compañeros dentro de un espacio delimitado.
   - 25 min: partido reducido 3 contra 3 o 4 contra 4, con énfasis en mantener el balón.
3. Vuelta a la calma — 10 minutos
   - 3 min: caminata suave.
   - 4 min: movilidad y estiramientos suaves.
   - 3 min: retroalimentación sobre el entrenamiento.

Martes 06: asistieron 60 jugadores al entrenamiento
   - Se recupero 1 hora y 30 minutos del día lunes 05 en el estadio.
1. Calentamiento — 15 minutos
   - 5 min: movilidad articular y desplazamientos.
   - 5 min: conducción libre con cambios de dirección.
   - 5 min: pases en parejas a corta distancia.
2. Desarrollo — 65 minutos
   - 20 min: pases en parejas utilizando borde interno y ambos perfiles.
   - 20 min: rondo 4 contra 1, buscando conservar la posesión.
   - 25 min: juego 4 contra 4. Para conseguir un punto, el equipo debe completar cinco pases consecutivos.
3. Vuelta a la calma — 10 minutos
   - 3 min: caminata suave.
   - 4 min: movilidad y estiramientos suaves.
   - 3 min: reflexión sobre la importancia del pase y la comunicación.



Jueves 08: asistieron 70 jugadores al entrenamiento
1. Calentamiento — 15 minutos
   - 5 min: movilidad articular.
   - 5 min: conducción con cambios de ritmo.
   - 5 min: pases y controles en parejas.
2. Desarrollo — 65 minutos
   - 20 min: recepción de pases utilizando interior, exterior y planta del pie.
   - 20 min: ejercicio de control orientado. Recibir el balón y salir hacia uno de dos conos de diferente dirección.
   - 25 min: partido 4 contra 4. Se busca controlar orientando el primer toque hacia espacios libres.
3. Vuelta a la calma — 10 minutos
   - 3 min: caminata suave.
   - 4 min: estiramientos suaves.
   - 3 min: retroalimentación sobre el primer contacto con el balón.

Jueves 15: asistieron 63 jugadores al entrenamiento
1. Calentamiento — 15 minutos
   - 5 min: movilidad articular.
   - 5 min: desplazamientos con cambios de dirección.
   - 5 min: conducción libre incorporando fintas.
2. Desarrollo — 65 minutos
   - 20 min: circuito de regates entre conos, utilizando ambos perfiles.
   - 20 min: duelos individuales 1 contra 1 en espacios reducidos, intentando cruzar una línea de meta.
   - 25 min: partido 4 contra 4, incentivando la iniciativa individual y el regate en situaciones favorables.
3. Vuelta a la calma — 10 minutos
   - 3 min: caminata suave.
   - 4 min: movilidad y estiramientos suaves.
   - 3 min: conversación sobre cuándo conviene regatear y cuándo pasar.

Jueves 22: asistieron 45 jugadores al entrenamiento
1. Calentamiento — 15 minutos
   - 5 min: movilidad articular y activación.
   - 5 min: conducción y cambios de ritmo.
   - 5 min: pases y remates suaves a corta distancia.
2. Desarrollo — 65 minutos
   - 20 min: remates a portería desde diferentes posiciones.
   - 20 min: recepción, control orientado y finalización.
   - 25 min: partido 4 contra 4 o 5 contra 5, incentivando la búsqueda de situaciones de remate.
3. Vuelta a la calma — 10 minutos
   - 3 min: caminata suave.
   - 4 min: estiramientos suaves.
   - 3 min: evaluación de la precisión y toma de decisiones al rematar.

Viernes 23: asistieron 50 jugadores al entrenamiento

- Se recupero 2 horas y 30 minutos del dia martes 13 en el espacio iris.
- Se recupero 1 hora y 30 minutos del dia lunes 19.

1. Calentamiento — 15 minutos
   - 5 min: movilidad articular.
   - 5 min: desplazamientos laterales y cambios de dirección.
   - 5 min: juego de persecución por parejas.
2. Desarrollo — 65 minutos
   - 20 min: posición defensiva, orientación corporal y desplazamientos frente al atacante.
   - 20 min: duelos 1 contra 1 para recuperar el balón sin cometer faltas.
   - 25 min: partido 4 contra 4, donde se valore la recuperación y la reorganización defensiva.
3. Vuelta a la calma — 10 minutos
   - 3 min: caminata suave.
   - 4 min: movilidad y estiramientos suaves.
   - 3 min: reflexión sobre la importancia de defender colectivamente.



Domingo 25: asistieron 36 jugadores al entrenamiento

- Se recupero 1 hora del dia lunes 19 en el parque oasis.
- Se recupero 2 horas y 30 minutos del dia martes 20.

1. Calentamiento — 15 minutos
   - 5 min: movilidad y desplazamientos.
   - 5 min: conducción con cambios de dirección.
   - 5 min: pases en movimiento por parejas.
2. Desarrollo — 65 minutos
   - 20 min: circuito de pases y movilidad con apoyos permanentes.
   - 20 min: juego de posesión 4 contra 2, buscando ofrecer líneas de pase.
   - 25 min: partido 5 contra 5, incentivando amplitud, profundidad y movilidad ofensiva.
3. Vuelta a la calma — 10 minutos
   - 3 min: caminata suave.
   - 4 min: estiramientos suaves.
   - 3 min: reflexión sobre el juego colectivo



Martes 27: asistieron 45 jugadores al entrenamiento

- Se recupero 1 hora del dia jueves 22 en el estadio.
- Se recupero 30 minutos del dia lunes 26 en el estadio

1. Calentamiento — 15 minutos
   - 5 min: movilidad articular.
   - 5 min: desplazamientos con cambios de velocidad.
   - 5 min: rondo con cambios de posesión.
2. Desarrollo — 65 minutos
   - 20 min: ejercicio de recuperación y salida rápida hacia una zona objetivo.
   - 20 min: juego 3 contra 3 con dos comodines. Al recuperar, buscar rápidamente el arco contrario.
   - 25 min: partido 5 contra 5, premiando la reacción inmediata tras pérdida y recuperación.
3. Vuelta a la calma — 10 minutos
   - 3 min: caminata suave.
   - 4 min: movilidad y estiramientos suaves.
   - 3 min: reflexión sobre la reacción colectiva ante la pérdida del balón.



Miércoles 28: asistieron 19 jugadores al entrenamiento

- se recuperó 2 horas el día miércoles 28 gym de churrumata)

1. Calentamiento — 10 minutos
   - 3 min: bicicleta estática o caminata.
   - 2 min: movilidad articular de hombros y brazos.
   - 2 min: movilidad de cadera, rodillas y tobillos.
   - 1 min: sentadillas sin peso.
   - 1 min: puente de glúteos.
   - 1 min: plancha dinámica.
2. Desarrollo — 40 minutos
   - Sentadilla: 3 series de 12 repeticiones.
   - Press de banca con mancuernas: 3 series de 10 repeticiones.
   - Jalón al pecho: 3 series de 12 repeticiones.
   - Peso muerto rumano con mancuernas: 3 series de 10 repeticiones.
   - Press de hombros con mancuernas: 2 series de 12 repeticiones.
   - Plancha abdominal: 3 series de 25 segundos.

Indicaciones: descansar entre 60 y 90 segundos entre series, utilizar cargas ligeras o moderadas y priorizar la correcta ejecución técnica.



3. Vuelta a la calma — 10 minutos
   - 2 min: caminata suave.
   - 2 min: estiramiento de cuádriceps.
   - 2 min: estiramiento de isquiotibiales.
   - 2 min: estiramiento de pectorales y hombros.
   - 2 min: ejercicios de respiración y relajación.

Jueves 29: asistieron 48 jugadores al entrenamiento
1. Calentamiento — 15 minutos
- 5 min: trote suave y movilidad articular.
- 5 min: desplazamientos multidireccionales.
- 5 min: juegos de reacción con balón.

2. Desarrollo — 65 minutos
- 20 min: circuito de coordinación con escalera, conos y aros.
- 20 min: carreras cortas de aceleración de 5 a 15 metros, con recuperación completa.
- 25 min: juego 4 contra 4, incorporando cambios de dirección y velocidad en situaciones reales.

3. Vuelta a la calma — 10 minutos
- 3 min: caminata suave.
- 4 min: movilidad y estiramientos suaves.
- 3 min: evaluación de la coordinación y agilidad.

4.- Funciones instruidas mediante delegaciones de funciones o solicitudes de apoyo a otras unidades.

5.- Ausencias justificadas (debe indicar las fechas en que efectuó uso de permisos administrativos, feriados legales, descanso complementario, licencias médicas o permisos especiales).

Se extiende el presente informe para acreditar ante la Municipalidad de Andacollo, el pago de los honorarios pactados según el contrato vigente en el mes de octubre 2026.

Para constancia firman:

JAVIER GUERRERO BRAVO
AGRUPACION DE FUTBOL COLO-COLO DE ANDACOLLO

CONSTANZA ROJAS LOPEZ
DIDECO