OBLIGACION 1



OBLIGACION 2

PLAN PEDAGOGICO

ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA

VOLEIBOL

PRESENTADO POR:

JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR

PRESENTADO A:

ANDRES CASTRO

CHIA – CUNDINMARCA

PRESENTADO EN: JULIO - 2021

INTRODUCCIÓN

La escuela de formación deportiva de voleibol, tiene un rol demasiado importante en la evolución y etapa de crecimiento de los niño/as, ya que, como se demuestra en variedad de investigaciones el desarrollo del motor cognitivo y social se desarrolla desde tempranas edades y se fortalece por medio de los deportes, cabe recalcar que el deporte permite a los niños/as canalizar sus energías, desarrollar su personalidad y saber superar con más facilidad las dificultades con su entorno social próximo. Es esta escuela de formación no solo se formará a jugadores de este gran deporte, sino que también, grandes seres humanos con intelectos tanto físicos como mentales.

Podemos decir también que la actividad física cumple un triple papel fisiológico, psicológico y preventivo. En suma y de palabras de la organización mundial de la salud, el deporté ayuda a conseguir una vida más saludable, añadiendo más años a la vida, es decir, proporcionado una mejor calidad de vida.

OBJETIVO GENERAL

La escuela de formación de voleibol tiene como objetivo una formación deportiva, humana y social en los niños y jóvenes, en el cual se va desarrollar y adquirir actitudes físicas y destrezas básicas (sensores motrices, manipulativas, agilidad etc.)

- Establecer las bases de carácter administrativo, técnico y pedagógico para el desarrollo del proceso deportivo para que se efectué de la mejor manera
- Desarrollar actitudes y conductas deseables que faciliten la integración social en el grupo, fortalecer las relaciones socio afectivas

OBJETIVO ESPECIFICO

La escuela de formación deportiva es el medio para formar educativamente y socialmente al joven que deciden practicar en este gran deporte como lo es el voleibol. Por ende quremos destacar y desarrollar los valores de relación personal compañerismo, amistad, esfuerzo y constancia en un ambiente de formación integral como a nivel deportivo como humano.

- Contribuir con el desarrollo de las virtudes humanas que le permitan al deportista una actuación consiente acorde a los principios de la comunidad donde interactúa
- Incentivar a los niños/as y jóvenes en el deporte para crear buenos hábitos que sirvan para el buen aprovechamiento del tiempo disponible y para un gran futuro
- Constituir los procesos deportivos necesarios a través de una buena enseñanza para las diferentes categorías.
- Edificar una excelente confianza con los deportistas y que se lleve de la mejor manera el proceso de formación

JUSTIFICACIÓN

Es muy importante que las estudiantes desarrollen sus capacidades físicas mediante la práctica de actividades recreativas y deportivas, por los que se propone la creación de la escuela de formación deportiva: especializada en la enseñanza metodológica del Voleibol Base. La propuesta pretende implementar un programa de actividades físicas con el fin de estimular y fortalecer nuevas expectativas frente al deporte colectivo; dirigidas a niños y adolescentes de 6 a 17 años, de la comunidad de Chia Cundinamarca, complementada con la práctica de valores que permitan una mejor calidad de vida

En este proceso de aprendizaje pedagógico es preciso dividir el desarrollo entre series o etapas de educación que fácilmente de a una asimilación, jerarquizando sus contenidos y actividades para un buen proceso de enseñanza, evolución y aprendizaje. Generando similitudes y diferencias deportivas para el mejoramiento de aquellos momentos evolutivos físico-motor de los alumnos.

El proceso de enseñanza y aprendizaje, la postura del facilitar debe mediarse entre la amplificación de estímulos hacia el aprendizaje como la apropiación con estrategias que permitan el cumplimento de una tarea dando respuesta a una situación determinada.

De acuerdo a lo anterior damos como distribución a las tres etapas de aprendizaje y enseñanza del deporte voleibol

INICIACIÓN

OBJETIVOS

Objetivo general

- Aprender las técnicas bases del voleibol

Objetivos específicos

- Mejorar la motricidad en los alumnos
- General un buen afianzamiento de los alumnos con el elemento

GENERALIDADES DEL NIVEL

Señalando a los niños/as entre 6 a 8 años básicamente se realizara el desarrollo motor y evolutivo, caracterizando por una alta disposición anímica y corporal, este desarrollo de estas habilidades es rápida y fundamental, a no trabajar en los gestos técnicos, ya que los alumno están creciendo muy rápido y sus segmentos corporales musculares se van

modificando por el crecimiento, se modifican los parámetros de biomecánicas semana a semana. El niño juega y aprendes a través de juegos y actividades didácticas, incrementado objetivamente el bienestar para él.

DESARROLLO

- Ejercitación variada principal mente a la estructuración de los esquemas corporales espacio_temporal, la adquisición de habilidades básicas para el uso de los elementos y la afirmación de su lateralidad definida
- Formas básicas primarias: caminar, correr, saltar con múltiples variables
- Formas básicas secundarias: lanzar, recibir, rodar, deslizar. etc
- El buen uso de los elementos se dara un lugar destacado a las pelotas de diferentes tipos tamaños para favorecer la familiarización en el balón y el desarrollo adecuado de los cálculos de diferentes trayectorias y velocidades
- Todas las actividades se desarrollaran con un contenido lúdico, iniciando con formas jugadas simpes, con las que al final de la etapa llegaran a conformarse con acciones reales de juego y juegos introductorios

FUNDAMENTACIÓN

OBJETIVOS

- **Objetivo general**

  Mejorar acciones técnicas reales de juego

- **Objetivos específicos**

  Mejoramiento de acciones técnicas con jugadas simples

  Enseñanza de acciones tácticas básicas del deporte

  Mejorar la motricidad

GENERALIDADES DEL NIVEL

Señalando a los niños/as entre los 9 a 12 años, buscamos una fijación y mecanización de los gestos deportivos con incidencia en la parte técnica especialmente en el nivel especifico donde es complementario a la iniciación, en los planteamiento curriculares de las enseñanzas, teniendo en cuenta su carácter global deben tener su tratamiento generalizado, este proceso es muy importante ya que aquí se establece las bases de todo el proceso y se determinan entre otros los compartimientos y las expectativas lúdicas y participantes.

DESARROLLO

- Aprendizaje progresivo de la técnica y su aplicación a jugadas simpes y acciones reales de juego, inicialmente a posibilidades de lanzar y atrapar el balón con énfasis en el desarrollo de las trayectorias, los desplazamientos y la correcta postura
- Partiendo de lo simple para avanzar a hasta lo más complejo, se enseñara por totalidad con nuevas estructuras que se acoplen a su nivel de desarrollo y su nivel deportivo
- Cada gesto técnico será integrado con acciones previas y sus posteriores del mismo modo convertirlas a situaciones de juego real adecuadas a su edad
- Las actividades tendrán contenido recreativo con el objetivo de divertirse y aprender

- Juegos introductorios y juegos de aplicación como (uno con uno, uno vs uno, uno vs uno mas uno, dos con dos, dos vs dos, dos vs dos mas uno) etc…
- Mini voleibol (dos vs dos, tres vs tres, cuatro vs cuatro) etc..
- Progresivamente se ira aumentando el nivel de dificultad tectico-tactico de acuerdo al nivel individual y grupal
- Se practicaran diferentes destrezas en formas variadas y múltiples acciones para evitar la sobre carga de los deportistas
- En las cualidades físicas se desarrollaran preferentemente con el resultado natural de la exigencia física de las actividades organizadas también para la fijación de destrezas del mismo deporte
- Siempre es importante mantener un buen equipo de trabajo, la actitud positiva y la promoción de acciones que refuercen la confianza en si mismo

PERFECCIONAMIENTO

OBJETIVOS

- **Objetivo general**

  Fijación de un modelo técnico-táctico

- **Objetivos específicos**

  Mejorar acciones técnico-tacticas

  Estructurar procesos competitivos

GENERALIDADES DEL NIVEL

Señalando a los niños/as entre los 13 a 17 años en este se caracteriza el dominio técnico tomando especial relevancia como la preparación física que se destaca en el trabajo táctico fundamentado en acciones y tareas que se encuentran en el aprendizaje y exploración de las técnicas básicas y acciones tácticas y generales del deporte de voleibol, teniendo en cuenta también que estos alumnos tiene que tener un proceso de formación abordando a estos temas como temas lúdicos y fortalecimiento de su personalidad en su inteligencia motriz y psicológica.

DESARROLLO

- Actividades de entrenamiento con progresiva exigencia en todos los aspectos (físico-técnico-táctico).
- Se promoverá la integración de las destrezas realizadas sucesivamente, dentro de la estructura global de juego del equipo, según los esquemas tácticos adoptados en cada momento de la evolución.
- Se formarán grupos recreativos y grupos de competición de acuerdo con sus intereses.
- En las prácticas de juego grupal se aplicara las reglas básicas del Voleibol, de acuerdo a su edad y/o el nivel de proceso en la que se encuentren.
- Esta categoría se participarán en torneos o campeonatos de nivel competitivo, las cuales podrán ser del ámbito local, zonal o nacional.(Juegos inter clubes, Deportivos Escolares)

- Para cumplir con esta orientación, todas las planificaciones referidas a la enseñanza del Voleibol y su ejecución, deberán tener en cuenta:

  - Relación entre las reglas, los objetos, las situaciones y acciones motoras.

  - Mejoramiento de las destrezas dentro de la estructura global de juego en equipo.

Juego formal 6 vs 6

- Actividades de entrenamiento con exigencia progresiva en todos los aspectos (fisiológicos-técnico-táctico-estratégico).
- Equipo (funciones, roles, posiciones, conflictos comunicaciones etc.)
- Desarrollo de habilidades, capacidades físicas y condicionales.

IDEARIO.

- El juego del voleibol debe ser una herramienta, un medio para formar personas además de jugadores.
- ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA tendrá por actividad la práctica y enseñanza del voleibol como medio de difusión de una cultura deportiva en la que el deporte cumpla la misión de formar y educar.
- La cultura del esfuerzo y el afán de superación deberán ser compatibles con el juego limpio y un absoluto respeto a las compañeras, entrenadores, árbitros y rivales

RECURSOS

HUMANOS

- Deportistas en las tres categorías
- Entrenador

MATERIALES

- Pelotas
- Red de voleibol
- parantales
- Conos / marcadores

HIDRATACIÓN

Este es uno de los aspectos al que más importancia hay que darle en el día a día. Seguramente habéis escuchado en innumerables ocasiones lo importante que es mantenernos hidratados durante el ejercicio físico. El voleibol requiere de una buena cantidad de agua para mantener la musculatura en perfectas condiciones y evitar posibles lesiones o bajadas de rendimiento.

BASES DE ENTRENAMIENTO

El entrenamiento base es el nombre que se da a enseñanza de las tectica básicas fundamentales de cada deporte en este caso en el voleibol. Los entrenamientos base consta de múltiples ejercicios donde el deportista logre afianzar y realizar en su gran mayoría todas las técnicas de manera fluida, mecánica y motriz para el buen desempeño del este.

HORARIO

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE / MODALIDAD: VOLEIBOL

MUNICIPIO: CHIA-CUND

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	OBSERVACIONES
2:00 PM A 4:00 PM	GRUPO	INICIACION	INICIACION		INICIACION	No se tiene lugar de entrenamiento fijo por el tema de vacunacion en el municipio
	SEDE DE TRABAJO	COLISEO	COLISEO O CONCHA		COLISEO O CONCHA	
4:00 PM A 6:00 PM	GRUPO	FUNDAMENTACION	FUNDAMENTACION		FUNDAMENTACION	
	SEDE DE TRABAJO	COLISEO	COLISEO O CONCHA		COLISEO O CONCHA	
6:00 PM A 8:00 PM	GRUPO	PERFECCIONAMIENTO	PERFECCIONAMIENTO		PERFECCIONAMIENTO	
	SEDE DE TRABAJO	COLISEO	COLISEO O CONCHA		COLISEO O CONCHA	
NOMBRE MONITOR			JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			
FIRMA DEL MONITOR						

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL INICIACIÒN

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
			CA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	acoplamiento al lugar de la practica y a trabajar en grupo
						RITMO	psicomotricidad, lateralidad,tiempo, espacio
						EQUILIBRIO	hubicacion temporo espacial en la cancha
						ORIENTACION	reacciones, arriba, abajo, izquierda, derecha
						DIFERENCIACION	posturas corporales

		MOTRIZ	**MOTRICIDAD BASI**			REACCIÓN	velocidad de reaccion
						ADAPTACIÓN	al campo de juego
				6	**PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO**	CAMINAR	afienzamiento con el elemento y correccion de posturas
						CORRER	correcion del movimiento para que se realice de forma fluida y correcta
						SALTAR	indispensable para el deporte, perfeccionamiento en el movimiento
						LANZAR	lanzar correctamente a una y dos manos
						ATRAPAR	afinzar al deportista con el elemento y quitar sus inseguridades
		FISICO	**CAPACIDADES FISICAS BASICAS**	**1**	**FUERZA**	MAXIMA	la fuerza necesaria para manejar el balon
						EXPLOSIVA	fuerza y velocidad a la hora de actuar
						ESTATICA	control corporal; en todos los segmentos
						DINAMICA	en coordinacion con el balon
				2	**RESISTENCIA**	AEROBICA Y ANAEROBICA	se trabajara con juegos ludicos
						A LA FUERZA	manipular motrismente el balon
				3	**VELOCIDAD**	DESPLAZAMIENTO	moverse adecuada y velozmente cuando la situacion lo amarite
						MAXIMA	lograr sacar el mejor rendiento de cada deportista con juegos pedagogicos
						REACCIÓN	velocidad de reaccion y afinzamiento con el elemento

				4	**FLEXIBILIDAD**	TREN SUPERIOR	lograr una muy buena flexibilidad para evitar leciones y para destacarse mejor en deporte
						TREN INFERIOR	lograr una muy buena flexibilidad para evitar leciones y para destacarse mejor en deporte
				1	LANZAMIENTOS	UNA MANO	el alumno sea capaz de poder hacer lanzamientos a diferentes distancias a una mano he ir alternando
						DOS MANOS	hacer un correcto lanzamiento a diferentes distancias
						POSICION	desde el pecho, atrás de la cabeza, desde abajo
						CORRECCION	correcion de posturas a la hora del lanzamiento
				2	SALTOS	EQUILIBRIO	Postura equilibrada en cualquier gesto tecnico
						POSICIONAMIENTO	corecta postura y momento a la hora de realizar los satos
						UN PIE	juegos dinamicos con y sin el elemento
						AMBOS PIES	juegos dinamicos con y sin el elemento
						CONFIANZA	qutar las inseguridades del niño a la hora de trapar un elemento
						REACCIÓN	siempre atento a recibir el elemento

VOLEIVOL		TECNICO	DESTREZAS	3	ATRAPAR	POSTURA	correccion postural y correcta ejecucion
						DIFERENTES OBJETOS	ejecucion de ejercicios viso-manual ludicos
				4	DOMINIO DEL ELEMENTO	CONFIANZA AL ELEMENTO	de los mas simple a lo complejo, diferentes objetos
						COORDINACION VISO-MANUAL	ejecucion de ejercicios viso-manual ludicos
						COORDINACION SEGMENTADA	coordinacion en segmentos especificos
						MOVIMIENTOS MAS FLUIDOS	ejercicios motrices que ayuden a la mejora de la tecnica
				5			
						QUE ES	tener conocimiento cual es el deporte que practica

	I N I C I A C I O N	TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	PARA QUE SIRVE	saber la importancia del deporte
						INICIOS DEL DEPORTE	conocer los inicios del voleibol
				2	REGLAMENTACION	VALORES	fundamental conocer y poner en practica los valores del deporte
						PROTECCION	proteccion necesaria y cuidados que se deben tener
						TRABAJO EN EQUIPO	indispensable la buna interaccion y el trabajo en equipo
						REGLAS FUDAMENTALES	conocer las reglas basicas del voleibol
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	CUIDADO DE LOS ESCENARIOS	cuidar todo en las instaciones deportivas
						CUIDADO DE LOS MATERIALES	Cuidar todos los materiales
						HONRADEZ	cuidar y proteger objeto personales, de los escenarios y de los compañeros

		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	**DESARROLLO COGNITIVO**	**1**	**VALORES**	RESPETO	respeto ante todas las personas
						COMPAÑERISMO	buena relacion con los compañeros
						HUMILDAD	obrar de la mejor manera
						PERSEVERACIA	no decaer ante ninguna situacion
						HONESTIDAD	honestidad ante los compañeos y profesores
				2	**HABITOS DE VIDA SALUDABLE**	ASEO CORPORAL	tener siempre un buen aseo personal
						ALIMENTACIÓN	llegar bien aimentados a los entrenamientos
						PRESENTACION PERSONAL	tener siempre una buena presentacion personal y su ropa deportiva
						DESCANSO Y SUEÑO	ocupar bien los tiempos de descanso
						EJERCICIO FISICO	tener la mejor disposicion para los entrenamientos
				3	**MOTIVACIÓN**	ACTITUD POSITIVA	llegar siempre dispuestos a cada entrenamiento
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	esfuerzo al maximo y superacion dia a dia

				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	siempre prestanto laq mejor antencion
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	amabilidad y compañerismo
				1	JUEGOS DE INTEGRACION	DINAMICOS	se realizaran diferentes juegos dinamicos para que los niños aprendan de la mejor manera
				2	JUEGOS TRADICIONALES	LA RAYUELA	estos juegos tradicionales se realizaran con el objetivo de que los niños se diviertan y tengan un aprendizaje significativo
						CARRETILLA	
						TRIQUI	
						STOP	

		RECREACION	**ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS**	**3**	**ACTIVIDADES ARTISTICAS**	MUSICA	lograr que aprendan diferentes acividades
						BAILE	lograr que aprendan diferentes acividades
						PINTURA	lograr que aprendan diferentes manualidades
				4	**CIRCUITOS RECREATIVOS**	CARRERAS DE RELEVOS	buscar una sana competitividad y diversion
						ESTACIONES	buscar una sana competitividad y diversion
						SALTOS CON CUERDA	buscar una sana competitividad y diversion
				5	**FESTIVALES RECREATIVOS**		

FECHA DE ENTREGA	**27-jul-21**

NOMBRES Y APELLIDOS DEL MONITOR	**Jonnier Humberto Calvo Tovar**

MUNICIPIO	Chia-cundinamarca

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL FUNDAMENTACION

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
			SICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	coordinacion de los movimientos base del voleibol
						RITMO	mejorar la capacidad ritmica en los alumnos
						EQUILIBRIO	generar una postura equilibrada con cada movimiento realizado
						ORIENTACION	saber diferenciar los tipos de orientacion
						DIFERENCIACION	control de parametros dinamicos

		MOTRIZ	MOTRICIDAD BA			REACCIÓN	mejorar la velocidad de reaccion y la toma de decisiones
						ADAPTACIÓN	adaptacion y ambientacion al campo de juego y al deporte como tal
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	perfeccionamiento en los movimientos
						CORRER	mejorar el gesto tecnico para que se realice de forma fluida
						SALTAR	mejorar el gesto tecnico para que se realice de forma fluida
						LANZAR	aprender y mejorar diferentes lanzamientos que serviran para el deporte
						ATRAPAR	eliminar miedos a la hora de atrapar un objeto y mejorar la orientacion temporo espacial
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	EXPLOSIVA	mejorar la ejecucion de las acciones de juego
						MAXIMA	buscar que den su maxio esfuerzo en la fuerza maxima y buscar una supercompenzacion que ayude al deportista
						ESTATICA	mejorar la fuerza estatica, apartir de ejercicios, ya que ayudara a algunos gestos tecnicos en especifico
				2	RESISTENCIA	AEROBICA	mejorar la resistencia en acciones de alta exigencia y duracion
						ANAEROBICA	mejorar la resisitencia en acciones continuas y repetitivas
				3	VELOCIDAD	REACCIÓN	mejorar la velocidad de reaccion y la toma de decisiones
						DESPLAZAMIENTO	diferenciar cuales son las zonas de desplazamiento
						MAXIMA	mejorar la velocidad en diferentes direcciones

				4	FLEXIBILIDAD	TREN SUPERIOR	mejorar la elongacio muscular para un mejor desempeño deportivo y evitar lesiones
						TREN INFERIOR	
				1	RECEPCION	ANTEBRAZOS	mejorar la correcta ejecucion del gesto tecnico
						POSICION	correcion y mejoramiento de la posicion del cuerpo y los brazos
						CONTACTO	mejorar las diferentes superficies de contacto
						ORIENTACION	mejorar la orientacion temporo-espacial en acciones reales de juego
				2	SAQUE	SAQUE BAJO	enseñar o mejorar el saque bajo de diferentes formas de golpeo
						SAQUE LATERAL	enseñar o mejorar el saque lateral de diferentes formas de golpeo
						SAQUE DE TENIS	enseñar o mejorar el saque alto de diferentes formas de golpeo
						CONTATO	mejorar las diferentes superficies de contacto
						POSICION	correcion y mejoramiento de la posicion del cuerpo y los brazos
						YEMAS	mejorar la tecnica y posicion de las manos
						ANTEBRAZOS	correcta ejecicion

VOLEIBOL		TECNICO	DESTREZAS	3	PASE	POSICION	posicion dentro del terreno y de todo el cuerpo
						DIRECCION	atrás,adelante, arriba, cerca, lejos ETC
				4	DEFENSA	SALTOS	mejorar los bloqueos, individual y colectivos, y todo tipo de saltos que ayuden el buen desempeño del deportista
						POSICION	mejorar la posicion del cuerpo, individual y colectivamente
				5			
						QUE ES	auntonomia desde el punto de vista de cada alumno sobre el voleibol

	INICIACION	TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	PARA QUE SIRVE	mejorar sus conocimientos intelectuales sobre el voleibol
						INICIOS DEL DEPORTE EN COLOMBIA	enseñar como empezo el voleibol en colombia
				2	REGLAMENTACION	REGLAS FUNDAMENTALES DEL VOLEIBOL	enseñar las reglas mas fundamentales del voleibol
						VALORES	dentro de la escuela de formacion los valores son fundamental y parte del reglamento
						REGLAS DENTRO LA ESCUELA DE FORMACION	tener un propio reglamento en la escuela de formacion y cada integrante debera cumlir
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	CUIDADO DE LOS ESCENARIOS	todos deberan cuidar de los escenarios
						CUIDADO DE LOS MATERIALES	todos deberan cuidar de los materiales
						HONRADEZ	cuido y sentido de pertenencia por las cosas propias y de los demas

		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	RESPETO	respeto ante todas las personas
						COMPAÑERISMO	buena relacion con los compañeros
						HUMILDAD	obrar de la mejor manera
						PERSEVERACIA	no decaer ante ninguna situacion
						HONESTIDAD	honestidad ante los compañeos y profesores
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	tener siempre un buen aseo personal
						ALIMENTACIÓN	llegar bien aimentados a los entrenamientos
						PRESENTACION PERSONAL	tener siempre una buena presentacion personal y su ropa deportiva
						DESCANSO Y SUEÑO	ocupar bien los tiempos de descanso
						EJERCICIO FISICO	tener la mejor disposicion para los entrenamientos
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	llegar siempre dispuestos a cada entrenamiento
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	esfuerzo al maximo y superacion dia a dia

				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	siempre prestanto laq mejor antencion
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	amabilidad y compañerismo
				1	JUEGOS DE INTEGRACION	DINAMICOS, MOTRIZ	se realizaran diferentes juegos dinamicos para que los niños aprendan de la mejor manera
				2	JUEGOS TRADICIONALES	LA RAYUELA	estos juegos tradicionales se realizaran con el objetivo de que los niños se diviertan y tengan un aprendizaje significativo
						CARRETILLA	
						TRIQUI	

		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS			STOP	
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	MUSICA	lograr que aprendan diferentes acividades
						BAILE	lograr que aprendan diferentes acividades
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	CARRERAS DE RELEVOS	buscar una sana competitividad y diversion
						ESTACIONES	buscar una sana competitividad y diversion
						SALTOS CON CUERDA	buscar una sana competitividad y diversion
				5	FESTIVALES RECREATIVOS		

FECHA DE ENTREGA	27-jul-21

NOMBRES Y APELLIDOS DEL MONITOR	JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR

MUNICIPIO	CHIA CUNDINAMARCA

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL PERFECCIONAMIENTO

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
			SICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	movimientos parciales del cuerpo totalmente fluidos
						RITMO	perfeccionamiento en movimientos motrices del deporte
						EQUILIBRIO	mejorar la postura equilibrada con cada movimiento realizado
						ORIENTACION	perfeccionamiento de movimientos en todas las direcciones
						DIFERENCIACION	autonomia en la toma de desiciones

		MOTRIZ	MOTRICIDAD BA			REACCIÓN	consentracion y velocidad de reaccion
						ADAPTACIÓN	adaptacion al deporte
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	perfeccionamiento en el geto tecnico
						CORRER	perfeccionamiento en el geto tecnico
						SALTAR	perfeccionamiento en el geto tecnico
						LANZAR	perfeccionamiento en el geto tecnico
						ATRAPAR	perfeccionamiento en el geto tecnico
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	COMPOSICION CORPORAL	mejorar significativamente la condicion corporal de cada alumno, mediante ejercicios que ayudaran al buen desempeño en el deporte
						EXPLOSIVA	mejorar la ejecucion de las acciones de juego
						MAXIMA	buscar que den su maxio esfuerzo en la fuerza maxima y buscar una supercompenzacion que ayude al deportista
						ESTATICA	mejorar la fuerza estatica, apartir de ejercicios, ya que ayudara a algunos gestos tecnicos en especifico
				2	RESISTENCIA	AEROBICA	mejorar la resistencia en acciones de alta exigencia y duracion
						ANAEROBICA	mejorar la resisitencia en acciones continuas y repetitivas
				3	VELOCIDAD	REACCIÓN	mejorar la velocidad de reaccion y la toma de decisiones
						DESPLAZAMIENTO	mejorar en las zonas de desplazamiento dentro del terreno de juego
						MAXIMA	mejorar la velocidad en diferentes direcciones a maxima velocidad de cada alumno

				4	FLEXIBILIDAD	TREN SUPERIOR	mejorar la elongacio muscular para un mejor desempeño deportivo y evitar lesiones
						TREN INFERIOR	
				1	RECEPCION	ANTEBRAZOS	perfeccionar la correcta ejecucion del gesto tecnico
						POSICION	mejoramiento de la posicion del cuerpo y los brazos
						CONTACTO	perfeccionar las diferentes superficies de contacto
						ORIENTACION	perfeccionar la orientacion temporo-espacial en acciones reales de juego
				2	SAQUE	SAQUE BAJO	enseñar o mejorar el saque bajo de diferentes formas de golpeo
						SAQUE LATERAL	enseñar o mejorar el saque lateral de diferentes formas de golpeo
						SAQUE DE TENIS	enseñar o mejorar el saque alto de diferentes formas de golpeo
						CONTATO	perfeccionar las diferentes superficies de contacto
						POSICION	correcion y mejoramiento de la posicion del cuerpo y los brazos
						YEMAS	mejorar la tecnica y posicion de las manos
						ANTEBRAZOS	correcta ejecicion

		TECNICO	DESTREZA	3	PASE	POSICION	posicion dentro del terreno y de todo el cuerpo
						DIRECCION	atrás,adelante, arriba, cerca, lejos ETC
				4	DEFENSA	SALTOS	mejorar los bloqueos, individual y colectivos, y todo tipo de saltos que ayuden el buen desempeño del deportista
						POSICION	mejorar la posicion del cuerpo, individual y colectivamente
						BLOQUEOS	individuales y grupales
				5	ATAQUE O REMATE	SALTOS	mejorar la potencia y ejecicion de los saltos
						POSICION	correcta ejecucion del ataque
						EN ATAQUE	como deben actuar los deportistas en posicion de ataque

VOLEIBOL	**PERFECCIONAMIENTO**	**TACTICO**		**1**	**FORMACION**	**EN DEFENSA**	como deben actuar los deportistas en posicion de defensa
						INDIVIDUAL	cada jugador tendra su rol y sus funciones especificadas individualmente en cada posicion que ocupe
						GRUPAL	todo el grupo debera actuar solido y compacto como un buen equipo
				2	TACTICA INDIVDUAL	**TOMA DE DECISIONES**	cada deportista tendra la capacidad de toma de decisiones en el momento de juego
						MOVIMIENTOS	cada deportista tendra que saber los movimientos a realizar en cualquier roll que este desempeñando
						AREAS DE JUEGO	cada jugador tendra que distinguir sus areas de juego
						MANIPULACION DEL BALON	total control con el elemento
				3	TACTICA COLECTIVA	**SISTEMA DE JUEGO**	plantear y perfeccionar un sistema de juego para todo el equipo
						FORMACION	formacion colectiva he individual de todo el equipo

		TEORICO		**1**	**HISTORIA DEL DEPORTE**	**QUE ES**	auntonomia desde el punto de vista de cada alumno sobre el voleibol
						PARA QUE SIRVE	mejorar sus conocimientos intelectuales sobre el voleibol
						INICIOS DEL DEPORTE EN COLOMBIA	enseñar como empezo el voleibol en colombia
				2	**REGLAMENTACION**	**REGLAS FUNDAMENTALES DEL VOLEIBOL**	enseñar las reglas mas fundamentales del voleibol
						VALORES	dentro de la escuela de formacion los valores son fundamental y parte del reglamento
						REGLAS DENTRO LA ESCUELA DE FORMACION	tener un propio reglamento en la escuela de formacion y cada integrante debera cumlir
				3	**SENTIDO DE PERTENENCIA**	**CUIDADO DE LOS ESCENARIOS**	todos deberan cuidar de los escenarios
						CUIDADO DE LOS MATERIALES	todos deberan cuidar de los materiales
						HONRADEZ	cuido y sentido de pertenencia por las cosas propias y de los demas

		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	**RESPETO**	respeto ante todas las personas
						COMPAÑERISMO	buena relacion con los compañeros
						HUMILDAD	obrar de la mejor manera
						PERSEVERACIA	no decaer ante ninguna situacion
						HONESTIDAD	honestidad ante los compañeos y profesores
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	**ASEO CORPORAL**	tener siempre un buen aseo personal
						ALIMENTACIÓN	llegar bien aimentados a los entrenamientos
						PRESENTACION PERSONAL	tener siempre una buena presentacion personal y su ropa deportiva
						DESCANSO Y SUEÑO	ocupar bien los tiempos de descanso
						EJERCICIO FISICO	tener la mejor disposicion para los entrenamientos
				3	MOTIVACIÓN	**ACTITUD POSITIVA**	llegar siempre dispuestos a cada entrenamiento
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	esfuerzo al maximo y superacion dia a dia

				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	siempre prestanto laq mejor antencion
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	amabilidad y compañerismo
				1	JUEGOS DE INTEGRACION	JUEGOS DE SANA COMPETENCIA	juegos donde se desarrolle la inteaccion social, el trabajo en equipo y la sana competencia
				2	JUEGOS TRADICIONALES	JUEGOS DE PERSECUCION	estos juegos tradicionales se realizaran con el objetivo de que los niños se diviertan y tengan un aprendizaje significativo
						YERMIS	
						CONGELADOS	

		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS			SALTAR LAZO	
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	BAILE	lograr que los niños y adolesentes aprendan de diferentes actividades
						TEATRO	
						VIDEOJUEGOS	
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	CARRERAS DE RELEVOS	buscar una sana competitividad y diversion
						ESTACIONES	buscar una sana competitividad y diversion
						SALTOS CON CUERDA	buscar una sana competitividad y diversion
				5	FESTIVALES RECREATIVOS		

FECHA DE ENTREGA	**27-jul-21**

NOMBRES Y APELLIDOS	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**

MUNICIPIO	**CHIA CUNDINAMARCA**

OBLIGACION 3



INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO
DICIEMBRE



BENEFICIADOS	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Masculino	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
6 AÑOS		1			1										1
7 AÑOS		2			2										2
8 AÑOS	1	4	1		4										5
9 AÑOS	1	2	1		2										3
10 AÑOS		2			2										2
11 AÑOS															0
12 AÑOS		11			11										11
13 AÑOS		15			15										15
14 AÑOS		13			13										13
15 AÑOS		13			13										13
16 AÑOS															0
17 AÑOS															0
TOTALES	2	63	2	0	63	0	0	0	0	0	0	0	0	0	65

OBLIGACION 4

INICIACION

02/12/2021: Optimizar el desarrollo motriz de los niños

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 02/12/2021	**Lugar:**	**Municipio: CHIA**	**Hora:**	**N° de sesión:**		**N° de semana:**
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			**N° de deportistas:**			**Edades:**
INICIACIÓN	x	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: Optimizar el desarrollo motriz de los niños						
Objetivo Especifico: Mejorarr el ritmo y orientación por medio del juego						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	X	justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE				
ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
charla de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**espacio amplio balones**
	llamado a lista	**X**	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	**X**	5	
estatico	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1					
ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
1.Indios y vaqueros maestro dira "indios" o "vaqueros". Sí dice indios, estos escapan y los vaqueros tienen que intentar pillarles, y viceversa. Para evitar ser pillados deberán de llegar hasta una línea que estará dentro de su campo. Cuando un niño consigue pillar a otro suma un punto para su equipo. El equipo que alcance una mayor	Fuerza	Maxima			
		Explosiva		30 min	
	Resistencia	Aerobica	**x**		
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**x**		
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica	**x**		
		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación		**x**		
2. Tierra Mar aire cuando se diga "tierra" los alumnos se pondrán de pie; "aire", darán un salto; y "agua", se tumbarán boca abajo	Equilibrio		x	25 min	**Balones, platillos, malla y espacio**
	Reacción		x		
	Ritmo		x		
	Anticipacion				
	diferenciacion				
	acoplamiento		x		
	Patrones Basicos de Movimiento		**TEMAS**		
			caminar		
			correr		
			saltar		
	Componente teorico		**TEMAS**		
			Juego colectivo		
			Tecnica de recibo	20 min	
			Tecnica de voleo		
			Tecnica pase		
3.cangrejos" o "canguros" y estos deberán de agacharse. De modo que si dice cangrejos, estos tendrán que agacharse. Sí no lo hacen o lo hacen, pero demasiado tarde, quedan descalificados. Del mismo modo, sí se dice canguro y	**Componente Social volutivo**		**TEMAS**		
			Motivacion		
			Control		
			Comprension		
			Aprendizaje		
	Componente recreativo		**TEMAS**		
			Participaion		
			Retribucion		
			Espontaniedad		

PARTE CENTRAL-PARTE 2					**MATERIALES Y RECURSO**
ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	
4. Duelo ambos tienen que intentar tocar al otro y al mismo tiempo evitar ser dados. Sí lo consiguen suman un punto. El niño que alcance una mayor puntuación será el ganador.	**x**		x	**15 min**	**balones, espacio amplio**

PARTE FINAL				**MATERIALES Y RECURSO**
ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	
1.Estiramiento	x	5	dinamico	
2.Retroalimentaciòn de la clase	x	2	tecnicas a corregir	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2		
eas en casa y recomendaciones gene	x	1		

Nombre del formador:	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**
Firma formador	

06/12/2021: Desarrollar el equilibrio por medio del juego

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 06/12/2021	**Lugar:**	**Municipio:CHIA**		**Hora:**	**N° de sesión: 25**	**N° de semana: 9**
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR				**N° de deportistas:**		**Edades:6-8 AÑO**
INICIACIÓN	x	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: : Optimizar el desarrollo motriz de los niños
Objetivo Especifico: Desarrollar el equilibrio por medio del juego
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	X	justicia		Trabajo en equipo	X	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 M**	**MATERIALES Y RECURSO**
Hablarles de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	**X**	**2**	espacio amplio y balones
	llamado a lista	**X**	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	**X**	5	
dinamico	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
En un espacio delimitado, los jugadores, individualmente, se desplacen libremente por el espacio, golpeando el balón con los dedos hacia arriba evitando perder el control de los mismos y chocar con el resto de jugadores.	Fuerza	Maxima		20 min	balones, campo de voley con malla y globos
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica	x		
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	x		
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**
Juego del sambori: realizar saltos con pies juntos, con pies abiertos, a la pata coja siguiendo unos cuadros en el suelo.	Orientación	**x**	30 min
	Equilibrio		
	Reacción	X	
	Ritmo	x	
	Anticipacion	x	
	diferenciacion		
	acoplamiento	x	

Juego la golosa, en donde deberán saltar unos cuadros en un orden especifico	**Patrones Basicos de Movimiento**	**TEMAS**	20 min
		CORRER	
		saltar	
		caminar	
	Componente teorico	**TEMAS**	
		tecnica saque	
		tecnica voleo	
		Coordinacion	
		tecnica pase	
	Componente Social volutivo	**TEMAS**	
		aprendizaje	
		control	
		comprension	
		motivacion	
	Componente recreativo	**TEMAS**	
		distencion	
		espontaniedad	
		retribucion	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
4. Superar obstáculos con balón en mano		**x**	x	**20 min**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2		
Tareas en casa y recomendaciones genera	x	1		

Nombre del formador:	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**
Firma formador	

07/12/2021: Optimizar las capacidades condicionales de los niños

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 07/12/2021	**Lugar:**	**Municipio: CHIA**	**Hora:**	**N° de sesión: 26**	**N° de semana: 9**
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			**N° de deportistas:**		**Edades:**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Optimizar las capacidades condicionales de los niños					
Objetivo Especifico: Optimizar la velocidad por medio del juego					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto		justicia		Trabajo en equipo	X	autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion	x	Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
Hablarles de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**espacio amplio, balones**
	llamado a lista	**X**	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	**X**	5	
dinamico	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
Congelado", al parar la música los niños tienen que mantener la postura en la que se encuentren.	Fuerza	Maxima			
		Explosiva		20 min	
	Resistencia	Aerobica	**x**		
		Anaerobica	**x**		
	Velocidad	Maxima	**x**		
		Desplazamiento			
		Reacciòn	**x**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
"Pato, pato, ganso", el niño al que le toquen la cabeza diciendo la palabra "ganso" tendrá que intentar pillar al otro.	Orientación	**x**	30 min	**balones, campo de voley con malla y globos**
	Equilibrio			
	Reacción	x		
	Ritmo	x		
	Anticipacion	x		
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
		SALTAR		
		correr		
		caminar		
Visuales: en función de una señal. Por ej. "Números", el profesor indicará con las manos el número de niños por agrupamiento.	**Componente teorico**	**TEMAS**	20 min	
		juego colectivo		
		tecnica de recibo		
		tenica de voleo		
		coordinacion		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
		comprension		
		control		
		aprendizaje		
		motivacion		
	Componente recreativo	**TEMAS**		
		retribucion		
		distencion		
		participacion		

PARTE CENTRAL-PARTE 2					**MATERIALES Y RECURSO**
ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	
Dos equipos en cada mitad de la cancha de voleibol. Se juega como si fuera un partido de voleibol, utilizando solo el voleo, pero sin red, debiendo pasar el balón por encima de la cabeza de un contrario.				**20 min**	**balones, espacio amplio**
	x		x		

PARTE FINAL				**MATERIALES Y RECURSO**
ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	
1.Estiramiento	x	5	cefalocaudal	
2.Retroalimentaciòn de la clase	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2		
areas en casa y recomendaciones gener	x	1		

Nombre del formador:	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**
Firma formador	

09/12/2021: Mejorar la tecnica del. Vóleibol

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**09/12/2021**	**Lugar:**	**Municipio:CHIA**	**Hora:**	**N° de sesión:**	**N° de semana: 9**
Nombre del Formador:	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**			**N° de deportistas:**		**Edades:6-8 AÑOS**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Mejorar la tecnica del. Vóleibol						
Objetivo Especifico: Mejorar la defensa						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**		**arcar con x**	**empo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSO**
Hablarles de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase		**X**	**2**	espacio amplio
	llamado a lista		**X**	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular		**X**	5	
dinamico	Calentamiento		**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**	**empo 90 MI**	**balones, campo de voley con maya**
1.El instructor escoge un participante de cada línea los que tratarán de cambiar de lugar, sin ser atrapados por el cocodrilo.	Fuerza	Maxima		20 min	
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	**x**		
	Velocidad	Maxima			
		esplazamient	**x**		
		Reacciòn	**x**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**
2.A la señal del maestro, la primera pareja de alumnos de cada equipo sale y corre hacia la banderita tomados de las manos. Cada vez que el maestro dé una palmada, las parejas que corren dan una vuelta en	Orientación	**x**	30 min
	Equilibrio		
	Reacción	X	
	Ritmo	x	
	Anticipacion	x	
	diferenciacion	x	
	acoplamiento	x	

3.la señal del profesor, el capitán de cada equipo sale corriendo a buscar al primer compañero de la hilera y lo lleva tomado de la mano hasta la línea de llegada, lugar donde permanecerá el capitán. El otro niño regresa hasta la hilera para repetir la acción,	**Patrones Basicos de Movimiento**	**TEMAS**	20 min
		CORRER	
		saltar	
		caminar	
	Componente teorico	**TEMAS**	
		cnica de vole	
		cnica de recil	
		cnica colecti	
		tecnica pase	
	nponente Social voluti	**TEMAS**	
		motivacion	
		aprendizaje	
		control	
		compresion	
	Componente recreativo	**TEMAS**	
		retribucion	
		spontaniedad	
		distension	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
4.A una señal del profesor el primer niño de cada hilera sale corriendo hacia el círculo, recoge las dos pelotas, regresa corriendo a entregárselas al siguiente niño y se incorpora al final de su hilera. El niño que recibe las pelotas corre y las deja dentro del círculo regresando a tocar al próximo compañero.	**x**		X	**20 min**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**iempo 10 MI**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5		
2.Retroalimentaciòn de la clase	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2		
areas en casa y recomendaciones gener	x	1		

Nombre del formador:	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**
Firma formador	

13/12/2021: .Mejorar el saque por medio del juego

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	13/12/2021	Lugar:	Municipio:CHIA	Hora:	N° de sesión:	N° de semana: 9
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR				N° de deportistas:		Edades:6-8 AÑOS
INICIACIÓN	x	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO		
Objetivo General: Mejorar la tecnica del. Vóleibol						
Objetivo Especifico: 1.Mejorar el saque por medio del juego						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES						
Respeto	X	justicia	Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad	Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa				

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE				
ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 Mi	MATERIALES Y RECURSO
Hablarles de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	X	2	espacio amplio
	llamado a lista	X	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	X	5	
dinamico	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1					
ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 Mi	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
1.A la señal del maestro sale el primer niño de cada hilera saltando y bordeando cada bandera; al terminar regresa corriendo y se incorpora al final de su hilera.	Fuerza	Maxima			
		Explosiva		20 min	
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	x		
	Velocidad	Maxima			
		esplazamient	x		
		Reacciòn	x		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		
ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Marcar con x	Tiempo	
2.A la señal del profesor, el primer alumno de cada hilera ejecuta un lanzamiento tratando de dar en la diana y corre a sustituir al alumno que está detrás de esta, quien recoge la pelota, corre a entregarla al que sigue y se incorpora al final de la hilera.	Orientación		x	30 min	balones, campo de voley con maya
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		x		
	Anticipacion		x		
	diferenciacion		x		
	acoplamiento		x		
3.A la señal del profesor, el alumno que tiene la pelota, realizará un lanzamiento tratando de pasar esta a través del aro, e inmediatamente se incorpora al final de su hilera. El primer alumno de la hilera del frente será el encargado de recoger o atrapar la pelota lanzada, y después se colocará detrás de su línea de	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		
			CORRER		
			saltar	20 min	
			caminar		
	Componente teorico		TEMAS		
			tecnica saque		
			tecnica voleo		
			Coordinacion		
			tecnica pase		
	mponente Social voluti		TEMAS		
			aprendizaje		
			control		
			comprension		
			motivacion		
	Componente recreativo		TEMAS		
			distencion		
			spontaniedad		
			retribucion		

PARTE CENTRAL-PARTE 2					MATERIALES Y RECURSO
ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	
4. Superar obstáculos con balón en mano	x		x	20 min	

PARTE FINAL				MATERIALES Y RECURSO
ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MI	Actividades	
1.Estiramiento	x	5		
2.Retroalimentaciòn de la clase	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2		
areas en casa y recomendaciones gener	x	1		

Nombre del formador:	JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR
Firma formador	

14/08/2021: Mejorar la tecnicas del. Vóleibol

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14/12/2021	Lugar:	Municipio:CHIA		Hora:	N° de sesión:	N° de semana: 9
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR				N° de deportistas:		Edades:6-8 AÑOS
INICIACIÓN	x	FUNDAMENTACIÓN			PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Mejorar la tecnica del. Vóleibol						
Objetivo Especifico: Mejorar el pase y recepción						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	X	justicia	x	abajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 M	MATERIALES Y RECURSO
Hablarles de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	X	2	espacio amplio
	llamado a lista	X	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	X	5	
dinamico	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas				MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
1.El balón se pude lanzar a lo largo y ancho del círculo. Dentro de este se encuentra un jugador, el tigre. El intentas tocar o atrapar el balón, de acuerdo a lo que se ha fijado.	Fuerza	Maxima			
		Explosiva		20 min	
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	x		
	Velocidad	Maxima			
		esplazamien	x		
		Reacciòn	x		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
2.Al sonar el silbato los estudiantes deben golpear el balón a la línea marcada o portería la cual está delimitada por dos banderitas.	Orientación	x	30 min	balones, campo de voley con maya
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	x		
	Anticipacion	x		
	diferenciacion	x		
	acoplamiento	x		

3.Cada jugador se sitúa en un punto del círculo y coloca detrás, a unos tres metros de distancia, un palo o piedra. A la señal todos tiran fuertemente de la cuerda con el objetivo de tocar alguna de las piedras.	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		20 min
		CORRER		
		saltar		
		caminar		
	Componente teorico	TEMAS		
		tecnica pase		
		tecnica voleo		
		tecnica saque		
		coordiacion		
	mponente Social voluti	TEMAS		
		comprension		
		motivacion		
		control		
		aprendizaje		
	Componente recreativo	TEMAS		
		spontaniedad		
		distension		
		participacion		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
4.A la señal del maestro, el primer niño de cada hilera corre en dirección al río y lo pasa mediante un salto con una sola pierna, sin pisar el río ni las líneas que lo limitan. Al regreso realiza la misma acción y continúa corriendo para tocar al compañero que espera e incorporarse al final de su hilera.	x		x	20 min	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MI	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	5		
2.Retroalimentaciòn de la clase	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2		
areas en casa y recomendaciones genera	x	1		

Nombre del formador:	JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR
Firma formador	

FUNDAMENTACION

02/12/2021: Mejorar los elementos tecnicos

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 2/12/21	Lugar:	Municipio: CHIA	Hora:	N° de sesión:	N° de semana: 9
Nombre del Formador: JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			N° de deportistas: 25		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Mejorar los elementos tecnicos					
Objetivo Especifico: Mejorar la recepcion					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia	X	Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
charla de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	X	2	espacio amplio
	llamado a lista	X	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	X	5	
Carrera continua	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
Dos equipos con igual número de niños, con los cajones sirviendo de protección. A la señal se levantan de su escondite y realizando el saque de seguridad o tenis intentan tocar a un adversario con el balón.	Fuerza	Maxima	x	20 min	conos, balones, epacio amplio, red, banda elastica
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	x		
	Velocidad	Maxima	x		
		esplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica	x		
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
En parejas uno frente al otro y con un aro en el centro, golpean el balón utilizando el saque e intentando que el balón caiga dentro del mismo.	Orientación	x	30 min
	Equilibrio	x	
	Reacción	x	
	Ritmo	x	
	Anticipacion		
	diferenciacion	x	
	acoplamiento		

ACTIVIDADES			
Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		20 min
	SALTAR		
	caminar		
	correr		
Componente teorico	TEMAS		
	Juego colectivo		
	Tecnica de recibo		
	Tecnica de voleo		
	Tecnica pase		
Componente Social volutivo	TEMAS		
	Motivacion		
	Control		
	Comprension		
	Aprendizaje		
Componente recreativo	TEMAS		
	Participaion		
	Retribucion		
	Espontaniedad		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	x	x	X		
Realizar formas jugadas 3x3. Mejorar el saque por arriba con presicion y la recepcion del saque con antebrazos.				20 min	trabajo en equipo, balones, espacio amplio, malla

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MI	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x		5	espacio amplio, atencion.
2.Retroalimentaciòn de la clase	x		2	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x		2	
areas en casa y recomendaciones gener	x		1	

Nombre del formador:	JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR
Firma formador	

06/12/2021: Mejorar los elementos tecnicos

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	Lugar:	Municipio: CHIA	Hora:	N° de sesión: 25	N° de semana: 9
Nombre del Formador: JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			N° de deportistas:		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Mejorar los elementos tecnicos					
Objetivo Especifico: : Desarrollar y mejorar el saque					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia	X	Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion	x	Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
charla de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	X	2	espacio amplio
	llamado a lista	X	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	X	5	
estatico	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
Cada niño con una bola, se ubica frente a una pared y lanza el balón contra la pared usando el saque con una mano e intenta lanzarla de nuevo cuando esta regresa.	Fuerza	Maxima		30 min	
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica	x		
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	x		
		Reacciòn	x		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
Dos equipos en cada mitad de la cancha de voleibol. Uno de los equipos realiza saques por turno de sus integrantes y el otro apaña el balón, cuando cada miembro realiza dos saques, se cambian los papeles.	Orientación	x	30 min	conos, balones, epacio amplio, campo de voley
	Equilibrio	x		
	Reacción	x		
	Ritmo	x		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	20 min	
		SALTAR		
		caminar		
		correr		
: Dos equipos con igual número de participantes y bolas, se sitúan a cada lado de la línea que separa al campo en dos partes. A la señal todos los niños lanzan los balones utilizando el saque de seguridad al campo contrario.	**Componente teorico**	TEMAS		
		tecnica saque		
		tecnica voleo		
		Coordinacion		
		tecnica pase		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
		aprendizaje		
		control		
		comprension		
		motivacion		
	Componente recreativo	TEMAS		
		distencion		
		espontaniedad		
		retribucion		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Dos equipos con igual número de niños y bolas, se sitúan a cada lado de la línea que separa al campo que en dos partes. A la señal el equipo que posee la bola la lanza contra el otro equipo utilizando el saque de seguridad o saque de tenis intentando tocar a uno de sus miembros. Si el contrario agarra la bola en el aire hará lo mismo. Cada equipo tendrá una zona cementerio detrás del otro equipo.	x		X	10 min	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x		5	espacio amplio, atencion.
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x		2	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x		2	
4. Tareas en casa y recomendaciones	x		1	

Nombre del formador:	JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR
Firma formador	

07/12/2021: Desarrollar el pase en el voleybol

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	Lugar:	Municipio: CHIA	Hora:	N° de sesión:	N° de semana: 9
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			N° de deportistas:		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Mejorar elementos tecnicos					
Objetivo Especifico: Desarrollar el pase en el voleybol					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion	x	Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
charla de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	X	2	espacio amplio
	llamado a lista	X	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	X	5	
estatico	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
: Dos equipos con igual número de niños y bolas, se sitúan a cada lado de la línea que separa al campo que en dos partes. A la señal el equipo que posee la bola la lanza contra el otro equipo utilizando el saque de seguridad o saque de tenis intentando tocar a uno de sus miembros. Si el contrario agarra la bola en el aire hará lo mismo. Cada equipo tendrá una zona cementerio detrás del otro equipo.	Fuerza	Maxima		30 min	conos, balones, epacio amplio, campo de voleyPared, cancha, y balones
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica	x		
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	x		
		Reacciòn	x		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
Dos equipos (cara y cruz) al lado de una línea con una bola por cada pareja. A la voz de "cara o cruz" el grupo nombrado saldrá corriendo mientras el otro agarra las bolas y utilizando el saque de seguridad o de tenis intenta tocar a los del otro equipo con el balón.	Orientación	x	30 min
	Equilibrio	x	
	Reacción	x	
	Ritmo	x	
	Anticipacion		
	diferenciacion		
	acoplamiento		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	20 min
		SALTAR	
		caminar	
		correr	
: Cada niño (a) con una bola. El niño (a) golpeara el balón contra la pared el cual deberá picar en el piso para volver a darle	**Componente teorico**	TEMAS	
		juego colectivo	
		tecnica de recibo	
		tenica de voleo	
		coordinacion	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
		comprension	
		control	
		aprendizaje	
		motivacion	
	Componente recreativo	TEMAS	
		retribucion	
		distencion	
		participacion	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Lineas este juego consiste en realizar grupos de 5 jugadores en donde deberan jugar un partido de voley a 3 points y el equipo perdedor sale y le da espacio a un nuevo equipo	x		x	10 min	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x		5	espacio amplio, atencion.
2.Retroalimentaciòn de la clase	x		2	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x		2	
4. Tareas en casa y recomendaciones	x		1	

Nombre del formador:	JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR
Firma formador	

09/12/2021: Mejorar la defensa en el voleybol

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 09/12/2021	**Lugar:**	**Municipio: CHIA**	**Hora:**	**N° de sesión: 2**	**N° de semana: 9**
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			**N° de deportistas: 25**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Mejorar los elementos tecnicos
Objetivo Especifico:Mejorar la defensa en el voleybol
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia	Trabajo en equ		x	utodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 Mi**	**MATERIALES Y RECURSO**
charla de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**espacio amplio**
	llamado a lista	**X**	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Carrera continua	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 Mi**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
Dos equipos de tres o más niños ubicados frente a frente, a una distancia de 10 metros, tiran continuamente al blanco con los balones utilizando el saque e intentan votar los conos o bolos.	Fuerza	Maxima	**x**	20 min	**conos, balones, epacio amplio, red, banda elastica**
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	**x**		
	Velocidad	Maxima	**x**		
		esplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica	**x**		
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**
lado del pasillo. Cada equipo en su lado. El instructor hace rodar un balón grande por el centro del pasilo, cada jugador trata de golpear el balón utilizando el gesto de saque de seguridad o saque de tenis, cuando pasa por delante de si. Los del equipo situado enfrente recogen los balones y repiten el gesto del saque, cuando se indique se vuelve a lanzar el balón.	Orientación	**x**	30 min
	Equilibrio	x	
	Reacción	x	
	Ritmo	x	
	Anticipacion		
	diferenciacion	x	
	acoplamiento		

Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		20 min
	SALTAR		
	caminar		
	correr		
Componente teorico	**TEMAS**		
	cnica de vole		
	cnica de recil		
	cnica colecti		
	tecnica pase		
Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	motivacion		
	aprendizaje		
	control		
	compresion		
Componente recreativo	**TEMAS**		
	retribucion		
	spontaniedad		
	distension		

Dos equipos en hilera, uno de los niños de cada equipo se coloca sobre el círculo que esta dibujado en el suelo. A la señal, este lanza el balón utilizando el saque intentando que este sobrepase una de las dos banderolas, luego corre rápidamente, pasa por la banderola que tiene al frente y recupera el balón y se lo entrega al siguiente niño quien ya espera en el circulo y este repite la acción. El niño que

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
	x	**x**	X		trabajo en equipo, balones, espacio amplio, malla
Realizar formas jugadas 3x3. Mejorar el saque por arriba con presicion y la recepcion del saque con antebrazos.				**20 min**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 Mi**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x		5	**espacio amplio, atencion.**
2.Retroalimentaciòn de la clase	x		2	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x		2	
reas en casa y recomendaciones gener	x		1	

Nombre del formador:	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**
Firma formador	

13/12/2021: Mejorar la velocidad y flexibilidad

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
.AS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 13/12/21	Lugar:	Municipio: CHIA	Hora:	N° de sesión:	N° de semana: 9
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			N° de deportistas:		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General:Mejorar las capacidades condicionales					
Objetivo Especifico: Mejorar la velocidad y flexibilidad					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
charla de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	X	2	espacio amplio
	llamado a lista	X	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	X	5	
estatico	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
circuito de trabajo con bandas, en el tren superior y estimulando diferentes zonas musculares Activacion Cardiovascular: Alternar ejercicios en el puesto con carreras cortas discontinuas a la malla con salto de bloqueo y regresar (giros de brazos adelante, atras, hombros, sentadillas, elevación rodillas y palmadas, estocadas, saltos	Fuerza	Maxima		30 min	
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica	x		
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	x		
		Reacciòn	x		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
En parejas uno frente al otro y con un aro en el centro, golpean el balón utilizando el saque e intentando que el balón caiga dentro del mismo.	Orientación	x	30 min	
	Equilibrio	x		
	Reacción	x		
	Ritmo	x		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	20 min	conos, balones, epacio amplio, campo de voley
		SALTAR		
		caminar		
		correr		
	Componente teorico	TEMAS		
		tecnica saque		
		tecnica voleo		
		Coordinacion		
		tecnica pase		
Se coloca varias cajas de cartón de diferentes tamaños y cada una de ellas con una puntuación diferente dependiendo de su tamaño, cuanto más grande menos puntos. Los niños desde una distancia de tres metros, lanzan la bola utilizando el saque de seguridad e intentan botar las cajas tratando obtener la mayor cantidad de puntos. Las bolas pueden ser fabricadas por los propios niños (as) con globos rellenos de maíz, frijoles, arroz, etc.	Componente Social volutivo	TEMAS		
		aprendizaje		
		control		
		comprension		
		motivacion		
	Componente recreativo	TEMAS		
		distencion		
		spontaniedad		
		retribucion		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Se colocan 5 conos y utilizando el saque de seguridad se lanza una bola que tenga peso suficiente con el objetivo de tirar el máximo número de bolos o botellas posibles.	x		x	10 min	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	6	5	espacio amplio, atencion.
2.Retroalimentaciòn de la clase	x		2	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x		2	
4. Tareas en casa y recomendaciones	x		1	

Nombre del formador:	JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR
Firma formador	

14/08/2021: Mejorar las capacidades condicionales

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
S DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14/08/2021	Lugar:	Municipio: CHIA	Hora:	N° de sesión:	N° de semana: 9
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO			N° de deportistas: 25		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Mejorar el desarrollo motriz					
Objetivo Especifico: mejorar el acoplamiento y ritmo					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
charla de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	X	2	espacio amplio
	llamado a lista	X	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	X	5	
Carrera continua	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
circuito de trabajo con bandas, en el tren superior y estimulando diferentes zonas musculares	Fuerza	Maxima		20 min	trabajo por parejas, conos, balones, epacio amplio, maya
		Explosiva	x		
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	x		
	Velocidad	Maxima	x		
		Desplazamiento			
		Reacciòn	x		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
CIRCUITO DE COORDINACION Caminar sobre línea recta sin salirse de frente y espalda/ojos cerrados Caminar sobre línea curva sin salirse/ojos cerrados Caminar en zigzag a traves de conos Saltos en zigzag por encima de conos Desplazamiento diagonal adelante atras	Orientación		30 min	
	Equilibrio	x		
	Reacción	x		
	Ritmo	x		
	Anticipacion	x		
	diferenciacion			
	acoplamiento			
Ejercicios control del balón cada deportista realizara de forma individual y en parejas los siguientes ejercicios: • control de antebrazos en el puesto • control de antebrazos con desplazamiento adelante • control de antebrazos en la pared, un brazo, alterno y dos brazos • Control antebrazos en pareja	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	20 min	
		SALTAR		
		correr		
		lateralidad		
	Componente teorico	TEMAS		
		tecnica pase		
		tecnica voleo		
		tecnica saque		
		coordiacion		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
		comprension		
		motivacion		
		control		
		aprendizaje		
	Componente recreativo	TEMAS		
		espontaniedad		
		distension		
		participacion		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	x		X		trabajo en equipo, balones, espacio amplio
Realizar formas jugadas 3x3. Mejorar el saque por arriba con presicion y la recepcion del saque con antebrazos				20 min	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x		5	espacio amplio, atencion.
2.Retroalimentaciòn de la clase	x		2	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x		2	
4. Tareas en casa y recomendaciones	x		1	

Nombre del formador:	JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR
Firma formador	

PERFECCIONAMIENTO

02/12/2021: Se realizó trabajos de motricidad

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**02/12/2021**	**Lugar:**	**Municipio: CHIA**	**Hora:**	**N° de sesión:**	**N° de semana: 9**
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR				**N° de deportistas:**		**Edades:13-17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Mejorar el desarrollo motriz de los adolescentes						
Objetivo Especifico: mejorar la reaccion.						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): mejorar pase y control de antebrazo						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
charla de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**espacio amplio,**
	llamado a lista	**X**	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	**X**	5	
movilidad articular	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
Juego de recibo o voleo por abajo solamente.	Fuerza	Maxima			
		Explosiva	**x**	30 min	
	Resistencia	Aerobica	**x**		
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**x**		
		Reacciòn	**x**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación			
Juego con tareas o condiciones especiales priorizando el recibo.	Equilibrio			
	Reacción		30 min	
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			**balones, campo de volei con la red**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
		SALTAR		
Realizar el recibo en fragmentación de complejo I enfatizando en los diferentes desplazamientos del líbero en las diferentes posiciones.	**Componente teorico**	**TEMAS**		
		Juego colectivo		
		Tecnica de recibo		
		Tecnica de voleo		
		Tecnica pase		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
		Motivacion		
		Control		
		Comprension		
		Aprendizaje		
	Componente recreativo	**TEMAS**		
		Participaion		
		Retribucion		
		Espontaniedad		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
Realizar diferentes tipos de saques contra tiempo para que el líbero juegue su rol en el menor tiempo posible en diferentes posiciones y desplazamientos.	**x**				
				30 min	**balones, campo de volei con la red**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento				
2.Retroalimentaciòn de la clase				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios				
4. Tareas en casa y recomendaciones g				

Nombre del formador:	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**
Firma formador	

06/12/2021: se trabajó la motricidad gruesa

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 06/12/2021	**Lugar:**	**Municipio: CHIA**	**Hora:**	**N° de sesión:**	**N° de semana: 9**
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			**N° de deportistas:**		**Edades:13-17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Mejorar el desarrollo motriz					
Objetivo Especifico:mejorar el ritmo					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Mejorar el control del balon, en golpe de antebrazos y dedos con desplazamiento					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad	X	Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia	X	Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
charla de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**espacio amplio,**
	llamado a lista	**X**	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	**X**	5	
movilidad articular	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
1. El jugador de la defensa del campo se encuentra en estado de alerta producto de un pase vendido, una defensa del saque y del campo que ha ido directamente hacia el terreno contrario.	Fuerza	Maxima			
		Explosiva	**x**		
	Resistencia	Aerobica		30 min	
		Anaerobica	**x**		
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**x**		
		Reacciòn	**x**		
	Flexibilidad	Estatica	**x**		
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	Orientación	**x**		
	Equilibrio	x		
Realizar toque de antebrazos o toques de control a diferentes alturas, en el lugar y con desplazamientos, y también desde la posición de acostado, sentado o agachado.	Reacción	x	30 min	
	Ritmo	x		
	Anticipacion			
	diferenciacion	x		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		**balones, campo de volei con la red**
		Coordinacion		
		caminar		
	Componente teorico	**TEMAS**		
2. En el bloqueo escalonado el jugador de la de la zona 4 está hombro con hombro con el de la zona 3, conociendo que el equipo contrario juega con un gran por ciento con el cruce 23 y el regreso.		**tecnica saque**		
		tecnica voleo		
		Coordinacion		
		tecnica pase		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
		aprendizaje		
		control		
		comprension		
		motivacion		
	Componente recreativo	**TEMAS**		
		distencion		
		espontaniedad		
		retribucion		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
3. El bloqueador central salta al bloqueo a un pase corto y rasante, pero el lugar del salto no es donde está el balón. Este se mueve hacia el lateral derecho y extiende sus brazos hacia donde en realidad está el bolón y llega a bloquear con una sola mano.	**x**				**balones, campo de volei con la red**
				20 min	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	5		
2.Retroalimentaciòn de la clase	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	1		
4. Tareas en casa y recomendaciones g	x	1		

Nombre del formador:	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**
Firma formador	

07/12/2021: se trabajó afianzamiento al balón

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 07/11/2021	**Lugar:**	**Municipio: CHIA**	**Hora:**	**N° de sesión: 26**	**N° de semana: 9**
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			**N° de deportistas:**		**Edades:13-17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Mejorar el desarrollo motriz de los adolescentes					
Objetivo Especifico:Mejorar la orientacion y acoplamiento					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Tecnica base					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion	X	Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia	X	Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
charla de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**espacio amplio,**
	llamado a lista	**X**	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	**X**	5	
movilidad articular	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
En parejas, realizar recibos de balones lanzados con diferente parábola, primero alta y después baja	Fuerza	Maxima			
		Explosiva	**x**		
	Resistencia	Aerobica		30 min	
		Anaerobica	**x**		
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**x**		
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	**x**		
El mismo, pero con parábola tensa y alta de forma alternada.	Equilibrio		30 min	**balones, espacio amplio, campo con la red de voley**
	Reacción	x		
	Ritmo			
	Anticipacion	x		
	diferenciacion	x		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
		SALTAR		
		correr		
		SALTAR		
	Componente teorico	**TEMAS**		
		juego colectivo		
		tecnica de recibo		
		tenica de voleo		
		coordinacion		
Por parejas; sólo trabaja uno de los dos. Consiste en tirar el balón con dificultad, a la izquierda, derecha, de manera que él recepciones de forma forzada.	**Componente Social volutivo**	**TEMAS**	20 min	
		comprension		
		control		
		aprendizaje		
		motivacion		
	Componente recreativo	**TEMAS**		
		retribucion		
		distencion		
		participacion		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

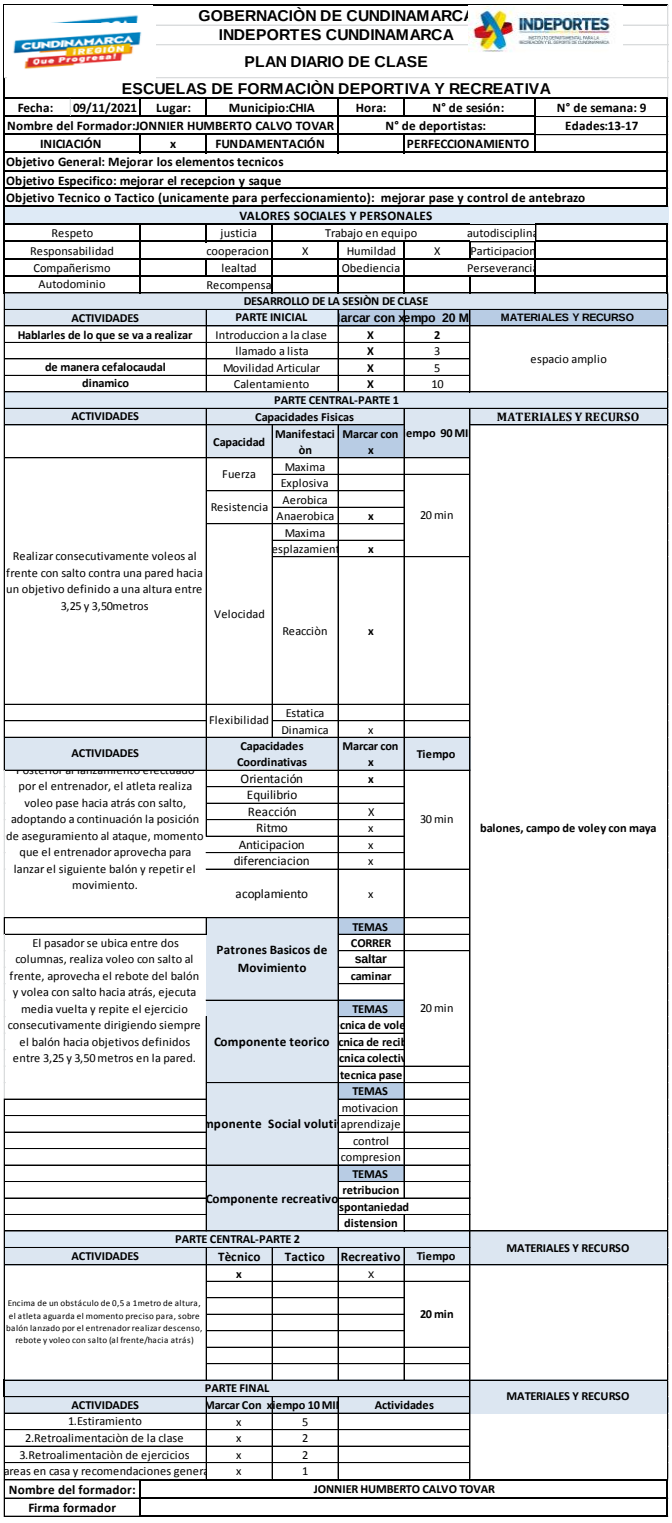
ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Por parejas; uno de los dos tirará a su compañero balones bajos y próximos a él para que practique la caída frontal; que son pases de antebrazos desde el suelo.	**x**	**x**			**balones, espacio amplio, campo con la red de voley**
				20 min	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	5		
2.Retroalimentaciòn de la clase	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones g	x	1		

Nombre del formador:	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**
Firma formador	

09/12/2021: se trabajó en la mejora del bagaje motriz



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 09/11/2021	Lugar:	Municipio:CHIA	Hora:	N° de sesión:	N° de semana: 9
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			N° de deportistas:		Edades:13-17
INICIACIÓN	x	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Mejorar los elementos tecnicos

Objetivo Especifico: mejorar el recepcion y saque

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): mejorar pase y control de antebrazo

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion	X	Humildad	X	Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 Min	MATERIALES Y RECURSO
Hablarles de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	X	2	espacio amplio
	llamado a lista	X	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	X	5	
dinamico	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 Min	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
Realizar consecutivamente voleos al frente con salto contra una pared hacia un objetivo definido a una altura entre 3,25 y 3,50metros	Fuerza	Maxima		20 min	balones, campo de voley con maya
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	x		
	Velocidad	Maxima			
		esplazamient	x		
		Reacciòn	x		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
Posterior al lanzamiento efectuado por el entrenador, el atleta realiza voleo pase hacia atrás con salto, adoptando a continuación la posición de aseguramiento al ataque, momento que el entrenador aprovecha para lanzar el siguiente balón y repetir el movimiento.	Orientación	x	30 min
	Equilibrio		
	Reacción	X	
	Ritmo	x	
	Anticipacion	x	
	diferenciacion	x	
	acoplamiento	x	

El pasador se ubica entre dos columnas, realiza voleo con salto al frente, aprovecha el rebote del balón y volea con salto hacia atrás, ejecuta media vuelta y repite el ejercicio consecutivamente dirigiendo siempre el balón hacia objetivos definidos entre 3,25 y 3,50 metros en la pared.	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
		CORRER	
		saltar	20 min
		caminar	
	Componente teorico	TEMAS	
		cnica de vole	
		cnica de recit	
		cnica colectiv	
		tecnica pase	
	nponente Social voluti	TEMAS	
		motivacion	
		aprendizaje	
		control	
		compresion	
	Componente recreativo	TEMAS	
		retribucion	
		spontaniedad	
		distension	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Encima de un obstáculo de 0,5 a 1metro de altura, el atleta aguarda el momento preciso para, sobre balón lanzado por el entrenador realizar descenso, rebote y voleo con salto (al frente/hacia atrás)	x		X	20 min	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 Min	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	5		
2.Retroalimentaciòn de la clase	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2		
areas en casa y recomendaciones genera	x	1		

Nombre del formador:	JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR
Firma formador	

13/12/2021: se trabajó el pase con diferentes superficies de contacto

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

:LAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 13/12/2021	**Lugar:**	**Municipio:CHIA**	**Hora:**	**N° de sesión:**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			**N° de deportistas:**		**Edades:13-17**
INICIACIÓN	x	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Mejorar las capacidades condicional					
Objetivo Especifico: mejorar la velocidad y flexibilidad					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Mejorar el control del balon, en golpe de antebrazo					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto		justicia	Trabajo en equ	X	utodisciplina		
Responsabilidad		cooperacion		Humildad	X	Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseveranci	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE				
ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**arcar con x**	**empo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSO**
Hablarles de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	**X**	**2**	espacio amplio
	llamado a lista	**X**	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	**X**	5	
dinamico	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1					
ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**	**empo 90 MI**	balones, campo de voley con maya
Realizar ejercicios de menor a mayor intensidad.	Fuerza	Maxima			
		Explosiva		20 min	
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	**x**		
	Velocidad	Maxima			
		esplazamient	**x**		
		Reacciòn	**x**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**
Realizar ejercicios de menor a mayor complejidad	Orientación	**x**	30 min
	Equilibrio		
	Reacción	X	
	Ritmo	x	
	Anticipacion	x	
	diferenciacion	x	
	acoplamiento	x	

	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**	
Incluir técnicas del juego en los ejercicios		**CORRER**	20 min
		saltar	
		caminar	
	Componente teorico	**TEMAS**	
		tecnica saque	
		tecnica volec	
		Coordinacion	
		tecnica pase	
	nponente Social volutl	**TEMAS**	
		aprendizaje	
		control	
		comprension	
		motivacion	
	Componente recreativo	**TEMAS**	
		distencion	
		spontaniedad	
		retribucion	

PARTE CENTRAL-PARTE 2					**MATERIALES Y RECURSO**
ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	
Incluir el balón en los ejercicios.	**x**		x	**20 min**	

PARTE FINAL				**MATERIALES Y RECURSO**
ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**iempo 10 MI**	**Actividades**	
1.Estiramiento	x	5		
2.Retroalimentaciòn de la clase	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2		
areas en casa y recomendaciones genera	x	1		

Nombre del formador:	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**
Firma formador	

14/08/2021: se trabajó el acoplamiento hacia el elemento y técnicas base

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
:LAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	14/12/2021	Lugar:	Municipio:CHIA	Hora:	N° de sesión:	N° de semana:
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR				N° de deportistas:		Edades:13-17
INICIACIÓN	x	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO		
Objetivo General: Mejorar las capacidades condicionales						
Objetivo Especifico:Mejorar la resistencia cardiovascular						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Tecnica base						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia	x	abajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion	X	Humildad	X	Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia	X	Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 Mi	MATERIALES Y RECURSO
Hablarles de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	X	2	espacio amplio
	llamado a lista	X	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	X	5	
dinamico	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 Mi	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
Para realizar este ejercicio el entrenador se sitúa en la zona tres o zona de pase, le lanzara de 10 a 15 balones al alumno para que este realice ataque consecutivos.	Fuerza	Maxima			
		Explosiva		20 min	
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	x		
	Velocidad	Maxima			
		esplazamient	x		
		Reacciòn	x		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
Comenzando en el centro del terreno X, despasarse hasta 1 y realizar defensa, después desplazarse a X de ahí a 2 y realice un bloqueo tratando de no tocar la red, desplazarse a X, de ahí a 3 y realizar defensa, desplazarse a X de ahí a 4 y realizar saque en salto y terminar en X.	Orientación	x	30 min	balones, campo de voley con maya
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	x		
	Anticipacion	x		
	diferenciacion	x		
	acoplamiento	x		

Empiece con saque en suspensión en el punto X, al aterrizar corra hasta el punto 1 para cubrir la línea, acelere hasta el punto 2, remate con salto y aterrice, corra entonces hasta el punto 3, bloquee en elevación y aterrice, regrese luego al punto 4 para cubrir el lateral derecho, finalmente acelere hasta el punto 5 y remate en suspensión.	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
		CORRER	20 min
		saltar	
		caminar	
	Componente teorico	TEMAS	
		tecnica pase	
		tecnica voleo	
		tecnica saque	
		coordiacion	
	nponente Social voluti	TEMAS	
		comprension	
		motivacion	
		control	
		aprendizaje	
	Componente recreativo	TEMAS	
		espontaniedad	
		distension	
		participacion	

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo
Empiece en el centro de la red, iniciando por X. desde una posición de partida de carrera, salte y acelere hasta el punto 1, realizando un remate. Al aterrizar gire y corra de vuelta a X, colóquese en posición de partida en carrera, salte y acelera hasta el punto 3, y de regreso a X. haga lo mismo hasta el pu8nto 4, y volver.	x		X	20 min

PARTE FINAL — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 Mi	Actividades
1.Estiramiento	x	5	
2.Retroalimentaciòn de la clase	x	2	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2	
areas en casa y recomendaciones genera	x	1	

Nombre del formador:	JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR
Firma formador	

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**DICIEMBRE**	**MUNICIPIO: CHIA**	
LUGAR:				**COLISEO**	**HORARIO DE PRACTICA:**	
NIVEL				**INICIACIÓN**	**FUNDAMENTACIÒN**	**PERFECCIONAMIENTO**
CLASES				**DICIEMBRE**	**DICIEMBRE**	**DICIEMBRE**
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	X		
			RESPONSABILIDAD	X		X
			COMPAÑERISMO		X	
			JUSTICIA			
			COOPERACION		X	X
			LEALTAD			
			TRABAJO EN EQUIPO	X	X	X
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD			X
			OBEDIENCIA	X		X
			AUTODISCIPLINA	X	X	X
			PARTICIPACIÓN		X	
			PERSEVERANCIA	X		
			AUTODOMINIO		X	
			RECOMPENSA			
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON	x	x	x
			MOVILIDAD ARTICULAR	x	x	x
			CALENTAMIENTO	x	x	x
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	X	X	
			RITMO	X	X	x
			EQUILIBRIO	X	X	x
			ORIENTACION	X	X	x
			DIFERENCIACION	X	X	x
			REACCIÓN	X	X	x
			ADAPTACIÓN	X	X	x
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA			x
			VELOCIDAD	x	x	x
			FLEXIBILIDAD	x	x	x
			RESISTENCIA	x	x	x
		ELEMENTOS TÉCNICOS	RECEPCION	x	x	x
			SAQUE	x	x	x
			PASE	x	x	x
			DEFENSA	x	x	x
		ELEMENTOS TACTICOS	TACTICA COLECTIVA		x	x
			TACTICA INDIVIDUAL	X	x	x
			FORMACION		x	x
			ESTRATEGIAS		X	x
			ANTEBRAZO	X	x	x
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	X	x	x
			JUEGOS TRADICIONALES	X	X	
			ACTIVIDADES ARTISTICAS	X		
			CIRCUITOS RECREATIVOS	X		
			FESTIVALES RECREATIVOS	x	x	x
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	x	x	x
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	x	x	x

FIRMA FORMADOR:

JONNIER HUMERTO CALVO

INDEPORTES

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO ***FAISULI MARTINEZ BAQUERO***, Mayor de edad, Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. ***52.063.254*** Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y Apellidos ***ANGIE KATHERIN HERRERA MARTINEZ***, con Tarjeta de identidad No ***1.016.833.874*** a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los **TRES (3)** días del mes de ***Septiembre*** del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

_____.
Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. ***52.063.254***_____

TELÉFONO ***311 245 0034*** _____

DIRECCIÓN ***Cra 14 A No. 7 23 casa 8 Ibaro II***



Huella

Scanned by TapScanner

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO Juliana Amparo Gómez Sanchez ,Mayor de edad, Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 52'770.312 Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos Valentina Montenegro Gómez , con Tarjeta de identidad No 1'014.860.466 a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los Catorce (14) días del mes de Septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR- DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 52'770.312

TELÉFONO 320-406-77-20

DIRECCIÓN CL 8 # 4-57

Huella

Scanned by TapScanner

INDEPORTES

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO Angie Paola Meneses Sánchez ,Mayor de edad,
Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 1030580197 Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos María Alejandra Arévalo Meneses ,
con Tarjeta de identidad No 1030577949 a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los Seis (6) días del mes de Septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

_____.
Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 1030580197

TELÉFONO 3003944357

DIRECCIÓN Vda la Balsa

Huella

Scanned by TapScanner

INDEPORTES

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO Luz Maria León Sanchez, Mayor de edad,
Identificado (a) con la cedula ciudadanía No 35503475 Autorizo a mi menor
hijo(a) de nombres y apellidos Juana Sofia Pobas,
con Tarjeta de identidad No 1.111.511.584 a participar en
el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES
CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en
el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los Catorce (14) días del mes de Septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Luz M. León.
Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 35503475

TELÉFONO 3152389134

DIRECCIÓN Kra 14h N. 7-46 Ibaro 2

Huella

CUNDINAMARCA
Que Progresa!

/CundiGob a CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

Sede Administrativa

www.indeportescundinamarca.gov.co

Scanned by TapScanner

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO maribel calcño vera ,Mayor de edad, Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 1072640694 Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos Brivid Gisel Beltran calcño , con Tarjeta de identidad No 1072651071 a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los_____ ( ) días del mes de _____del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 1072640694

TELÉFONO 3205319327

DIRECCIÓN U. Tagua

Huella

CUNDINAMARCA
Que Progresa!

/CundiGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co
Calle 26 # 51 - 53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa Torre Beneficencia Piso 5°
Código Postal 111321 Teléfono 749 1205
www.indeportescundinamarca.gov.co

Scanned by TapScanner

INDEPORTES

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"

AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO JUAN CARLOS HERRERA ARDILA, Mayor de edad, identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 80'399'592 Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos JULIANA MARIA HERRERA BARACALDO, con Tarjeta de identidad No 1023482204 a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los SEIS (6) días del mes de DICIEMBRE del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 80'399'592

TELÉFONO 3197729636

DIRECCIÓN CL 17 A N 3-03 C 2

Huella

Scanned by TapScanner

AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO Nancy ofir Rebayo Villamil ,Mayor de edad, Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 52083829 Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos Angie Tatiana León Rebayo , con Tarjeta de identidad No 1069362006 a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los Nueve (9) *días del mes de* Septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 52083829

TELÉFONO 3175124150

DIRECCIÓN Calle 17 N°1B-73 Chía

Huella

Scanned by TapScanner

INDEPORTES

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO Luz Mery Palacios Lopez, Mayor de edad,
Identificado (a) con la cedula ciudadania No 52324985 Autorizo a mi menor
hijo(a) de nombres y apellidos Alison Valeria Bautista Palacios,
con Tarjeta de identidad No 1021658404 a participar en
el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES
CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en
el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los seis (6) días del mes de septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Firma del padre-~~madre~~ o acudiente

C.C. No 52.324.985 Bta

TELÉFONO 3138995192.

DIRECCIÓN Vda Tiquiza.

Huella

Scanned by TapScanner

INDEPORTES

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO Mónica Arrieta Molina ,Mayor de edad, Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 52646926 Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos Mariana Jaramillo A , con Tarjeta de identidad No 1034519742 a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los 9 (9) días del mes de Septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Mónica Arrieta M.

Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 52646926

TELÉFONO 3166219551

DIRECCIÓN Cll 6 # 2B - 28

Huella

CUNDINAMARCA
Que Progresa!

@CundiGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

Sede Administrativa

Scanned by TapScanner

INDEPORTES

INSTITUTO DE FOMENTO PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO Mónica Carolina Herrera ,Mayor de edad, Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 52 547 574 Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos Mariana Gutierrez Herrera con Tarjeta de identidad No 1013591469 a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los 9 nueve (9) días del mes de septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 52'547.574

TELÉFONO 3183615650

DIRECCIÓN Calle 21 #14-80 G4



Huella

Scanned by TapScanner

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO Carlos Quiroz Cardenas ,Mayor de edad, Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 11'203.872 Chía, Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos Juana Valeria Quiroz Sastoque, con Tarjeta de identidad No 1072655476 a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los Nueve (9) días del mes de Septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Carlos Quiroz C.

Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 11203872

TELÉFONO 310 3464694

DIRECCIÓN Cra 7ª #5B-71 int 05



Huella

Scanned by TapScanner

INDEPORTES

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO ANGELICA MARTINEZ CORONADO ,Mayor de edad, Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 35.197.900
Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos María Juliana Bueno Martinez
con Tarjeta de identidad No 1072651031 a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los 9 (9) días del mes de Septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

ANGELICA MARTINEZ C.
Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 35.197.900

TELÉFONO 313-4257422

DIRECCIÓN Cra 8B # 28.5 Chia

Huella

Scanned by TapScanner

INDEPORTES

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO Carina Hernandez Torres, Mayor de edad, Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 52 218941 Btá Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos Samantha Lasso Hernández, con Tarjeta de identidad No 1.073.482.385 Chia a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los Nueve (9) días del mes de Septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 52218941 Btá

TELÉFONO 3102191534.

DIRECCIÓN Vda Bojaca San Germán C9

Huella

Scanned by TapScanner

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO PAOLA ANDREA HURTADO RAMIREZ, Mayor de edad, Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 1072665328 Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos EVELYN MARIANA RAMIREZ H, con Tarjeta de identidad No 1072660869 a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los 06 ( ) días del mes de septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 1072665328.

TELÉFONO 3125226443.

DIRECCIÓN Verda Bajaca.

Huella

Scanned by TapScanner

INDEPORTES

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"

AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO Elizabeth Hernández Castoque ,Mayor de edad, Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 1071638058 Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos Yoncy Katherine Martínez Hernandez con Tarjeta de identidad No 1072655151 a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los seis (6) días del mes de septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 1071638058

TELÉFONO 3142247388

DIRECCIÓN kr7#6-16 int 4

Huella

Scanned by TapScanner

INDEPORTES

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO Martha Alarcón R ,Mayor de edad,
Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 52.077454 Autorizo a mi menor
hijo(a) de nombres y apellidos Mariana Rubio Alarcón ,
con Tarjeta de identidad No 113 269 380 a participar en
el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES
CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en
el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los Diez (10) días del mes de Septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 52077.454

TELÉFONO 313-8480044

DIRECCIÓN Car 4 # 5A 36 Chia

Huella

Scanned by TapScanner

INDEPORTES

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO Jesús Miranda ,Mayor de edad, Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 79984369 Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos María José Rugeles Chacón, con Tarjeta de identidad No 1014863648 a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA. ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que. en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los Trece (13) días del mes de Septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 79984369

TELÉFONO 3135416557

DIRECCIÓN Cra 3 #22-01



Huella

Scanned by TapScanner

INDEPORTES

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO Luis alfonso segura navarro ,Mayor de edad, Identificado (a) con la cedula ciudadania No. 1012699273 Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos laura valetina segura montenegro , con Tarjeta de identidad No 1028941588 a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los Trece (13) días del mes de septrembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Luis Segura .
Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 1072649273

TELÉFONO 3133287702 - 3203350682

DIRECCIÓN Boyaca

Huella

CUNDINAMARCA REGIÓN Que Progresa!

/CundiGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa - Torre Beneficencia Piso 5°
Código Postal: 111321 – Teléfono: 749 1205
www.indeportescundinamarca.gov.co

Scanned by TapScanner

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO Alexander Camargo Cárdenas, Mayor de edad, Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 80.401.493 Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos Luciana Antonella Camargo Martinez, con Tarjeta de identidad No 1016601823 a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los 6 (6) días del mes de Septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 80.401.493

TELÉFONO 3115626033

DIRECCIÓN K 14 D Bis #7-20

Huella

CUNDINAMARCA
Que Progresa!

/CundiGov @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

Sede Administrativa

www.indeportescundinamarca.gov.co

Scanned by TapScanner

INDEPORTES

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"

AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO Andrea Ortega Calvo ,Mayor de edad, Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 35479415 Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos Amelia Prieto Ortega , con Tarjeta de identidad No 1072706850 a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los 06 (06) días del mes de septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Abuela .

Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 35479415

TELÉFONO 3212227114

DIRECCIÓN Kr 3A #5A-71

Huella

Scanned by TapScanner

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO Yovley Katherine Amezquita Romero ,Mayor de edad, Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 1072642733 Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos Jeshua Hernandez Amezquita , con Tarjeta de identidad No 1141127047 a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los Seis (6) días del mes de Septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 1072642733

TELÉFONO 3046602766

DIRECCIÓN Cra 6 #21-79 C.6



Huella

Scanned by TapScanner

INDEPORTES

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO Yorley Katherine Amezquita Romero, Mayor de edad, Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 1072642733 Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos Sharon Abril Hernandez Amezquita con Tarjeta de identidad No 1072668911 a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los Seis (6) días del mes de Septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 1072642733

TELÉFONO 3046602766

DIRECCIÓN Cra 6 # 21-79 C.6

Huella

Scanned by TapScanner

INDEPORTES

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"

AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO Jonathan Leonardo Cely Carrillo ,Mayor de edad, Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 1074131310 Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos Sara Mariana Cely Torres , con Tarjeta de identidad No 1011220444 a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los 09 ( ) días del mes de Septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

_____.

Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 1074131310

TELÉFONO 3004935761

DIRECCIÓN Kra 2 #32-63

Huella

CUNDINAMARCA

Que Progresa!

/CundiGob @CundinamarcaGob

www.cundinamarca.gov.co

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa - Torre Beneficencia Piso 5
Código Postal 111321 Teléfono 749 1205
www.indeportescundinamarca.gov.co

Scanned by TapScanner

INDEPORTES

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO María Mónica Barrera Garzón ,Mayor de edad, Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 1013579719 Bogotá Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos Alan Durell Amezquita Barrera, con Tarjeta de identidad No 1073484599. a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los 09 ( ) días del mes de septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

María Mónica Barrera.
Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 1013579719 Bogotá

TELÉFONO 3144614675.

DIRECCIÓN Cra 2B N°5-28 el Carro.

Huella

Scanned by TapScanner

DEPORTE FORMATIVO

"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO ALEJANDRA TRIANA ,Mayor de edad,
Identificado (a) con la cedula ciudadania No 53 000 799 Autorizo a mi menor
hijo(a) de nombres y apellidos JUANITA MICHAEL TRIANA ,
con Tarjeta de identidad No 1016 279754 a participar en
el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los CATORCE (14) días del mes de SEPTIEMBRE del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 53.000.799

TELÉFONO 317 6601423

DIRECCIÓN CRA 5 #13-58 APTO 503



Huella

CUNDINAMARCA
Que Progresa!

/CundiGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa - Torre Beneficencia Piso 5°.
Código Postal: 111321 – Teléfono: 749 1205
www.indeportescundinamarca.gov.co

Scanned by TapScanner

INDEPORTES

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO Carlos Ramos, Mayor de edad, Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 6566537 Autorizo a mi menor hijo(a) de nombres y apellidos Melany Isabella Ramos h., con Tarjeta de identidad No 1072705745 a participar en el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición de garantes que ostentan como padres).

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los Trece (13) días del mes de Septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Carlos Ramos
Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 6566537

TELÉFONO 3114537312

DIRECCIÓN Cra 9 # 9-20 int 3



Huella

Scanned by TapScanner

INDEPORTES

DEPORTE FORMATIVO
"ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA"
AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN

YO Carlos Ramos, Mayor de edad,
Identificado (a) con la cedula ciudadanía No. 6566537 Autorizo a mi menor
hijo(a) de nombres y apellidos Valeria Ramos,
con Tarjeta de identidad No 1072 701 785 a participar en
el Programa de ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE INDEPORTES
CUNDINAMARCA, ubicada en el municipio de **CHIA** CUNDINAMARCA, en el sector urbano, en
el Deporte de **VOLEIBOL**.

Que certifico que mi hijo(a) se encuentra en condiciones médicas y de salud óptimas para realizar las actividades propias del Deporte en el que va participar.

Que, en calidad de Padre, Madre y/o Tutor asumo y siempre asumiré la posición de garante que tengo con mi menor hijo(a) y esta manera declaró que reconozco la indemnidad para INDEPORTES CUNDINAMARCA (los padres tutores del niño(a) mantendrán libre a INDEPORTES CUNDINAMARCA de cualquier daño o perjuicio originado en relaciones de terceros y siempre asumirán la posición **de garantes que ostentan como padres)**.

Así las cosas se conocen y aceptan todas y cada una de lo estipulado en este escrito, y en constancia se firma en el municipio de **CHIA**, a los 13 trece (13) días del mes de Septiembre del año dos mil veintiuno (2021)

ANEXAR DOCUMENTO DE IDENTIDA DEL MENOR Y EPS.

Carlos Ramos
Firma del padre-madre o acudiente

C.C. No. 6566537

TELÉFONO 3114537312

DIRECCIÓN cra 9 # 9-26 int 3

Huella

Scanned by TapScanner

OBLIGACION 6

- Se obtuvo un 56% de asistencias en la categoría de iniciación

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL: INICIACION

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	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	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	JUANITA MENDEZ TRIANA		0				0	1		1				1	1																		6	4	2	67%
2	ALAN ARREL AMEZQUITA BARRERA		1				0	0		1				0	0																		6	2	4	33%
3	AMELIA PRIETO ORTERGA		0				1	0		0				0	0																		6	1	5	17%
4	ISABELA HERNANDEZ		0				1	1		1				1	1																		6	5	1	83%
5	LUCIANA MONTOYA MARTINEZ		1				1	0		1				1	1																		6	5	1	83%
6	SOFIA RUIZ		0				0	0		0				0	0																		6	0	6	0%
7	VICTORIA MOLINA CARREÑO		1				1	1		1				1	1																		6	6	0	100%
8	ISSABELLA GUTIERREZ TOVAR		0				1	1		1				1	0																		6	4	2	67%
9																																	0	0	TOTALIDAD	56%

Se obtuvo un 61% de asisitencias en en la categoría de fundamentacion

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL: FUNDAMENTACIO..

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	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	26	27	28	29	30	31	#SESIONES PROGRAMADAS MES	#SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	JESHUA HERNANDEZ AMESQUITA		0				1	1		0				0	0																		6	2	4	33%
2	SARA MARIANA CELIS TORRES		1				1	0		1				0	1																		6	4	2	67%
3	SHARON ABRIL HERNANDEZ AMEZQUITA		0				0	1		0				1	1																		6	3	3	50%
4	VALERIA HERNANDEZ		1				1	1		1				0	0																		6	4	2	67%
5	MARIA FERNANDA RUIZ RAMIREZ		0				1	1		0				0	1																		6	3	3	50%
6	MA ALEJANDRA AREVALO MENESES		1				1	0		1				1	0																		6	4	2	67%
7	VALERIA PAEZ PINILLA		0				0	1		1				1	1																		6	4	2	67%
8	MARIANA RUBIO		1				1	0		0				1	1																		6	4	2	67%
9	ANA ISABEL DURAN LINARES		1				1	0		0				0	0																		6	2	4	33%
10	MARIA ISABEL MEJIA REYES		1				1	1		1				1	0																		6	5	1	83%
11	VALENTINA MONTALVO CORTES		1				0	0		1				1	1																		6	4	2	67%
12	ARIANA SOFIA RODRIGUEZ		0				1	1		0				0	1																		6	3	3	50%
13	SARA GUTIERREZ ROBAYO		1				0	1		1				1	0																		6	4	2	67%
14	MARIANA VERA		1				1	1		0				1	1																		6	5	1	83%
15	MARIA ALEJANDRA LATORRE		0				0	0		1				0	1																		6	2	4	33%
16	MARIANA GARCIA		1				0	1		1				1	1																		6	5	1	83%
17																																			TOTALIDAD	60%

Se obtuvo un 60% de asistencias en la categoría de perfeccionamiento



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL: PERFECCIONAMIEN...



No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	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	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	ESTEFANIA RAMOS MARROQUIN		1				0	1		0				1	0																		6	3	3	50%
2	MARIA JULIANA BUENO M		1				1	0		1				1	1																		6	5	1	83%
3	SARA MARIA HERRERA BARACALDO		0				0	1		0				1	0																		6	2	4	33%
4	SARA SOFIA HURTADO		1				1	0		1				1	0																		6	4	2	67%
5	MARIA CAMILA PINZON BERNAL		1				1	1		0				1	1																		6	5	1	83%
6	DANIELA SILVA LEITON		0				1	0		1				1	1																		6	4	2	67%
7	FRANCY KATHERINE MARTINEZ H		1				0	0		1				1	0																		6	3	3	50%
8	LAURA CAMILA FUENTES		1				1	0		0				1	1																		6	4	2	67%
9	GABRIELA APONTE		0				0	1		1				1	1																		6	4	2	67%
10	ISABELLA OJEDA MARTINEZ		0				1	0		1				0	1																		6	3	3	50%
11	SAMANTHA LASSO HERNANDEZ		1				0	0		0				1	1																		6	3	3	50%
12	VALERIA ZAMBRANO		1				0	0		1				1	0																		6	3	3	50%
13	ANGIE NATALIA GONZALEZ RAQUIRA		0				1	1		0				1	1																		6	4	2	67%
14	KAREN JULIANA CASTILLO BARRETO		1				1	1		0				1	0																		6	4	2	67%
15	NATALIA ANDREA CUBILLOS		0				1	0		1				0	1																		6	3	3	50%
16	ANA VICTORIA LOPEZ SUTA		1				0	0		0				1	0																		6	2	4	33%
17	HEISY KAROL VALENTINA CASTRO BRITO		1				0	1		1				1	1																		6	5	1	83%
18	ANGIE KATHERINE HERRERA MARTINEZ		0				1	0		0				0	1																		6	2	4	33%
19	KAREN VANESSA GALEANO CORREA		1				1	0		1				1	1																		6	5	1	83%
20	LAURA NICOLL JIMENEZ		1				1	1		0				0	1																		6	4	2	67%
21	LAURA ALEXANDRA SANTANA MONTAÑO		1				0	1		1				1	0																		6	4	2	67%
22	MA ALEJANDRA PUENTES BIOCHERO		1				1	0		1				0	1																		6	4	2	67%
23	MA PAULA FERNANDEZ		0				1	0		0				0	1																		6	2	4	33%
24	MA PAULA RODRIGUEZ LEON		0				0	1		1				0	0																		6	2	4	33%
25	TANIA JINETH HERNANDEZ SIERRA		1				1	0		1				1	0																		6	4	2	67%
26	LAURA CAMILA RINCON		0				1	0		0				1	1																		6	3	3	50%
27	KAREN LIZETH REY BECERRA		0				0	0		1				1	1																		6	3	3	50%
28	LINA SOFIA ORTEGIN RODRIGUEZ		1				1	0		1				1	0																		6	4	2	67%
29	KAROL VANESA CLAVIJO AMEZQUITA		0				0	1		0				1	1																		6	3	3	50%
30	CINDRA NASAYO ALMARIO		1				0	0		1				1	0																		6	3	3	50%
31	MARIANA LOZANO		1				1	1		1				1	1																		6	6	0	100%
32	ADA SARAY MORALES BERNAL		0				0G	1		1				0	0																		5	2	3	40%
33	ANGIE LEON		0				1	1		0				0	0																		6	2	4	33%
34	NICOLLE GOMEZ		1				1	1		1				0	1																		6	5	1	83%
35	GABRIELA GARZON		1				0	1		1				1	0																		6	4	2	67%
36	JUANA GONZALEZ		0				1	1		1				1	0																		6	4	2	67%
37	JUANITA VALENZUELA		1				1	1		0				1	0																		6	4	2	67%
38	KATHY VISCAINO		1				1	0		1				1	1																		6	5	1	83%
39	NATALIA CASTILLO GARCIA		0				0	1		0				1	0																		6	2	4	33%
40	ANA MARIA DIAZ BARBOSA		1				0	1		0				1	0																		6	3	3	50%
41	SOFIA CORREA LLANOS		1				1	1		0				1	1																		6	5	1	83%
42																																			TOTAL	60%

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES

ACTIVIDAD:	**VOLEIBOL**	**FECHA:**	30-sep-21
MUNICIPIO:	**CHIA**	**PROGRAMA O COMPONENTE:**	DEPORTE FORMATIVO Y ESCOLAR
RESPONSABLE:	**JONNIER CALVO**		CATEGORIA INICIACION

	NOMBRE Y APELLIDOS	GENERO			RANGO DE EDAD (años)					GRUPO ETNICO						DISCAPACIDAD			VICTIMA CONFLICTO ARMADO		Correo Electrónico	Teléfono y/o Celular (del acudiente cuando aplique)	N° Identificación	FIRMA
		Masculino	Femenino	LGBTIQ+	0-5	De 6 a 11	De 12 a 17	18-28	29-59	Mayor 60	Afro	Palenquero	Raizal	Indigena	Ninguno	Otro	Fisica	Cognitiva	Sensorial	Si	No				
1	JUANITA MENDEZ TRIANA		X			X															X	N/A	3176601423	1016599954	
2	ALAN ARREL AMEZQUITA BARRERA	X				X															X	N/A	3046602766		
3	AMELIA PRIETO ORTERGA		X			X															X	N/A	3212227114	1072706850	
4	ISABELA HERNANDEZ		X			X															X	N/A	3228016123	1072705745	
5	LUCIANA MONTOYA MARTINEZ		X			X															X	N/A	3115626033	1016601823	
6	SOFIA RUIZ		X			X															X	N/A	3046602766		
7	VICTORIA MOLINA CARREÑO		X			X															X	N/A	3228016123		
8	ISSABELLA GUTIERREZ TOVAR		X			X															X	N/A		107271018	
9																									
10																									
11																									
12																									
13																									
14																									
15																									
16																									
17																									
18																									
19																									
20																									
21																									
22																									
23																									
24																									

Los datos suministrados por el usuario son tratados con absoluta confidencialidad y se utilizaran exclusivamente con el objetivo para lo que fueron solicitados. Ley 1581 de 2012

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES

ACTIVIDAD:	VOLEIBOL	FECHA:	30-sep-21
MUNICIPIO:	CHIA	PROGRAMA O COMPONENTE:	DEPORTE FORMATIVO Y ESCOLAR
RESPONSABLE:	JONNIER CALVO		CATEGORIA FUNDAMENTACION

	NOMBRE Y APELLIDOS	GENERO			RANGO DE EDAD (años)					GRUPO ETNICO						DISCAPACIDAD			VICTIMA CONFLICTO ARMADO		Correo Electrónico	Teléfono y/o Celular (del acudiente cuando aplique)	N° Identificación	FIRMA
		Masculino	Femenino	LGBTIQ+	0-5	De 6 a 11	De 12 a 17	18-28	29-59	Mayor 60	Afro	Palenquero	Raizal	Indigena	Ninguno	Otro	Fisica	Cognitiva	Sensorial	Si	No				
1	JESHUA HERNANDEZ AMESQUITA	X				X															X		1141127047	1016599954	
2	SARA MARIANA CELIS TORRES		X			X															X			1011220444	
3	SHARON ABRIL HERNANDEZ AMEZQUITA		X			X															X		3046602766	1072668911	
4	VALERIA HERNANDEZ		X			X															X		3228016123		
5	MARIA FERNANDA RUIZ RAMIREZ		X				X														X				
6	MA ALEJANDRA AREVALO MENESES		X				X														X				
7	VALERIA PAEZ PINILLA		X				X														X				
8	MARIANA RUBIO		X				X														X				
9	ANA ISABEL DURAN LINARES		X				X														X				
10	MARIA ISABEL MEJIA REYES		X				X														X				
11	VALENTINA MONTALVO CORTES		X				X														X				
12	ARIANA SOFIA RODRIGUEZ		X				X														X				
13	SARA GUTIERREZ ROBAYO		X				X														X				
14	MARIANA VERA		X				X														X				
15	MARIA ALEJANDRA LATORRE		X				X														X				
16	MARIANA GARCIA		X				X														X				
17																									
18																									
19																									
20																									
21																									
22																									
23																									
24																									

Los datos suministrados por el usuario son tratados con absoluta confidencialidad y se utilizaran exclusivamente con el objetivo para lo que fueron solicitados. Ley 1581 de 2012

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES

ACTIVIDAD:	VOLEIBOL	FECHA:	OCTUBRE
MUNICIPIO:	CHIA	PROGRAMA O COMPONENTE:	DEPORTE FORMATIVO Y ESCOLAR
RESPONSABLE:	JONNIER CALVO		CATEGORIA PERFECCIONMIENTO

	NOMBRE Y APELLIDOS	GENERO			RANGO DE EDAD (años)						GRUPO ETNICO						DISCAPACIDAD			VICTIMA CONFLICTO ARMADO		Correo Electrónico	Teléfono y/o Celular (del acudiente cuando aplique)	N° Identificación	FIRMA
		Masculino	Femenino	LGBTIQ+	0-5	De 6 a 11	De 12 a 17	18-28	29-59	Mayor 60	Afro	Palenquero	Raizal	Indigena	Ninguno	Otro	Fisica	Cognitiva	Sensorial	Si	No				
1	TANIA JINETH HERNANDEZ SIERRA		X				X														X				
2	LAURA CAMILA RINCON		X				X														X				
3	KAREN LIZETH REY BECERRA		X				X														X				
4	LINA SOFIA ORTEGIN RODRIGUEZ		X				X														X				
5	KAROL VANESA CLAVIJO AMEZQUITA		X				X														X				
6	CINDRA NASAYO ALMARIO		X				X														X				
7	MARIANA LOZANO		X				X														X				
8	ADA SARAY MORALES BERNAL		X				X														X				
9	ANGIE LEON		X				X														X				
10	NICOLLE GOMEZ		X				X														X				
11	GABRIELA GARZON		X				X														X				
12	JUANA GONZALEZ		X				X														X				
13	JUANITA VALENZUELA		X				X														X				
14	KATHY VISCAINO		X				X														X				
15	NATALIA CASTILLO GARCIA		X				X														X				
16	ANA MARIA DIAZ BARBOSA		X				X														X				
17	SOFIA CORREA LLANOS		X				X														X				
18			X				X														X				
19			X				X														X				
20			X				X														X				
21			X				X														X				
22			X				X														X				
23			X				X														X				
24			X				X														X				

Los datos suministrados por el usuario son tratados con absoluta confidencialidad y se utilizaran exclusivamente con el objetivo para lo que fueron solicitados. Ley 1581 de 2012

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES

ACTIVIDAD:	VOLEIBOL	FECHA:	OCTUBRE
MUNICIPIO:	CHIA	PROGRAMA O COMPONENTE:	DEPORTE FORMATIVO Y ESCOLAR
RESPONSABLE:	JONNIER CALVO		CATEGORIA PERFECCIONMIENTO

	NOMBRE Y APELLIDOS	GENERO			RANGO DE EDAD (años)						GRUPO ETNICO						DISCAPACIDAD			VICTIMA CONFLICTO ARMADO		Correo Electrónico	Teléfono y/o Celular (del acudiente cuando aplique)	N° Identificación	FIRMA
		Masculino	Femenino	LGBTIQ+	0-5	De 6 a 11	De 12 a 17	18-28	29-59	Mayor 60	Afro	Palenquero	Raizal	Indigena	Ninguno	Otro	Fisica	Cognitiva	Sensorial	Si	No				
1	ESTEFANIA RAMOS MARROQUIN		X				X														X				
2	MARIA JULIANA BUENO M		X				X														X				
3	SARA MARIA HERRERA BARACALDO		X				X														X				
4	SARA SOFIA HURTADO		X				X														X				
5	MARIA CAMILA PINZON BERNAL		X				X														X				
6	DANIELA SILVA LEITON		X				X														X				
7	FRANCY KATHERINE MARTINEZ H		X				X														X				
8	LAURA CAMILA FUENTES		X				X														X				
9	GABRIELA APONTE		X				X														X				
10	ISABELLA OJEDA MARTINEZ		X				X														X				
11	SAMANTHA LASSO HERNANDEZ		X				X														X				
12	VALERIA ZAMBRANO		X				X														X				
13	ANGIE NATALIA GONZALEZ RAQUIRA		X				X														X				
14	KAREN JULIANA CASTILLO BARRETO		X				X														X				
15	NATALIA ANDREA CUBILLOS		X				X														X				
16	ANA VICTORIA LOPEZ SUTA		X				X														X				
17	HEISY KAROL VALENTINA CASTRO BRITO		X				X														X				
18	ANGIE KATHERINE		X				X														X				
19	KAREN VANESSA GALEANO CORREA		X				X														X				
20	LAURA NICOLL JIMENEZ		X				X														X				
21	LAURA ALEXANDRA SANTANA MONTAÑO		X				X														X				
22	MA ALEJANDRA PUENTES BIOCHERO		X				X														X				
23	MA PAULA FERNANDEZ		X				X														X				
24	MA PAULA RODRIGUEZ LEON		X				X														X				

Los datos suministrados por el usuario son tratados con absoluta confidencialidad y se utilizaran exclusivamente con el objetivo para lo que fueron solicitados. Ley 1581 de 2012

OBLIGACION 7

INICIACION

02/12/2021: Optimizar el desarrollo motriz de los niños

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 02/12/2021	**Lugar:**	**Municipio: CHIA**	**Hora:**	**N° de sesión:**		**N° de semana:**
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			**N° de deportistas:**			**Edades:**
INICIACIÓN	x	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: Optimizar el desarrollo motriz de los niños						
Objetivo Especifico: Mejorarr el ritmo y orientación por medio del juego						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	X	justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
charla de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**espacio amplio balones**
	llamado a lista	**X**	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	**X**	5	
estatico	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
1.indios y vaqueros maestro dira "indios" o "vaqueros". Sí dice indios, estos escapan y los vaqueros tienen que intentar pillarles, y viceversa. Para evitar ser pillados deberán de llegar hasta una línea que estará dentro de su campo. Cuando un niño consigue pillar a otro suma un punto para su equipo. El equipo que alcance una mayor	Fuerza	Maxima			**Balones, platillos, malla y espacio**
		Explosiva		30 min	
	Resistencia	Aerobica	**x**		
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**x**		
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica	**x**		
		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**
	Orientación	**x**	
2. Tierra Mar aire cuando se diga "tierra" los alumnos se pondrán de pie; "aire", darán un salto; y "agua", se tumbarán boca abajo	Equilibrio	x	25 min
	Reacción	x	
	Ritmo	x	
	Anticipacion		
	diferenciacion		
	acoplamiento	x	
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**	
		caminar	
		correr	
		saltar	
	Componente teorico	**TEMAS**	
		Juego colectivo	
		Tecnica de recibo	20 min
		Tecnica de voleo	
		Tecnica pase	
3.cangrejos" o "canguros" y estos deberán de agacharse. De modo que si dice cangrejos, estos tendrán que agacharse. Sí no lo hacen o lo hacen, pero demasiado tarde, quedan descalificados. Del mismo modo, sí se dice canguro y	**Componente Social volutivo**	**TEMAS**	
		Motivacion	
		Control	
		Comprension	
		Aprendizaje	
	Componente recreativo	**TEMAS**	
		Participaion	
		Retribucion	
		Espontaniedad	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
4. Duelo ambos tienen que intentar tocar al otro y al mismo tiempo evitar ser dados. Sí lo consiguen suman un punto. El niño que alcance una mayor puntuación será el ganador.	**x**		x	**15 min**	**balones, espacio amplio**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5	dinamico	
2.Retroalimentaciòn de la clase	x	2	tecnicas a corregir	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2		
eas en casa y recomendaciones gene	x	1		

Nombre del formador:	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**
Firma formador	

06/12/2021: Desarrollar el equilibrio por medio del juego

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 06/12/2021	**Lugar:**	**Municipio:CHIA**		**Hora:**	**N° de sesión: 25**	**N° de semana: 9**
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR				**N° de deportistas:**		**Edades:6-8 AÑO**
INICIACIÓN	x	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: : Optimizar el desarrollo motriz de los niños
Objetivo Especifico: Desarrollar el equilibrio por medio del juego
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	X	justicia		Trabajo en equipo	X	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 M**	**MATERIALES Y RECURSO**
Hablarles de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	**X**	**2**	espacio amplio y balones
	llamado a lista	**X**	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	**X**	5	
dinamico	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MI**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
En un espacio delimitado, los jugadores, individualmente, se desplacen libremente por el espacio, golpeando el balón con los dedos hacia arriba evitando perder el control de los mismos y chocar con el resto de jugadores.	Fuerza	Maxima		20 min	balones, campo de voley con malla y globos
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica	x		
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	x		
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**
Juego del sambori: realizar saltos con pies juntos, con pies abiertos, a la pata coja siguiendo unos cuadros en el suelo.	Orientación	**x**	30 min
	Equilibrio		
	Reacción	X	
	Ritmo	x	
	Anticipacion	x	
	diferenciacion		
	acoplamiento	x	

Juego la golosa, en donde deberán saltar unos cuadros en un orden especifico	**Patrones Basicos de Movimiento**	**TEMAS**	20 min
		CORRER	
		saltar	
		caminar	
	Componente teorico	**TEMAS**	
		tecnica saque	
		tecnica voleo	
		Coordinacion	
		tecnica pase	
	Componente Social volutivo	**TEMAS**	
		aprendizaje	
		control	
		comprension	
		motivacion	
	Componente recreativo	**TEMAS**	
		distencion	
		espontaniedad	
		retribucion	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
4. Superar obstáculos con balón en mano		**x**	x	**20 min**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5		
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2		
Tareas en casa y recomendaciones genera	x	1		

Nombre del formador:	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**
Firma formador	

07/12/2021: Optimizar las capacidades condicionales de los niños

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 07/12/2021	**Lugar:**	**Municipio: CHIA**	**Hora:**	**N° de sesión: 26**	**N° de semana: 9**
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			**N° de deportistas:**		**Edades:**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Optimizar las capacidades condicionales de los niños					
Objetivo Especifico: Optimizar la velocidad por medio del juego					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto		justicia		Trabajo en equipo	X	autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion	x	Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
Hablarles de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**espacio amplio, balones**
	llamado a lista	**X**	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	**X**	5	
dinamico	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
Congelado", al parar la música los niños tienen que mantener la postura en la que se encuentren.	Fuerza	Maxima			
		Explosiva		20 min	
	Resistencia	Aerobica	**x**		
		Anaerobica	**x**		
	Velocidad	Maxima	**x**		
		Desplazamiento			
		Reacciòn	**x**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
"Pato, pato, ganso", el niño al que le toquen la cabeza diciendo la palabra "ganso" tendrá que intentar pillar al otro.	Orientación	**x**	30 min	**balones, campo de voley con malla y globos**
	Equilibrio			
	Reacción	x		
	Ritmo	x		
	Anticipacion	x		
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
		SALTAR		
		correr		
		caminar		
Visuales: en función de una señal. Por ej. "Números", el profesor indicará con las manos el número de niños por agrupamiento.	**Componente teorico**	**TEMAS**	20 min	
		juego colectivo		
		tecnica de recibo		
		tenica de voleo		
		coordinacion		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
		comprension		
		control		
		aprendizaje		
		motivacion		
	Componente recreativo	**TEMAS**		
		retribucion		
		distencion		
		participacion		

PARTE CENTRAL-PARTE 2					**MATERIALES Y RECURSO**
ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	
Dos equipos en cada mitad de la cancha de voleibol. Se juega como si fuera un partido de voleibol, utilizando solo el voleo, pero sin red, debiendo pasar el balón por encima de la cabeza de un contrario.				**20 min**	**balones, espacio amplio**
	x		x		

PARTE FINAL				**MATERIALES Y RECURSO**
ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	
1.Estiramiento	x	5	cefalocaudal	
2.Retroalimentaciòn de la clase	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2		
areas en casa y recomendaciones gener	x	1		

Nombre del formador:	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**
Firma formador	

09/12/2021: Mejorar la tecnica del. Vóleibol

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**09/12/2021**	**Lugar:**	**Municipio:CHIA**	**Hora:**	**N° de sesión:**	**N° de semana: 9**
Nombre del Formador:	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**			**N° de deportistas:**		**Edades:6-8 AÑOS**
INICIACIÓN	**x**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Mejorar la tecnica del. Vóleibol						
Objetivo Especifico: Mejorar la defensa						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**		**arcar con x**	**empo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSO**
Hablarles de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase		**X**	**2**	espacio amplio
	llamado a lista		**X**	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular		**X**	5	
dinamico	Calentamiento		**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**	**empo 90 MI**	**balones, campo de voley con maya**
1.El instructor escoge un participante de cada línea los que tratarán de cambiar de lugar, sin ser atrapados por el cocodrilo.	Fuerza	Maxima		20 min	
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	**x**		
	Velocidad	Maxima			
		esplazamient	**x**		
		Reacciòn	**x**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**
2.A la señal del maestro, la primera pareja de alumnos de cada equipo sale y corre hacia la banderita tomados de las manos. Cada vez que el maestro dé una palmada, las parejas que corren dan una vuelta en	Orientación	**x**	30 min
	Equilibrio		
	Reacción	X	
	Ritmo	x	
	Anticipacion	x	
	diferenciacion	x	
	acoplamiento	x	

3.la señal del profesor, el capitán de cada equipo sale corriendo a buscar al primer compañero de la hilera y lo lleva tomado de la mano hasta la línea de llegada, lugar donde permanecerá el capitán. El otro niño regresa hasta la hilera para repetir la acción,	**Patrones Basicos de Movimiento**	**TEMAS**	20 min
		CORRER	
		saltar	
		caminar	
	Componente teorico	**TEMAS**	
		cnica de vole	
		cnica de recil	
		cnica colecti	
		tecnica pase	
	nponente Social voluti	**TEMAS**	
		motivacion	
		aprendizaje	
		control	
		compresion	
	Componente recreativo	**TEMAS**	
		retribucion	
		spontaniedad	
		distension	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
4.A una señal del profesor el primer niño de cada hilera sale corriendo hacia el círculo, recoge las dos pelotas, regresa corriendo a entregárselas al siguiente niño y se incorpora al final de su hilera. El niño que recibe las pelotas corre y las deja dentro del círculo regresando a tocar al próximo compañero.	**x**		X	**20 min**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**iempo 10 MI**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x	5		
2.Retroalimentaciòn de la clase	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2		
areas en casa y recomendaciones gener	x	1		

Nombre del formador:	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**
Firma formador	

13/12/2021: .Mejorar el saque por medio del juego

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	13/12/2021	Lugar:	Municipio:CHIA	Hora:	N° de sesión:	N° de semana: 9
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR				N° de deportistas:		Edades:6-8 AÑOS
INICIACIÓN	x	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO		
Objetivo General: Mejorar la tecnica del. Vóleibol						
Objetivo Especifico: 1.Mejorar el saque por medio del juego						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES						
Respeto	X	justicia	Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad	Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia	Perseverancia	
Autodominio	x	Recompensa				

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE				
ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 Mi	MATERIALES Y RECURSO
Hablarles de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	X	2	espacio amplio
	llamado a lista	X	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	X	5	
dinamico	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1					
ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 Mi	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
1.A la señal del maestro sale el primer niño de cada hilera saltando y bordeando cada bandera; al terminar regresa corriendo y se incorpora al final de su hilera.	Fuerza	Maxima			
		Explosiva		20 min	
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	x		
	Velocidad	Maxima			
		esplazamient	x		
		Reacciòn	x		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		
ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Marcar con x	Tiempo	
2.A la señal del profesor, el primer alumno de cada hilera ejecuta un lanzamiento tratando de dar en la diana y corre a sustituir al alumno que está detrás de esta, quien recoge la pelota, corre a entregarla al que sigue y se incorpora al final de la hilera.	Orientación		x	30 min	balones, campo de voley con maya
	Equilibrio				
	Reacción		X		
	Ritmo		x		
	Anticipacion		x		
	diferenciacion		x		
	acoplamiento		x		
3.A la señal del profesor, el alumno que tiene la pelota, realizará un lanzamiento tratando de pasar esta a través del aro, e inmediatamente se incorpora al final de su hilera. El primer alumno de la hilera del frente será el encargado de recoger o atrapar la pelota lanzada, y después se colocará detrás de su línea de	Patrones Basicos de Movimiento		TEMAS		
			CORRER		
			saltar	20 min	
			caminar		
	Componente teorico		TEMAS		
			tecnica saque		
			tecnica voleo		
			Coordinacion		
			tecnica pase		
	mponente Social voluti		TEMAS		
			aprendizaje		
			control		
			comprension		
			motivacion		
	Componente recreativo		TEMAS		
			distencion		
			spontaniedad		
			retribucion		

PARTE CENTRAL-PARTE 2					MATERIALES Y RECURSO
ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	
4. Superar obstáculos con balón en mano	x		x	20 min	

PARTE FINAL				MATERIALES Y RECURSO
ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MI	Actividades	
1.Estiramiento	x	5		
2.Retroalimentaciòn de la clase	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2		
areas en casa y recomendaciones gener	x	1		

Nombre del formador:	JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR
Firma formador	

14/08/2021: Mejorar la tecnicas del. Vóleibol

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14/12/2021	Lugar:	Municipio:CHIA		Hora:	N° de sesión:	N° de semana: 9
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR				N° de deportistas:		Edades:6-8 AÑOS
INICIACIÓN	x	FUNDAMENTACIÓN			PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Mejorar la tecnica del. Vóleibol						
Objetivo Especifico: Mejorar el pase y recepción						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	X	justicia	x	abajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	X	cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 M	MATERIALES Y RECURSO
Hablarles de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	X	2	espacio amplio
	llamado a lista	X	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	X	5	
dinamico	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas				MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
1.El balón se pude lanzar a lo largo y ancho del círculo. Dentro de este se encuentra un jugador, el tigre. El intentas tocar o atrapar el balón, de acuerdo a lo que se ha fijado.	Fuerza	Maxima			
		Explosiva		20 min	
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	x		
	Velocidad	Maxima			
		esplazamien	x		
		Reacciòn	x		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
2.Al sonar el silbato los estudiantes deben golpear el balón a la línea marcada o portería la cual está delimitada por dos banderitas.	Orientación	x	30 min	balones, campo de voley con maya
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	x		
	Anticipacion	x		
	diferenciacion	x		
	acoplamiento	x		

3.Cada jugador se sitúa en un punto del círculo y coloca detrás, a unos tres metros de distancia, un palo o piedra. A la señal todos tiran fuertemente de la cuerda con el objetivo de tocar alguna de las piedras.	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		20 min
		CORRER		
		saltar		
		caminar		
	Componente teorico	TEMAS		
		tecnica pase		
		tecnica voleo		
		tecnica saque		
		coordiacion		
	mponente Social voluti	TEMAS		
		comprension		
		motivacion		
		control		
		aprendizaje		
	Componente recreativo	TEMAS		
		spontaniedad		
		distension		
		participacion		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
4.A la señal del maestro, el primer niño de cada hilera corre en dirección al río y lo pasa mediante un salto con una sola pierna, sin pisar el río ni las líneas que lo limitan. Al regreso realiza la misma acción y continúa corriendo para tocar al compañero que espera e incorporarse al final de su hilera.	x		x	20 min	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MI	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	5		
2.Retroalimentaciòn de la clase	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2		
areas en casa y recomendaciones genera	x	1		

Nombre del formador:	JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR
Firma formador	

FUNDAMENTACION

02/12/2021: Mejorar los elementos tecnicos

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 2/12/21	Lugar:	Municipio: CHIA	Hora:	N° de sesión:	N° de semana: 9
Nombre del Formador: JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			N° de deportistas: 25		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Mejorar los elementos tecnicos					
Objetivo Especifico: Mejorar la recepcion					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia	X	Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad	x	Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
charla de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	X	2	espacio amplio
	llamado a lista	X	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	X	5	
Carrera continua	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
Dos equipos con igual número de niños, con los cajones sirviendo de protección. A la señal se levantan de su escondite y realizando el saque de seguridad o tenis intentan tocar a un adversario con el balón.	Fuerza	Maxima	x	20 min	conos, balones, epacio amplio, red, banda elastica
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	x		
	Velocidad	Maxima	x		
		esplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica	x		
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
En parejas uno frente al otro y con un aro en el centro, golpean el balón utilizando el saque e intentando que el balón caiga dentro del mismo.	Orientación	x	30 min
	Equilibrio	x	
	Reacción	x	
	Ritmo	x	
	Anticipacion		
	diferenciacion	x	
	acoplamiento		

ACTIVIDADES			
Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS		20 min
	SALTAR		
	caminar		
	correr		
Componente teorico	TEMAS		
	Juego colectivo		
	Tecnica de recibo		
	Tecnica de voleo		
	Tecnica pase		
Componente Social volutivo	TEMAS		
	Motivacion		
	Control		
	Comprension		
	Aprendizaje		
Componente recreativo	TEMAS		
	Participaion		
	Retribucion		
	Espontaniedad		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	x	x	X		
Realizar formas jugadas 3x3. Mejorar el saque por arriba con presicion y la recepcion del saque con antebrazos.				20 min	trabajo en equipo, balones, espacio amplio, malla

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MI	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x		5	espacio amplio, atencion.
2.Retroalimentaciòn de la clase	x		2	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x		2	
areas en casa y recomendaciones gener	x		1	

Nombre del formador:	JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR
Firma formador	

06/12/2021: Mejorar los elementos tecnicos

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	Lugar:	Municipio: CHIA	Hora:	N° de sesión: 25	N° de semana: 9
Nombre del Formador: JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			N° de deportistas:		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Mejorar los elementos tecnicos					
Objetivo Especifico: : Desarrollar y mejorar el saque					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia	X	Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion	x	Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
charla de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	X	2	espacio amplio
	llamado a lista	X	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	X	5	
estatico	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
Cada niño con una bola, se ubica frente a una pared y lanza el balón contra la pared usando el saque con una mano e intenta lanzarla de nuevo cuando esta regresa.	Fuerza	Maxima		30 min	
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica	x		
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	x		
		Reacciòn	x		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
Dos equipos en cada mitad de la cancha de voleibol. Uno de los equipos realiza saques por turno de sus integrantes y el otro apaña el balón, cuando cada miembro realiza dos saques, se cambian los papeles.	Orientación	x	30 min	conos, balones, epacio amplio, campo de voley
	Equilibrio	x		
	Reacción	x		
	Ritmo	x		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	20 min	
		SALTAR		
		caminar		
		correr		
: Dos equipos con igual número de participantes y bolas, se sitúan a cada lado de la línea que separa al campo en dos partes. A la señal todos los niños lanzan los balones utilizando el saque de seguridad al campo contrario.	**Componente teorico**	TEMAS		
		tecnica saque		
		tecnica voleo		
		Coordinacion		
		tecnica pase		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
		aprendizaje		
		control		
		comprension		
		motivacion		
	Componente recreativo	TEMAS		
		distencion		
		espontaniedad		
		retribucion		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Dos equipos con igual número de niños y bolas, se sitúan a cada lado de la línea que separa al campo que en dos partes. A la señal el equipo que posee la bola la lanza contra el otro equipo utilizando el saque de seguridad o saque de tenis intentando tocar a uno de sus miembros. Si el contrario agarra la bola en el aire hará lo mismo. Cada equipo tendrá una zona cementerio detrás del otro equipo.	x		X	10 min	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x		5	espacio amplio, atencion.
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	x		2	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x		2	
4. Tareas en casa y recomendaciones	x		1	

Nombre del formador:	JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR
Firma formador	

07/12/2021: Desarrollar el pase en el voleybol

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	Lugar:	Municipio: CHIA	Hora:	N° de sesión:	N° de semana: 9
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			N° de deportistas:		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Mejorar elementos tecnicos					
Objetivo Especifico: Desarrollar el pase en el voleybol					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion	x	Humildad		Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
charla de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	X	2	espacio amplio
	llamado a lista	X	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	X	5	
estatico	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
: Dos equipos con igual número de niños y bolas, se sitúan a cada lado de la línea que separa al campo que en dos partes. A la señal el equipo que posee la bola la lanza contra el otro equipo utilizando el saque de seguridad o saque de tenis intentando tocar a uno de sus miembros. Si el contrario agarra la bola en el aire hará lo mismo. Cada equipo tendrá una zona cementerio detrás del otro equipo.	Fuerza	Maxima		30 min	conos, balones, epacio amplio, campo de voleyPared, cancha, y balones
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica	x		
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	x		
		Reacciòn	x		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
Dos equipos (cara y cruz) al lado de una línea con una bola por cada pareja. A la voz de "cara o cruz" el grupo nombrado saldrá corriendo mientras el otro agarra las bolas y utilizando el saque de seguridad o de tenis intenta tocar a los del otro equipo con el balón.	Orientación	x	30 min
	Equilibrio	x	
	Reacción	x	
	Ritmo	x	
	Anticipacion		
	diferenciacion		
	acoplamiento		
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	20 min
		SALTAR	
		caminar	
		correr	
: Cada niño (a) con una bola. El niño (a) golpeara el balón contra la pared el cual deberá picar en el piso para volver a darle	**Componente teorico**	TEMAS	
		juego colectivo	
		tecnica de recibo	
		tenica de voleo	
		coordinacion	
	Componente Social volutivo	TEMAS	
		comprension	
		control	
		aprendizaje	
		motivacion	
	Componente recreativo	TEMAS	
		retribucion	
		distencion	
		participacion	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Lineas este juego consiste en realizar grupos de 5 jugadores en donde deberan jugar un partido de voley a 3 points y el equipo perdedor sale y le da espacio a un nuevo equipo	x		x	10 min	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x		5	espacio amplio, atencion.
2.Retroalimentaciòn de la clase	x		2	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x		2	
4. Tareas en casa y recomendaciones	x		1	

Nombre del formador:	JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR
Firma formador	

09/12/2021: Mejorar la defensa en el voleybol

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 09/12/2021	**Lugar:**	**Municipio: CHIA**	**Hora:**	**N° de sesión: 2**	**N° de semana: 9**
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			**N° de deportistas: 25**		**Edades:**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General:Mejorar los elementos tecnicos
Objetivo Especifico:Mejorar la defensa en el voleybol
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia	Trabajo en equ		x	utodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 Mi**	**MATERIALES Y RECURSO**
charla de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**espacio amplio**
	llamado a lista	**X**	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	**X**	5	
Carrera continua	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 Mi**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
Dos equipos de tres o más niños ubicados frente a frente, a una distancia de 10 metros, tiran continuamente al blanco con los balones utilizando el saque e intentan votar los conos o bolos.	Fuerza	Maxima	**x**	20 min	**conos, balones, epacio amplio, red, banda elastica**
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	**x**		
	Velocidad	Maxima	**x**		
		esplazamiento			
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica	**x**		
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**
lado del pasillo. Cada equipo en su lado. El instructor hace rodar un balón grande por el centro del pasilo, cada jugador trata de golpear el balón utilizando el gesto de saque de seguridad o saque de tenis, cuando pasa por delante de si. Los del equipo situado enfrente recogen los balones y repiten el gesto del saque, cuando se indique se vuelve a lanzar el balón.	Orientación	**x**	30 min
	Equilibrio	x	
	Reacción	x	
	Ritmo	x	
	Anticipacion		
	diferenciacion	x	
	acoplamiento		

Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		20 min
	SALTAR		
	caminar		
	correr		
Componente teorico	**TEMAS**		
	cnica de vole		
	cnica de recil		
	cnica colecti		
	tecnica pase		
Componente Social volutivo	**TEMAS**		
	motivacion		
	aprendizaje		
	control		
	compresion		
Componente recreativo	**TEMAS**		
	retribucion		
	spontaniedad		
	distension		

Dos equipos en hilera, uno de los niños de cada equipo se coloca sobre el círculo que esta dibujado en el suelo. A la señal, este lanza el balón utilizando el saque intentando que este sobrepase una de las dos banderolas, luego corre rápidamente, pasa por la banderola que tiene al frente y recupera el balón y se lo entrega al siguiente niño quien ya espera en el circulo y este repite la acción. El niño que

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
	x	**x**	X		trabajo en equipo, balones, espacio amplio, malla
Realizar formas jugadas 3x3. Mejorar el saque por arriba con presicion y la recepcion del saque con antebrazos.				**20 min**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 Mi**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	x		5	**espacio amplio, atencion.**
2.Retroalimentaciòn de la clase	x		2	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x		2	
reas en casa y recomendaciones gener	x		1	

Nombre del formador:	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**
Firma formador	

13/12/2021: Mejorar la velocidad y flexibilidad

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
.AS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 13/12/21	Lugar:	Municipio: CHIA	Hora:	N° de sesión:	N° de semana: 9
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			N° de deportistas:		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General:Mejorar las capacidades condicionales					
Objetivo Especifico: Mejorar la velocidad y flexibilidad					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia	x	Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
charla de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	X	2	espacio amplio
	llamado a lista	X	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	X	5	
estatico	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
circuito de trabajo con bandas, en el tren superior y estimulando diferentes zonas musculares Activacion Cardiovascular: Alternar ejercicios en el puesto con carreras cortas discontinuas a la malla con salto de bloqueo y regresar (giros de brazos adelante, atras, hombros, sentadillas, elevación rodillas y palmadas, estocadas, saltos	Fuerza	Maxima		30 min	
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica	x		
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	x		
		Reacciòn	x		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
En parejas uno frente al otro y con un aro en el centro, golpean el balón utilizando el saque e intentando que el balón caiga dentro del mismo.	Orientación	x	30 min	
	Equilibrio	x		
	Reacción	x		
	Ritmo	x		
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	20 min	conos, balones, epacio amplio, campo de voley
		SALTAR		
		caminar		
		correr		
	Componente teorico	TEMAS		
		tecnica saque		
		tecnica voleo		
		Coordinacion		
		tecnica pase		
Se coloca varias cajas de cartón de diferentes tamaños y cada una de ellas con una puntuación diferente dependiendo de su tamaño, cuanto más grande menos puntos. Los niños desde una distancia de tres metros, lanzan la bola utilizando el saque de seguridad e intentan botar las cajas tratando obtener la mayor cantidad de puntos. Las bolas pueden ser fabricadas por los propios niños (as) con globos rellenos de maíz, frijoles, arroz, etc.	Componente Social volutivo	TEMAS		
		aprendizaje		
		control		
		comprension		
		motivacion		
	Componente recreativo	TEMAS		
		distencion		
		spontaniedad		
		retribucion		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Se colocan 5 conos y utilizando el saque de seguridad se lanza una bola que tenga peso suficiente con el objetivo de tirar el máximo número de bolos o botellas posibles.	x		x	10 min	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	6	5	espacio amplio, atencion.
2.Retroalimentaciòn de la clase	x		2	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x		2	
4. Tareas en casa y recomendaciones	x		1	

Nombre del formador:	JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR
Firma formador	

14/08/2021: Mejorar las capacidades condicionales

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
S DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 14/08/2021	Lugar:	Municipio: CHIA	Hora:	N° de sesión:	N° de semana: 9
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO			N° de deportistas: 25		Edades:
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo General: Mejorar el desarrollo motriz					
Objetivo Especifico: mejorar el acoplamiento y ritmo					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo	x	autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion	x	Humildad	x	Participacion	x
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
charla de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	X	2	espacio amplio
	llamado a lista	X	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	X	5	
Carrera continua	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
circuito de trabajo con bandas, en el tren superior y estimulando diferentes zonas musculares	Fuerza	Maxima		20 min	trabajo por parejas, conos, balones, epacio amplio, maya
		Explosiva	x		
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	x		
	Velocidad	Maxima	x		
		Desplazamiento			
		Reacciòn	x		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
CIRCUITO DE COORDINACION Caminar sobre línea recta sin salirse de frente y espalda/ojos cerrados Caminar sobre línea curva sin salirse/ojos cerrados Caminar en zigzag a traves de conos Saltos en zigzag por encima de conos Desplazamiento diagonal adelante atras	Orientación		30 min	
	Equilibrio	x		
	Reacción	x		
	Ritmo	x		
	Anticipacion	x		
	diferenciacion			
	acoplamiento			
Ejercicios control del balón cada deportista realizara de forma individual y en parejas los siguientes ejercicios: • control de antebrazos en el puesto • control de antebrazos con desplazamiento adelante • control de antebrazos en la pared, un brazo, alterno y dos brazos • Control antebrazos en pareja	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	20 min	
		SALTAR		
		correr		
		lateralidad		
	Componente teorico	TEMAS		
		tecnica pase		
		tecnica voleo		
		tecnica saque		
		coordiacion		
	Componente Social volutivo	TEMAS		
		comprension		
		motivacion		
		control		
		aprendizaje		
	Componente recreativo	TEMAS		
		espontaniedad		
		distension		
		participacion		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	x		X		trabajo en equipo, balones, espacio amplio
Realizar formas jugadas 3x3. Mejorar el saque por arriba con presicion y la recepcion del saque con antebrazos				20 min	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x		5	espacio amplio, atencion.
2.Retroalimentaciòn de la clase	x		2	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x		2	
4. Tareas en casa y recomendaciones	x		1	

Nombre del formador:	JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR
Firma formador	

PERFECCIONAMIENTO

02/12/2021: Se realizó trabajos de motricidad

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**02/12/2021**	**Lugar:**	**Municipio: CHIA**	**Hora:**	**N° de sesión:**	**N° de semana: 9**
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR				**N° de deportistas:**		**Edades:13-17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Mejorar el desarrollo motriz de los adolescentes						
Objetivo Especifico: mejorar la reaccion.						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): mejorar pase y control de antebrazo						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad		Participacion	
Compañerismo	x	lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**Marcar con x**	**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
charla de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**espacio amplio,**
	llamado a lista	**X**	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	**X**	5	
movilidad articular	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
Juego de recibo o voleo por abajo solamente.	Fuerza	Maxima			
		Explosiva	**x**	30 min	
	Resistencia	Aerobica	**x**		
		Anaerobica			
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**x**		
		Reacciòn	**x**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
	Orientación			
Juego con tareas o condiciones especiales priorizando el recibo.	Equilibrio			
	Reacción		30 min	
	Ritmo			
	Anticipacion			
	diferenciacion			
	acoplamiento			**balones, campo de volei con la red**
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
		SALTAR		
Realizar el recibo en fragmentación de complejo I enfatizando en los diferentes desplazamientos del líbero en las diferentes posiciones.	**Componente teorico**	**TEMAS**		
		Juego colectivo		
		Tecnica de recibo		
		Tecnica de voleo		
		Tecnica pase		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
		Motivacion		
		Control		
		Comprension		
		Aprendizaje		
	Componente recreativo	**TEMAS**		
		Participaion		
		Retribucion		
		Espontaniedad		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
Realizar diferentes tipos de saques contra tiempo para que el líbero juegue su rol en el menor tiempo posible en diferentes posiciones y desplazamientos.	**x**				
				30 min	**balones, campo de volei con la red**

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**Tiempo 10 MIN**	**Actividades**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento				
2.Retroalimentaciòn de la clase				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios				
4. Tareas en casa y recomendaciones g				

Nombre del formador:	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**
Firma formador	

06/12/2021: se trabajó la motricidad gruesa

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 06/12/2021	**Lugar:**	**Municipio: CHIA**	**Hora:**	**N° de sesión:**	**N° de semana: 9**
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			**N° de deportistas:**		**Edades:13-17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Mejorar el desarrollo motriz					
Objetivo Especifico:mejorar el ritmo					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Mejorar el control del balon, en golpe de antebrazos y dedos con desplazamiento					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion		Humildad	X	Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia	X	Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
charla de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**espacio amplio,**
	llamado a lista	**X**	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	**X**	5	
movilidad articular	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
1. El jugador de la defensa del campo se encuentra en estado de alerta producto de un pase vendido, una defensa del saque y del campo que ha ido directamente hacia el terreno contrario.	Fuerza	Maxima			
		Explosiva	**x**		
	Resistencia	Aerobica		30 min	
		Anaerobica	**x**		
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**x**		
		Reacciòn	**x**		
	Flexibilidad	Estatica	**x**		
		Dinamica			

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
	Orientación	**x**		
	Equilibrio	x		
Realizar toque de antebrazos o toques de control a diferentes alturas, en el lugar y con desplazamientos, y también desde la posición de acostado, sentado o agachado.	Reacción	x	30 min	
	Ritmo	x		
	Anticipacion			
	diferenciacion	x		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		**balones, campo de volei con la red**
		Coordinacion		
		caminar		
	Componente teorico	**TEMAS**		
2. En el bloqueo escalonado el jugador de la de la zona 4 está hombro con hombro con el de la zona 3, conociendo que el equipo contrario juega con un gran por ciento con el cruce 23 y el regreso.		**tecnica saque**		
		tecnica voleo		
		Coordinacion		
		tecnica pase		
	Componente Social volutivo	**TEMAS**		
		aprendizaje		
		control		
		comprension		
		motivacion		
	Componente recreativo	**TEMAS**		
		distencion		
		espontaniedad		
		retribucion		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
3. El bloqueador central salta al bloqueo a un pase corto y rasante, pero el lugar del salto no es donde está el balón. Este se mueve hacia el lateral derecho y extiende sus brazos hacia donde en realidad está el bolón y llega a bloquear con una sola mano.	**x**				**balones, campo de volei con la red**
				20 min	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	5		
2.Retroalimentaciòn de la clase	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	1		
4. Tareas en casa y recomendaciones g	x	1		

Nombre del formador:	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**
Firma formador	

07/12/2021: se trabajó afianzamiento al balón

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 07/11/2021	**Lugar:**	**Municipio: CHIA**	**Hora:**	**N° de sesión: 26**	**N° de semana: 9**
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			**N° de deportistas:**		**Edades:13-17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
Objetivo General: Mejorar el desarrollo motriz de los adolescentes					
Objetivo Especifico:Mejorar la orientacion y acoplamiento					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Tecnica base					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad	x	cooperacion	X	Humildad		Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia	X	Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 MIN	MATERIALES Y RECURSO
charla de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	**X**	**2**	**espacio amplio,**
	llamado a lista	**X**	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	**X**	5	
movilidad articular	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**		
En parejas, realizar recibos de balones lanzados con diferente parábola, primero alta y después baja	Fuerza	Maxima			
		Explosiva	**x**		
	Resistencia	Aerobica		30 min	
		Anaerobica	**x**		
	Velocidad	Maxima			
		Desplazamiento	**x**		
		Reacciòn			
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
	Orientación	**x**		
El mismo, pero con parábola tensa y alta de forma alternada.	Equilibrio		30 min	**balones, espacio amplio, campo con la red de voley**
	Reacción	x		
	Ritmo			
	Anticipacion	x		
	diferenciacion	x		
	acoplamiento			
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
		SALTAR		
		correr		
		SALTAR		
	Componente teorico	**TEMAS**		
		juego colectivo		
		tecnica de recibo		
		tenica de voleo		
		coordinacion		
Por parejas; sólo trabaja uno de los dos. Consiste en tirar el balón con dificultad, a la izquierda, derecha, de manera que él recepciones de forma forzada.	**Componente Social volutivo**	**TEMAS**	20 min	
		comprension		
		control		
		aprendizaje		
		motivacion		
	Componente recreativo	**TEMAS**		
		retribucion		
		distencion		
		participacion		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

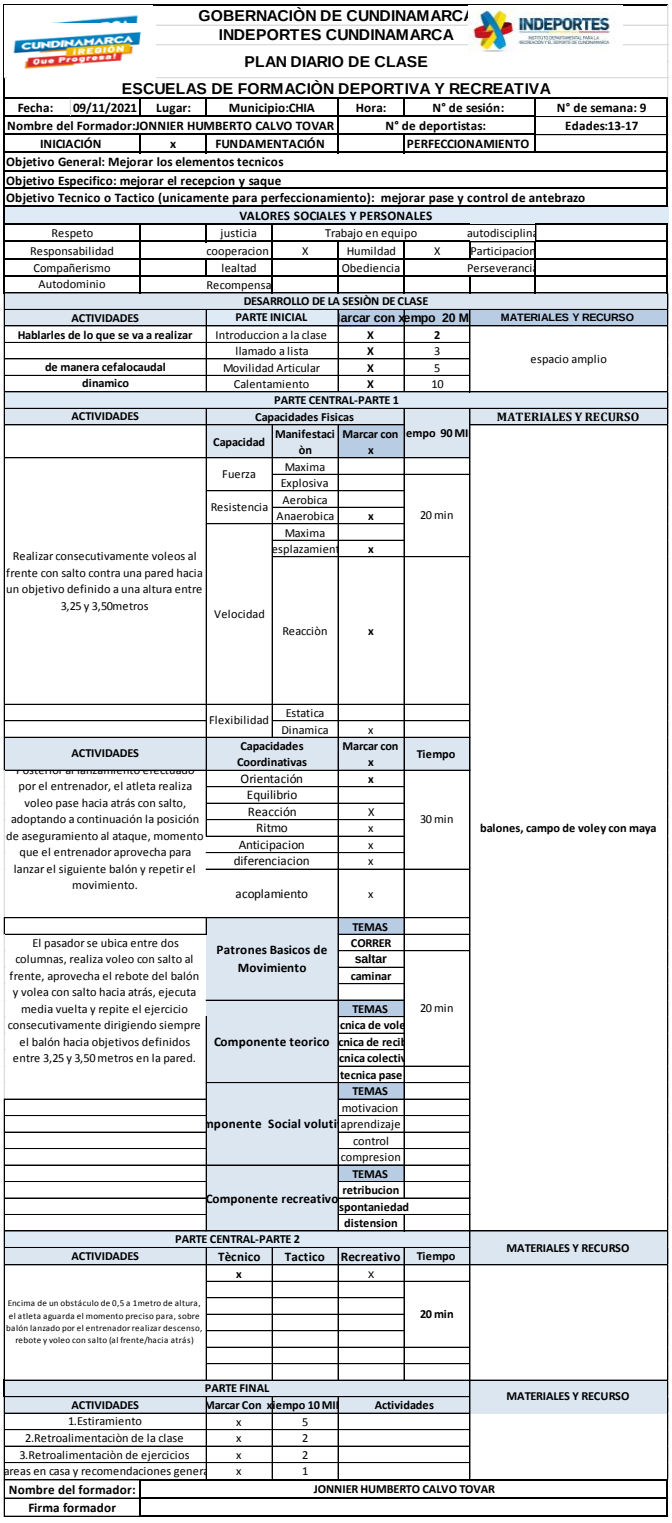
ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Por parejas; uno de los dos tirará a su compañero balones bajos y próximos a él para que practique la caída frontal; que son pases de antebrazos desde el suelo.	**x**	**x**			**balones, espacio amplio, campo con la red de voley**
				20 min	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 MIN	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	5		
2.Retroalimentaciòn de la clase	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2		
4. Tareas en casa y recomendaciones g	x	1		

Nombre del formador:	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**
Firma formador	

09/12/2021: se trabajó en la mejora del bagaje motriz



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 09/11/2021	Lugar:	Municipio:CHIA	Hora:	N° de sesión:	N° de semana: 9
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			N° de deportistas:		Edades:13-17
INICIACIÓN	x	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Mejorar los elementos tecnicos

Objetivo Especifico: mejorar el recepcion y saque

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): mejorar pase y control de antebrazo

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia		Trabajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion	X	Humildad	X	Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 Min	MATERIALES Y RECURSO
Hablarles de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	X	2	espacio amplio
	llamado a lista	X	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	X	5	
dinamico	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 Min	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
Realizar consecutivamente voleos al frente con salto contra una pared hacia un objetivo definido a una altura entre 3,25 y 3,50metros	Fuerza	Maxima		20 min	balones, campo de voley con maya
		Explosiva			
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	x		
	Velocidad	Maxima			
		esplazamient	x		
		Reacciòn	x		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo
Posterior al lanzamiento efectuado por el entrenador, el atleta realiza voleo pase hacia atrás con salto, adoptando a continuación la posición de aseguramiento al ataque, momento que el entrenador aprovecha para lanzar el siguiente balón y repetir el movimiento.	Orientación	x	30 min
	Equilibrio		
	Reacción	X	
	Ritmo	x	
	Anticipacion	x	
	diferenciacion	x	
	acoplamiento	x	

El pasador se ubica entre dos columnas, realiza voleo con salto al frente, aprovecha el rebote del balón y volea con salto hacia atrás, ejecuta media vuelta y repite el ejercicio consecutivamente dirigiendo siempre el balón hacia objetivos definidos entre 3,25 y 3,50 metros en la pared.	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
		CORRER	
		saltar	20 min
		caminar	
	Componente teorico	TEMAS	
		cnica de vole	
		cnica de recit	
		cnica colectiv	
		tecnica pase	
	nponente Social voluti	TEMAS	
		motivacion	
		aprendizaje	
		control	
		compresion	
	Componente recreativo	TEMAS	
		retribucion	
		spontaniedad	
		distension	

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
Encima de un obstáculo de 0,5 a 1metro de altura, el atleta aguarda el momento preciso para, sobre balón lanzado por el entrenador realizar descenso, rebote y voleo con salto (al frente/hacia atrás)	x		X	20 min	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 Min	Actividades	MATERIALES Y RECURSO
1.Estiramiento	x	5		
2.Retroalimentaciòn de la clase	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2		
areas en casa y recomendaciones genera	x	1		

Nombre del formador:	JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR
Firma formador	

13/12/2021: se trabajó el pase con diferentes superficies de contacto

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

:LAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 13/12/2021	**Lugar:**	**Municipio:CHIA**	**Hora:**	**N° de sesión:**	**N° de semana:**
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR			**N° de deportistas:**		**Edades:13-17**
INICIACIÓN	x	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: Mejorar las capacidades condicional					
Objetivo Especifico: mejorar la velocidad y flexibilidad					
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Mejorar el control del balon, en golpe de antebrazo					

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto		justicia	Trabajo en equ	X	utodisciplina		
Responsabilidad		cooperacion		Humildad	X	Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia		Perseveranci	
Autodominio	x	Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE				
ACTIVIDADES	**PARTE INICIAL**	**arcar con x**	**empo 20 MI**	**MATERIALES Y RECURSO**
Hablarles de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	**X**	**2**	espacio amplio
	llamado a lista	**X**	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	**X**	5	
dinamico	Calentamiento	**X**	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1					
ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**				**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**	**Marcar con x**	**empo 90 MI**	
Realizar ejercicios de menor a mayor intensidad.	Fuerza	Maxima			
		Explosiva		20 min	
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	**x**		
	Velocidad	Maxima			
		esplazamient	**x**		
		Reacciòn	**x**		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**	**Marcar con x**	**Tiempo**	
Realizar ejercicios de menor a mayor complejidad	Orientación	**x**	30 min	balones, campo de voley con maya
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	x		
	Anticipacion	x		
	diferenciacion	x		
	acoplamiento	x		
	Patrones Basicos de Movimiento	**TEMAS**		
Incluir técnicas del juego en los ejercicios		**CORRER**	20 min	
		saltar		
		caminar		
	Componente teorico	**TEMAS**		
		tecnica saque		
		tecnica volec		
		Coordinacion		
		tecnica pase		
	mponente Social voluti	**TEMAS**		
		aprendizaje		
		control		
		comprension		
		motivacion		
	Componente recreativo	**TEMAS**		
		distencion		
		spontaniedad		
		retribucion		

PARTE CENTRAL-PARTE 2					**MATERIALES Y RECURSO**
ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Recreativo**	**Tiempo**	
Incluir el balón en los ejercicios.	**x**		x	**20 min**	

PARTE FINAL				**MATERIALES Y RECURSO**
ACTIVIDADES	**Marcar Con x**	**iempo 10 MI**	**Actividades**	
1.Estiramiento	x	5		
2.Retroalimentaciòn de la clase	x	2		
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2		
areas en casa y recomendaciones genera	x	1		

Nombre del formador:	**JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR**
Firma formador	

14/08/2021: se trabajó el acoplamiento hacia el elemento y técnicas base

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
:LAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	14/12/2021	Lugar:	Municipio:CHIA	Hora:	N° de sesión:	N° de semana:
Nombre del Formador:JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR				N° de deportistas:		Edades:13-17
INICIACIÓN	x	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO		
Objetivo General: Mejorar las capacidades condicionales						
Objetivo Especifico:Mejorar la resistencia cardiovascular						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Tecnica base						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto		justicia	x	abajo en equipo		autodisciplina	
Responsabilidad		cooperacion	X	Humildad	X	Participacion	
Compañerismo		lealtad		Obediencia	X	Perseverancia	
Autodominio		Recompensa					

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

ACTIVIDADES	PARTE INICIAL	Marcar con x	Tiempo 20 Mi	MATERIALES Y RECURSO
Hablarles de lo que se va a realizar	Introduccion a la clase	X	2	espacio amplio
	llamado a lista	X	3	
de manera cefalocaudal	Movilidad Articular	X	5	
dinamico	Calentamiento	X	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 Mi	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestaciòn	Marcar con x		
Para realizar este ejercicio el entrenador se sitúa en la zona tres o zona de pase, le lanzara de 10 a 15 balones al alumno para que este realice ataque consecutivos.	Fuerza	Maxima			
		Explosiva		20 min	
	Resistencia	Aerobica			
		Anaerobica	x		
	Velocidad	Maxima			
		esplazamient	x		
		Reacciòn	x		
	Flexibilidad	Estatica			
		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas	Marcar con x	Tiempo	
Comenzando en el centro del terreno X, despasarse hasta 1 y realizar defensa, después desplazarse a X de ahí a 2 y realice un bloqueo tratando de no tocar la red, desplazarse a X, de ahí a 3 y realizar defensa, desplazarse a X de ahí a 4 y realizar saque en salto y terminar en X.	Orientación	x	30 min	balones, campo de voley con maya
	Equilibrio			
	Reacción	X		
	Ritmo	x		
	Anticipacion	x		
	diferenciacion	x		
	acoplamiento	x		

Empiece con saque en suspensión en el punto X, al aterrizar corra hasta el punto 1 para cubrir la línea, acelere hasta el punto 2, remate con salto y aterrice, corra entonces hasta el punto 3, bloquee en elevación y aterrice, regrese luego al punto 4 para cubrir el lateral derecho, finalmente acelere hasta el punto 5 y remate en suspensión.	Patrones Basicos de Movimiento	TEMAS	
		CORRER	20 min
		saltar	
		caminar	
	Componente teorico	TEMAS	
		tecnica pase	
		tecnica voleo	
		tecnica saque	
		coordiacion	
	nponente Social voluti	TEMAS	
		comprension	
		motivacion	
		control	
		aprendizaje	
	Componente recreativo	TEMAS	
		espontaniedad	
		distension	
		participacion	

PARTE CENTRAL-PARTE 2 — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Tècnico	Tactico	Recreativo	Tiempo
Empiece en el centro de la red, iniciando por X. desde una posición de partida de carrera, salte y acelere hasta el punto 1, realizando un remate. Al aterrizar gire y corra de vuelta a X, colóquese en posición de partida en carrera, salte y acelera hasta el punto 3, y de regreso a X. haga lo mismo hasta el pu8nto 4, y volver.	x		X	20 min

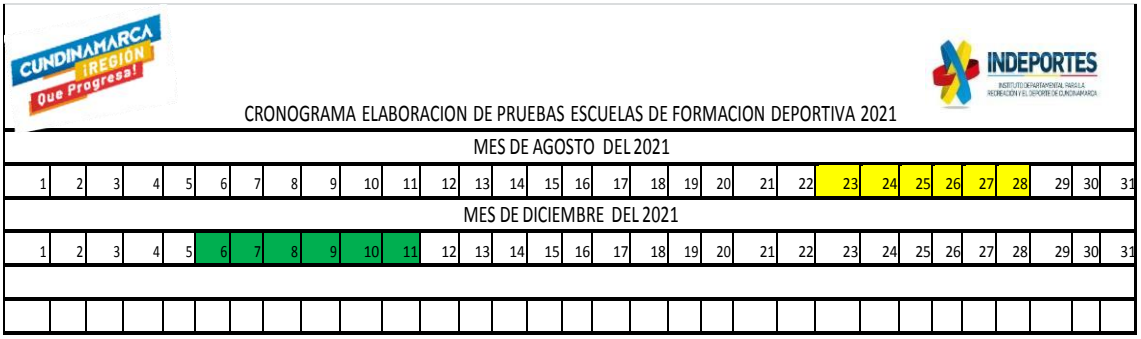
PARTE FINAL — MATERIALES Y RECURSO

ACTIVIDADES	Marcar Con x	Tiempo 10 Mi	Actividades
1.Estiramiento	x	5	
2.Retroalimentaciòn de la clase	x	2	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios	x	2	
areas en casa y recomendaciones genera	x	1	

Nombre del formador:	JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR
Firma formador	

OBLIGACION 8

La evaluación o pruebas se llevaron a cabo con total éxito y sin ninguna novedad, en cada categoría, los resultados y evidencias son los siguientes



CRONOGRAMA ELABORACION DE PRUEBAS ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2021

MES DE AGOSTO DEL 2021																												
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	26	27	28	29	30	31
MES DE DICIEMBRE DEL 2021																												
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	26	27	28	29	30	31









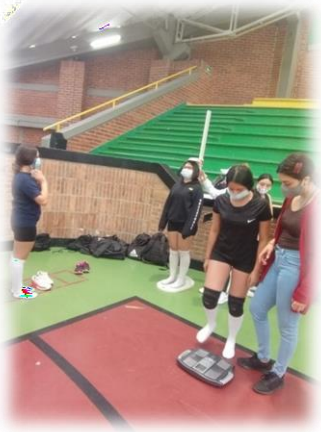












v







GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NUMERO	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	PESO CORPORAL KG						ESTATURA DE PIE CMS.						ESTATURA SENTADO CMS.						ENVERGADURA CMS.					
				#	#	#	:	#		#	#	#	:	#		#	#	#	:	#		#	#	#	:	#	
1		ESTEFANIA RAMOS MARROQUIN	13		6	1	:	9		1	6	8	:				8	7	:	2		1	6	5	:		
2		MARIA FERNANDA RUIZ RAMIREZ	12		5	5	:	2		1	5	5	:				7	3	:			1	5	6	:		
3		MA ALEJANDRA AREVALO MENESES	12		7	4	:	5		1	6	5	:				7	9	:			1	6	3	:		
4		VALERIA PAEZ PINILLA	12		6	1	:	9		1	6	8	:				8	5	:			1	7	0	:		
5		MARIANA RUBIO	12		5	5	:	2		1	5	7	:				7	9	:			1	5	6	:		
6		ANA ISABEL DURAN LINARES	12		6	7	:	7		1	5	9	:				8	0	:			1	5	8	:		
7		MARIA JULIANA BUENO M	13		6	2	:	5		1	5	5	:				7	8	:			1	5	7	:		
8		MARIA ISABEL MEJIA REYES	12		5	6	:	8		1	6	1	:				8	1	:			1	6	3	:		
9		VALENTINA MONTALVO CORTES	12		4	8	:	6		1	6	0	:				8	0	:			1	6	2	:		
10		SARA GUTIERREZ ROBAYO	12		6	5	:			1	6	2	:				8	2	:			1	6	2	:		
11		MARIANA VERA	12		5	1	:	1		1	5	7	:				7	1	:			1	5	6	:		
12		SARA MARIA HERRERA BARACALDO	13		4	9	:	1		1	5	2	:				6	9	:			1	5	3	:		
13		MARIA ALEJANDRA LATORRE	12		4	6	:	7		1	5	4	:				7	0	:			1	5	0	:		
14		SARA SOFIA HURTADO	13		4	3	:	3		1	5	7	:				6	9	:			1	5	7	:		
15		MARIA CAMILA PINZON BERNAL	13		5	5	:			1	6	5	:				7	3	:			1	6	5	:		
16		DANIELA SILVA LEITON	13		5	3	:	2		1	7	0	:				8	6	:			1	7	2	:		
17		FRANCY KATHERINE MARTINEZ H	13		6	0	:	2		1	7	2	:				8	8	:			1	7	0	:		
18		LAURA CAMILA FUENTES	13		5	6	:	8		1	6	2	:				7	2	:			1	6	3	:		
19		ISABELLA OJEDA MARTINEZ	13		5	3	:	2		1	6	7	:				8	0	:			1	6	8	:		
20		SAMANTHA LASSO HERNANDEZ	13		6	5	:			1	6	2	:				7	8	:			1	6	4	:		
21		VALERIA ZAMBRANO	13		5	1	:	1		1	5	7	:				7	4	:			1	5	7	:		
22		ALISON BASTIDAS	13		4	9	:	2		1	5	2	:				7	1	:			1	5	2	:		
23		MARIANA JARAMILLO	13		4	6	:	8		1	5	3	:				7	0	:			1	5	2	:		
24		LIZETH DAYANA SALVADOR ALVEREZ	13		4	3	:	5		1	5	5	:				7	2	:			1	5	5	:		
25		ANGIE NATALIA GONZALEZ RAQUIRA	14		5	2	:			1	6	3	:				7	8	:			1	6	3	:		
26		KAREN JULIANA CASTILLO BARRETO	15		6	0	:	7		1	7	3	:				9	8	:			1	7	3	:		
27		NATALIA ANDREA CUBILLOS	14		6	1	:	7		1	5	8	:				7	3	:			1	5	8	:		
28		HEISY KAROL VALENTINA CASTRO BRITO	15		5	8	:			1	4	8	:				6	8	:			1	5	0	:		
29		ANGIE KATHERINE HERRERA MARTINEZ	15		6	1	:	4		1	6	5	:				8	2	:			1	6	5	:		
30		KAREN VANESSA GALEANO CORREA	14		5	0	:	8		1	6	8	:				8	4	:			1	6	8	:		
31		LAURA NICOLL JIMENEZ	14		5	9	:	6		1	7	0	:				9	1	:			1	7	2	:		
32		LAURA ALEXANDRA SANTANA MONTAÑO	15		6	5	:	6		1	6	4	:				8	2	:			1	6	4	:		
33		MA ALEJANDRA PUENTES BIOCHERO	15		5	4	:	3		1	5	7	:				7	5	:			1	5	7	:		
34		MA PAULA FERNANDEZ	14		5	4	:	4		1	5	6	:				7	1	:			1	5	6	:		
35		MA PAULA RODRIGUEZ LEON	15		5	2	:	7		1	5	4	:				7	0	:			1	5	4	:		
36		TANIA JINETH HERNANDEZ SIERRA	14		4	8	:	5		1	5	5	:				7	2	:			1	5	5	:		
37		KAREN LIZETH REY BECERRA	15		4	7	:	9		1	4	9	:				7	0	:			1	4	9	:		
38		LINA SOFIA ORTEGIN RODRIGUEZ	14		4	9	:	6		1	5	5	:				7	3	:			1	5	5	:		
39		KAROL VANESA CLAVIJO AMEZQUITA	15		6	9	:	5		1	6	1	:				7	8	:			1	6	0	:		

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NUMERO	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	PESO CORPORAL					ESTATURA DE PIE					ESTATURA SENTADO					ENVERGADURA				
				KG					CMS.					CMS.					CMS.				
				#	#	#	:	#	#	#	#	:	#	#	#	#	:	#	#	#	#	:	#
40		CINDRA NASAYO ALMARIO	14		5	8	:	4	1	5	3	:			7	2	:		1	5	3	:	
41		MARIANA LOZANO	15		5	3	:	5	1	5	4	:			7	4	:		1	5	4	:	
42		ADA SARAY MORALES BERNAL	14		6	1	:	1	1	5	0	:			7	0	:		1	5	2	:	
43		ANGIE LEON	14		5	2	:	4	1	4	5	:			6	9	:		1	4	3	:	
44		NICOLLE GOMEZ	15		5	6	:	3	1	6	0	:			7	8	:		1	6	1	:	
45		GABRIELA GARZON	15		5	2	:	6	1	5	7	:			7	4	:		1	5	7	:	
46		JUANITA VALENZUELA	15		5	8	:	2	1	6	2	:			8	2	:		1	6	2	:	
47		KATHY VISCAINO	15		6	3	:		1	5	9	:			7	1	:		1	5	9	:	
48		NATALIA CASTILLO GARCIA	14		4	9	:		1	6	0	:			8	0	:		1	6	0	:	
49		ANA MARIA DIAZ BARBOSA	14		5	4	:	3	1	5	9	:			7	3	:		1	5	9	:	
50		SOFIA CORREA LLANOS	14		6	1	:	6	1	5	7	:			7	3	:		1	5	7	:	
51		PAULA ANDREA GUARIN ALDANA	16		6	0	:	2	1	5	7	:			7	5	:		1	5	7	:	
52		VALENTINA DIAZ AMARILLO	16		5	5	:	2	1	5	0	:			7	0	:		1	5	2	:	
53		PAULA ALEJANDRA BUSTOS RUIZ	17		4	8	:	1	1	5	0	:			7	1	:		1	5	1	:	
54		LAURA MARIANA ASPRILLA CAÑAS	16		5	1	:	3	1	4	6	:			6	8	:		1	4	5	:	
55		NATALIA RAMIREZ CIFUENTES	16		5	7	:	1	1	5	4	:			7	2	:		1	5	4	:	
56		MARIA FERNANDA NOCUA	17		5	6	:	7	1	5	5	:			7	3	:		1	5	3	:	
57		ANGIE SOFIA POSADA	16		5	4	:	7	1	6	7	:			8	2	:		1	6	8	:	
58		LAURA DANIELA IBAÑEZ	16		4	4	:	9	1	4	3	:			6	8	:		1	4	5	:	
59		ISABELLA GARCIA CAMARGO	17		6	2	:	9	1	5	4	:			7	2	:		1	5	4	:	
60		NICOLL DAYANA LLANOS	16		6	3	:	8	1	5	3	:			7	3	:		1	5	4	:	
61		LAURA AREVALO	16		4	6	:	2	1	4	5	:			6	9	:		1	4	6	:	
62		JUANITA DIAZ	16		4	3	:	5	1	4	9	:			7	0	:		1	4	9	:	
63		GABRIELA CANASTO	16		5	1	:	4	1	6	0	:			8	1	:		1	6	0	:	

MUNICIPIO EVALUADO:	**CHIA CUND**
COORDINADOR MOTRIZ:	**JONNIER CALVO**

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

G

VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NUMERO	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	S. RUN 1 INTENTO			S. RUN 2 INTENTO		
				TIEMPO			TIEMPO		
				MIN	SEG	M / SEG	MIN	SEG	M / SEG
1		ESTEFANIA RAMOS MARROQUIN	13		23	23,76		22	22,2
2		MARIA FERNANDA RUIZ RAMIREZ	12		22	22,87		22	22,22
3		MA ALEJANDRA AREVALO MENESES	12		23	23,43		21	21,22
4		VALERIA PAEZ PINILLA	12		22	22,87		23	23,04
5		MARIANA RUBIO	12		23	23,1		23	23,06
6		ANA ISABEL DURAN LINARES	12		22	22,28		22	22,06
7		MARIA JULIANA BUENO M	13		22	22,28		24	24,3
8		MARIA ISABEL MEJIA REYES	12		23	23,04		24	24,32
9		VALENTINA MONTALVO CORTES	12		23	23,06		25	25
10		SARA GUTIERREZ ROBAYO	12		24	24,3		22	22,79
11		MARIANA VERA	12		24	24,32		22	22,2
12		SARA MARIA HERRERA BARACALDO	13		22	22,14		22	22,06
13		MARIA ALEJANDRA LATORRE	12		20	20,18		22	22,04
14		SARA SOFIA HURTADO	13		23	23,3		20	20,45
15		MARIA CAMILA PINZON BERNAL	13		21	21,21		21	21,93
16		DANIELA SILVA LEITON	13		20	20,04		21	21,28
17		FRANCY KATHERINE MARTINEZ H	13		21	21,22		21	21,02
18		LAURA CAMILA FUENTES	13		22	22,14		21	21,3
19		ISABELLA OJEDA MARTINEZ	13		23	23,3		21	21,76
20		SAMANTHA LASSO HERNANDEZ	13		21	21,21		21	21,76
21		VALERIA ZAMBRANO	13		20	20,22		20	20,04
22		ALISON BASTIDAS	13		23	23,54		21	21,22
23		MARIANA JARAMILLO	13		25	25,1		22	22,14
24		LIZETH DAYANA SALVADOR ALVEREZ	13		23	23,84		20	20,18
25		ANGIE NATALIA GONZALEZ RAQUIRA	14		25	25,02		23	23,3
26		KAREN JULIANA CASTILLO BARRETO	15		23	23,14		21	21,21
27		NATALIA ANDREA CUBILLOS	14		22	22,79		20	20,22
28		HEISY KAROL VALENTINA CASTRO BRITO	15		22	22,06		22	22,87
29		ANGIE KATHERINE HERRERA MARTINEZ	15		22	22,04		22	22,87
30		KAREN VANESSA GALEANO CORREA	14		27	27,3		25	25
31		LAURA NICOLL JIMENEZ	14		21	21,64		22	22,87
32		LAURA ALEXANDRA SANTANA MONTAÑO	15		22	22		23	23,1
33		MA ALEJANDRA PUENTES BIOCHERO	15		22	22,34		22	22,28
34		MA PAULA RODRIGUEZ LEON	15		22	22,96		21	21,74
35		TANIA JINETH HERNANDEZ SIERRA	14		24	24,1		21	21,74
36		KAREN LIZETH REY BECERRA	15		22	22,15		23	23
37		LINA SOFIA ORTEGIN RODRIGUEZ	14		22	22,9		23	23,3
38		KAROL VANESA CLAVIJO AMEZQUITA	15		22	22,15		27	21

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

G

VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NUMERO	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	S. RUN 1 INTENTO			S. RUN 2 INTENTO		
				TIEMPO			TIEMPO		
				MIN	SEG	M / SEG	MIN	SEG	M / SEG
39		CINDRA NASAYO ALMARIO	14		28	28,04		27	27
40		MARIANA LOZANO	15		28	29,06		27	27
41		ADA SARAY MORALES BERNAL	14		25	25,06		27	27,3
42		ANGIE LEON	14		24	24,3		25	25
43		NICOLLE GOMEZ	15		24	24,32		25	25,1
44		GABRIELA GARZON	15		25	25		25	25,1
45		JUANITA VALENZUELA	15		26	26,74		28	28,02
47		KATHY VISCAINO	15		29	29,74		31	31,14
48		NATALIA CASTILLO GARCIA	14		23	23,64		23	23,4
49		ANA MARIA DIAZ BARBOSA	14		23	23,78		24	24
50		SOFIA CORREA LLANOS	14		23	23,3		23	23,96
51		PAULA ANDREA GUARIN ALDANA	16		23	23,54		22	22,96
52		PAULA ALEJANDRA BUSTOS RUIZ	17		22	22,87		4	24,1
53		LAURA MARIANA ASPRILLA CAÑAS	16		25	25		24	24,5
54		NATALIA RAMIREZ CIFUENTES	16		22	22,64		23	23,09
55		MARIA FERNANDA NOCUA	17		22	22		23	23,98
56		ANGIE SOFIA POSADA	16		25	25,34		27	27,3
57		LAURA DANIELA IBAÑEZ	16		22	22,04		21	21,64
58		ISABELLA GARCIA CAMARGO	17		23	23,35		22	22
59		NICOLL DAYANA LLANOS	16		22	22,2		22	22,34
60		LAURA AREVALO	16		25	25,55		24	24,04
61		JUANITA DIAZ	16		23	23,74		24	24,35
62		GABRIELA CANASTO	16		23	23,21		24	24,14

MUNICIPIO EVALUADO:	**CHIA CUND**
COORDINADOR MOTRIZ:	**JONNIER CALVO**

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

NDINAMARCA REGION QUE PROGRE

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIV0

VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NUMERO	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	ALTURA INICIAL					S. VERTICAL 1 INTENTO CMS.					S. VERTICAL 2 INTENTO CMS.				
				#	#	#	:	#	#	#	#	:	#	#	#	#	:	#
1		ESTEFANIA RAMOS MARROQUIN	13	1	6	8	:			5	3	:			5	1	:	
2		MARIA FERNANDA RUIZ RAMIREZ	12	1	5	5	:			4	8	:			4	1	:	
3		MA ALEJANDRA AREVALO MENESES	12	1	6	5	:			5	4	:			4	7	:	
4		VALERIA PAEZ PINILLA	12	1	6	8	:			5	5	:			5	2	:	
5		MARIANA RUBIO	12	1	5	7	:			5	4	:			5	3	:	
6		ANA ISABEL DURAN LINARES	12	1	5	9	:			4	3	:			4	2	:	
7		MARIA JULIANA BUENO M	13	1	5	5	:			4	6	:			4	3	:	
8		MARIA ISABEL MEJIA REYES	12	1	6	1	:			5	3	:			5	1	:	
9		VALENTINA MONTALVO CORTES	12	1	6	0	:			5	6	:			5	3	:	
10		SARA GUTIERREZ ROBAYO	12	1	6	2	:			5	5	:			5	6	:	
11		MARIANA VERA	12	1	5	7	:			5	5	:			5	4	:	
12		SARA MARIA HERRERA BARACALDO	13	1	5	2	:			4	3	:			4	5	:	
13		MARIA ALEJANDRA LATORRE	12	1	5	2	:			4	6	:			4	7	:	
14		SARA SOFIA HURTADO	13	1	5	7	:			4	7	:			4	2	:	
15		MARIA CAMILA PINZON BERNAL	13	1	6	5	:			4	6	:			4	4	:	
16		DANIELA SILVA LEITON	13	1	7	0	:			5	5	:			5	4	:	
17		FRANCY KATHERINE MARTINEZ H	13	1	7	2	:			5	7	:			5	5	:	
18		LAURA CAMILA FUENTES	13	1	6	1	:			5	3	:			5	5	:	
19		ISABELLA OJEDA MARTINEZ	13	1	6	7	:			4	0	:			4	3	:	
20		SAMANTHA LASSO HERNANDEZ	13	1	6	2	:			4	1	:			4	4	:	
21		VALERIA ZAMBRANO	13	1	5	7	:			4	7	:			4	5	:	
22		ALISON BASTIDAS	13	1	5	2	:			3	8	:			4	0	:	
23		MARIANA JARAMILLO	13	1	5	2	:			3	9	:			4	1	:	
24		LIZETH DAYANA SALVADOR ALVEREZ	13	1	5	5	:			4	5	:			4	5	:	
25		ANGIE NATALIA GONZALEZ RAQUIRA	14	1	6	3	:			3	8	:			4	1	:	
26		KAREN JULIANA CASTILLO BARRETO	15	1	7	3	:			4	3	:			4	3	:	
27		NATALIA ANDREA CUBILLOS	14	1	5	9	:			4	1	:			3	9	:	
28		HEISY KAROL VALENTINA CASTRO BRITO	15	1	4	8	:			4	5	:			4	3	:	
29		ANGIE KATHERINE HERRERA MARTINEZ	15	1	6	5	:			3	9	:			3	8	:	
30		KAREN VANESSA GALEANO CORREA	14	1	6	8	:			3	7	:			3	9	:	
31		LAURA NICOLL JIMENEZ	14	1	7	0	:			5	2	:			5	1	:	
32		LAURA ALEXANDRA SANTANA MONTAÑO	15	1	6	4	:			5	3	:			5	4	:	
33		MA ALEJANDRA PUENTES BIOCHERO	15	1	5	7	:			4	7	:			4	8	:	
34		MA PAULA FERNANDEZ	14	1	5	6	:			4	6	:			4	5	:	
35		MA PAULA RODRIGUEZ LEON	15	1	5	4	:			4	1	:			4	6	:	
36		TANIA JINETH HERNANDEZ SIERRA	14	1	5	5	:			4	7	:			4	6	:	
37		KAREN LIZETH REY BECERRA	15	1	4	9	:			4	6	:			4	5	:	
38		LINA SOFIA ORTEGIN RODRIGUEZ	14	1	5	5	:			4	1	:			4	3	:	
39		KAROL VANESA CLAVIJO AMEZQUITA	15	1	6	1	:			4	8	:			4	6	:	
40		CINDRA NASAYO ALMARIO	14	1	5	3	:			5	4	:			5	5	:	
41		MARIANA LOZANO	15	1	5	1	:			4	1	:			4	5	:	
42		ADA SARAY MORALES BERNAL	14	1	5	0	:			4	2	:			4	3	:	
43		ANGIE LEON	14	1	4	5	:			3	8	:			4	1	:	

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
NDINAMARCA REGION QUE PROGRE
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NUMERO	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	ALTURA INICIAL					S. VERTICAL 1 INTENTO CMS.					S. VERTICAL 2 INTENTO CMS.				
				#	#	#	:	#	#	#	#	:	#	#	#	#	:	#
44		NICOLLE GOMEZ	15	1	6	0	:			5	1	:			5	0	:	
45		GABRIELA GARZON	15	1	5	7	:			4	7	:			4	8	:	
46		JUANITA VALENZUELA	15	1	6	2	:			4	3	:			4	5	:	
47		KATHY VISCAINO	15	1	5	9	:			4	5	:			4	1	:	
48		NATALIA CASTILLO GARCIA	14	1	6	0	:			5	1	:			5	2	:	
50		ANA MARIA DIAZ BARBOSA	14	1	5	9	:			4	2	:			4	5	:	
51		SOFIA CORREA LLANOS	14	1	5	7	:			3	8	:			4	1	:	
52		PAULA ANDREA GUARIN ALDANA	16	1	5	7	:			4	1	:			3	8	:	
53		VALENTINA DIAZ AMARILLO	16	1	5	0	:			4	6	:			4	1	:	
54		PAULA ALEJANDRA BUSTOS RUIZ	17	1	5	0	:			3	7	:			3	6	:	
55		LAURA MARIANA ASPRILLA CAÑAS	16	1	4	6	:			3	8	:			3	7	:	
56		NATALIA RAMIREZ CIFUENTES	16	1	5	3	:			3	9	:			3	8	:	
57		ANGIE SOFIA POSADA	16	1	6	7	:			4	3	:			4	5	:	
58		LAURA DANIELA IBAÑEZ	16	1	4	3	:			4	7	:			5	1	:	
59		ISABELLA GARCIA CAMARGO	17	1	5	4	:			3	9	:			4	1	:	
60		NICOLL DAYANA LLANOS	16	1	5	3	:			3	8	:			4	2	:	
61		LAURA AREVALO	16	1	4	5	:			4	6	:			4	7	:	
62		JUANITA DIAZ	16	1	4	9	:			4	2	:			4	5	:	
63		GABRIELA CANASTO	16	1	6	0	:			4	3	:			4	5	:	

MUNICIPIO EVALUADO:	**CHIA CUND**
COORDINADOR MOTRIZ:	**JONNIER CALVO**

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL:FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NUMERO	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	S. HORIZONTAL					S. HORIZONTAL 1 INTENTO					S. HORIZONTAL 2 INTENTO				
				CMS.					CMS.					CMS.				
				#	#	#	:	#	#	#	#	:	#	#	#	#	:	#
1		ESTEFANIA RAMOS MARROQUIN	13				:		1	2	6	:		1	2	5	:	
2		MARIA FERNANDA RUIZ RAMIREZ	12				:			9	5	:		1	0	1	:	
3		MA ALEJANDRA AREVALO MENESES	12				:		1	2	2	:		1	2	5	:	
4		VALERIA PAEZ PINILLA	12				:		1	3	5	:		1	3	0	:	
5		MARIANA RUBIO	12				:		1	4	9	:		1	4	5	:	
6		ANA ISABEL DURAN LINARES	12				:		1	3	9	:		1	4	1	:	
7		MARIA JULIANA BUENO M	13				:		1	0	3	:		1	2	0	:	
8		MARIA ISABEL MEJIA REYES	12				:		1	2	1	:		1	2	3	:	
9		VALENTINA MONTALVO CORTES	12				:		1	1	4	:		1	1	9	:	
10		SARA GUTIERREZ ROBAYO	12				:		1	3	4	:		1	3	7	:	
11		MARIANA VERA	12				:		1	5	9	:		1	6	0	:	
12		SARA MARIA HERRERA BARACALDO	13				:		1	6	6	:		1	6	3	:	
13		MARIA ALEJANDRA LATORRE	12				:		1	6	5	:		1	6	0	:	
14		SARA SOFIA HURTADO	13				:		1	1	8	:		1	2	2	:	
15		MARIA CAMILA PINZON BERNAL	13				:		1	6	1	:		1	6	5	:	
16		DANIELA SILVA LEITON	13				:		1	5	1	:		1	5	4	:	
17		FRANCY KATHERINE MARTINEZ H	13				:		1	2	9	:		1	3	2	:	
18		LAURA CAMILA FUENTES	13				:		1	5	7	:		1	5	9	:	
19		ISABELLA OJEDA MARTINEZ	13				:		1	3	4	:		1	4	1	:	
20		SAMANTHA LASSO HERNANDEZ	13				:		1	1	9	:		1	2	5	:	
21		VALERIA ZAMBRANO	13				:		1	4	6	:		1	5	1	:	
22		ALISON BASTIDAS	13				:		1	1	4	:		1	2	1	:	
23		MARIANA JARAMILLO	13				:		1	5	9	:		1	6	2	:	
24		LIZETH DAYANA SALVADOR ALVEREZ	13				:		1	1	5	:		1	2	1	:	
25		ANGIE NATALIA GONZALEZ RAQUIRA	14				:		1	2	4	:		1	2	1	:	
26		KAREN JULIANA CASTILLO BARRETO	15				:		1	1	0	:		1	2	1	:	
27		NATALIA ANDREA CUBILLOS	14				:		1	1	7	:		1	1	8	:	
28		HEISY KAROL VALENTINA CASTRO BRITO	15				:		1	5	2	:		1	5	3	:	
29		ANGIE KATHERINE HERRERA MARTINEZ	15				:		1	5	6	:		1	5	5	:	
30		KAREN VANESSA GALEANO CORREA	14				:		1	0	8	:		1	1	0	:	
31		LAURA NICOLL JIMENEZ	14				:		1	2	9	:		1	3	2	:	
32		LAURA ALEXANDRA SANTANA MONTAÑO	15				:		1	1	4	:		1	1	0	:	
33		MA ALEJANDRA PUENTES BIOCHERO	15				:		1	5	2	:		1	5	5	:	
34		MA PAULA FERNANDEZ	14				:		1	3	0	:		1	2	5	:	

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL:FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NUMERO	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	S. HORIZONTAL CMS.					S. HORIZONTAL 1 INTENTO CMS.					S. HORIZONTAL 2 INTENTO CMS.				
				#	#	#	:	#	#	#	#	:	#	#	#	#	:	#
35		MA PAULA RODRIGUEZ LEON	15				:		1	4	5	:		1	5	3	:	
36		TANIA JINETH HERNANDEZ SIERRA	14				:		1	0	3	:		1	1	2	:	
37		KAREN LIZETH REY BECERRA	15				:		1	2	9	:		1	3	3	:	
38		LINA SOFIA ORTEGIN RODRIGUEZ	14				:		1	3	2	:		1	2	9	:	
39		KAROL VANESA CLAVIJO AMEZQUITA	15				:		1	3	5	:		1	3	6	:	
40		CINDRA NASAYO ALMARIO	14				:		1	0	2	:		1	0	9	:	
41		MARIANA LOZANO	15				:		1	5	7	:		1	1	6	:	
42		ADA SARAY MORALES BERNAL	14				:		1	7	3	:		1	7	0	:	
43		ANGIE LEON	14				:		1	0	7	:		1	1	1	:	
44		NICOLLE GOMEZ	15				:		1	1	9	:		1	2	4	:	
45		GABRIELA GARZON	15				:		1	2	0	:		1	2	5	:	
46		JUANITA VALENZUELA	15				:		1	2	4	:		1	3	1	:	
47		KATHY VISCAINO	15				:		1	3	0	:		1	2	5	:	
48		NATALIA CASTILLO GARCIA	14				:		1	0	8	:		1	1	2	:	
49		ANA MARIA DIAZ BARBOSA	14				:		1	4	3	:		1	4	4	:	
50		SOFIA CORREA LLANOS	14				:		1	3	9	:		1	3	6	:	
51		PAULA ANDREA GUARIN ALDANA	16				:		1	2	5	:		1	3	1	:	
52		VALENTINA DIAZ AMARILLO	16				:		1	3	4	:		1	3	5	:	
53		PAULA ALEJANDRA BUSTOS RUIZ	17				:		1	5	3	:		1	4	5	:	
54		LAURA MARIANA ASPRILLA CAÑAS	16				:		1	4	5	:		1	4	1	:	
55		NATALIA RAMIREZ CIFUENTES	16				:		1	7	1	:		1	7	6	:	
56		MARIA FERNANDA NOCUA	17				:		1	2	1	:		1	3	3	:	
57		ANGIE SOFIA POSADA	16				:		1	3	6	:		1	2	5	:	
58		LAURA DANIELA IBAÑEZ	16				:		1	3	2	:		1	4	1	:	
59		ISABELLA GARCIA CAMARGO	17				:		1	4	4	:		1	4	1	:	
60		NICOLL DAYANA LLANOS	16				:		1	5	3	:		1	6	1	:	
61		LAURA AREVALO	16				:		1	0	8	:		1	2	3	:	
62		JUANITA DIAZ	17				:		1	1	1	:		1	2	4	:	
63		GABRIELA CANASTO	18				:		1	1	0	:		1	2	5	:	
MUNICIPIO EVALUADO:				**CHIA CUND**														
COORDINADOR MOTRIZ				**JONNIER CALVO**														

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0 VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL:

	NUMERO	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	UNICO INTENTO 20 MTS						UNICO INTENTO 50 MTS					
				SEG			:	1/100		SEG			:	1/100	
1		ESTEFANIA RAMOS MARROQUIN	13		4	:	2	0		1	3	:	0	4
2		MARIA FERNANDA RUIZ RAMIREZ	12		5	:	0	7		1	3	:	3	8
3		MA ALEJANDRA AREVALO MENESES	12		3	:	9	0		1	3	:	0	0
4		VALERIA PAEZ PINILLA	12		3	:	7	5		1	0	:	9	4
5		MARIANA RUBIO	12		3	:	9	5		1	0	:	8	2
6		ANA ISABEL DURAN LINARES	12		3	:	7	6		1	1	:	0	5
7		MARIA JULIANA BUENO M	13		5	:	0	7		1	4	:	7	2
8		MARIA ISABEL MEJIA REYES	12		3	:	5	0		1	4	:	7	8
9		VALENTINA MONTALVO CORTES	12		4	:	2	2		1	5	:	6	0
10		SARA GUTIERREZ ROBAYO	12		3	:	3	5			9	:	5	9
11		MARIANA VERA	12		3	:	6	5			9	:	8	5
12		SARA MARIA HERRERA BARACALDO	13		3	:	9	8		1	0	:	2	1
13		MARIA ALEJANDRA LATORRE	12		3	:	3	1			9	:	5	9
14		SARA SOFIA HURTADO	13		4	:	1	1		1	2	:	4	5
15		MARIA CAMILA PINZON BERNAL	13		3	:	5	9			9	:	8	2
16		DANIELA SILVA LEITON	13		3	:	6	0			9	:	8	3
17		FRANCY KATHERINE MARTINEZ H	13		3	:	9	0		1	0	:	1	5
18		LAURA CAMILA FUENTES	13		5	:	9	4		1	3	:	9	0
19		ISABELLA OJEDA MARTINEZ	13		5	:	5	2		1	5	:	4	6
20		SAMANTHA LASSO HERNANDEZ	13		3	:	2	1		1	1	:	9	2
21		VALERIA ZAMBRANO	13		4	:	2	1		1	2	:	3	2
22		ALISON BASTIDAS	13		4	:	5	6		1	2	:	4	5
23		MARIANA JARAMILLO	13		4	:	3	6		1	2	:	0	0
24		LIZETH DAYANA SALVADOR ALVEREZ	13		4	:	0	4		1	2	:	0	5
25		ANGIE NATALIA GONZALEZ RAQUIRA	14		4	:	4	2		1	1	:	2	1
26		KAREN JULIANA CASTILLO BARRETO	15		5	:	0	2		1	3	:	3	2
27		NATALIA ANDREA CUBILLOS	14		5	:	3	2		1	3	:	7	8
28		HEISY KAROL VALENTINA CASTRO BRITO	15		4	:	8	4		1	3	:	6	4
29		ANGIE KATHERINE HERRERA MARTINEZ	15		5	:	3	2		1	5	:	2	0
30		KAREN VANESSA GALEANO CORREA	14		3	:	9	7		1	1	:	8	9
31		LAURA NICOLL JIMENEZ	14		4	:	9	4		1	2	:	7	8
32		LAURA ALEXANDRA SANTANA MONTAÑO	15		6	:	1	9		1	5	:	2	3
33		MA ALEJANDRA PUENTES BIOCHERO	15		4	:	6	3		1	4	:	1	2
34		MA PAULA FERNANDEZ	14		5	:	0	2		1	2	:	3	4
35		MA PAULA RODRIGUEZ LEON	15		5	:	7	2		1	3	:	2	3
36		TANIA JINETH HERNANDEZ SIERRA	14		4	:	8	9		1	4	:	2	1
37		KAREN LIZETH REY BECERRA	15		4	:	7	7		1	2	:	1	5
38		LINA SOFIA ORTEGIN RODRIGUEZ	14		5	:	3	6		1	5	:	5	3
39		KAROL VANESA CLAVIJO AMEZQUITA	15		5	:	9	7		1	4	:	7	4
40		CINDRA NASAYO ALMARIO	14		5	:	9	9		1	2	:	3	2
41		MARIANA LOZANO	15		3	:	9	7		1	3	:	3	2
42		ADA SARAY MORALES BERNAL	14		4	:	9	4		1	2	:	4	5
43		ANGIE LEON	14		6	:	1	9		1	3	:	6	2
44		NICOLLE GOMEZ	15		4	:	6	3		1	1	:	4	3
45		GABRIELA GARZON	15		5	:	0	2		1	2	:	2	6
46		JUANITA VALENZUELA	15		4	:	8	9		1	4	:	5	9
47		KATHY VISCAINO	15		3	:	9	0		1	1	:	4	5

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0 VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL:

	NUMERO	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	UNICO INTENTO 20 MTS					UNICO INTENTO 50 MTS				
				SEG		:	1/100		SEG		:	1/100	
48		NATALIA CASTILLO GARCIA	14		5	:	9	4	1	2	:	7	7
49		ANA MARIA DIAZ BARBOSA	14		4	:	4	4	1	1	:	4	1
50		SOFIA CORREA LLANOS	14		5	:	5	2	1	0	:	4	2
51		PAULA ANDREA GUARIN ALDANA	16		3	:	2	1	1	2	:	7	2
52		VALENTINA DIAZ AMARILLO	16		4	:	2	1	1	2	:	5	3
53		PAULA ALEJANDRA BUSTOS RUIZ	17		3	:	9	5	1	1	:	5	4
54		LAURA MARIANA ASPRILLA CAÑAS	16		3	:	7	6	1	3	:	2	8
55		NATALIA RAMIREZ CIFUENTES	16		3	:	5	0	1	3	:	4	4
56		MARIA FERNANDA NOCUA	17		4	:	2	2	1	2	:	4	5
57		ANGIE SOFIA POSADA	16		3	:	2	0	1	1	:	2	3
58		LAURA DANIELA IBAÑEZ	16		3	:	3	5	1	4	:	6	5
59		ISABELLA GARCIA CAMARGO	17		3	:	6	5	1	3	:	1	3
60		NICOLL DAYANA LLANOS	16		3	:	9	8	1	2	:	4	5
61		LAURA AREVALO	16		3	:	3	1	1	1	:	7	2
62		JUANITA DIAZ	16		4	:	1	1	1	3	:	8	5
63		GABRIELA CANASTO	16		4	:	5	3	1	3	:	5	4

MUNICIPIO EVALUADO:	**CHIA CUND**
COORDINADOR MOTRIZ	**JONNIER CALVO**

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA "

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIV0 VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NUMERO	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	TEST LEGER	
				# ESCALON ALCANZADO	# RECORRIDOS REALIZADOS
1		ESTEFANIA RAMOS MARROQUIN	13	3	6-23= 420 mtr
2		MARIA FERNANDA RUIZ RAMIREZ	12	3	5-20= 400 mtr
3		MA ALEJANDRA AREVALO MENESES	12	3	3-24= 480 mtr
4		VALERIA PAEZ PINILLA	12	7	1-50 =1.000 mtr
5		MARIANA RUBIO	12	6	5-45= 900 mtr
6		ANA ISABEL DURAN LINARES	12	5	7-40= 400 mtr
7		MARIA JULIANA BUENO M	13	7	5-54= 1.080 mtr
8		MARIA ISABEL MEJIA REYES	12	7	3-52= 1.040 mtr
9		VALENTINA MONTALVO CORTES	12	5	2-33= 660 mtr
10		SARA GUTIERREZ ROBAYO	12	5	9-41=820
11		MARIANA VERA	12	11	2-92= 1.840 mtr
12		SARA MARIA HERRERA BARACALDO	13	6	9-48= 960 mtr
13		MARIA ALEJANDRA LATORRE	12	11	4-94= 1.880 mtr
14		SARA SOFIA HURTADO	13	6	5-44= 880 mtr
15		MARIA CAMILA PINZON BERNAL	13	7	4-53= 1.060 mtr
16		DANIELA SILVA LEITON	13	2	4-11= 220 mtr
17		FRANCY KATHERINE MARTINEZ H	13	7	2-51= 1.20 mtr
18		LAURA CAMILA FUENTES	13	6	1-41= 820 mtr
19		ISABELLA OJEDA MARTINEZ	13	7	1-50 = 1.000 mtr
20		SAMANTHA LASSO HERNANDEZ	13	6	1-41= 820 mtr
21		VALERIA ZAMBRANO	13	7	1-50 =1.000 mtr
22		ALISON BASTIDAS	13	6	7-46= 920 mtr
23		MARIANA JARAMILLO	13	7	1-50 =1.000 mtr
24		LIZETH DAYANA SALVADOR ALVEREZ	13	7	1-50 =1.000 mtr
25		ANGIE NATALIA GONZALEZ RAQUIRA	14	7	1-50 =1.000 mtr
26		KAREN JULIANA CASTILLO BARRETO	15	6	7-46= 920 mtr
27		NATALIA ANDREA CUBILLOS	14	2	4-11= 220 mtr
28		HEISY KAROL VALENTINA CASTRO BRITO	15	6	7-46= 920 mtr
29		ANGIE KATHERINE HERRERA MARTINEZ	15	5	7-40= 400 mtr
30		KAREN VANESSA GALEANO CORREA	14	7	1-50 =1.000 mtr
31		LAURA NICOLL JIMENEZ	14	6	7-46= 920 mtr
32		LAURA ALEXANDRA SANTANA MONTAÑO	15	4	7-30=600 mtr
33		MA ALEJANDRA PUENTES BIOCHERO	15	3	8-23=460 mtr
34		MA PAULA FERNANDEZ	14	5	8-40=800 mtr
35		MA PAULA RODRIGUEZ LEON	15	6	8-49=980 mtr
36		TANIA JINETH HERNANDEZ SIERRA	14	4	9-32=640 mtr
37		KAREN LIZETH REY BECERRA	15	4	6-28=560 mtr
38		LINA SOFIA ORTEGIN RODRIGUEZ	14	4	7-29=580 mtr
39		KAROL VANESA CLAVIJO AMEZQUITA	15	5	9-41=820 mtr



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA "
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0 VOLEIBOL



PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NUMERO	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	TEST LEGER	
				# ESCALON ALCANZADO	# RECORRIDOS REALIZADOS
40		CINDRA NASAYO ALMARIO	14	5	9-41=820 mtr
41		MARIANA LOZANO	15	5	7-39=780 mtr
42		ADA SARAY MORALES BERNAL	14	9	10-83=1660 mtr
43		ANGIE LEON	14	8	10-71=1420 mtr
44		NICOLLE GOMEZ	15	4	5-27=640 mtr
45		GABRIELA GARZON	15	7	9-60=1200 mtr
46		JUANITA VALENZUELA	15	5	9-41=820 mtr
47		KATHY VISCAINO	15	3	3-24= 480 mtr
48		NATALIA CASTILLO GARCIA	14	7	1-50 =1.000 mtr
49		ANA MARIA DIAZ BARBOSA	14	6	5-45= 900 mtr
50		SOFIA CORREA LLANOS	14	2	4-11= 220 mtr
51		PAULA ANDREA GUARIN ALDANA	16	7	2-51= 1.20 mtr
52		VALENTINA DIAZ AMARILLO	16	6	1-41= 820 mtr
53		PAULA ALEJANDRA BUSTOS RUIZ	17	6	7-46= 920 mtr
54		LAURA MARIANA ASPRILLA CAÑAS	16	4	8-31=620 mtr
55		NATALIA RAMIREZ CIFUENTES	16	4	8-31=620 mtr
56		MARIA FERNANDA NOCUA	17	3	3-24= 480 mtr
57		ANGIE SOFIA POSADA	16	7	1-50 =1.000 mtr
58		LAURA DANIELA IBAÑEZ	16	6	5-45= 900 mtr
59		ISABELLA GARCIA CAMARGO	17	2	4-11= 220 mtr
60		NICOLL DAYANA LLANOS	16	7	2-51= 1.20 mtr
61		LAURA AREVALO	16	6	1-41= 820 mtr
62		JUANITA DIAZ	16	6	7-46= 920 mtr
63		GABRIELA CANASTO	16	5	9-41=820 mtr
MUNICIPIO EVALUADO:			**chia cund**		
COORDINADOR MOTRIZ:			**JONNIER CALVO**		

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA'
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	PESO CORPORAL KG					ESTATURA DE PIE CMS.					ESTATURA SENTADO CMS.					ENVERGADURA CMS.				
			#	#	#	:	#	#	#	#	:	#	#	#	#	:	#	#	#	#	:	#
1	ESTEFANIA RAMOS MARROQUIN	13		6	0	:	9	1	6	8	:			8	7	:	2	1	6	5	:	
2	MARIA FERNANDA RUIZ RAMIREZ	12		5	6	:	2	1	5	6	:			7	3	:		1	5	6	:	
3	MA ALEJANDRA AREVALO MENESES	12		7	2	:	5	1	6	5	:			7	9	:		1	6	3	:	
4	VALERIA PAEZ PINILLA	12		6	2	:	9	1	6	8	:			8	5	:		1	7	0	:	
5	MARIANA RUBIO	12		5	6	:	2	1	5	7	:			7	9	:		1	5	6	:	
6	ANA ISABEL DURAN LINARES	12		6	4	:	7	1	5	9	:			8	0	:		1	5	8	:	
7	MARIA JULIANA BUENO M	13		6	1	:	5	1	5	5	:			7	8	:		1	5	7	:	
8	MARIA ISABEL MEJIA REYES	12		5	6	:	8	1	6	2	:			8	1	:		1	6	3	:	
9	VALENTINA MONTALVO CORTES	12		4	5	:	6	1	6	1	:			8	0	:		1	6	2	:	
10	SARA GUTIERREZ ROBAYO	12		6	4	:		1	6	2	:			8	2	:		1	6	2	:	
11	MARIANA VERA	12		5	4	:	1	1	5	7	:			7	1	:		1	5	6	:	
12	SARA MARIA HERRERA BARACALDO	13		4	7	:	1	1	5	3	:			6	9	:		1	5	3	:	
13	MARIA ALEJANDRA LATORRE	12		4	4	:	7	1	5	4	:			7	0	:		1	5	0	:	
14	SARA SOFIA HURTADO	13		5	1	:	3	1	5	7	:			6	9	:		1	5	7	:	
15	MARIA CAMILA PINZON BERNAL	13		5	1	:		1	6	5	:			7	3	:		1	6	5	:	
16	DANIELA SILVA LEITON	13		4	9	:	2	1	7	1	:			8	6	:		1	7	2	:	
17	FRANCY KATHERINE MARTINEZ H	13		6	5	:	2	1	7	2	:			8	8	:		1	7	0	:	
18	LAURA CAMILA FUENTES	13		5	6	:	8	1	6	2	:			7	2	:		1	6	3	:	
19	ISABELLA OJEDA MARTINEZ	13		5	4	:	2	1	6	7	:			8	0	:		1	6	8	:	
20	SAMANTHA LASSO HERNANDEZ	13		6	4	:		1	6	2	:			7	8	:		1	6	4	:	
21	VALERIA ZAMBRANO	13		5	4	:	1	1	5	7	:			7	4	:		1	5	7	:	
22	ALISON BASTIDAS	13		4	3	:	2	1	5	2	:			7	1	:		1	5	2	:	
23	MARIANA JARAMILLO	13		4	4	:	8	1	5	3	:			7	0	:		1	5	2	:	
24	LIZETH DAYANA SALVADOR ALVEREZ	13		4	3	:	5	1	5	5	:			7	2	:		1	5	5	:	
25	ANGIE NATALIA GONZALEZ RAQUIRA	14		5	3	:		1	6	3	:			7	8	:		1	6	3	:	
26	KAREN JULIANA CASTILLO BARRETO	15		6	0	:	7	1	7	3	:			9	8	:		1	7	3	:	
27	NATALIA ANDREA CUBILLOS	14		6	2	:	7	1	5	8	:			7	3	:		1	5	8	:	
28	HEISY KAROL VALENTINA CASTRO BRITO	15		5	7	:		1	4	8	:			6	8	:		1	5	0	:	
29	ANGIE KATHERINE HERRERA MARTINEZ	15		6	5	:	4	1	6	5	:			8	2	:		1	6	5	:	
30	KAREN VANESSA GALEANO CORREA	14		5	8	:	8	1	6	8	:			8	4	:		1	6	8	:	
31	LAURA NICOLL JIMENEZ	14		5	5	:	6	1	7	1	:			9	1	:		1	7	2	:	
32	LAURA ALEXANDRA SANTANA MONTAÑO	15		6	4	:	6	1	6	4	:			8	2	:		1	6	4	:	
33	MA ALEJANDRA PUENTES BIOCHERO	15		5	3	:	3	1	5	7	:			7	5	:		1	5	7	:	
34	MA PAULA FERNANDEZ	14		5	2	:	4	1	5	6	:			7	1	:		1	5	6	:	
35	MA PAULA RODRIGUEZ LEON	15		5	7	:	7	1	5	4	:			7	0	:		1	5	4	:	
36	TANIA JINETH HERNANDEZ SIERRA	14		4	7	:	5	1	5	5	:			7	2	:		1	5	5	:	
37	KAREN LIZETH REY BECERRA	15		4	6	:	9	1	4	9	:			7	0	:		1	4	9	:	
38	LINA SOFIA ORTEGIN RODRIGUEZ	14		4	3	:	6	1	5	5	:			7	3	:		1	5	5	:	
39	KAROL VANESA CLAVIJO AMEZQUITA	15		6	2	:	5	1	6	2	:			7	8	:		1	6	0	:	

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA'
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

VOLEIBOL
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES
NIVEL: FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	PESO CORPORAL KG					ESTATURA DE PIE CMS.					ESTATURA SENTADO CMS.					ENVERGADURA CMS.				
			#	#	#	:	#	#	#	#	:	#	#	#	#	:	#	#	#	#	:	#
40	CINDRA NASAYO ALMARIO	14		5	1	:	4	1	5	3	:			7	2	:		1	5	3	:	
41	MARIANA LOZANO	15		5	1	:	5	1	5	4	:			7	4	:		1	5	4	:	
42	ADA SARAY MORALES BERNAL	14		6	7	:	1	1	5	1	:			7	0	:		1	5	2	:	
43	ANGIE LEON	14		5	2	:	4	1	4	5	:			6	9	:		1	4	3	:	
44	NICOLLE GOMEZ	15		5	8	:	3	1	6	0	:			7	8	:		1	6	1	:	
45	GABRIELA GARZON	15		5	4	:	6	1	5	7	:			7	4	:		1	5	7	:	
46	JUANITA VALENZUELA	15		5	8	:	2	1	6	2	:			8	2	:		1	6	2	:	
47	KATHY VISCAINO	15		6	6	:		1	5	9	:			7	1	:		1	5	9	:	
48	NATALIA CASTILLO GARCIA	14		4	2	:		1	6	1	:			8	0	:		1	6	0	:	
49	ANA MARIA DIAZ BARBOSA	14		5	4	:	3	1	5	9	:			7	3	:		1	5	9	:	
50	SOFIA CORREA LLANOS	14		6	6	:	6	1	5	7	:			7	3	:		1	5	7	:	
63																					:	

MUNICIPIO EVALUADO:	CHIA CUND
COORDINADOR MOTRIZ:	JONNIER CALVO

BERNACION DE CUNDINAM
NAMARCA REGION QUE PR
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	S. RUN 1 INTENTO			S. RUN 2 INTENTO		
			TIEMPO			TIEMPO		
			MIN	SEG	M / SEG	MIN	SEG	M / SEG
1	ESTEFANIA RAMOS MARROQUIN	13		22	22,55		22	22,2
2	MARIA FERNANDA RUIZ RAMIREZ	12		22	22,56		22	22,22
3	MA ALEJANDRA AREVALO MENESES	12		23	23,02		23	23,22
4	VALERIA PAEZ PINILLA	12		22	22,28		21	21,04
5	MARIANA RUBIO	12		23	23,1		23	23,06
6	ANA ISABEL DURAN LINARES	12		22	22,28		22	22,06
7	MARIA JULIANA BUENO M	13		22	22,11		24	24,3
8	MARIA ISABEL MEJIA REYES	12		22	22,04		24	24,32
9	VALENTINA MONTALVO CORTES	12		22	22,06		24	24,02
10	SARA GUTIERREZ ROBAYO	12		23	22,3		22	22,79
11	MARIANA VERA	12		24	24,12		22	22,2
12	SARA MARIA HERRERA BARACALDO	13		22	22,02		22	22,06
13	MARIA ALEJANDRA LATORRE	12		20	20,28		22	22,04
14	SARA SOFIA HURTADO	13		23	23,3		20	20,45
15	MARIA CAMILA PINZON BERNAL	13		21	21,11		21	21,93
16	DANIELA SILVA LEITON	13		20	20,14		21	21,28
17	FRANCY KATHERINE MARTINEZ H	13		21	21,12		21	21,02
18	LAURA CAMILA FUENTES	13		22	22,25		21	21,3
19	ISABELLA OJEDA MARTINEZ	13		23	23,31		21	21,76
20	SAMANTHA LASSO HERNANDEZ	13		21	21,21		21	21,76
21	VALERIA ZAMBRANO	13		20	20,22		20	20,04
22	ALISON BASTIDAS	13		23	21,54		21	21,22
23	MARIANA JARAMILLO	13		24	24,1		22	22,14
24	LIZETH DAYANA SALVADOR ALVEREZ	13		23	23,14		20	20,18
25	ANGIE NATALIA GONZALEZ RAQUIRA	14		25	25,02		23	23,3
26	KAREN JULIANA CASTILLO BARRETO	15		23	23,14		21	21,21
27	NATALIA ANDREA CUBILLOS	14		22	22,79		20	20,22
28	HEISY KAROL VALENTINA CASTRO BRITO	15		22	22,06		22	22,87
29	ANGIE KATHERINE HERRERA MARTINEZ	15		22	22,04		22	22,87
30	KAREN VANESSA GALEANO CORREA	14		27	27,3		25	25
31	LAURA NICOLL JIMENEZ	14		21	21,64		22	22,87
32	LAURA ALEXANDRA SANTANA MONTAÑO	15		22	22		23	23,1
33	MA ALEJANDRA PUENTES BIOCHERO	15		22	22,34		22	22,28
34	MA PAULA RODRIGUEZ LEON	15		22	22,96		21	21,74
35	TANIA JINETH HERNANDEZ SIERRA	14		24	24,1		21	21,74
36	KAREN LIZETH REY BECERRA	15		22	22,15		23	23
37	LINA SOFIA ORTEGIN RODRIGUEZ	14		22	22,9		23	23,3
38	KAROL VANESA CLAVIJO AMEZQUITA	15		22	22,15		27	21



BERNACION DE CUNDINAM
NAMARCA REGION QUE PR



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	S. RUN 1 INTENTO			S. RUN 2 INTENTO		
			TIEMPO			TIEMPO		
			MIN	SEG	M / SEG	MIN	SEG	M / SEG
39	CINDRA NASAYO ALMARIO	14		28	28,04		27	27
40	MARIANA LOZANO	15		28	29,06		27	27
41	ADA SARAY MORALES BERNAL	14		25	25,06		27	27,3
42	ANGIE LEON	14		24	24,3		25	25
43	NICOLLE GOMEZ	15		24	24,32		25	25,1
44	GABRIELA GARZON	15		25	25		25	25,1
45	JUANITA VALENZUELA	15		26	26,74		23	23,02
47	KATHY VISCAINO	15		29	29,74		28	28,14
48	NATALIA CASTILLO GARCIA	14		23	23,64		23	23,4
49	ANA MARIA DIAZ BARBOSA	14		23	23,78		24	24
50	SOFIA CORREA LLANOS	14		23	23,3		23	23,96
62								

MUNICIPIO EVALUADO:	CHIA CUND
COORDINADOR MOTRIZ:	JONNIER CALVO

BERNACION DE CUNDINAMAR
NAMARCA REGION QUE PRO
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	ALTURA INICIAL					S. VERTICAL 1 INTENTO CMS.					S. VERTICAL 2 INTENTO CMS.				
			#	#	#	:	#	#	#	#	:	#	#	#	#	:	#
1	ESTEFANIA RAMOS MARROQUIN	13	1	6	8	:			6	3	:			6	4	:	
2	MARIA FERNANDA RUIZ RAMIREZ	12	1	5	5	:			5	8	:			5	3	:	
3	MA ALEJANDRA AREVALO MENESES	12	1	6	5	:			6	4	:			6	5	:	
4	VALERIA PAEZ PINILLA	12	1	6	8	:			6	5	:			6	6	:	
5	MARIANA RUBIO	12	1	5	7	:			5	7	:			5	8	:	
6	ANA ISABEL DURAN LINARES	12	1	5	9	:			5	3	:			5	7	:	
7	MARIA JULIANA BUENO M	13	1	5	5	:			5	6	:			5	6	:	
8	MARIA ISABEL MEJIA REYES	12	1	6	1	:			6	3	:			6	5	:	
9	VALENTINA MONTALVO CORTES	12	1	6	0	:			6	6	:			6	6	:	
10	SARA GUTIERREZ ROBAYO	12	1	6	2	:			5	5	:			5	6	:	
11	MARIANA VERA	12	1	5	7	:			5	7	:			5	5	:	
12	SARA MARIA HERRERA BARACALDO	13	1	5	2	:			5	3	:			5	7	:	
13	MARIA ALEJANDRA LATORRE	12	1	5	2	:			6	6	:			6	8	:	
14	SARA SOFIA HURTADO	13	1	5	7	:			5	7	:			5	7	:	
15	MARIA CAMILA PINZON BERNAL	13	1	6	5	:			5	6	:			5	6	:	
16	DANIELA SILVA LEITON	13	1	7	0	:			6	5	:			6	8	:	
17	FRANCY KATHERINE MARTINEZ H	13	1	7	2	:			6	7	:			6	7	:	
18	LAURA CAMILA FUENTES	13	1	6	1	:			5	3	:			5	6	:	
19	ISABELLA OJEDA MARTINEZ	13	1	6	7	:			6	0	:			6	8	:	
20	SAMANTHA LASSO HERNANDEZ	13	1	6	2	:			6	1	:			6	7	:	
21	VALERIA ZAMBRANO	13	1	5	7	:			5	7	:			5	8	:	
22	ALISON BASTIDAS	13	1	5	2	:			5	8	:			5	6	:	
23	MARIANA JARAMILLO	13	1	5	2	:			5	9	:			5	6	:	
24	LIZETH DAYANA SALVADOR ALVEREZ	13	1	5	5	:			6	5	:			6	8	:	
25	ANGIE NATALIA GONZALEZ RAQUIRA	14	1	6	3	:			5	8	:			5	7	:	
26	KAREN JULIANA CASTILLO BARRETO	15	1	7	3	:			6	3	:			6	6	:	
27	NATALIA ANDREA CUBILLOS	14	1	5	9	:			7	1	:			7	5	:	
28	HEISY KAROL VALENTINA CASTRO BRITO	15	1	4	8	:			6	5	:			6	7	:	
29	ANGIE KATHERINE HERRERA MARTINEZ	15	1	6	5	:			7	9	:			7	6	:	
30	KAREN VANESSA GALEANO CORREA	14	1	6	8	:			6	7	:			6	7	:	
31	LAURA NICOLL JIMENEZ	14	1	7	0	:			5	2	:			5	6	:	
32	LAURA ALEXANDRA SANTANA MONTAÑO	15	1	6	4	:			6	3	:			6	7	:	
33	MA ALEJANDRA PUENTES BIOCHERO	15	1	5	7	:			7	7	:			7	8	:	
34	MA PAULA FERNANDEZ	14	1	5	6	:			6	6	:			6	9	:	
35	MA PAULA RODRIGUEZ LEON	15	1	5	4	:			5	1	:			5	8	:	
36	TANIA JINETH HERNANDEZ SIERRA	14	1	5	5	:			7	7	:			7	9	:	
37	KAREN LIZETH REY BECERRA	15	1	4	9	:			5	6	:			5	8	:	
38	LINA SOFIA ORTEGIN RODRIGUEZ	14	1	5	5	:			6	1	:			6	9	:	
39	KAROL VANESA CLAVIJO AMEZQUITA	15	1	6	1	:			7	8	:			7	7	:	
40	CINDRA NASAYO ALMARIO	14	1	5	3	:			6	4	:			6	6	:	
41	MARIANA LOZANO	15	1	5	1	:			7	1	:			7	8	:	
42	ADA SARAY MORALES BERNAL	14	1	5	0	:			6	2	:			6	6	:	
43	ANGIE LEON	14	1	4	5	:			7	8	:			7	9	:	



BERNACION DE CUNDINAMAR
NAMARCA REGION QUE PRO
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	ALTURA INICIAL					S. VERTICAL 1 INTENTO CMS.					S. VERTICAL 2 INTENTO CMS.				
			#	#	#	:	#	#	#	#	:	#	#	#	#	:	#
44	NICOLLE GOMEZ	15	1	6	0	:			6	1	:			6	7	:	
45	GABRIELA GARZON	15	1	5	7	:			7	7	:			7	7	:	
46	JUANITA VALENZUELA	15	1	6	2	:			6	3	:			6	7	:	
47	KATHY VISCAINO	15	1	5	9	:			6	5	:			6	9	:	
48	NATALIA CASTILLO GARCIA	14	1	6	0	:			6	1	:			6	6	:	
49	ANA MARIA DIAZ BARBOSA	14	1	5	9	:			7	2	:			7	8	:	
50	SOFIA CORREA LLANOS	14	1	5	7	:			6	8	:			6	6	:	
63																	

MUNICIPIO EVALUADO:	CHIA CUND
COORDINADOR MOTRIZ:	JONNIER CALVO

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
'NDINAMARCA REGION QUE PROGRE
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL:FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	S. HORIZONTAL					S. HORIZONTAL 1 INTENTO					S. HORIZONTAL 2 INTENTO				
			CMS.					CMS.					CMS.				
			#	#	#	:	#	#	#	#	:	#	#	#	#	:	#
1	ESTEFANIA RAMOS MARROQUIN	13				:		1	1	6	:		1	1	5	:	
2	MARIA FERNANDA RUIZ RAMIREZ	12				:			9	6	:		1	2	1	:	
3	MA ALEJANDRA AREVALO MENESES	12				:		1	3	2	:		1	3	5	:	
4	VALERIA PAEZ PINILLA	12				:		1	2	5	:		1	1	0	:	
5	MARIANA RUBIO	12				:		1	3	9	:		1	4	5	:	
6	ANA ISABEL DURAN LINARES	12				:		1	2	9	:		1	4	1	:	
7	MARIA JULIANA BUENO M	13				:		1	1	3	:		1	2	0	:	
8	MARIA ISABEL MEJIA REYES	12				:		1	1	1	:		1	2	3	:	
9	VALENTINA MONTALVO CORTES	12				:		1	1	4	:		1	2	9	:	
10	SARA GUTIERREZ ROBAYO	12				:		1	3	5	:		1	3	7	:	
11	MARIANA VERA	12				:		1	5	1	:		1	6	0	:	
12	SARA MARIA HERRERA BARACALDO	13				:		1	6	1	:		1	6	3	:	
13	MARIA ALEJANDRA LATORRE	12				:		1	6	2	:		1	6	2	:	
14	SARA SOFIA HURTADO	13				:		1	2	8	:		1	2	2	:	
15	MARIA CAMILA PINZON BERNAL	13				:		1	2	1	:		1	6	3	:	
16	DANIELA SILVA LEITON	13				:		1	4	1	:		1	2	4	:	
17	FRANCY KATHERINE MARTINEZ H	13				:		1	3	9	:		1	3	2	:	
18	LAURA CAMILA FUENTES	13				:		1	6	7	:		1	4	9	:	
19	ISABELLA OJEDA MARTINEZ	13				:		1	4	4	:		1	3	1	:	
20	SAMANTHA LASSO HERNANDEZ	13				:		1	2	9	:		1	3	5	:	
21	VALERIA ZAMBRANO	13				:		1	4	5	:		1	5	3	:	
22	ALISON BASTIDAS	13				:		1	2	4	:		1	3	1	:	
23	MARIANA JARAMILLO	13				:		1	5	9	:		1	6	2	:	
24	LIZETH DAYANA SALVADOR ALVEREZ	13				:		1	3	5	:		1	3	1	:	
25	ANGIE NATALIA GONZALEZ RAQUIRA	14				:		1	3	4	:		1	2	3	:	
26	KAREN JULIANA CASTILLO BARRETO	15				:		1	2	0	:		1	4	1	:	
27	NATALIA ANDREA CUBILLOS	14				:		1	2	7	:		1	2	8	:	
28	HEISY KAROL VALENTINA CASTRO BRITO	15				:		1	3	2	:		1	5	3	:	
29	ANGIE KATHERINE HERRERA MARTINEZ	15				:		1	5	6	:		1	5	5	:	
30	KAREN VANESSA GALEANO CORREA	14				:		1	2	3	:		1	2	2	:	
31	LAURA NICOLL JIMENEZ	14				:		1	2	9	:		1	3	2	:	
32	LAURA ALEXANDRA SANTANA MONTAÑO	15				:		1	2	4	:		1	2	0	:	
33	MA ALEJANDRA PUENTES BIOCHERO	15				:		1	5	2	:		1	5	5	:	
34	MA PAULA FERNANDEZ	14				:		1	3	0	:		1	2	5	:	

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

'NDINAMARCA REGION QUE PROGRE

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIV0

VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL:FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	S. HORIZONTAL					S. HORIZONTAL 1 INTENTO					S. HORIZONTAL 2 INTENTO				
			CMS.					CMS.					CMS.				
			#	#	#	:	#	#	#	#	:	#	#	#	#	:	#
35	MA PAULA RODRIGUEZ LEON	15				:		1	4	5	:		1	5	3	:	
36	TANIA JINETH HERNANDEZ SIERRA	14				:		1	1	3	:		1	1	2	:	
37	KAREN LIZETH REY BECERRA	15				:		1	2	1	:		1	3	3	:	
38	LINA SOFIA ORTEGIN RODRIGUEZ	14				:		1	3	2	:		1	2	9	:	
39	KAROL VANESA CLAVIJO AMEZQUITA	15				:		1	3	5	:		1	3	6	:	
40	CINDRA NASAYO ALMARIO	14				:		1	2	2	:		1	1	9	:	
41	MARIANA LOZANO	15				:		1	5	7	:		1	1	6	:	
42	ADA SARAY MORALES BERNAL	14				:		1	2	3	:		1	7	0	:	
43	ANGIE LEON	14				:		1	2	7	:		1	1	1	:	
44	NICOLLE GOMEZ	15				:		1	1	9	:		1	2	4	:	
45	GABRIELA GARZON	15				:		1	3	0	:		1	2	5	:	
46	JUANITA VALENZUELA	15				:		1	4	4	:		1	3	1	:	
47	KATHY VISCAINO	15				:		1	3	0	:		1	2	5	:	
48	NATALIA CASTILLO GARCIA	14				:		1	2	8	:		1	1	2	:	
49	ANA MARIA DIAZ BARBOSA	14				:		1	4	3	:		1	4	4	:	
50	SOFIA CORREA LLANOS	14				:		1	3	9	:		1	3	6	:	
63																:	

MUNICIPIO EVALUADO:	CHIA CUND
COORDINADOR MOTRIZ	JONNIER CALVO

GOBERNACION DE CUNDINAMARC
DINAMARCA REGION QUE PROGR
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0 VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES
NIVEL:FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	UNICO INTENTO 20 MTS SEG	:	1/100	UNICO INTENTO 50 MTS SEG	:	1/100
1	ESTEFANIA RAMOS MARROQUIN	13	4	:	10	11	:	24
2	MARIA FERNANDA RUIZ RAMIREZ	12	4	:	07	12	:	36
3	MA ALEJANDRA AREVALO MENESES	12	4	:	90	11	:	29
4	VALERIA PAEZ PINILLA	12	3	:	55	10	:	25
5	MARIANA RUBIO	12	3	:	65	9	:	83
6	ANA ISABEL DURAN LINARES	12	3	:	46	10	:	15
7	MARIA JULIANA BUENO M	13	4	:	67	10	:	75
8	MARIA ISABEL MEJIA REYES	12	3	:	40	11	:	18
9	VALENTINA MONTALVO CORTES	12	4	:	42	12	:	65
10	SARA GUTIERREZ ROBAYO	12	3	:	55	9	:	69
11	MARIANA VERA	12	3	:	35	9	:	54
12	SARA MARIA HERRERA BARACALDO	13	3	:	68	11	:	43
13	MARIA ALEJANDRA LATORRE	12	3	:	41	9	:	35
14	SARA SOFIA HURTADO	13	3	:	21	11	:	33
15	MARIA CAMILA PINZON BERNAL	13	3	:	69	9	:	13
16	DANIELA SILVA LEITON	13	3	:	50	9	:	85
17	FRANCY KATHERINE MARTINEZ H	13	4	:	30	11	:	14
18	LAURA CAMILA FUENTES	13	4	:	34	12	:	27
19	ISABELLA OJEDA MARTINEZ	13	4	:	52	13	:	24
20	SAMANTHA LASSO HERNANDEZ	13	3	:	31	12	:	47
21	VALERIA ZAMBRANO	13	4	:	51	11	:	54
22	ALISON BASTIDAS	13	4	:	36	10	:	08
23	MARIANA JARAMILLO	13	4	:	56	10	:	25
24	LIZETH DAYANA SALVADOR ALVEREZ	13	4	:	34	12	:	25
25	ANGIE NATALIA GONZALEZ RAQUIRA	14	3	:	42	11	:	21
26	KAREN JULIANA CASTILLO BARRETO	15	4	:	52	11	:	42
27	NATALIA ANDREA CUBILLOS	14	2	:	42	11	:	38
28	HEISY KAROL VALENTINA CASTRO BRITO	15	3	:	64	11	:	64
29	ANGIE KATHERINE HERRERA MARTINEZ	15	4	:	42	15	:	20
30	KAREN VANESSA GALEANO CORREA	14	3	:	57	11	:	89
31	LAURA NICOLL JIMENEZ	14	4	:	44	11	:	28
32	LAURA ALEXANDRA SANTANA MONTAÑO	15	5	:	49	12	:	63
33	MA ALEJANDRA PUENTES BIOCHERO	15	4	:	53	14	:	52
34	MA PAULA FERNANDEZ	14	3	:	42	11	:	64
35	MA PAULA RODRIGUEZ LEON	15	5	:	52	11	:	43
36	TANIA JINETH HERNANDEZ SIERRA	14	3	:	39	10	:	41
37	KAREN LIZETH REY BECERRA	15	4	:	37	11	:	65
38	LINA SOFIA ORTEGIN RODRIGUEZ	14	5	:	56	13	:	43
39	KAROL VANESA CLAVIJO AMEZQUITA	15	3	:	47	12	:	54
40	CINDRA NASAYO ALMARIO	14	5	:	99	11	:	42
41	MARIANA LOZANO	15	3	:	37	12	:	32
42	ADA SARAY MORALES BERNAL	14	4	:	34	13	:	45
43	ANGIE LEON	14	4	:	49	14	:	52
44	NICOLLE GOMEZ	15	4	:	63	11	:	33
45	GABRIELA GARZON	15	5	:	42	10	:	56
46	JUANITA VALENZUELA	15	4	:	59	10	:	39
47	KATHY VISCAINO	15	4	:	50	11	:	55



GOBERNACION DE CUNDINAMARC
DINAMARCA REGION QUE PROGR



INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0 VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES
NIVEL:FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	UNICO INTENTO 20 MTS						UNICO INTENTO 50 MTS					
			SEG		:	1/100			SEG		:	1/100		
48	NATALIA CASTILLO GARCIA	14		5	:	9	4		1	1	:	3	7	
49	ANA MARIA DIAZ BARBOSA	14		4	:	4	4		1	1	:	4	1	
50	SOFIA CORREA LLANOS	14		5	:	5	2		1	0	:	3	2	
MUNICIPIO EVALUADO:			CHIA CUND											
COORDINADOR MOTRIZ			JONNIER CALVO											

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

CUNDINAMARCA REGION QUE PROGR

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIV0 VOLEIBOL

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	TEST LEGER	
			# ESCALON ALCANZADO	# RECORRIDOS REALIZADOS
1	ESTEFANIA RAMOS MARROQUIN	13	3	6-23= 420 mtr
2	MARIA FERNANDA RUIZ RAMIREZ	12	3	5-20= 400 mtr
3	MA ALEJANDRA AREVALO MENESES	12	3	3-24= 480 mtr
4	VALERIA PAEZ PINILLA	12	7	1-50 =1.000 mtr
5	MARIANA RUBIO	12	6	5-45= 900 mtr
6	ANA ISABEL DURAN LINARES	12	5	7-40= 400 mtr
7	MARIA JULIANA BUENO M	13	7	5-54= 1.080 mtr
8	MARIA ISABEL MEJIA REYES	12	7	3-52= 1.040 mtr
9	VALENTINA MONTALVO CORTES	12	5	2-33= 660 mtr
10	SARA GUTIERREZ ROBAYO	12	5	9-41=820
11	MARIANA VERA	12	11	2-92= 1.840 mtr
12	SARA MARIA HERRERA BARACALDO	13	6	9-48= 960 mtr
13	MARIA ALEJANDRA LATORRE	12	11	4-94= 1.880 mtr
14	SARA SOFIA HURTADO	13	6	5-44= 880 mtr
15	MARIA CAMILA PINZON BERNAL	13	7	4-53= 1.060 mtr
16	DANIELA SILVA LEITON	13	2	4-11= 220 mtr
17	FRANCY KATHERINE MARTINEZ H	13	7	2-51= 1.20 mtr
18	LAURA CAMILA FUENTES	13	6	1-41= 820 mtr
19	ISABELLA OJEDA MARTINEZ	13	7	1-50 = 1.000 mtr
20	SAMANTHA LASSO HERNANDEZ	13	6	1-41= 820 mtr
21	VALERIA ZAMBRANO	13	7	1-50 =1.000 mtr
22	ALISON BASTIDAS	13	6	7-46= 920 mtr
23	MARIANA JARAMILLO	13	7	1-50 =1.000 mtr
24	LIZETH DAYANA SALVADOR ALVEREZ	13	7	1-50 =1.000 mtr
25	ANGIE NATALIA GONZALEZ RAQUIRA	14	7	1-50 =1.000 mtr
26	KAREN JULIANA CASTILLO BARRETO	15	6	7-46= 920 mtr
27	NATALIA ANDREA CUBILLOS	14	2	4-11= 220 mtr
28	HEISY KAROL VALENTINA CASTRO BRITO	15	6	7-46= 920 mtr
29	ANGIE KATHERINE HERRERA MARTINEZ	15	5	7-40= 400 mtr
30	KAREN VANESSA GALEANO CORREA	14	7	1-50 =1.000 mtr
31	LAURA NICOLL JIMENEZ	14	6	7-46= 920 mtr
32	LAURA ALEXANDRA SANTANA MONTAÑO	15	4	7-30=600 mtr
33	MA ALEJANDRA PUENTES BIOCHERO	15	3	8-23=460 mtr
34	MA PAULA FERNANDEZ	14	5	8-40=800 mtr
35	MA PAULA RODRIGUEZ LEON	15	6	8-49=980 mtr
36	TANIA JINETH HERNANDEZ SIERRA	14	4	9-32=640 mtr
37	KAREN LIZETH REY BECERRA	15	4	6-28=560 mtr
38	LINA SOFIA ORTEGIN RODRIGUEZ	14	4	7-29=580 mtr
39	KAROL VANESA CLAVIJO AMEZQUITA	15	5	9-41=820 mtr

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

CUNDINAMARCA REGION QUE PROGR

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIV0 VOLEIBOL

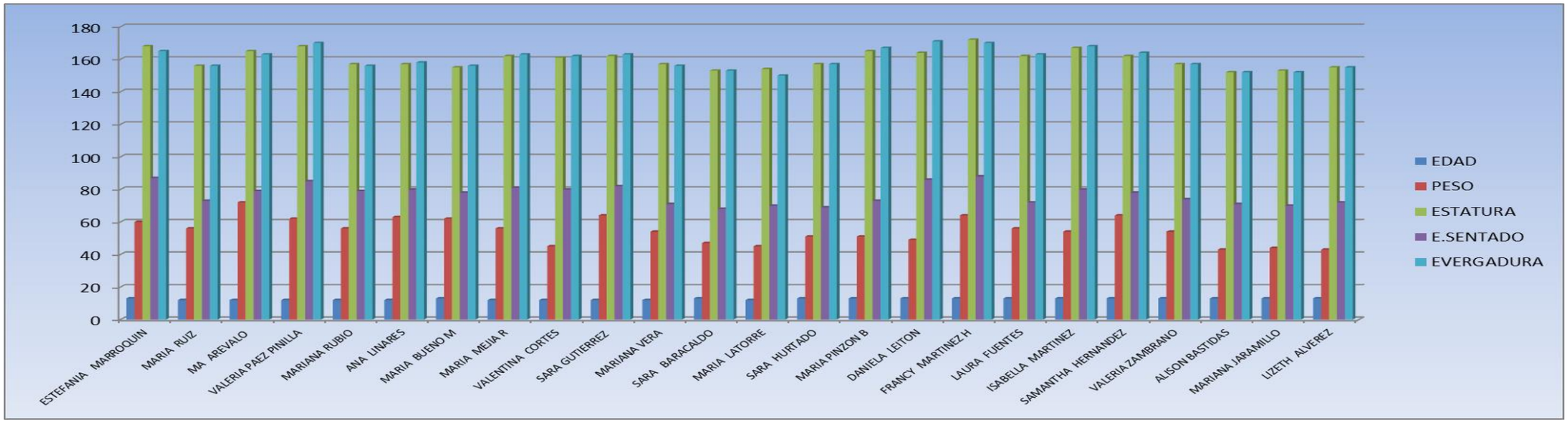
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

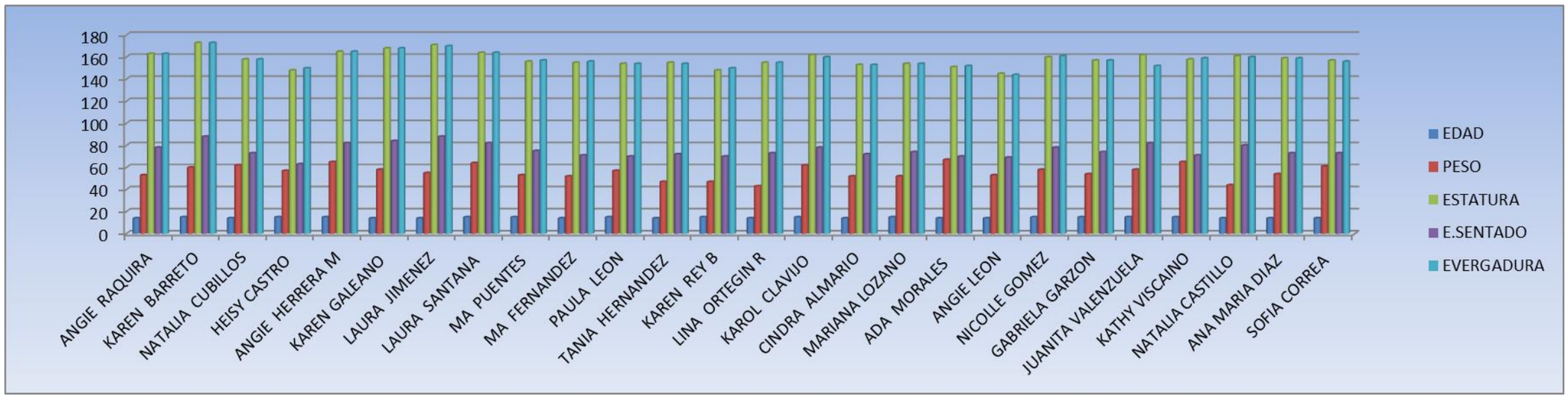
NIVEL: FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	TEST LEGER	
			# ESCALON ALCANZADO	# RECORRIDOS REALIZADOS
40	CINDRA NASAYO ALMARIO	14	5	9-41=820 mtr
41	MARIANA LOZANO	15	5	7-39=780 mtr
42	ADA SARAY MORALES BERNAL	14	9	10-83=1660 mtr
43	ANGIE LEON	14	8	10-71=1420 mtr
44	NICOLLE GOMEZ	15	4	5-27=640 mtr
45	GABRIELA GARZON	15	7	9-60=1200 mtr
46	JUANITA VALENZUELA	15	5	9-41=820 mtr
47	KATHY VISCAINO	15	3	3-24= 480 mtr
48	NATALIA CASTILLO GARCIA	14	7	1-50 =1.000 mtr
49	ANA MARIA DIAZ BARBOSA	14	6	5-45= 900 mtr
50	SOFIA CORREA LLANOS	14	2	4-11= 220 mtr
MUNICIPIO EVALUADO:		chia cund		
COORDINADOR MOTRIZ:		JONNIER CALVO		

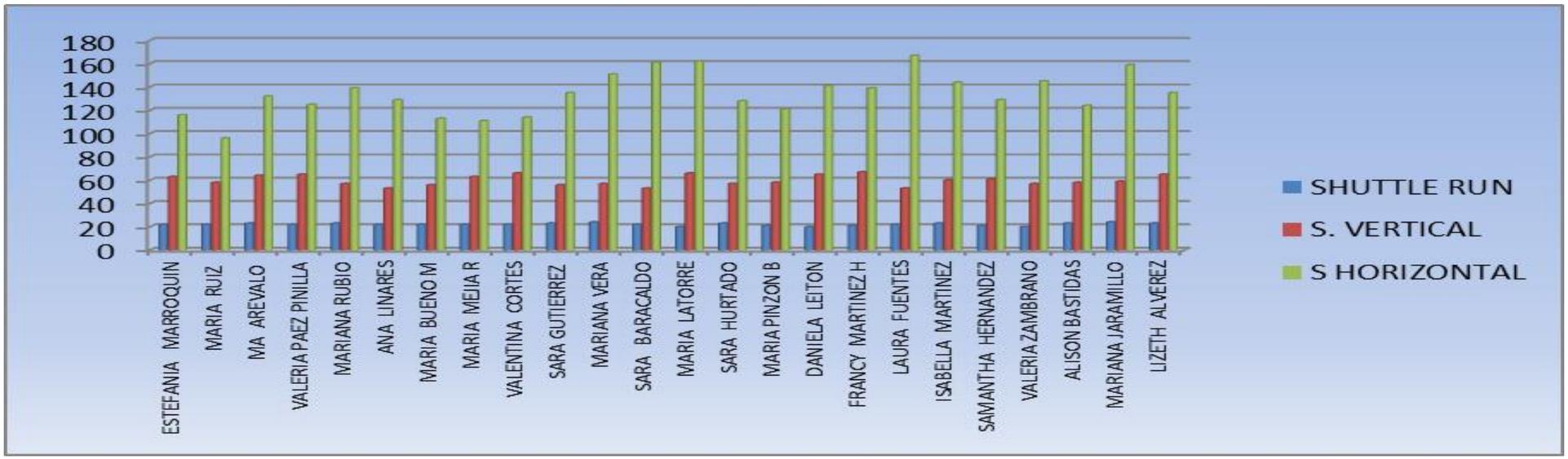
ANALISIS PRUEBAS

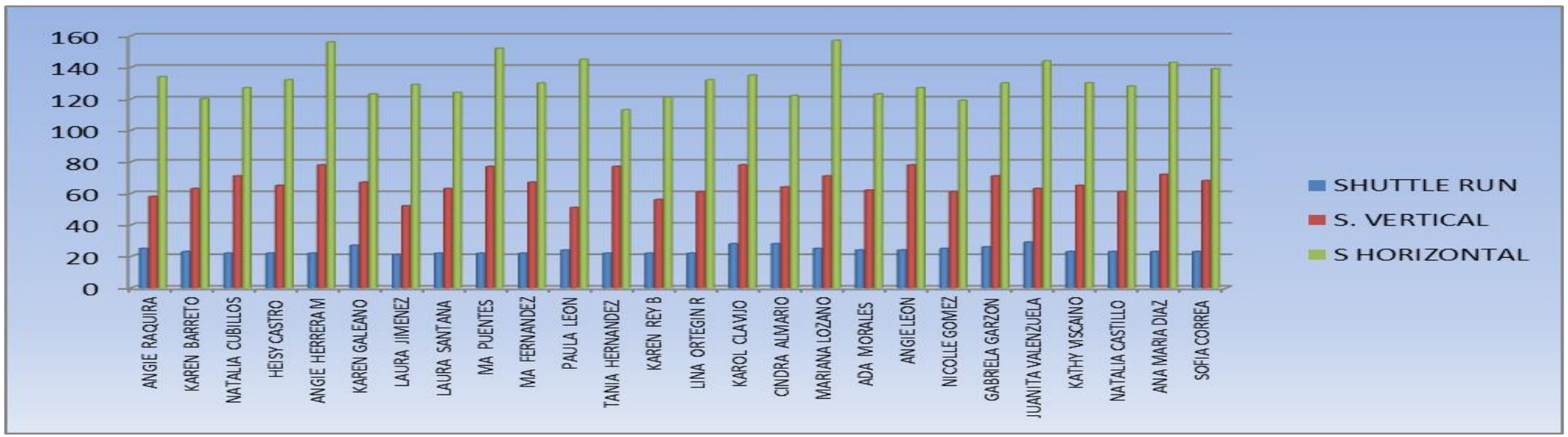
ANTROPOMETRICAS



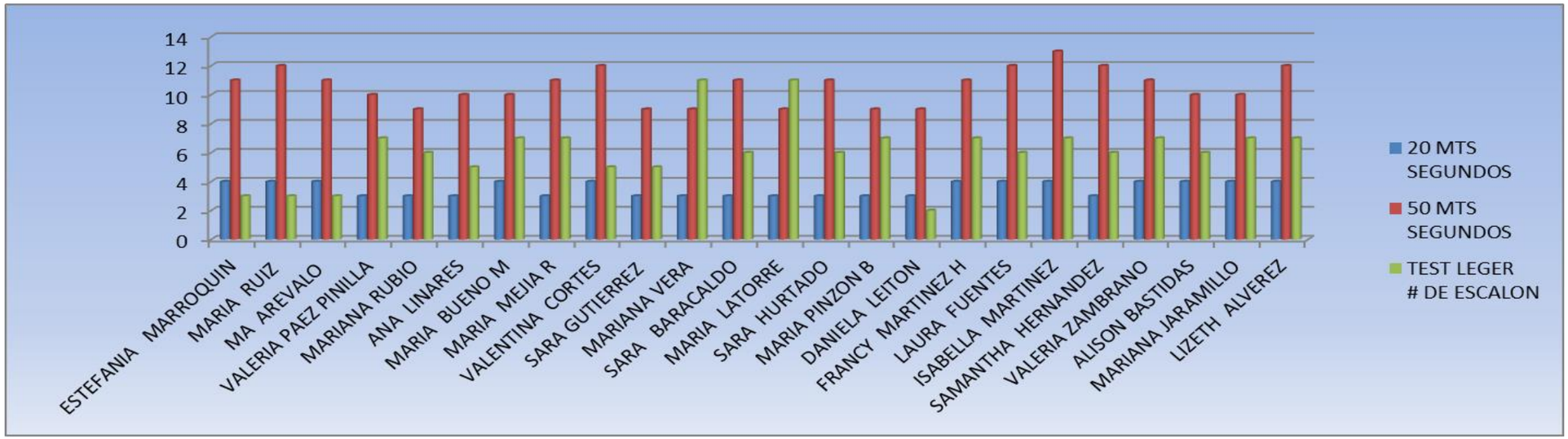


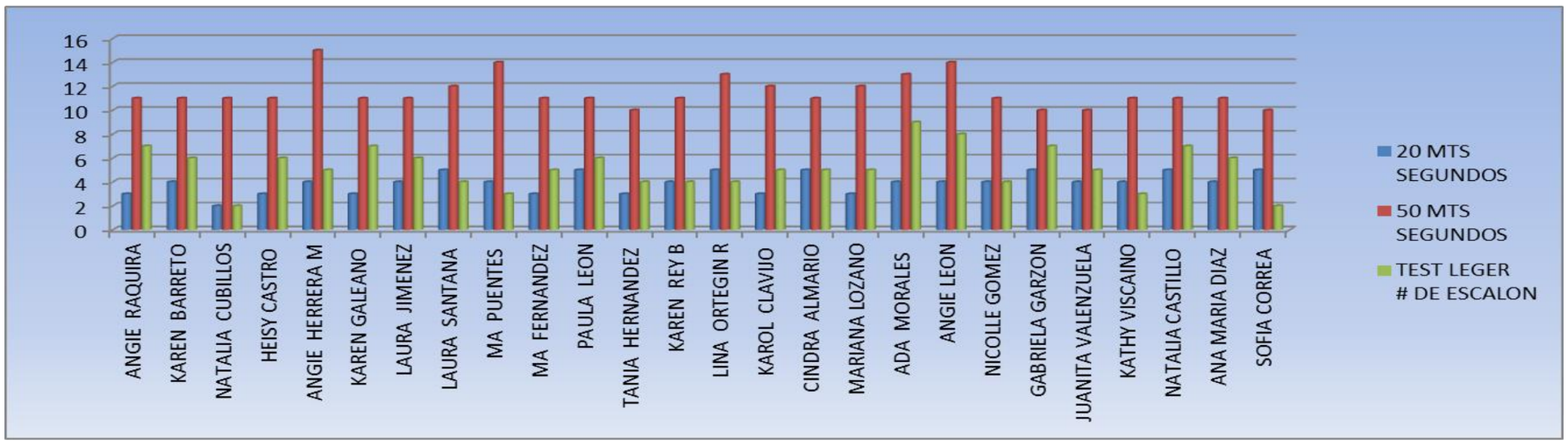
SHUTTLE RUN, S VERTICAL Y S. HORIZONTAL





20 Y 50 METROS- TEST DE LEGER





ANALISIS CUATITATIVO Y CUALITATIVO DE LOS RESULTADOS GRAFICOS ESTADISTICOS

MUNICIPIO DE CHIA- VOLEIBOL

Se realizaron las pruebas iniciales y finales con total normalidad en las categorías como lo son fundamentación y perfeccionamiento aproximadamente al 90% de los alumnos, en la cual se obtuvo un aprendizaje significativo por ambas partes tanto como formador deportivo como para los alumnos, ya que estas pruebas nos ayudaron a determinar en qué condición, tanto físicas como sus medidas antropométricas se encuentra los deportistas para del mismo modo poder analizar en qué se debe trabajar y del mismo modo poder comparar con más exactitud las mejoras de cada alumno a lo largo de su proceso

Primeramente, se va a mencionar el rango de edades de los participantes a las pruebas Teniendo en cuenta lo anterior haciendo un análisis de las pruebas el 22% tienen 12 años, el 24% lo tienen el de la edad de 13, el 28%lo tienen los alumnos de 14 y por último el 24% lo tienen alumnos de 15 años, lo que quiere decir esto es que se encontró que entre más tiempo tengan los alumnos practicando el deporte va hacer más edad.

En cuanto nos referimos al peso, altura y edad promedio, que nos sirve para analizar el IMC en un porcentaje en general de todos los estudiantes fueron;

En peso un promedio de 55,36 y de altura en metros es de 154,06 y en edad de los alumnos a los que se les tomaros la pruebas fue de 14 años el promedio general, con estos datos se puede analizar que el índice de masa corporal en promedio general se encuentran en establecido como NORMAL para su tamaño físico y su altura, cabe resaltar que son muy pocos los alumnos que se encuentran por debajo o excediendo el límite establecido como normal y para ello hay que seguir trabajando y mejorando

Otro punto de la encuesta fueron las medidas de la estatura sentado la mínima es de 63 y la máxima es de 88, donde se sacó un promedio de 76,18 de todos los alumnos

En cuanto a la envergadura se llevó que la mínima es de 144 y la máxima es de 173, donde esta consiste en la distancia entre las dos puntas del brazo , teniendo en cuenta esto se sacó un promedio de 159,02 para el resultado general de los alumnos

Se realizó unas pruebas donde se hizo el SHUTTLE RUN, el mínimo es de 20 y el máximo es de 29, se saco el promedio de esta prueba donde 22% es el resultado en general de esta prueba.

También se realizaron dos pruebas de salto donde la primera fue el salto vertical, el salto mínimo fue de 51 y el máximo fue de 78, partir de estos saltos vertical realizados se saco el promedio en general el cuales los saltos fueron de 63%.

Por último el salto horizontal, donde el mínimo que obtuvieron fue de 96 y el máximo fue de 167, a partir de ellos también se saco un promedio general el cual fue 133 donde se escogió el mejor intento de cada uno de los estudiantes para obtener el resultado.

En las pruebas de los 20 metros por segundos se escogieron de los intentos realizados el mejor resultado, donde en general el mínimo fue de 2,43 segundos y el máximo fue de 5,94 segundos, donde apartir de estos datos en el grupo en general se tuvo un promedio de 4,093

En la siguiente prueba se aumentaron los metros , ya que esta se realizó de 50 metros por segundos donde el resultado mínimo fue de 9,13 segundos y el resultado máximo fue de 15,20 segundos, apartir del rango de los resultados mencionados anteriormente se obtuvo un promedio de 11,83

Para finalizar las pruebas se realizó el TEST LEGER # DE ESCALON donde lo resultados de los alumnos fueron buenos a pesar del poco tiempo trabajado ya que se tuvo un mínimo de 2 y un máximo de 11 en el numero de escalón, donde apartir de ello se obtuvo un promedio en general del grupo de 5,54 por escalon

Para concluir cabe resaltar las buenas actitudes y aptitudes de las/os deportistas a los que se les realizo las pruebas se nota el compromiso deportivo por parte de la gran mayoría queriendo salir adelante y queriendo superarse día tras dia, se obtuvieron muy buenos resultados ya que en la gran mayoría son niños y niñas que ya llevan un proceso de formación y claramente se pudo evidenciar en las pruebas, aun asi los procesos pueden seguir mejorando dia tras dia con esfuerzo y superacion

EVIDENCIAS

Se realizaron las pruebas con total normalidad con ayuda de practicantes de la universidad UDCA de la carrera de fisioterapia, además de otras pruebas adicionales








"Chía Deportiva, Educada, Cultural y Segura"

15/12/2021 10:33:09 a.m.
I.M.R.D. CHÍA
Al contestar cite este No.: 20211215000100125 4
Tip. Comunicación: COMUNICACION OFICIAL ENVIADA
Tip. Documento: RESPUESTA
Remitido a: PERSONA NATURAL IMRD
Anexos: SIN
¡Información: Presente este documento o llame al

CE-IMRD-146-2021

EL DIRECTOR GENERAL
DEL INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE CHÍA
Nit: 800201907-1

CERTIFICA QUE:

El joven **JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR** identificado con cedula de ciudadanía número 1.071.581.581 expedida en Caparrapí, cumplió satisfactoriamente con el apoyo como Formador Deportivo y Recreativo en el IMRD Chía, con los niños, niñas y jóvenes del municipio de Chia, en las Unidades Deportivas del Coliseo y Concha Acústica, del municipio de Chía, las actividades se realizan de manera presencial, con tres grupos, así Iniciación, Fundamentación y perfeccionamiento deportivo en **Voleibol,** durante el periodo comprendido entre el **01 y 15 de diciembre de 2021**, según lo establecido en la Meta No. 118 del Plan de Desarrollo Departamental "Cundinamarca Región que Progresa" cumpliendo con las obligaciones estipuladas en el contrato con INDEPORTES Cundinamarca.

Adjuntamos relación de actividades del mes.

Dada en Chía, a solicitud de la interesada, mediante radicado número 20211210999990146 0 y con destino a INDEPORTES Cundinamarca, a los catorce (14) días del mes de diciembre del año dos mil veintiuno (2021).

Sin otro particular,

ALDOVER ALEXANDER COLORADO CASTAÑO
Director General IMRD Chía.

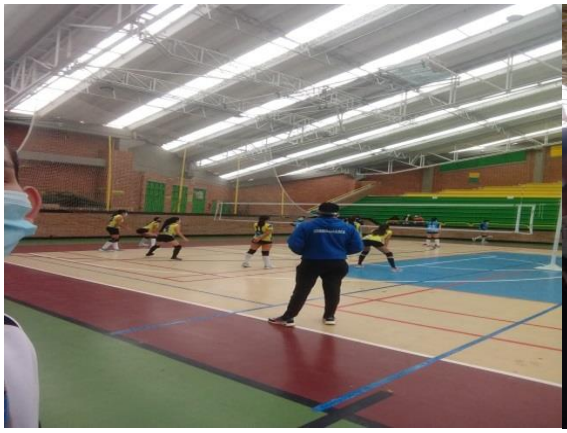
Proyectó y elaboró: Martha Campos. - Técnico Administrativo Área Técnica IMRD
Revisó: Lina Marcela Parra Klusmann. Coordinadora EFD
Aprobó: Juan Diego Arias Rojas. Subdirector Área Técnica IMRD Chía

OBLIGACION 10

EVENTO DEPORTIVO “COPA INTERCLUBES”

















SEGUNDO EVENTO DEPORTIVO

“FESTIVAL DE VOLEIVOL EN COMPAÑIA CON LA LIGA DE VOLEIBOL DE CUNDINAMANRCA”











EVENTO DEPORTIVO “TORNEO DEPARTAMENTAL CATEGORIA MENORES”




capturada en moto g⁶
Iván Alfaro
14 de nov. de 2021, 7:26 p. m.





OBLIGACION 11

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE "INDEPORTES CUNDINAMARCA" ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2021				
CRONOGRAMA DE EVENTO MES A MES				
MES	**HORA**	**LUGAR**	**FECHA**	**DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD**
ABRIL				
MAYO				
JUNIO				
JULIO	3.00 PM		22-jul-21	PRESENTACION CON LOS DEMAS FORMADORES Y ALUMNOS DE LAS ESCUELAS DE FORMACION CON EL MUNICIPIO
AGOSTO	7:00 AM - 8 PM	COLISEO LA LUNA, CONCHA ACUSTICA	14, 15, 21, 22 de agosto- 2021	ACTIVIDAD DEPORTIVA TORNEO COPA INTERCLUBES
SEPTIEMBRE	2:00 PM -8PM	COLISEO LA LUNA	14/09/2021	La actividad de este mes a resaltar fue unos test realizados por una practicante de la universidad UDCA
OCTUBRE	7:00 AM- 9 PM	COLISEO LA LUNA, CONCHA ACUSTICA	10,11,12 Y 13 de octubre 2021	festival realizado por la liga de voleibol de cundinamarca
NOVIEMBRE	8:00 AM- 8 PM	COLISEO LA LUNA, CONCHA ACUSTICA	13 Y 14 DE NOVIEMBRE 2021	Torneo departametal en la categoria menores en la rama femenina y masculina, tambien el encuentro y entrenamiento con la selección colombia sub 23 de voleibol
DICIEMBRE	9:00 AM - 12::00 PM	BRICEÑO, SO	5 DE DICIEMBRE	La activiad a resaltar de este mes fue la presencia por parte de indeportes en ExpoCundinamarca, y la clauura del cierre final que se tiene programado para el ultimo dia de entrenamientos
MUNICIPIO		CHIA CUNDINAMARCA		
NOMBRE DEL FORMADOR		JONNIER HUMBERTO CALVO TOVAR		

EVIDENCIA



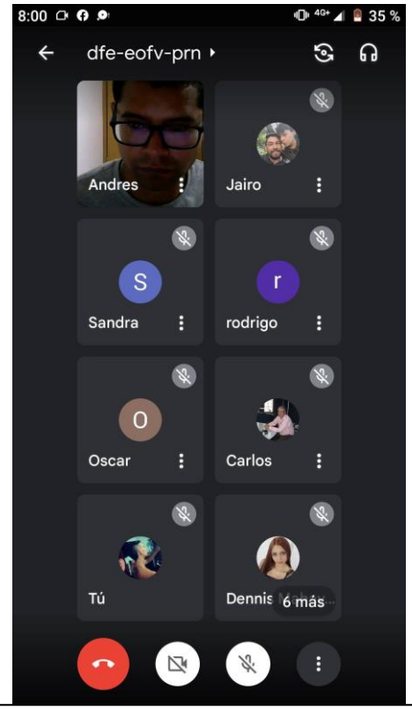
OBLIGACION 12







OBLIGACION 13



ENTREGA DE UNIFORMES Y LINEAMIENTOS FINALES

OBLIGACION 14

se apoyó a INDEPORTES en 2 actividades, la primera en el municipio de Zipaquirá y en expo Cundinamarca la zumba de colores





OBLIGACION 15

El día 10 de diciembre entregue informe el cual contiene cuenta de cobro informe de supervisión, evidencias fotográficas, seguridad social y informesfinales

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DE CADA NIVEL

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		
FORMADOR	JONNIER CALVO	
DEPORTE/ DISCIPLINA	VOLEIBOL	
MUNICIPIO	CHIA	
NIVEL	INICIACION	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	COLISEO LA LUNA	MES: diciembre

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



02-12-2021 motricidad - coliseo



8-12-2021 juego



9-12-2021 antebrazo – coliseo



14- 12-2021 juegos



13-12-2021 estiramiento- concha



14-12-2021 antebrazo y yemas

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		
FORMADOR	**JONNIER CALVO**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**VOLEIBOL**	
MUNICIPIO	**CHIA**	
NIVEL	**FUNDAMENTACION**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**COLISEO LA LUNA**	**MES: diciembre**
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		



2-12-2021 saque por encima - alternas



8-12-2021 juego 3 vs 3- concha



9-12-saque – COLISEO



11-12-2021 fisico



13-12-2021 saque



14-12-2021 motricidad

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		
RMADOR	**JONNIER CALVO**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**VOLEIBOL**	
MUNICIPIO	**CHIA**	
NIVEL	**PERFECCIONAMIENTO**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**COLISEO LA LUNA**	**MES: diciembre**
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		



02-12-2021 juego- COLISEO



4-12-2021 JUEGO- CONCHA



8-12-2021 SALTO – COLISEO



9--2021: 6 vs 6



13-12-2021: fisico



14-12-2021: COLISEO