PLAN MENSUAL FEBRERO

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAMPAMENTO JUVENIL**	**EDADES:**	**13 A 28 AÑOS**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**GUATAVITA**		
OBJETIVO:	**ADQUIRIR NUEVO CONOCIMIENTO EN LA IMPLEMENTACIÓN Y DESARROLLO DE LAS DIFERENTES TECNICAS CAMPAMENTILES, POR MEDIO DE DINÁMICAS ...**						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**TECNICAS DE CAMPAMENTOS**	**FORMACIONES Y SEÑALES**	**NUDOS BASICOS**	**CLASIFICACION DE LOS NUDOS**	**NUDOS BASICOS**	**NUDO SIMPLE, BALLESTRINQUE**	**AMARRES BASICOS**	**AMARRE CUADRADO**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								

OBSERVACIONES:

RECURSOS: CORDINO DE 50 CENTIMETRO, TRES PALOS DE ESCOBA ,PITO

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAMPAMENTO JUVENIL**	**EDADES:**	**13 A 28 AÑOS**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESQUILE**		
OBJETIVO:	**ADQUIRIR NUEVO CONOCIMIENTO EN LA IMPLEMENTACIÓN Y DESARROLLO DE LAS DIFERENTES TECNICAS CAMPAMENTILES, POR MEDIO DE DINÁMICAS ...**						

SEMANA / FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**TECNICAS DE CAMPAMENTOS**	**FORMACIONES Y SEÑALES**	**NUDOS BASICOS**	**CLASIFICACION DE LOS NUDOS**	**NUDOS BASICOS**	**NUDO SIMPLE,BALLESTRINQUE**	**AMARRES BASICOS**	**AMARRE CUADRADO**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES:								
RECURSOS: CORDINO DE 50 CENTIMETRO, TRES PALOS DE ESCOBA ,PITO								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAMPAMENTO INFANTIL**	**EDADES:**	**6 A 13 AÑOS**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**GUATAVITA**		
OBJETIVO:	**ADQUIRIR NUEVO CONOCIMIENTO EN LA IMPLEMENTACIÓN Y DESARROLLO DE LAS DIFERENTES TECNICAS CAMPAMENTILES , POR MEDIO DE DINÁMICAS ...**						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**TECNICAS DE CAMPAMENTOS**	**FORMACIONES Y SEÑALES**	**NUDOS BASICOS**	**CLASIFICACION DE LOS NUDOS**	**NUDOS BASICOS**	**NUDO SIMPLE,BALLESTRINQUE**	**AMARRES BASICOS**	**AMARRE CUADRADO**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES:								
RECURSOS: CORDINO DE 50 CENTIMETRO, TRES PALOS DE ESCOBA ,PITO								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAMPAMENTO INFANTIL**	**EDADES:**	**6 A 13 AÑOS**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESQUILE**		
OBJETIVO:	**ADQUIRIR NUEVO CONOCIMIENTO EN LA IMPLEMENTACIÓN Y DESARROLLO DE LAS DIFERENTES TECNICAS CAMPAMENTILES , POR MEDIO DE DINÁMICAS ...**						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**TECNICAS DE CAMPAMENTOS**	**FORMACIONES Y SEÑALES**	**NUDOS BASICOS**	**CLASIFICACION DE LOS NUDOS**	**NUDOS BASICOS**	**NUDO SIMPLE,BALLESTRINQUE**	**AMARRES BASICOS**	**AMARRE CUADRADO**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES:								
RECURSOS: CORDINO DE 50 CENTIMETRO, TRES PALOS DE ESCOBA ,PITO								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**ADULTO MAYOR**	**EDADES:**	**60 AÑOS EN ADELANTE**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESQUILE**		
OBJETIVO:	fortalecer su lugar en la familia y en la sociedad, así como fomentar las acciones tendientes a procurar una atención oportuna y de calidad a los adultos mayores en materia de nutrición, educación, cultura, recreación.						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**FLEXIBILIDAD**	**Movilidad, Elasticidad, Plasticidad**	**Diferentes tipos de flexibilidad.**	**FLEXIBILIDAD ...Activa dinámica, Activa estatica, Pasiva dinamica, Pasiva estatica**	**Beneficios generales de flexibilidad en el adulto mayor.**	**capacidad de trabajo• Aumenta la vitalidad• Ayuda a combatir el estrés• Incrementa la resistencia a la fatiga• Ayuda a combatir la ansiedad y la depresión• Mejora el tono de sus músculos**	**Beneficios de los ejercicios fisicos de la flexibilidad.**	**tono muscular ..**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES: EN ESPERA DE LA RESPUESTA POR PARTE DE LA ALCALDIA MUNICIPAL PARA ASIGNAR LOS ESPACIOS FISICOS ...								
RECURSOS: COLCHONETAS,BANDAS ELASTICAS,TERABAN,PITO ,BALON MEDICINAL,BOTELLAS DE PLASTICO.								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**ADULTO MAYOR**	**EDADES:**	**60 AÑOS EN ADELANTE**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**GUATAVITA**		
OBJETIVO:	fortalecer su lugar en la familia y en la sociedad, así como fomentar las acciones tendientes a procurar una atención oportuna y de calidad a los adultos mayores en materia de nutrición, educación, cultura, recreación.						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**FLEXIBILIDAD**	**Movilidad, Elasticidad, Plasticidad**	**Diferentes tipos de flexibilidad.**	**FLEXIBILIDAD ...Activa dinámica, Activa estatica, Pasiva dinamica, Pasiva estatica**	**Beneficios generales de flexibilidad en el adulto mayor.**	**capacidad de trabajo• Aumenta la vitalidad• Ayuda a combatir el estrés• Incrementa la resistencia a**	**Beneficios de los ejercicios fisicos de la flexibilidad.**	**tono muscular ..**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES: EN ESPERA DE LA RESPUESTA POR PARTE DE LA ALCALDIA MUNICIPAL PARA ASIGNAR LOS ESPACIOS FISICOS ...								
RECURSOS: COLCHONETAS,BANDAS ELASTICAS,TERABAN,PITO ,BALON MEDICINAL,BOTELLAS DE PLASTICO.								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAPACITACIONES**	**EDADES:**	**MADRES COMUNITARIAS,PRIMERA INFANCIA,DEPORTE SOCIAL COMUNITARIO,Y COMUNIDAD.**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESQUILE**		
OBJETIVO:	Motivar: ejercicios físicos que se llevan a cabo por el hijo y la madre con la finalidad de fortalecer los lazos de unión y de actitud cooperadora así como de las diversas formas de relación madre-hijo, la motricidad,COORDINACION, FLEXIBILIDAD,RONDAS Y JUERGOS es demostrada por medio de una rutina con elementos convencionales.						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**MOTRICIDAD**	**motricidad fina y gruesa**	**COORDINACION**	**Coordinación Visomotriz. Coordinación Audiomotriz**	**FLEXIBILIDAD**	**Beneficios generales de flexibilidad en el adulto mayor.**	**RONDAS Y JUEGOS**	**TIRO AL BLANCO,LOS TOPOS,TORNADO DE EMOCIONES.**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES:DICHAS ACTIVIDADES SE DESARROLLARAN EN EL ICFB DEL MUNICIPIO								
RECURSOS: COLCHONETAS,SONIDO,PELOTAS DE COLORES,PLATILLOS,PITO,CAJAS DE HUEVOS.								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAPACITACIONES**	**EDADES:**	**MADRES COMUNITARIAS,PRIMERA INFANCIA,DEPORTE SOCIAL COMUNITARIO,Y COMUNIDAD.**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESQUILE**		
OBJETIVO:	Motivar: ejercicios físicos que se llevan a cabo por el hijo y la madre con la finalidad de fortalecer los lazos de unión y de actitud cooperadora así como de las diversas formas de relación madre-hijo, la motricidad,COORDINACION, FLEXIBILIDAD,RONDAS Y JUERGOS es demostrada por medio de una rutina con elementos convencionales.						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**MOTRICIDAD**	**motricidad fina y gruesa**	**COORDINACION**	**Coordinación Visomotriz. Coordinación Audiomotriz**	**FLEXIBILIDAD**	**Beneficios generales de flexibilidad en el adulto mayor.**	**RONDAS Y JUEGOS**	**TIRO AL BLANCO,LOS TOPOS,TORNADO DE EMOCIONES.**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES:DICHAS ACTIVIDADES SE DESARROLLARAN EN EL ICFB DEL MUNICIPIO								
RECURSOS: COLCHONETAS,SONIDO,PELOTAS DE COLORES,PLATILLOS,PITO,CAJAS DE HUEVOS.								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAMPAMENTO JUVENIL**	**EDADES:**	**13 A 28 AÑOS**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**GUATAVITA**		
OBJETIVO:	**ADQUIRIR NUEVO CONOCIMIENTO EN LA IMPLEMENTACIÓN Y DESARROLLO DE LAS DIFERENTES TECNICAS CAMPAMENTILES, POR MEDIO DE DINÁMICAS ...**						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**TECNICAS DE CAMPAMENTOS**	**FORMACIONES Y SEÑALES**	**NUDOS BASICOS**	**CLASIFICACION DE LOS NUDOS**	**NUDOS BASICOS**	**NUDO SIMPLE, BALLESTRINQUE**	**AMARRES BASICOS**	**AMARRE CUADRADO**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								

OBSERVACIONES:

RECURSOS: CORDINO DE 50 CENTIMETRO, TRES PALOS DE ESCOBA ,PITO

PLAN MENSUAL MARZO

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAMPAMENTO JUVENIL**	**EDADES:**	**13 A 28 AÑOS**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESQUILE**		
OBJETIVO:	**ADQUIRIR NUEVO CONOCIMIENTO EN LA IMPLEMENTACIÓN Y DESARROLLO DE LAS DIFERENTES TECNICAS CAMPAMENTILES, POR MEDIO DE DINÁMICAS ...**						

SEMANA / FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**TECNICAS DE CAMPAMENTOS**	**FORMACIONES Y SEÑALES**	**NUDOS BASICOS**	**CLASIFICACION DE LOS NUDOS**	**NUDOS BASICOS**	**NUDO SIMPLE,BALLESTRINQUE**	**AMARRES BASICOS**	**AMARRE CUADRADO**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES:								

RECURSOS: CORDINO DE 50 CENTIMETRO, TRES PALOS DE ESCOBA ,PITO

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAMPAMENTO INFANTIL**	**EDADES:**	**6 A 13 AÑOS**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**GUATAVITA**		
OBJETIVO:	**ADQUIRIR NUEVO CONOCIMIENTO EN LA IMPLEMENTACIÓN Y DESARROLLO DE LAS DIFERENTES TECNICAS CAMPAMENTILES , POR MEDIO DE DINÁMICAS ...**						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**TECNICAS DE CAMPAMENTOS**	**FORMACIONES Y SEÑALES**	**NUDOS BASICOS**	**CLASIFICACION DE LOS NUDOS**	**NUDOS BASICOS**	**NUDO SIMPLE,BALLESTRINQUE**	**AMARRES BASICOS**	**AMARRE CUADRADO**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES:								
RECURSOS: CORDINO DE 50 CENTIMETRO, TRES PALOS DE ESCOBA ,PITO								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAMPAMENTO INFANTIL**	**EDADES:**	**6 A 13 AÑOS**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESQUILE**		
OBJETIVO:	**ADQUIRIR NUEVO CONOCIMIENTO EN LA IMPLEMENTACIÓN Y DESARROLLO DE LAS DIFERENTES TECNICAS CAMPAMENTILES , POR MEDIO DE DINÁMICAS ...**						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**TECNICAS DE CAMPAMENTOS**	**FORMACIONES Y SEÑALES**	**NUDOS BASICOS**	**CLASIFICACION DE LOS NUDOS**	**NUDOS BASICOS**	**NUDO SIMPLE,BALLESTRINQUE**	**AMARRES BASICOS**	**AMARRE CUADRADO**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES:								
RECURSOS: CORDINO DE 50 CENTIMETRO, TRES PALOS DE ESCOBA ,PITO								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**ADULTO MAYOR**	**EDADES:**	**60 AÑOS EN ADELANTE**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESQUILE**		
OBJETIVO:	fortalecer su lugar en la familia y en la sociedad, así como fomentar las acciones tendientes a procurar una atención oportuna y de calidad a los adultos mayores en materia de nutrición, educación, cultura, recreación.						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**FLEXIBILIDAD**	**Movilidad, Elasticidad, Plasticidad**	**Diferentes tipos de flexibilidad.**	**FLEXIBILIDAD ...Activa dinámica, Activa estatica, Pasiva dinamica, Pasiva estatica**	**Beneficios generales de flexibilidad en el adulto mayor.**	**capacidad de trabajo• Aumenta la vitalidad• Ayuda a combatir el estrés• Incrementa la resistencia a la fatiga• Ayuda a combatir la ansiedad y la depresión• Mejora el tono de sus músculos**	**Beneficios de los ejercicios fisicos de la flexibilidad.**	**tono muscular ..**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES: EN ESPERA DE LA RESPUESTA POR PARTE DE LA ALCALDIA MUNICIPAL PARA ASIGNAR LOS ESPACIOS FISICOS ...								

RECURSOS: COLCHONETAS,BANDAS ELASTICAS,TERABAN,PITO ,BALON MEDICINAL,BOTELLAS DE PLASTICO.							
CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**ADULTO MAYOR**	**EDADES:**	**60 AÑOS EN ADELANTE**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**GUATAVITA**		
OBJETIVO:	fortalecer su lugar en la familia y en la sociedad, así como fomentar las acciones tendientes a procurar una atención oportuna y de calidad a los adultos mayores en materia de nutrición, educación, cultura, recreación.						

SEMANA / **FRECUENCIA**	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**FLEXIBILIDAD**	**Movilidad, Elasticidad, Plasticidad**	**Diferentes tipos de flexibilidad.**	**FLEXIBILIDAD ...Activa dinámica, Activa estatica, Pasiva dinamica, Pasiva estatica**	**Beneficios generales de flexibilidad en el adulto mayor.**	**capacidad de trabajo• Aumenta la vitalidad• Ayuda a combatir el estrés• Incrementa la resistencia a**	**Beneficios de los ejercicios fisicos de la flexibilidad.**	**tono muscular ..**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES: EN ESPERA DE LA RESPUESTA POR PARTE DE LA ALCALDIA MUNICIPAL PARA ASIGNAR LOS ESPACIOS FISICOS ...								
RECURSOS: COLCHONETAS,BANDAS ELASTICAS,TERABAN,PITO ,BALON MEDICINAL,BOTELLAS DE PLASTICO.								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAPACITACIONES**	**EDADES:**	**MADRES COMUNITARIAS,PRIMERA INFANCIA,DEPORTE SOCIAL COMUNITARIO,Y COMUNIDAD.**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESQUILE**		
OBJETIVO:	Motivar: ejercicios físicos que se llevan a cabo por el hijo y la madre con la finalidad de fortalecer los lazos de unión y de actitud cooperadora así como de las diversas formas de relación madre-hijo, la motricidad,COORDINACION, FLEXIBILIDAD,RONDAS Y JUERGOS es demostrada por medio de una rutina con elementos convencionales.						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**MOTRICIDAD**	**motricidad fina y gruesa**	**COORDINACION**	**Coordinación Visomotriz. Coordinación Audiomotriz**	**FLEXIBILIDAD**	**Beneficios generales de flexibilidad en el adulto mayor.**	**RONDAS Y JUEGOS**	**TIRO AL BLANCO,LOS TOPOS,TORNADO DE EMOCIONES.**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES:DICHAS ACTIVIDADES SE DESARROLLARAN EN EL ICFB DEL MUNICIPIO								

RECURSOS: COLCHONETAS,SONIDO,PELOTAS DE COLORES,PLATILLOS,PITO,CAJAS DE HUEVOS.

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAPACITACIONES**	**EDADES:**	**MADRES COMUNITARIAS,PRIMERA INFANCIA,DEPORTE SOCIAL COMUNITARIO,Y COMUNIDAD.**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESQUILE**		
OBJETIVO:	Motivar: ejercicios físicos que se llevan a cabo por el hijo y la madre con la finalidad de fortalecer los lazos de unión y de actitud cooperadora así como de las diversas formas de relación madre-hijo, la motricidad,COORDINACION, FLEXIBILIDAD,RONDAS Y JUERGOS es demostrada por medio de una rutina con elementos convencionales.						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**MOTRICIDAD**	**motricidad fina y gruesa**	**COORDINACION**	**Coordinación Visomotriz. Coordinación Audiomotriz**	**FLEXIBILIDAD**	**Beneficios generales de flexibilidad en el adulto mayor.**	**RONDAS Y JUEGOS**	**TIRO AL BLANCO,LOS TOPOS,TORNADO DE EMOCIONES.**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES:DICHAS ACTIVIDADES SE DESARROLLARAN EN EL ICFB DEL MUNICIPIO								

RECURSOS: COLCHONETAS,SONIDO,PELOTAS DE COLORES,PLATILLOS,PITO,CAJAS DE HUEVOS.

PLAN DE CLASE ABRIL

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**ADULTO MAYOR**	**EDADES:**	**60 AÑOS EN ADELANTE**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESQUILE - GUATAVITA**		
OBJETIVO:	MEJORAR Y/O MANTENER LAS HABILIDADES COORDINATIVAS EN LOS ADULTOS MAYORES DELOS DIFERENTES MUNICIPIOS						

SEMANA / FRECUENCIA	**SEMANA 1**	**SEMANA 2**	**SEMANA 3**	**SEMANA 4**

	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**COORDINACION**	**COORDINACIÓN OJO-MANO, Y OJO-PIE**	**MOTRICIDAD**	**MOTRICIDAD GRUESA Y MOTRICIDAD FINA**	**Beneficios generales de la coordinacion en el adulto mayor.**	**coordinación dinamica, coordinacion segmentada**	**coordinacion y ritmo**	**coordinacion a traves de la danza**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES: POR CONDICIONES CLIMATICAS A SIDO NECESARIO CAMBIAR LOS ESPACIOS ASIGNADOS								
RECURSOS: COLCHONETAS, BANDAS ELASTICAS, TERABAN, PITO, BALON MEDICINAL, BOTELLAS DE PLASTICO.								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**ADOLESCENTES**	**EDADES:**	**13-17 AÑOS**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESQUILE - GUATAVITA**		
OBJETIVO:	**ADQUIRIR NUEVO CONOCIMIENTO EN LA IMPLEMENTACIÓN Y DESARROLLO DE LAS DIFERENTES TECNICAS CAMPAMENTILES , POR MEDIO DE DINÁMICAS ...**						

	SEMANA 1	**SEMANA 2**	**SEMANA 3**	**SEMANA 4**

SEMANA FRECUENCIA								
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**TECNICAS DE CAMPAMENTOS**	**FORMACIONES Y SEÑALES**	**NUDOS BASICOS**	**CLASIFICACION DE LOS NUDOS**	**NUDOS BASICOS**	**NUDO SIMPLE,BALLESTRINQUE**	**AMARRES BASICOS**	**AMARRE CUADRADO**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES: POR CONDICIONES CLIMATICAS A SIDO NECESARIO CAMBIAR LOS ESPACIOS ASIGNADOS								
RECURSOS: CORDINO DE 50 CENTIMETRO, TRES PALOS DE ESCOBA ,PITO								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**INFANCIA**	**EDADES:**	**DE 6-12 AÑOS**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESEQUILE - GUATAVITA**		

OBJETIVO:	**ADQUIRIR NUEVO CONOCIMIENTO EN LA IMPLEMENTACIÓN Y DESARROLLO DE LAS DIFERENTES TECNICAS CAMPAMENTILES , POR MEDIO DE DINÁMICAS ...**

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**TECNICAS DE CAMPAMENTOS**	**FORMACIONES Y SEÑALES**	**NUDOS BASICOS**	**CLASIFICACION DE LOS NUDOS**	**NUDOS BASICOS**	**NUDO SIMPLE,BALLESTRINQUE**	**AMARRES BASICOS**	**AMARRE CUADRADO**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES: POR CONDICIONES CLIMATICAS A SIDO NECESARIO CAMBIAR LOS ESPACIOS ASIGNADOS.								
RECURSOS: CORDINO DE 50 CENTIMETRO, TRES PALOS DE ESCOBA ,PITO								

PLAN MENSUAL MAYO

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAMPAMENTO JUVENIL**	**EDADES:**	**13 A 28 AÑOS**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**GUATAVITA**		
OBJETIVO:	**ADQUIRIR NUEVO CONOCIMIENTO EN LA IMPLEMENTACIÓN Y DESARROLLO DE LAS DIFERENTES TECNICAS CAMPAMENTILES, POR MEDIO DE DINÁMICAS ...**						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**TECNICAS DE CAMPAMENTOS**	**FORMACIONES Y SEÑALES**	**NUDOS BASICOS**	**CLASIFICACION DE LOS NUDOS**	**NUDOS BASICOS**	**NUDO SIMPLE, BALLESTRINQUE**	**AMARRES BASICOS**	**AMARRE CUADRADO**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								

OBSERVACIONES:

RECURSOS: CORDINO DE 50 CENTIMETRO, TRES PALOS DE ESCOBA ,PITO

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAMPAMENTO JUVENIL**	**EDADES:**	**13 A 28 AÑOS**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESQUILE**		
OBJETIVO:	**ADQUIRIR NUEVO CONOCIMIENTO EN LA IMPLEMENTACIÓN Y DESARROLLO DE LAS DIFERENTES TECNICAS CAMPAMENTILES, POR MEDIO DE DINÁMICAS ...**						

SEMANA / FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**TECNICAS DE CAMPAMENTOS**	**FORMACIONES Y SEÑALES**	**NUDOS BASICOS**	**CLASIFICACION DE LOS NUDOS**	**NUDOS BASICOS**	**NUDO SIMPLE,BALLESTRINQUE**	**AMARRES BASICOS**	**AMARRE CUADRADO**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES:								
RECURSOS: CORDINO DE 50 CENTIMETRO, TRES PALOS DE ESCOBA ,PITO								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAMPAMENTO INFANTIL**	**EDADES:**	**6 A 13 AÑOS**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**GUATAVITA**		
OBJETIVO:	**ADQUIRIR NUEVO CONOCIMIENTO EN LA IMPLEMENTACIÓN Y DESARROLLO DE LAS DIFERENTES TECNICAS CAMPAMENTILES , POR MEDIO DE DINÁMICAS ...**						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**TECNICAS DE CAMPAMENTOS**	**FORMACIONES Y SEÑALES**	**NUDOS BASICOS**	**CLASIFICACION DE LOS NUDOS**	**NUDOS BASICOS**	**NUDO SIMPLE,BALLESTRINQUE**	**AMARRES BASICOS**	**AMARRE CUADRADO**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES:								
RECURSOS: CORDINO DE 50 CENTIMETRO, TRES PALOS DE ESCOBA ,PITO								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAMPAMENTO INFANTIL**	**EDADES:**	**6 A 13 AÑOS**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESQUILE**		
OBJETIVO:	**ADQUIRIR NUEVO CONOCIMIENTO EN LA IMPLEMENTACIÓN Y DESARROLLO DE LAS DIFERENTES TECNICAS CAMPAMENTILES , POR MEDIO DE DINÁMICAS ...**						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**TECNICAS DE CAMPAMENTOS**	**FORMACIONES Y SEÑALES**	**NUDOS BASICOS**	**CLASIFICACION DE LOS NUDOS**	**NUDOS BASICOS**	**NUDO SIMPLE,BALLESTRINQUE**	**AMARRES BASICOS**	**AMARRE CUADRADO**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES:								
RECURSOS: CORDINO DE 50 CENTIMETRO, TRES PALOS DE ESCOBA ,PITO								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**ADULTO MAYOR**	**EDADES:**	**60 AÑOS EN ADELANTE**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESQUILE**		
OBJETIVO:	fortalecer su lugar en la familia y en la sociedad, así como fomentar las acciones tendientes a procurar una atención oportuna y de calidad a los adultos mayores en materia de nutrición, educación, cultura, recreación.						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**FLEXIBILIDAD**	**Movilidad, Elasticidad, Plasticidad**	**Diferentes tipos de flexibilidad.**	**FLEXIBILIDAD ...Activa dinámica, Activa estatica, Pasiva dinamica, Pasiva estatica**	**Beneficios generales de flexibilidad en el adulto mayor.**	**capacidad de trabajo• Aumenta la vitalidad• Ayuda a combatir el estrés• Incrementa la resistencia a la fatiga• Ayuda a combatir la ansiedad y la depresión• Mejora el tono de sus músculos**	**Beneficios de los ejercicios fisicos de la flexibilidad.**	**tono muscular ..**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES: EN ESPERA DE LA RESPUESTA POR PARTE DE LA ALCALDIA MUNICIPAL PARA ASIGNAR LOS ESPACIOS FISICOS ...								
RECURSOS: COLCHONETAS,BANDAS ELASTICAS,TERABAN,PITO ,BALON MEDICINAL,BOTELLAS DE PLASTICO.								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**ADULTO MAYOR**	**EDADES:**	**60 AÑOS EN ADELANTE**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**GUATAVITA**		
OBJETIVO:	fortalecer su lugar en la familia y en la sociedad, así como fomentar las acciones tendientes a procurar una atención oportuna y de calidad a los adultos mayores en materia de nutrición, educación, cultura, recreación.						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**FLEXIBILIDAD**	**Movilidad, Elasticidad, Plasticidad**	**Diferentes tipos de flexibilidad.**	**FLEXIBILIDAD ...Activa dinámica, Activa estatica, Pasiva dinamica, Pasiva estatica**	**Beneficios generales de flexibilidad en el adulto mayor.**	**capacidad de trabajo• Aumenta la vitalidad• Ayuda a combatir el estrés• Incrementa la resistencia a**	**Beneficios de los ejercicios fisicos de la flexibilidad.**	**tono muscular ..**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES: EN ESPERA DE LA RESPUESTA POR PARTE DE LA ALCALDIA MUNICIPAL PARA ASIGNAR LOS ESPACIOS FISICOS ...								
RECURSOS: COLCHONETAS,BANDAS ELASTICAS,TERABAN,PITO ,BALON MEDICINAL,BOTELLAS DE PLASTICO.								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAPACITACIONES**	**EDADES:**	**MADRES COMUNITARIAS,PRIMERA INFANCIA,DEPORTE SOCIAL COMUNITARIO,Y COMUNIDAD.**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESQUILE**		
OBJETIVO:	Motivar: ejercicios físicos que se llevan a cabo por el hijo y la madre con la finalidad de fortalecer los lazos de unión y de actitud cooperadora así como de las diversas formas de relación madre-hijo, la motricidad,COORDINACION, FLEXIBILIDAD,RONDAS Y JUERGOS es demostrada por medio de una rutina con elementos convencionales.						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**MOTRICIDAD**	**motricidad fina y gruesa**	**COORDINACION**	**Coordinación Visomotriz. Coordinación Audiomotriz**	**FLEXIBILIDAD**	**Beneficios generales de flexibilidad en el adulto mayor.**	**RONDAS Y JUEGOS**	**TIRO AL BLANCO,LOS TOPOS,TORNADO DE EMOCIONES.**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES:DICHAS ACTIVIDADES SE DESARROLLARAN EN EL ICFB DEL MUNICIPIO								
RECURSOS: COLCHONETAS,SONIDO,PELOTAS DE COLORES,PLATILLOS,PITO,CAJAS DE HUEVOS.								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAPACITACIONES**	**EDADES:**	**MADRES COMUNITARIAS,PRIMERA INFANCIA,DEPORTE SOCIAL COMUNITARIO,Y COMUNIDAD.**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**GUATAVITA**		
OBJETIVO:	Motivar: ejercicios físicos que se llevan a cabo por el hijo y la madre con la finalidad de fortalecer los lazos de unión y de actitud cooperadora así como de las diversas formas de relación madre-hijo, la motricidad,COORDINACION, FLEXIBILIDAD,RONDAS Y JUERGOS es demostrada por medio de una rutina con elementos convencionales.						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**MOTRICIDAD**	**motricidad fina y gruesa**	**COORDINACION**	**Coordinación Visomotriz. Coordinación Audiomotriz**	**FLEXIBILIDAD**	**Beneficios generales de flexibilidad en el adulto mayor.**	**RONDAS Y JUEGOS**	**TIRO AL BLANCO,LOS TOPOS,TORNADO DE EMOCIONES.**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES:DICHAS ACTIVIDADES SE DESARROLLARAN EN EL ICFB DEL MUNICIPIO								
RECURSOS: COLCHONETAS,SONIDO,PELOTAS DE COLORES,PLATILLOS,PITO,CAJAS DE HUEVOS.								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAMPAMENTO JUVENIL**	**EDADES:**	**13 A 28 AÑOS**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**GUATAVITA**		
OBJETIVO:	**ADQUIRIR NUEVO CONOCIMIENTO EN LA IMPLEMENTACIÓN Y DESARROLLO DE LAS DIFERENTES TECNICAS CAMPAMENTILES, POR MEDIO DE DINÁMICAS ...**						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**TECNICAS DE CAMPAMENTOS**	**FORMACIONES Y SEÑALES**	**NUDOS BASICOS**	**CLASIFICACION DE LOS NUDOS**	**NUDOS BASICOS**	**NUDO SIMPLE, BALLESTRINQUE**	**AMARRES BASICOS**	**AMARRE CUADRADO**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								

OBSERVACIONES:

RECURSOS: CORDINO DE 50 CENTIMETRO, TRES PALOS DE ESCOBA ,PITO

PLAN MENSUAL JUNIO

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAMPAMENTO JUVENIL**	**EDADES:**	**13 A 28 AÑOS**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESQUILE**		
OBJETIVO:	**ADQUIRIR NUEVO CONOCIMIENTO EN LA IMPLEMENTACIÓN Y DESARROLLO DE LAS DIFERENTES TECNICAS CAMPAMENTILES, POR MEDIO DE DINÁMICAS ...**						

SEMANA / FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**TECNICAS DE CAMPAMENTOS**	**FORMACIONES Y SEÑALES**	**NUDOS BASICOS**	**CLASIFICACION DE LOS NUDOS**	**NUDOS BASICOS**	**NUDO SIMPLE,BALLESTRINQUE**	**AMARRES BASICOS**	**AMARRE CUADRADO**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES:								

RECURSOS: CORDINO DE 50 CENTIMETRO, TRES PALOS DE ESCOBA ,PITO

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAMPAMENTO INFANTIL**	**EDADES:**	**6 A 13 AÑOS**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**GUATAVITA**		
OBJETIVO:	**ADQUIRIR NUEVO CONOCIMIENTO EN LA IMPLEMENTACIÓN Y DESARROLLO DE LAS DIFERENTES TECNICAS CAMPAMENTILES , POR MEDIO DE DINÁMICAS ...**						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**TECNICAS DE CAMPAMENTOS**	**FORMACIONES Y SEÑALES**	**NUDOS BASICOS**	**CLASIFICACION DE LOS NUDOS**	**NUDOS BASICOS**	**NUDO SIMPLE,BALLESTRINQUE**	**AMARRES BASICOS**	**AMARRE CUADRADO**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES:								
RECURSOS: CORDINO DE 50 CENTIMETRO, TRES PALOS DE ESCOBA ,PITO								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAMPAMENTO INFANTIL**	**EDADES:**	**6 A 13 AÑOS**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESQUILE**		
OBJETIVO:	**ADQUIRIR NUEVO CONOCIMIENTO EN LA IMPLEMENTACIÓN Y DESARROLLO DE LAS DIFERENTES TECNICAS CAMPAMENTILES , POR MEDIO DE DINÁMICAS ...**						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**TECNICAS DE CAMPAMENTOS**	**FORMACIONES Y SEÑALES**	**NUDOS BASICOS**	**CLASIFICACION DE LOS NUDOS**	**NUDOS BASICOS**	**NUDO SIMPLE,BALLESTRINQUE**	**AMARRES BASICOS**	**AMARRE CUADRADO**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES:								
RECURSOS: CORDINO DE 50 CENTIMETRO, TRES PALOS DE ESCOBA ,PITO								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**ADULTO MAYOR**	**EDADES:**	**60 AÑOS EN ADELANTE**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESQUILE**		
OBJETIVO:	fortalecer su lugar en la familia y en la sociedad, así como fomentar las acciones tendientes a procurar una atención oportuna y de calidad a los adultos mayores en materia de nutrición, educación, cultura, recreación.						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**FLEXIBILIDAD**	**Movilidad, Elasticidad, Plasticidad**	**Diferentes tipos de flexibilidad.**	**FLEXIBILIDAD ...Activa dinámica, Activa estatica, Pasiva dinamica, Pasiva estatica**	**Beneficios generales de flexibilidad en el adulto mayor.**	**capacidad de trabajo• Aumenta la vitalidad• Ayuda a combatir el estrés• Incrementa la resistencia a la fatiga• Ayuda a combatir la ansiedad y la depresión• Mejora el tono de sus músculos**	**Beneficios de los ejercicios fisicos de la flexibilidad.**	**tono muscular ..**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES: EN ESPERA DE LA RESPUESTA POR PARTE DE LA ALCALDIA MUNICIPAL PARA ASIGNAR LOS ESPACIOS FISICOS ...								

RECURSOS: COLCHONETAS,BANDAS ELASTICAS,TERABAN,PITO ,BALON MEDICINAL,BOTELLAS DE PLASTICO.							
CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**ADULTO MAYOR**	**EDADES:**	**60 AÑOS EN ADELANTE**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**GUATAVITA**		
OBJETIVO:	fortalecer su lugar en la familia y en la sociedad, así como fomentar las acciones tendientes a procurar una atención oportuna y de calidad a los adultos mayores en materia de nutrición, educación, cultura, recreación.						

SEMANA / **FRECUENCIA**	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**FLEXIBILIDAD**	**Movilidad, Elasticidad, Plasticidad**	**Diferentes tipos de flexibilidad.**	**FLEXIBILIDAD ...Activa dinámica, Activa estatica, Pasiva dinamica, Pasiva estatica**	**Beneficios generales de flexibilidad en el adulto mayor.**	**capacidad de trabajo• Aumenta la vitalidad• Ayuda a combatir el estrés• Incrementa la resistencia a**	**Beneficios de los ejercicios fisicos de la flexibilidad.**	**tono muscular ..**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES: EN ESPERA DE LA RESPUESTA POR PARTE DE LA ALCALDIA MUNICIPAL PARA ASIGNAR LOS ESPACIOS FISICOS ...								
RECURSOS: COLCHONETAS,BANDAS ELASTICAS,TERABAN,PITO ,BALON MEDICINAL,BOTELLAS DE PLASTICO.								

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAPACITACIONES**	**EDADES:**	**MADRES COMUNITARIAS,PRIMERA INFANCIA,DEPORTE SOCIAL COMUNITARIO,Y COMUNIDAD.**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**SESQUILE**		
OBJETIVO:	Motivar: ejercicios físicos que se llevan a cabo por el hijo y la madre con la finalidad de fortalecer los lazos de unión y de actitud cooperadora así como de las diversas formas de relación madre-hijo, la motricidad,COORDINACION, FLEXIBILIDAD,RONDAS Y JUERGOS es demostrada por medio de una rutina con elementos convencionales.						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**MOTRICIDAD**	**motricidad fina y gruesa**	**COORDINACION**	**Coordinación Visomotriz. Coordinación Audiomotriz**	**FLEXIBILIDAD**	**Beneficios generales de flexibilidad en el adulto mayor.**	**RONDAS Y JUEGOS**	**TIRO AL BLANCO,LOS TOPOS,TORNADO DE EMOCIONES.**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES:DICHAS ACTIVIDADES SE DESARROLLARAN EN EL ICFB DEL MUNICIPIO								

RECURSOS: COLCHONETAS,SONIDO,PELOTAS DE COLORES,PLATILLOS,PITO,CAJAS DE HUEVOS.

CONTRATO NO:	**752**	**META**	**24**	**PROGRAMA**	**CAPACITACIONES**	**EDADES:**	**MADRES COMUNITARIAS,PRIMERA INFANCIA,DEPORTE SOCIAL COMUNITARIO,Y COMUNIDAD.**
FORMADOR:	**EDWIN SALINAS**	**PROVINCIA**	**ALMEIDAS**	**MUNICIPIO**	**GUATAVITA**		
OBJETIVO:	Motivar: ejercicios físicos que se llevan a cabo por el hijo y la madre con la finalidad de fortalecer los lazos de unión y de actitud cooperadora así como de las diversas formas de relación madre-hijo, la motricidad,COORDINACION, FLEXIBILIDAD,RONDAS Y JUERGOS es demostrada por medio de una rutina con elementos convencionales.						

SEMANA FRECUENCIA	**SEMANA 1**		**SEMANA 2**		**SEMANA 3**		**SEMANA 4**	
	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica	Contenido	Tematica
FRECUENCIA 1	**MOTRICIDAD**	**motricidad fina y gruesa**	**COORDINACION**	**Coordinación Visomotriz. Coordinación Audiomotriz**	**FLEXIBILIDAD**	**Beneficios generales de flexibilidad en el adulto mayor.**	**RONDAS Y JUEGOS**	**TIRO AL BLANCO,LOS TOPOS,TORNADO DE EMOCIONES.**
FRECUENCIA 2								
FRECUENCIA 3								
OBSERVACIONES:DICHAS ACTIVIDADES SE DESARROLLARAN EN EL ICFB DEL MUNICIPIO								

RECURSOS: COLCHONETAS,SONIDO,PELOTAS DE COLORES,PLATILLOS,PITO,CAJAS DE HUEVOS.