INFORME FOTOGRAFICO

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS	
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIO Nª 390 DE 2022	
CONTRATISTA	**DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL**
ESCENARIO	**CHINAUTA PEKIN**
MUNICIPIO	FUSAGASUGA CUNDINAMARCA.
DEPORTE	BALONCESTO
NIVELES	**INICIACION FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO**
OBLIGACIONES Y EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS	

OBLIGACION 1: Realice convocatoria y consecución para los 3 grupos de formación deportiva en el municipio de FUSAGASUGA. Realice la divulgación de la pieza publicitaria en redes sociales del formador y, grupos de WhatsApp. CHINAUTA Y PEKIN los días lunes miércoles y viernes de 2 a 8 de la tarde



OBLIGACION 2: ACTA DE INIICIO: 10/02/2022

Presente ante el supervisor del contrato, dentro de los 20 días calendario siguientes a la suscripción del acta de inicio, el Plan Pedagógico y Malla Pedagógica de todos los niveles de formación, en el formato indicado por parte de la Subgerencia Técnica, especificando horarios, sitios de práctica, y la demás información aplicable..

PLAN PEDAGOGICO ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA EN LA DISCIPLINA DEL BALONCESTO FUSAGASUGA CUNDINAMARCA

ELABORADO POR:
FORMADORES DE BALONCESTO PROVINCIA SUMAPAZ
PRESENTADO A: INDEPORTES CUNDINAMARCA

FUSAGASUGA
FEBRERO DE 2022

INTRODUCCION

El Deporte es una herramienta importante que tiene el ser humano para mejorar y desarrollar sus habilidades y cualidades físicas, al igual que las sociales, cognitivas, psicológicas, etc. En esta línea, el Baloncesto propone sin lugar a dudas un espacio donde las niñas, niños y adolescentes de FUSAGASUGA Cundinamarca que participen en nuestras escuelas deportiva, muy seguramente se alejen de los problemas de drogadicción, violencia, exclusión y de otros sin número de riesgos que preocupan a los padres y a la sociedad en general. De igual manera facilita estos lazos de comunicación entre deportistas, ya que lleva a las mejores asociaciones y clubes del Departamento en esta disciplina y reforzar la Liga y así mismo compartir experiencias y el juego como tal, aumentando la motivación y el interés por la práctica de este deporte.

JUSTIFICACION

Teniendo en cuenta que los niños, niñas y adolescentes del Departamento de Cundinamarca, cada vez cuentan con menos oportunidades para el desarrollo de los aprendizajes del SER, se ve la necesidad de crear espacios que día a día aporten al desarrollo motriz, social y deportivo, en este caso que contribuyan a una integralidad en la educación; y en razón a esto las escuelas de formación deportiva se convierten en un instrumento fundamental y que busca crear estrategias pedagógicas que complementen los aprendizajes esperados en los niños de 6 a 17 años de edad. Por lo anterior, el objetivo estratégico del Departamento de Cundinamarca desde INDEPORTES es abrir espacios de integración ciudadana para el desarrollo a través de la recreación, el deporte y su objetivo general como proyecto es ofertar alternativas de hábitos y estilos de vida saludable por intermedio de la actividad física a través de las escuelas de formación deportivas, con el propósito de contribuir a la formación integral y a cambios comportamentales de los mismos.

MARCO CONTEXTUAL:

San Bernardo es uno de los 116 Municipios que conforman el Departamento de Cundinamarca, ocupa una superficie de 249 km². Su población esta sobre los 11.000 habitantes, fue creado el 03 de Mayo de 1908 bajo los términos de la constitución del mismo año.

El Municipio de FUSAGASUGA está ubicado al sur oriente del Departamento de Cundinamarca más específicamente en la Región del Sumapaz.

MARCO LEGAL:

Las Escuelas Deportivas por ser un programa institucional de nivel Nacional y Departamental, cuentan con suficiente respaldo legal, que garantiza su ejecución en cada uno de los Municipios del Departamento, como alternativa para mejorar la calidad de vida en la población y desarrolla la base y la reserva deportiva de

Cundinamarca a mediano y largo plazo.

Este marco legal es el siguiente:

Constitución Política de 1991
Ley 181 del 95 o Ley del Deporte
Ley 115 del 94 o Ley General de Educación
Decreto 2845 de 1984
Decreto 2225 de 1985
Acuerdo 058 de 1991
Resolución 001909 de 1991
Resolución Nº 043 de marzo 15 de 2010
Resolución Nº 026 de febrero 17 de 2011
Plan decenal del Deporte, la Recreación, la actividad Física y la Educación Física 2009
- 2019.

ARMONIZACION DEL PROYECTO DE ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA CON LOS OFICINAS Y/O INSTITUTOS MUNICIPALES

Armonización se comprende como el proceso en el que se identifican y coordinan acciones para compaginar procesos que tienen el mismo horizonte de sentido, es decir que la acción corresponde al diálogo, consenso y acuerdo. Por tal motivo lo que se busca con esta acción es llegar a acuerdos institucionales desde lo que se plantea en el Plan de Desarrollo **PLAN DE DESARROLLO "CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA"** y el constructo pedagógico y administrativo de las Oficinas y/o Instituto de Deporte y Recreación Municipal. En ese sentido el proceso de armonización del Proyecto Institucional busca fortalecer el componente pedagógico y curricular de las Oficinas y/o Institutos Municipales que desarrollan.

- **Articulación y/o Diseño Curricular:**

El currículo es la expresión del PEI, en el entendido que parte de las necesidades sociales y hace parte integral de la cultura; como instrumento permite la distribución social del conocimiento y como práctica permite la reflexión y acción crítica de la práctica educativa. En ese sentido y retomando a (Álvarez 2010) se entiende el currículo como traductor del PEI, como articulador del conjunto de elementos que dinamizan la práctica educativa y como proyectivo en la medida que permite proyectar al estudiante a otros ámbitos del desarrollo y de la comprensión del mundo.
ÁLVAREZ, María. G (2010). Diseñar el Currículo Universitario: Un proceso de suma complejidad. En: signo y pensamiento (56) p.p 68- 85. Facultad de Educación en la Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá.

DEFINICIÓN:

- Las Escuelas Deportivas es un programa educativo extracurricular que contribuye a la formación integral del niño y el joven Cundinamarqués, utilizando como medio el gusto por el juego, con el fin de llevarlos a la iniciación en la práctica deportiva, el propósito de orientar y promover futuros ciudadanos con buena calidad de vida y con una condición física y técnica, que nos permitan alcanzar óptimos niveles de competencia. Las Escuelas Deportivas podrán ser creadas por personas naturales y/o jurídicas que previamente hayan cumplido los requisitos establecidos en la reglamentación y la Resolución Departamental, para obtener el Aval Deportivo.

- El Plan Decenal del Deporte menciona que: Quienes cumplan estándares de infraestructura, cuenten con un mínimo de organización, con un programa de Mínimo Vital y atiendan los lineamientos de la política, serán certificados y podrán beneficiarse de los recursos previstos para el sector. En esta actividad se deben involucrar los entes deportivos departamentales por cuanto a través de ellos se promoverá y evaluará la Certificación Municipal.
- Los servicios que prestan los Entes Deportivos Municipales, se deben articular con el Sistema Deportivo Departamental de modo que sus acciones estén orientadas al logro de los objetivos y Metas del Departamento, que a su vez se inscribe en los objetivos y Metas del Plan Decenal del Sector.
- La certificación de que trata la legislación vigente y el plan decenal del deporte se enmarca en principios rectores del deporte formativo a saber:
- Aumentar la cobertura de la oferta de servicios mediante una política de promoción y fomento.
- Desarrollar una política de excepción para proteger y estimular a los talentos deportivos desde edades tempranas y articular esos esfuerzos con el sistema del deporte asociado del país.

OBJETIVO GENERAL

- Permitir y motivar la participación de los niños y jóvenes Cundinamarqueses en procesos de iniciación, fundamentación y especialización deportiva, como elemento fundamental en la formación integral del individuo buscando mejorar la calidad de vida de la población.

POBLACION OBJETO:

Las Escuelas Deportivas están dirigidas a niños, niñas y adolescentes entre los 6 a los 17 años de edad, que manifiesten su interés por la práctica deportiva.

NIVELES:

Para garantizar un proceso lógico de desarrollo en las escuelas de formación deportiva, se han definido 3 niveles, de acuerdo a la edad cronológica de los participantes, el desarrollo motriz y los contenidos y procesos pedagógicos - técnicos:

NIVEL DE INICIACION E IRRADIACION DEPORTIVA:

Dirigido a niños y niñas entre los 6 a los 8 años de edad, básicamente se incidirá en el desarrollo motor en todos los deportes para todos los participantes, mejorando su esquema corporal, utilizando y reforzando sus patrones básicos de movimiento, desarrollando sus cualidades y habilidades motoras a través de juegos pre - deportivos y rotándolos por deportes de arte y precisión.

NIVEL DE FUNDAMENTACION DEPORTIVA:

Dirigido a niños y niñas entre los 9 a los 12 años de edad, se busca una fijación y mecanización de los gestos deportivos, con incidencia en la parte técnica, especialmente ofensiva y defensiva. Se da inicio a principios elementales de preparación física y manejo de reglamentación, utilizando como medio, deportes de conjunto.

NIVEL DE AFIANZAMIENTO Y PERFECCIONAMIENTO TÉCNICO

Dirigido a adolescentes entre 13 a los 17 años de edad, el dominio técnico y táctico toma especial relevancia, así como la preparación física. Se destaca el trabajo táctico fundamentado en acciones individuales y de grupo, manejo de la reglamentación del deporte escogido y apoyado en actividades de velocidad y resistencia.

CARACTERIZACION ESCUELAS DE FORMACION

1. TALENTO HUMANO

Los monitores que hacen parte de la escuela de formación deportiva de baloncesto deben cumplir con las siguientes características:

- Licenciados en educación física y/o deportes,
- Profesionales en entrenamiento deportivo y/o Cultura Física.
- La mayoría deben contar con certificaciones de entrenadores y/o monitores de baloncesto en cualquier nivel, avalados por entes deportivos privados o públicos y que cuenten con experiencia en la formación deportiva.
- Dentro de sus saberes están incluidos: Fundamentación Técnica, Fundamentación Táctica, Implementación del reglamento y caracterización de los participantes.

POBLACIÓN A ATENDER

NIVEL DE INICIACION:

- Dirigido a niños y niñas entre los 6 a los 17 años de edad, básicamente se incidirá en el desarrollo motor para todos los participantes, mejorando su esquema corporal, utilizando y reforzando sus patrones básicos de movimiento, desarrollando sus cualidades y habilidades motoras a través de juegos pre - deportivos.

OBJETIVO GENERAL

- Fomentar en la niñez cundinamarqués el desarrollo de habilidades motoras básicas de movimiento, esquema corporal, aprovechamiento del tiempo libre y valores por medio de actividades y juegos pre-deportivos del Baloncesto.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Generar en la niñez del departamento interés por la práctica deportiva en específico el baloncesto por medio de juegos ludo-recreativos, juegos pre deportivos y juegos pedagógicos teniendo en cuenta su desarrollo psicomotriz y etapa evolutiva.

- Contribuir a la formación integral y en valores de la niñez del departamento por medio del deporte del baloncesto y sus diferentes estrategias para practicarlo.

- Estimular las condiciones y habilidades básicas de movimiento utilizando juegos y actividades recreo-deportivas especificas del baloncesto.

UNIDADES TEMATICAS

A. Reforzamiento Motor:

- Coordinación dinámica general
- Desarrollo de habilidades básicas de movimiento

- Capacidades físicas básicas (flexibilidad, velocidad, coordinación)

B. Fundamentación Global:

- Inicio del aprendizaje de los gestos técnicos
- Conciencia de fases de juego
- inicio del trabajo para toma de decisiones

C. Preparación Teórica:

- Concientización sobre el cuidado corporal para una práctica sana del deporte (calentamiento, estiramiento, hidratación).
- Aproximación a las reglas básicas del Baloncesto.

D. Preparación Psicológica:

- Consolidación de hábitos y actitudes que fortalecen su desarrollo integral.
- Sensibilizar en los practicantes el conocimiento de la victoria y la derrota.
- Formación y construcción de autoestima.

METODOLOGIA

Se realizará el acercamiento a cada uno de los fundamentos básicos del baloncesto, por medio de juegos pre-deportivos, ludo-recreativos y pedagógicos partiendo de la base de estimular en los niños y niñas sus condiciones básicas de crecimiento tanto físicas como posológicas; buscando un desarrollo adecuado de cada una de las condiciones y habilidades motrices para el óptimo aprendizaje de nuevas técnicas en un futuro cercano.

Conociendo el juego, espacio de juego, fundamentos técnicos del baloncesto.

- Superficies de contacto con el balón.
- Pases y recepción del balón.
- Conducción o dribling.

LOGROS E INSTRUMENTOS DE SEGUIMIENTO:

- Test de entrada habilidades motrices de base.
- Observación directa e individual.

CONTROL Y EVALUACION DE LAS UNIDADES TEMATICAS A DESARROLLAR:

Realización de pruebas específicas para cada fase de los entrenamientos según las observaciones realizadas en cada sesión de entrenamiento y al finalizar cada ciclo.

NIVEL DE FUNDAMENTACION DEPORTIVA:

Dirigido a niños y niñas entre los 9 a los 12 años de edad, se busca una fijación y mecanización de los gestos deportivos, con incidencia en la parte técnica, especialmente ofensiva y defensiva. Se da inicio a principios elementales de preparación física y manejo de reglamentación.

OBJETIVO GENERAL:

- Fomentar en la niñez cundinamarqués el desarrollo de habilidades motoras básicas de movimiento, esquema corporal y aprovechamiento del tiempo libre por medio del baloncesto y actividades relacionadas a esta práctica deportiva.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Contribuir a la construcción y formación integral de la niñez del Departamento por medio del deporte.
- Organizar un plan de acción para la consolidación de los fundamentos propios del deporte especifico de forma lúdica y recreativa en la niñez del Departamento.

UNIDADES TEMATICAS:

A. REFORZAMIENTO MOTOR:

- Coordinación dinámica general.
- Coordinación dinámica especifica.
- Reforzamiento de habilidades básicas de movimiento.
- Capacidades físicas básicas (flexibilidad, velocidad, coordinación, resistencia anaeróbica)

B. FUNDAMENTACIÓN GLOBAL:

- Reforzamiento de los gestos técnicos.
- Acercamiento a las nociones tácticas básicas del juego.
- desarrollo de las capacidades perceptivas y de decisión.

C. PREPARACIÓN TEÓRICA:

- Consolidación sobre el cuidado corporal para una práctica sana del deporte (calentamiento, estiramiento, hidratación, cuidado personal)
- Implementación de las reglas básicas del Baloncesto.

D. PREPARACIÓN PSICOLÓGICA:

- Consolidación de hábitos y actitudes que fortalecen su desarrollo integral
- Sensibilizar en los practicantes el conocimiento de la victoria y la derrota
- Formación y construcción de autoestima y valores
- Sensibilizar sobre la importancia en la cooperación dentro de un equipo de juego
- Desarrollo de la atención

METODOLOGIA:

Consolidación de los fundamentos básicos del deporte específico (Baloncesto) por medio de la creación de nociones propias del juego involucradas en las diferentes

sesiones de entrenamiento, además de la estimulación y preparación física necesaria para afrontar los nuevos desafíos en los encuentros deportivos a realizarse en diferentes momentos en el desarrollo de cada jugador.

- Conducción o dribling
- Pas y corte.
- Fintas.
- Saques.
- Cortinas o Pantallas.
- Tiro al aro.

LOGROS E INSTRUMENTOS DE SEGUIMIENTO:

- Test de entrada habilidades motrices de base.
- Observación directa e individual.
- Nivel competitivo.

CONTROL Y EVALUACION DE LAS UNIDADES TEMATICAS A DESARROLLAR:
Realización de pruebas específicas para cada fase de los entrenamientos según las observaciones realizadas en cada sesión de entrenamiento y al finalizar cada ciclo o mes.

NIVEL DE PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO:
Dirigido a adolescentes entre los 13 a los 17 años de edad, el dominio técnico y táctico toma especial relevancia, así como la preparación física. Se destaca el trabajo táctico fundamentado en acciones individuales y de grupo, manejo de la reglamentación del deporte escogido y apoyado en actividades de velocidad y resistencia.

CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LA POBLACIÓN A ATENDER

- **BIOLÓGICAS:** Puede llevar a cabo movimientos cada vez más fuertes y precisos y actividades físicas más difíciles, incrementando la coordinación óculo-manual, mejoran la precisión y reducen su tiempo de reacción.

- **PSICOLÓGICAS:** Dan justificaciones lógicas para sus respuestas, comienza la edad de la razón y ésta va tomando importancia sobre los sentimientos. Comprenden razones y les gusta que les expliquen el porqué de cada cosa. Atienden y entienden lo que se les enseña. Se pueden concentrar en el tema y retener ideas si es que les parece interesante y valioso.

- **SOCIALES:** Para los niños de esta etapa la amistad supone dar y recibir, ven una amistad como una relación sagrada y continua, se ocupan de aplicar las reglas y hacerlas cumplir a los demás.

OBJETIVO GENERAL:
Potencializar en los deportistas los aspectos tácticos, técnicos y físicos para lograr encaminar a los talentos hacia el alto rendimiento sin perder la visión de la formación en valores y el gusto por el juego.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Aplicar los diferentes sistemas de juego en una competición.
- Desarrollar las acciones de táctica, técnica y estrategias implementadas en el plan de trabajo.
- Mantener una resistencia aeróbica adecuada para el baloncesto.
- Conseguir una masa corporal con respecto a la talla del alumno.
- Emplear en el juego las diferentes rotaciones generadas durante el entrenamiento.

UNIDADES TEMÁTICAS:

A. FUNDAMENTACIÓN TÉCNICA:

- Juegos y ejercicios específicos (control, pase, dominio, conducción, lanzamiento, doble ritmo, etc.)
- Juegos de situaciones reales de juego.
- Juegos de roles específicos del baloncesto para conocer las posiciones (poste, alero y armado o centro.)

B. FUNDAMENTACIÓN TÁCTICA:

- Iniciación a sistemas complejos de juego.
- Interacciones de juego en ataque y defensa.
- Estrategias de juego en diferentes situaciones (tiros libres, saques laterales o de fondo).
- Códigos de comunicación en juegos reales y competencias.

C. PREPARACIÓN FÍSICA:

- Desarrollo de las capacidades condicionales por medio de situaciones reales de juego y competencia (resistencia anaeróbica, resistencia aeróbica, fuerza, velocidad, flexibilidad)

D. PREPARACIÓN TEÓRICA:

- Aplicación y apropiación de las reglas de juego.
- Terminología propia del deporte.

E. COMPETENCIA:

- Participación en torneos e intercambios.

F. PREPARACIÓN PSICOLÓGICA:

- Charlas prácticas y teóricas del juego limpio.
- Corrección de conductas negativas y reforzamiento de positivas.

LOGROS E INSTRUMENTOS DE SEGUIMIENTO:

- Test de entrada habilidades motrices de base.

- Observación directa e individual.
- Competencias.

CONTROL Y EVALUACION DE LAS UNIDADES TEMATICAS A DESARROLLAR:
Realización de pruebas específicas para cada fase de los entrenamientos según las observaciones realizadas en cada sesión de entrenamiento y al finalizar cada ciclo o mes.

ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA

- Deporte colectivo de pelota practicado entre dos equipos de 5 jugadores cada uno, dentro de una cancha de suelo duro. Surgió en los Estados Unidos en el año 1891 por la necesidad de realizar actividad física bajo techo y en salones a causa de las bajas temperaturas.

DATOS BASICOS DEL DEPORTISTA:

Nombre	
Edad	
Tipo y Número de identidad	
Fecha de nacimiento	
GS-RH	
EPS	
IED	
Grado	
En caso de emergencia llamar a	
Teléfono	

DATOS DE PADRE

Nombre	
Edad	
Ocupación	
Teléfono	

DATOS DE LA MADRE

Nombre	
Edad	
Ocupación	
Teléfono	

ANTECEDENTES DEL ESTUDIANTE

Peso				
Talla				
Fecha del Ultimo Control Medico				
Enfermedades Actuales	SI		NO	
Corazón	SI		NO	
Respiratorio	SI		NO	
Riñón	SI		NO	
Articulaciones	SI		NO	
Hernias	SI		NO	
Fracturas	SI		NO	
Problemas de columna				
Problemas de Pies				
Problemas de oído u ojos				
Alergias				

Otras				
Enfermedades Diagnosticadas o tratadas por un medico	SI		NO	
Dolores Frecuentes	SI		NO	
Cual?				

ANTECEDENTES FAMILIARES

Conformación del Hogar				
Relación con los padres				
Número de Hermanos				
En su familia alguien fuma	SI		NO	
En su familia alguien consume drogas	SI		NO	
En su familia alguien consume alcohol	SI		NO	
Ha vivenciado situaciones traumáticas	SI		NO	
Algún familiar padece de enfermedades graves	SI		NO	
Cual?				

Nombre del Formador que recopilo la información	

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

"INDEPORTE+C117+A1:H108+C117+A1:H109

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
	INICIACION	MOTRIZ	MOTRICIDAD BÁSICA	1	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO
							RITMO
							EQUILIBRIO
							ORIENTACION
							DIFERENCIACION
							REACCIÓN
							ADAPTACIÓN
				6	6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR
							CORRER
							SALTAR
							LANZAR
							ATRAPAR
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA		
						Elementos orgánicos-funcionales relacionados con	Modalidades de fuerza en baloncesto
						Dominio motor y corporal la medicion de la fuerza	Acondicionamiento físico orientado a la mejora de la fuerza
				2	RESISTENCIA	Elementos orgánicos-funcionales relacionados con	Percepcion orgánicos-funcionales relacionados con la fuerza
						Dominio motor en la medicion de su resistencia	Resistencia especifica en el baloncesto
				3	VELOCIDAD	Elementos orgánicos-funcionales relacionados con	Percepcion orgánicos-funcionales relacionados con resistencia
						Dominio motor en la medicion de velocidad	Tipos de velocidad en el baloncesto
							Percepcion orgánicos-funcionales relacionados con velocidad
				4	FLEXIBILIDAD	Elementos orgánicos-funcionales en la flexibilidad	Acondicionamiento físico orientado a la mejora a la velocidad
						Dominio motor en la medicion de la flexibilidad	Flexibilidad en baloncesto
							Percepcion orgánicos-funcionales relacionados con velocidad
		TECNICO	DESTREZAS	1	Ejercicios para el desarrollo de los fundamentos del baloncesto	CORRER /DESPLAZAR	Coordinación en baloncesto, Consolidación y Mecanización,
						ADELANTE /ATRÁS	Orientación corporal en espacio y lateralidad.
						SALTAR	Percepción espacio-temporal
						VERTCAL ADELANTE	Coordinación del movimiento,, explosividad
						LATERAL - I/D	Equilibrio, potencia del movimiento
				2	Desplazamientos Ofensivos - Defensivos con balon Derecho Izquierdo	ADELANTE- ATRÁS	Movilidad, desarrollo y control de la movilidad,
						LAERAL I/D	Adaptación y transformación
						CAMINANDO	Acondicionamiento físico orientado a la mejora
						TROTANDO	De ejecución de las habilidades motrices.
						CORRIENDO	Adaptación de la ejecución de las habilidades motrices complejidad creciente, con eficiencia.
				3	Tecnica del Pase/ Diferentes tipos de Pases - Derecha - Izquierda	PECHO	Agarre clásico, con una y dos manos
						ENLACE	Triple Amenaza
						BEISBOL	Para pasar, tirar o driblar,
						PICADO	Recepción, Pases y sus variantes
						BANDEJA	Arriba y abajo de la cintura
				4	Tecnica del Drible / Habilidades en el drible - Derecha - Izquierda	DE FRENTE	Fundamento tecnico de la postura corporal.
						POR ATRÁS	Sin control visual Alto, con dos balones
						ZIG-ZAG	Habilidades drible cambio de mano, con pasadas
						ENTRE LAS PIERNAS	Cambios de mano y direccion
						CAMBIOS DE DIRECCION	Fundamento del drible izquierda derecha
				5	Tecnica del Lanzamiento/ Diferentes tipos de Lanzamientos - Derecha - Izquierda	EN MOVIMIENTO	Tecnica de la postura de la mano
						EN DETENCION	Tecnica de la postura del brazo
						EN SUSPENSION	Tecnica de la postura del cuerpo
						LIBRES - TRES PUNTOS	Tiro en Mov. después de drible en suspension
						EN DOBLE RITMO	Tiro en Mov. después de pase
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	Breve historia del deporte	La importancia de la enseñanza y aprendizaje del deporte del baloncesto
						del Baloncesto	Conocimiento del deporte y su historia
						Charla sobre la actualidad del Baloncesto Colombiano	Proponerse metas en su categoria a nivel Departamental y Nacional
						Ilustracion del baloneto actual en Cundinamarca	Ilustrarce yaara buscar formar parte de selecciones representativas
						Algunos logros Departamentales y Nacional	Recuento informativo de estos logros
				2	REGLAMENTACION	Recuento de las ultimas actualizaciones	Conocer de fondo las nuevas reglas para aplicandetas y ponerlas en practica en las ultimas (2) decadas
						Bibliografia recomendada	Documentarse en su deporte, incentivar la conculta
						Inquietudes	Exponer inquetudes al respecto, proponerse conceritas
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA		
						Desarrollar los objetivos	Centrarse en entrenar con disciplina y enamoramiento del juego
						componente psicológico	Buscar en esta disciplina un gozo basado en sus propios logros
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	Cumplimiento	Aguirrta mediante la practica continua
						Honestidad	Buscarla en si mismo y en los demas
						Compañerismo	Basico y necesario en los juegos de conjunto
						Solidadridad	Valor que se adquiere al buscar objetivos en grupo
						Disciplina	Adquirirla mediante la persistencia y el gusto por lo que hace
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	Exaltarlo
						ALIMENTACIÓN	Recomendarla
						PRESENTACION PERSONAL	Correctiva
						DESCANSO Y SUEÑO	Recomendado
						EJERCICIO FISICO	Vocacion
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	Exaltar su importancia
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	Objetivo principal
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	Exaltarla a diario
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	Resultado de las anteriores
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	SOCIAL	APRENDIZAJE DE LA IMPORTANCIA DE REALIZAR
						EXALTACION	ACTIVIDADES APORTANDO ALOS DEMAS
						DESARROLLO	LO MEJOR DE SI MISMO
						MOTIVACIÓN	
				2	JUEGOS TRADICIONALES	DIVERSION	APRENDIZAJE DE LA IMPORTANCIA DE REALIZAR
						MOTIVACION	ACTIVIDADES APORTANDO ALOS DEMAS
						INTGRACION	LO MEJOR DE SI MISMO
						HISTORIA	
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	MOTIVACION	APRENDIZAJE DE LA IMPORTANCIA DE REALIZAR
						DESRROLLO PERSONAL	ACTIVIDADES APORTANDO ALOS DEMAS
						DIVERSION	LO MEJOR DE SI MISMO
						CUALIDADES	
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	DESARROLLO	APRENDIZAJE DE LA IMPORTANCIA DE REALIZAR
						HABILIDADES	ACTIVIDADES APORTANDO ALOS DEMAS
						SOCIAL	LO MEJOR DE SI MISMO
						ASOCIACIÓN	
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	COMPAÑERISMO	APRENDIZAJE DE LA IMPORTANCIA DE REALIZAR
						DIVERSION	ACTIVIDADES APORTANDO ALOS DEMAS
						HABILIDES	LO MEJOR DE SI MISMO
						COMPAÑERISMO	

FECHA DE ENTREGA	FEBRERO DEL 2022
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL
MUNICIPIO	FUSAGASUGA

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA
MALLA PEDAGOGICA
NIVEL FUNDAMNETACION

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
	INICIACION	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	Desarrollo corporal
						RITMO	Elementos orgánicos-funcionales relacionados con el movimiento
						EQUILIBRIO	Coordinación del movimiento
						ORIENTACION	Orientación corporal en espacio y lateralidad.
						DIFERENCIACION	Percepción espacio-temporal
						REACCIÓN	Dominio motor y corporal desde un planteamiento previo a la acción.
						ADAPTACIÓN	Adaptación de la ejecución de las habilidades motrices con eficiencia y creatividad.
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	Correcion y ajiste ejecución de las habilidades motrices.
						CORRER	Elementos orgánicos-funcionales adaptados a la coordinacion del movimiento rapido
						SALTAR	Cuantificación y evolución de la cotidalidad
						LANZAR	Elemtos mecanicos basicos para el lanzamiento
						ATRAPAR	Capacidad de medir tiempo y distancia en la captura con la mano
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA		
							Modalidades de fuerza en baloncesto
						Elementos orgánicos-funcionales relacionados con	Acondicionamiento físico orientado a la mejora de la fuerza
						Dominio motor y corporal la medicion de la fuerza	Percepcion orgánicos-funcionales relacionados con la fuerza
				2	RESISTENCIA	Elementos orgánicos-funcionales relacionados con	Resistencia especifica en el baloncesto
						Dominio motor en la medicion de la resistencia	Percepcion orgánicos-funcionales relacionados con resistencia
				3	VELOCIDAD	Elementos orgánicos-funcionales relacionados con	Tipos de velocidad en el baloncesto
						Dominio motor en la medicion de velocidad	Percepcion orgánicos-funcionales relacionados con velocidad
							Acondicionamiento físico orientado a la mejora a la velocidad
				4	FLEXIBILIDAD	Elementos orgánicos-funcionales en la flexibilidad	Flexibilidad en baloncesto
						Dominio motor en la medicion de la flexibilidad	Percepcion orgánicos-funcionales relacionados con velocidad
		TECNICO	DESTREZAS	1	Ejercicios para el desarrollo de los fundamentos del baloncesto	CORRER /DESPLAZAR	Coordinación en baloncesto, Consolidación y Mecanización,
						ADELANTE /ATRÁS	Orientación corporal en espacio y lateralidad.
						SALTAR	Percepción espacio-temporal
						VERTCAL -ADELANTE	Coordinación del movimiento., explocividad
						LATERAL - I/D	Equilibrio, potencia del movimiento
				2	Desplazamientos Ofensivos - Defensivos con balon Derecho Izquierdo	ADELANTE- ATRÁS	Movilidad, desarrollo y control de la movilidad,
						LAERAL I/D	Adaptación y transformación
						CAMINANDO	Acondicionamiento físico orientado a la mejora
						TROTANDO	De ejecución de las habilidades motrices.
						CORRIENDO	Adaptación de la ejecución de las habilidades motrices complejidad creciente, con eficiencia
				3	Tecnica del Pase/ Diferentes tipos de Pases - Derecha - Izquierda	PECHO	Agarre clásico, con una y dos manos
						ENLACE	Triple Amenaza
						BEISBOL	Para pasar, tirar o driblar,
						PICADO	Recepción, Pases y sus variantes
						BANDEJA	Arriba y abajo de la cintura
				4	Tecnica del Drible / Habilidades en el drible - Derecha - Izquierda	DE FRENTE	Fundamento técnico de la postura corporal.
						POR ATRÁS	Sin control visual Alto, con dos balones
						ZIG-ZAG	Habilidades dribble cambio de mano, con pasadas
						ENTRE LAS PIERNAS	Cambios de mano y direccion
						CAMBIOS DE DIRECCIÓN	Fundamento del dribble izquierda derecha
				5	Tecnica del Lanzamiento/ Diferentes tipos de Lanzamientos - Derecha - Izquierda	EN MOVIMIENTO	Tecnica de la postura de la mano
						EN DETENCIÓN	Tecnica de la postura del brazo
						EN SUSPENSION	Tecnica de la postura del cuerpo
						LIBRES - TRES PUNTOS	Tiro en Mov. después de dribble en suspension
						EN DOBLE RITMO	Tiro en Mov. después de pase
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	Breve historia del deporte	La importancia de la enseñanza y aprendizaje del deporte del Baloncesto
						del Baloncesto	Conocimiento del deporte y su historia
						Charla sobre la actualidad del baloncesto en Cundinamarca	Propoenre metas en su categoria a nivel Departamental y Nacional
						Ilustracion del baloncesto actual en Cundinmamarca	Ilustrarse ypara buscar formar parte de selecciones representativas
						Algunos logros Departamentales y Nacional	Recuento informativo de estos logros
				2	REGLAMENTACION	Recuento de las ultimas actualizaciones	Conocer de fondo las nuevas reglas para aplicarlas y ponerlas en practica en las ultimas (2) decadas
						Bibliografia recomendada	Documentarse en su deporte, incentivar la conculta
						Inquietudes	Exponer inquietudes al respecto, proponerse conocerlas
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA		
						Desarrollar los objetivos	Centrarse en entrenar con disciplina y enemoramiento del juego
						componente psicológico	Buscar en esta disciplina un gozo basado en sus propios logros
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	Cumplimiento	Aquirirla mediante la practica continua
						Honestidad	Buscarla en si mismo y en los demas
						Compañerismo	Basico y necesario en los juegos de conjunto
						Solidaridad	Valor que se adquiere al buscar objetivos en grupo
						Disciplina	Adquirirla mediante la persistencia y el gusto por lo que hace
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	Exaltarlo
						ALIMENTACIÓN	Recomendarla
						PRESENTACION PERSONAL	Correctiva
						DESCANSO Y SUEÑO	Recomendado
						EJERCICIO FISICO	Inculcado
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	Exaltar su importancia
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	Objetivo principal
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	Exaltarla a diario
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	Resultado de las anteriores
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	SOCIAL	APRENDIZAJE DE LA IMPORTANCIA DE REALIZAR
						EXALTACION	ACTIVIDADES APORTANDO ALOS DEMAS
						DESARROLLO	LO MEJOR DE SI MISMO
						MOTIVACION	
				2	JUEGOS TRADICIONALES	DIVERSION	APRENDIZAJE DE LA IMPORTANCIA DE REALIZAR
						MOTIVACION	ACTIVIDADES APORTANDO ALOS DEMAS
						INTGRACION	LO MEJOR DE SI MISMO
						HISTORIA	
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	MOTIVACION	APRENDIZAJE DE LA IMPORTANCIA DE REALIZAR
						DESARROLLO PERSONAL	ACTIVIDADES APORTANDO ALOS DEMAS
						DIVERSION	LO MEJOR DE SI MISMO
						CUALIDADES	
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	DESARROLLO	APRENDIZAJE DE LA IMPORTANCIA DE REALIZAR
						HABILIDADES	ACTIVIDADES APORTANDO ALOS DEMAS
						SOCIAL	LO MEJOR DE SI MISMO
						ASOCIACION	
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	COMPAÑERISMO	APRENDIZAJE DE LA IMPORTANCIA DE REALIZAR
						DIVERSION	ACTIVIDADES APORTANDO ALOS DEMAS
						HABILIDES	LO MEJOR DE SI MISMO
						COMPAÑERISMO	

FECHA DE ENTREGA	FEBRERO DEL 2022
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL
MUNICIPIO	FUSAGASUGA

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA
MALLA PEDAGOGICA
NIVEL INICIACIÓN

DEPORTE	NIVEL DE FORMACIÓN	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
	INICIACION	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	Desarrollo corporal
						RITMO	Interacciones relacionadas con e tiempo en los diferentes movimientos
						EQUILIBRIO	Coordinación del equilibrio en todos los movimientos afines al baloncesto
						ORIENTACION	Orientación corporal de lateralidad en el manejo de Espacios y tiempo
						DIFERENCIACION	Diferenciarlas en la posicion Corporal en la Percepción espacio temporal
						REACCIÓN	Desarrollo del dominio motor y corporal desde un planteamiento previo a la acción y su reacción
						ADAPTACIÓN	Adaptación de la ejecución de las habilidades motrices con su capacidad de atencion eficiencia y creatividad
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	Ciarreras y ajuste en ejecución de las habilidades motrices en busca de perfeccionar el movimiento.
						CORRER	Elementos orgánico-funcionales adaptables a la coordinacion del cuerpo rapido
						SALTAR	Especificaciones y evolución de la saltabilidad buscando mediante el trabajo especializado para lograr su maxima saltabilidad
						LANZAR	Eliemtos mecanicos basicos para el lanzamiento, mejorar su capacidad, lanzamientos de perimetro, altura y en punto.
						ATRAPAR	Capacidad de medir tiempo y distancia en la captura con una o dos manos y alto impulso
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	Momentos	Desarrollo del aprendizaje en los diferentes tiempos y fuerzas de acuerdo al momento de acciones motrices
						Variaciones	Fuerza explosiva, fuerza resistencia y fuerza de reacción,
						Elementos orgánicos funcionales relacionados con	Acondicionamiento físico orientado a la mejora de la fuerza
						Dominio motor en la medicion de la fuerza	Percepcion orgánicos-funcionales relacionados con la fuerza
				2	RESISTENCIA	Elementos orgánicos funcionales relacionados con	Resistencia a la fuerza rápida, resistencia del balón
						Dominio motor en la medicion de velocidad	Percepcion orgánicos funcionales relacionados con resistencia, Cone-resistencia de la musculatura extensora
				3	VELOCIDAD	Elementos orgánicos funcionales relacionados con	Acondicionamiento físico orientado a la mejora a la velocidad
						Dominio motor en la medicion de velocidad	Percepcion orgánicos-funcionales relacionados con velocidad
				4	FLEXIBILIDAD	Interacciones Elementos	Acondicionamiento físico orientado a la mejora de la ejecución de las habilidades relacionadas con mejoramiento en su
						Dominio motor en la medicion de la flexibilidad	Factores importantes que logra el trabajo de la flexibilidad
		TECNICO	DESTREZAS	1	Ejercicios para el desarrollo de los fundamentos del baloncesto	CORRER /DESPLAZAR	Importante activar el desarrollo corporal, apto para el baloncesto
						ADELANTE /ATRÁS	Importante para la orientación corporal en la defensa y ofensiva del espacio y tatemalidad
						SALTAR	Desarrollar un alto nivel de saltabilidad importante en acciones defensivas y ofensivas
						VERTCAL -ADELANTE	Perfeccionar coordinación del movimiento ynpivotvidad
						LATERAL - I/D	Mjorar el decarrollo del Equilibrio, potencia de este movimiento basico para este deporte
				2	Desplazamientos Ofensivos - Defensivos con balon Derecho Izquierdo	ADELANTE- ATRÁS	Movilidad, desarrollo y control de la movilidad, para este fundamento
						LAERAL I/D	Perfeccionamiento y adaptación en los cambios de ritmo y posicion corporal de este fundamento
						CAMINANDO	Acondicionamiento físico orientado a la mejora en la posicion corporal
						TROTANDO	Be ejecución de las habilidades motrices. De la forma y coordinación para este fundamento
						CORRIENDO	Adaptación de la ejecución de las habilidades motrices complejidad concrete, con eficiencia
				3	Tecnica del Pase/ Diferentes tipos de Pases - Derecha - Izquierda	PECHO	Perfecsiona, Agarre clásico, con una y dos manos
						ENLACE	Triple Amenaza , interacciones de pase gruples en jungo real
						BESBOL	Perfeccionamiento , del pase de beisbol, en interaciones de jugo real. En movimiento o estático- respicion y pase
						PICADO	Perfeccionamiento , del pase de enlace, tu efectividad y momento en interacciones de jungo real.
						BANDEA	Perfeccionamiento , del pase de bandeja, su efetividad y momento en interacciones de jungo real.
				4	Tecnica del Drible / Habilidades en el drible - Derecha - Izquierda	DE FRENTE	Perfeccionamiento del Fundamento tecnico del dribbr. la postura corporal. Y su uso en interacciones de jungo real
						FOX ATRÁS	Perfeccionamiento, sin control visual, Alto, aplicación en interacciones de jugo real
						ZIG-ZAG	Perfeccionamiento, control en cambios de direccion, aplicación en interacciones de jugo real, ve individual
						ENTRE LAS PIERNAS	Perfeccionamiento, control en cambios de direccion, aplicación en interacciones de jugo real, ve individual
						CAMBIOS DE DIRECCION	Perfeccionamiento del fundamento del dribbr izquierdo derecha y sus aplicaciones
				5	Tecnica del Lanzamiento/ Diferentes tipos de Lanzamientos - Derecha - Izquierda	EN MOVIMIENTO	Perfeccionamiento de la tecnica de la postura de la mano, convegencia al aro, y el momento
						EN DETENCION	Perfeccionamiento de la tecnica de la postura del cuerpo , convergencia al defencia, y el momento de la accion
						EN SUSPENSION	Perfeccionamiento de la tecnica de la postura del cuerpo , para darle la altura de la parabola del balon
						LIBRES - TRES PUNTOS	Perfeccionamiento de la tecnica de la postura del cuerpo , para altura posicion del brazo y altura del balon
						EN DOBLE RITMO	Perfeccionamiento de la postura de los pies y la mano , y altura del brazo , con respecto al tablero y el defencia
		TACTICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	Breve historia del deporte	Conocimiento del deporte y su historia
						del Baloncesto	
						Charla sobre la actualidad del Baloncesto Colombiano	Proponerse metas en su categoria
						Ilustracion del baloncesto Actual en Cundinamarca	Ilustrarse ypara buscar formar parte de selecciones representativas
						Recuento de algunos logros	Ponercse objetivos
				2	REGLAMENTACION	Recuento de las ultimas Actualizaciones	Conocer de fondo las nuevas reglas para aplimdenlas y llevarlas en practica
						Bibliografía recomendada	Documentarse en su deporte
						Inquietudes	Exponer inquietudes al respecto
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	Desarrollar los objetivos,	Comtrarse en entrenar con disciplina y enemocramiento del juego
						Componente psicológico	Buscar en esta disciplina un goso basado en sus propios logros
		TEORICO		1	VALORES	Cumplimiento	Aquirirlo mediante la practica continua
						Honestidad	Buscarlo en si mismo y en los demas
						Compañerismo	Basico y necesario en los juegos de conjunto
						Solidaridad	Valor que se adquiere al buscar objetivos en grupo
						Disciplina	Adquirirla mediante la persistencia y el gusto por lo que hace
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	Fundamental
						ALIMENTACIÓN	Recomendarla
						PRESENTACION PERSONAL	Correctiva
						DESCANSO Y SUÑO	Recomendado
						EJERCICIO FISICO	Inculcado
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	Exaltar su importancia
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	Objetivo principal
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	Evaluarla a diario
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	Resultado de las anteriores
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	Recomendaciones generales al respecto para todos
						ALIMENTACIÓN	Recomendaciones generales al respecto para todos
						PRESENTACION PERSONAL	Recomendaciones generales al respecto para todos
						DESCANSO Y SUÑO	Recomendaciones generales al respecto para todos
						EJERCICIO FISICO	Recomendaciones generales al respecto para todos
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	Recomendaciones generales al respecto para todos
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	Recomendaciones generales al respecto para todos
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	Recomendaciones generales al respecto para todos
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	Recomendaciones generales al respecto para todos
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	Afines al deporte	Aprender a mantener relaciones cordiales, compañerismo
						Acciones coordinativas Individuales	Aprender a mantener relaciones cordiales, compañerismo
						Acciones Grupales	Aprender a mantener relaciones cordiales, compañerismo
						De otros deportes populares	Aprender a mantener relaciones cordiales, compañerismo
				2	JUEGOS TRADICIONALES	De la region	Aprender a mantener relaciones cordiales, compañerismo
						Anancistas	Aprender a mantener relaciones cordiales, compañerismo
						Individuales	Aprender a mantener relaciones cordiales, compañerismo
						Grupales	Aprender a mantener relaciones cordiales, compañerismo
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	Dibujar	Aprender a mantener relaciones cordiales, compañerismo
						Cantar	Aprender a mantener relaciones cordiales, compañerismo
						Declamar	Aprender a mantener relaciones cordiales, compañerismo
						Teatro	Aprender a mantener relaciones cordiales, compañerismo
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	Actividades Motoras	Aprender a mantener relaciones cordiales, compañerismo
						Habilidades	Aprender a mantener relaciones cordiales, compañerismo
						Coordinativas	Aprender a mantener relaciones cordiales, compañerismo
						Distracción	Aprender a mantener relaciones cordiales, compañerismo
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	Bolelol	Aprender a mantener relaciones cordiales, compañerismo
						Tenis de mesa	Aprender a mantener relaciones cordiales, compañerismo
						Bloo mano	Aprender a mantener relaciones cordiales, compañerismo
						Carreras	Aprender a mantener relaciones cordiales, compañerismo

FECHA DE ENTREGA	FEBRERO DEL 2022
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL
MUNICIPIO	FUSAGASUGA

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE / MODALIDAD:	BALONCESTO
MUNICIPIO:	FUSAGASGA
NOMBRE DEL FORMADOR:	DANIEL CAICEDO

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	OBSERVACIONES
2:30 PM A 4:30 PM	GRUPO	FUNDAMENTACION		FUNDAMENTACION		FUNDAMENTACION	
	SEDE DE TRABAO	CHINAUTA		CHINAUTA		CHINAUTA	
4:30 P.M. A 6:30 P.M.	GRUPO	FUNDAMENTACION		FUNDAMENTACION		FUNDAMENTACION	
	SEDE DE TRABAJO	CHINAUTA		CHINAUTA		CHINAUTA	
6 30P.M. A 8:00 P.M.	GRUPO	PERFECCIONAMIENTO		PERFECCIONAMIENTO		PERFECCIONAMIENTO	
	SEDE DE TRABAJO	PEKIN		PEKIN		PEKIN	

NOMBRE MONITOR DANIEL CAICEDO

OBLIGACION 3

Desarrolle las actividades planeadas por cada nivel deportivo modalidad baloncesto, donde evidencia los beneficiarios a impactar

INICIACION



FUNDAMENTACION






PERFECCIONAMIENTO






OBLIGACION 4

Planifique tener la cobertura de los diferentes niveles y cantidad de deportistas por cada nivel formativo INICIACION 0 FUNDAMENTACION 14 PERFECCIONAMIENTO 31 de formación deportiva en baloncesto teniendo en cuenta el formato de los beneficiarios y la cobertura correspondiente a cada nivel y edad por colores.

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA



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

NEFICIAD	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															0
7 AÑOS															0
8 AÑOS															0
9 AÑOS	2			2											2
10 AÑOS	1			1											1
11 AÑOS	1	4		1		4									5
12 AÑOS	2	4		2		4									6
13 AÑOS		4				4									4
14 AÑOS	6	6		6		6									12
15 AÑOS	5	2		5		2									7
16 AÑOS	1	1		1		1									2
17 AÑOS	6			6											6
TOTALES	24	21		24		21									45

ASISTENCIA INICIACION



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	TELEFONO DE CONTACTO	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																																0	0	0	#DIV/0!
2																																0	0	0	#DIV/0!
3																																0	0	0	#DIV/0!
4																																0	0	0	#DIV/0!
5																																0	0	0	#DIV/0!
6																																0	0	0	#DIV/0!
7																																0	0	0	#DIV/0!
8																																0	0	0	#DIV/0!
9																																0	0	0	#DIV/0!
10																																0	0	0	#DIV/0!
11																																0	0	0	#DIV/0!
12																																0	0	0	#DIV/0!
13																																0	0	0	#DIV/0!
14																																0	0	0	#DIV/0!
15																																0	0	0	#DIV/0!
16																																0	0	0	#DIV/0!
17																																0	0	0	#DIV/0!
18																																0	0	0	#DIV/0!
19																																0	0	0	#DIV/0!
20																																0	0	0	#DIV/0!

ASISTENCIA FUNDAMENTACION 14



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

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	EDAD	TELEFONO DE CONTACTO	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	SEBASTIAN MELO CELY	11		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
2	FRANCISCO JAVIER MELO CRUZ	10		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
3	MARIA ALEJANDRA AYA IBARRA	11		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
4	LUIS MATIAS BORJA IBARRA	12		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
5	SHARIK SELENAMARTINEZ GRISALES	12		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
6	MARIA ALEJANDRA RODRIGUEZ HERNANDE	11		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
7	SANDRA MILENA PERDOMO ORTIZ	11		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
8	NICOLLE ALEJANDRA PERDOMO PARADA	11		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
9	SAMUEL ABELLO GAITAN	12		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
10	NICOL PAMELA ARBOLEDA RAMOS	12		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
11	KAREN JULIETH GALVIS LAGOS	12		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
12	KAROL MICHELL BERMUDEZ ALBA	12		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
13	SERGIO MARCELO	9		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
14	DEIBY FELIPE MARTINEZ RODRIGUEZ	9		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
15																																			0	0	0	#¡DIV/0!
16																																			0	0	0	#¡DIV/0!
17																																			0	0	0	#¡DIV/0!
18																																			0	0	0	#¡DIV/0!
19																																			0	0	0	#¡DIV/0!
20																																			0	0	0	#¡DIV/0!



ASISTENCIA PERFECCIONAMIENTO 31



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

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	EDAD	TELEFONO DE CONTACTO	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	ANYI NATALIA GUAUTA RODRIGUEZ	13		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
2	LIZETH CUMACO GONZALEZ	14		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
3	NICOL DAYANA DUCUARA SANTA	13		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
4	CRISTIAN CAMILO ROMERO ARDILA	14		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
5	JEFERSON SNEIDER VARGAS BARRIOS	15		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
6	DINA MERARY CARDENAS ROMERO	13		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
7	JALVER EDUARDO ZERPA ACOSTA	14		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
8	JOSE LEONARDO REYES PLANAS	15		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
9	JHONATAN JULIAN AGREDO BRAVO	17		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
10	DANIEL STEVEN MELO RODRIGUEZ	16		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
11	HEIDY YANITZA MELO URREGO	14		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
12	JOHAN ESTIVEN MOLINA RIVAS	14		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
13	LUIS ALEJANDRO DIAZ MARTINEZ	15		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
14	CRISTIAN DAVID BUITRAGO HERNANDEZ	14		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
15	NICOLAS RAMIRO JIMENEZ DUARTE	14		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
16	ISABEL CRISTINA PINEDA RIAÑO	14		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
17	KAROL DANIELA BERNAL JARA	14		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
18	ANGELA CORTES	14		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
19	ANTONELLA RICO QUINTERO	14		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
20	JUAN CAMILO CARREÑO RAMIREZ	17		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
21	SANTIAGO TORRES ROMERO	15		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
22	ALISON MARCELO	15		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
23	STEFANNY GONZALEZ	15		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
24	TANIA KATERINE AMAYA CORTES	16		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
25	JERSSON DUVAN SIERRA ROMERO	17		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
26	KEVIN ALEJANDRO BRENAL JARA	17		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
27	JUAN PABLO VASQUEZ CLEVES	17		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
28	JHONATAN CAMILO CONTRERAS SANCHEZ	17		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
29	ANDRES CAMILO CASTRO GUERREROI	15		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
30	DEIVID SANTIAGO GUERRERO MORA	14		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%
31	ELEIDY DEL VALLE SANDOVAL ANDRADES	13		1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1						12	12	0	100%



OBLIGACION 5

Difundí adecuadamente la imagen institucional y nombres de Indeportes Cundinamarca, con las evidencias de su adecuada utilización en el seguimiento de las redes sociales y compartiendo actividades de la misma, portando el uniforme adecuadamente del IDEPORTES CUNDINAMARCA



OBLIGACION 6

Realice entrega de las 36 sesiones de clase iniciación fundamentación y perfeccionamiento al coordinador Zonal del mes de AGOSTO, con las indicaciones y en los formatos establecidos por la Subgerencia Técnica, cumpliendo con las condiciones técnicas.

INICIACION

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACION DE +A1:J49C+A1:J49UNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**1 AGO**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 2 A 4**	**N° de sesión: 61**	**N° de semana: 23**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**		**Edades: 6-7-8**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.						
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad	**X**	Autodisciplina	**X**	Participaciòn	**X**
Lealtad	**X**	Compañerismo	**X**	Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion	**X**	Humildad	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVOS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE CON MANO DERECHA	Fuerza	Maxima			
2. DRIBLE CON MANO IZQUIERDA		Explosiva			
3. MANIPULACION DEL ELEMENTO	Resistencia	Aerobica	**X**	60	
4. DESPLAZAMIENTOS		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. JUEGOS DE INTEGRACION	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2. TRABAJO EN EQUIPO	Ritmo	**X**	15	
3.	Equilibrio	**X**	15	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACION DE +A1:J49C+A1:J49UNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 3AGO	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 2 A 4**	**N° de sesión: 62**		**N° de semana: 23**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL			**N° de deportistas:**			**Edades: 6-7-8**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.						
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad	**X**	Autodisciplina	**X**	Participaciòn	**X**
Lealtad	**X**	Compañerismo	**X**	Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion	**X**	Humildad	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
TRABAJOS PREVENTIVOS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			
1. DRIBLE CON MANO DERECHA	Fuerza	Maxima			
2. DRIBLE CON MANO IZQUIERDA		Explosiva			
3. MANIPULACION DEL ELEMENTO	Resistencia	Aerobica	**X**	60	
4. DESPLAZAMIENTOS		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
1. JUEGOS DE INTEGRACION	Acoplamiento			
2. TRABAJO EN EQUIPO	Ritmo	**X**	15	
3.	Equilibrio	**X**	15	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR: Daniel

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACION DE +A1:J49C+A1:J49UNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 5 AGO	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 2 A 4**	**N° de sesión: 63**		**N° de semana: 23**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL			**N° de deportistas:**			**Edades: 6-7-8**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.						
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad	**X**	Autodisciplina	**X**	Participaciòn	**X**
Lealtad	**X**	Compañerismo	**X**	Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion	**X**	Humildad	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
TRABAJOS PREVENTIVOS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			
1. DRIBLE CON MANO DERECHA	Fuerza	Maxima			
2. DRIBLE CON MANO IZQUIERDA		Explosiva			
3. MANIPULACION DEL ELEMENTO	Resistencia	Aerobica	**X**	60	
4. DESPLAZAMIENTOS		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
1. JUEGOS DE INTEGRACION	Acoplamiento			
2. TRABAJO EN EQUIPO	Ritmo	**X**	15	
3.	Equilibrio	**X**	15	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACION DE +A1:J49C+A1:J49UNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 8 AGO	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 2 A 4**	**N° de sesión: 64**		**N° de semana: 24**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL			**N° de deportistas:**			**Edades: 6-7-8**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.						
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad	**X**	Autodisciplina	**X**	Participaciòn	**X**
Lealtad	**X**	Compañerismo	**X**	Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion	**X**	Humildad	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
TRABAJOS PREVENTIVOS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			
1. DRIBLE CON MANO DERECHA	Fuerza	Maxima			
2. DRIBLE CON MANO IZQUIERDA		Explosiva			
3. MANIPULACION DEL ELEMENTO	Resistencia	Aerobica	**X**	60	
4. DESPLAZAMIENTOS		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
1. JUEGOS DE INTEGRACION	Acoplamiento			
2. TRABAJO EN EQUIPO	Ritmo	**X**	15	
3.	Equilibrio	**X**	15	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACION DE +A1:J49C+A1:J49UNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**10 AGO**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 2 A 4**	**N° de sesión: 65**		**N° de semana: 24**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades: 6-7-8**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad	**X**	Autodisciplina	**X**	Participaciòn	**X**
Lealtad	**X**	Compañerismo	**X**	Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion	**X**	Humildad	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
TRABAJOS PREVENTIVOS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			
1. DRIBLE CON MANO DERECHA	Fuerza	Maxima			
2. DRIBLE CON MANO IZQUIERDA		Explosiva			
3. MANIPULACION DEL ELEMENTO	Resistencia	Aerobica	**X**	60	
4. DESPLAZAMIENTOS		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
1. JUEGOS DE INTEGRACION	Acoplamiento			
2. TRABAJO EN EQUIPO	Ritmo	**X**	15	
3.	Equilibrio	**X**	15	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACION DE +A1:J49C+A1:J49UNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**12 AGO**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 2 A 4**	**N° de sesión: 66**	**N° de semana: 24**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**		**Edades: 6-7-8**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.						
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad	**X**	Autodisciplina	**X**	Participaciòn	**X**
Lealtad	**X**	Compañerismo	**X**	Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion	**X**	Humildad	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
TRABAJOS PREVENTIVOS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			
1. DRIBLE CON MANO DERECHA	Fuerza	Maxima			
2. DRIBLE CON MANO IZQUIERDA		Explosiva			
3. MANIPULACION DEL ELEMENTO	Resistencia	Aerobica	**X**	60	
4. DESPLAZAMIENTOS		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
1. JUEGOS DE INTEGRACION	Acoplamiento			
2. TRABAJO EN EQUIPO	Ritmo	**X**	15	
3.	Equilibrio	**X**	15	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACION DE +A1:J49C+A1:J49UNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**15 AGO**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 2 A 4**	**N° de sesión: 67**		**N° de semana: 25**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades: 6-7-8**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad	**X**	Autodisciplina	**X**	Participaciòn	**X**
Lealtad	**X**	Compañerismo	**X**	Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion	**X**	Humildad	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
TRABAJOS PREVENTIVOS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			
1. DRIBLE CON MANO DERECHA	Fuerza	Maxima			
2. DRIBLE CON MANO IZQUIERDA		Explosiva			
3. MANIPULACION DEL ELEMENTO	Resistencia	Aerobica	**X**	60	
4. DESPLAZAMIENTOS		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
1. JUEGOS DE INTEGRACION	Acoplamiento			
2. TRABAJO EN EQUIPO	Ritmo	**X**	15	
3.	Equilibrio	**X**	15	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACION DE +A1:J49C+A1:J49UNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**17 AGO**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 2 A 4**	**N° de sesión: 68**		**N° de semana: 25**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades: 6-7-8**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad	**X**	Autodisciplina	**X**	Participaciòn	**X**
Lealtad	**X**	Compañerismo	**X**	Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion	**X**	Humildad	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
TRABAJOS PREVENTIVOS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			
1. DRIBLE CON MANO DERECHA	Fuerza	Maxima			
2. DRIBLE CON MANO IZQUIERDA		Explosiva			
3. MANIPULACION DEL ELEMENTO	Resistencia	Aerobica	**X**	60	
4. DESPLAZAMIENTOS		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
1. JUEGOS DE INTEGRACION	Acoplamiento			
2. TRABAJO EN EQUIPO	Ritmo	**X**	15	
3.	Equilibrio	**X**	15	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACION DE +A1:J49C+A1:J49UNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**19 AGO**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 2 A 4**	**N° de sesión: 69**	**N° de semana: 25**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**		**Edades: 6-7-8**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.						
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad	**X**	Autodisciplina	**X**	Participaciòn	**X**
Lealtad	**X**	Compañerismo	**X**	Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion	**X**	Humildad	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
TRABAJOS PREVENTIVOS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			
1. DRIBLE CON MANO DERECHA	Fuerza	Maxima			
2. DRIBLE CON MANO IZQUIERDA		Explosiva			
3. MANIPULACION DEL ELEMENTO	Resistencia	Aerobica	**X**	60	
4. DESPLAZAMIENTOS		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
1. JUEGOS DE INTEGRACION	Acoplamiento			
2. TRABAJO EN EQUIPO	Ritmo	**X**	15	
3.	Equilibrio	**X**	15	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACION DE +A1:J49C+A1:J49UNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**22 AGO**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 2 A 4**	**N° de sesión: 70**		**N° de semana: 26**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades: 6-7-8**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad	**X**	Autodisciplina	**X**	Participaciòn	**X**
Lealtad	**X**	Compañerismo	**X**	Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion	**X**	Humildad	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
TRABAJOS PREVENTIVOS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			
1. DRIBLE CON MANO DERECHA	Fuerza	Maxima			
2. DRIBLE CON MANO IZQUIERDA		Explosiva			
3. MANIPULACION DEL ELEMENTO	Resistencia	Aerobica	**X**	60	
4. DESPLAZAMIENTOS		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
1. JUEGOS DE INTEGRACION	Acoplamiento			
2. TRABAJO EN EQUIPO	Ritmo	**X**	15	
3.	Equilibrio	**X**	15	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACION DE +A1:J49C+A1:J49UNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**24 AGO**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 2 A 4**	**N° de sesión: 71**		**N° de semana: 26**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades: 6-7-8**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad	**X**	Autodisciplina	**X**	Participaciòn	**X**
Lealtad	**X**	Compañerismo	**X**	Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion	**X**	Humildad	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
TRABAJOS PREVENTIVOS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			
1. DRIBLE CON MANO DERECHA	Fuerza	Maxima			
2. DRIBLE CON MANO IZQUIERDA		Explosiva			
3. MANIPULACION DEL ELEMENTO	Resistencia	Aerobica	**X**	60	
4. DESPLAZAMIENTOS		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
1. JUEGOS DE INTEGRACION	Acoplamiento			
2. TRABAJO EN EQUIPO	Ritmo	**X**	15	
3.	Equilibrio	**X**	15	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACION DE +A1:J49C+A1:J49UNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**26 AGO**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 2 A 4**	**N° de sesión: 72**	**N° de semana: 26**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**		**Edades: 6-7-8**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.						
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad	**X**	Autodisciplina	**X**	Participaciòn	**X**
Lealtad	**X**	Compañerismo	**X**	Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion	**X**	Humildad	**X**	Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
TRABAJOS PREVENTIVOS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			
1. DRIBLE CON MANO DERECHA	Fuerza	Maxima			
2. DRIBLE CON MANO IZQUIERDA		Explosiva			
3. MANIPULACION DEL ELEMENTO	Resistencia	Aerobica	**X**	60	
4. DESPLAZAMIENTOS		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO 5, CONOS Y PLATILLOS**
1. JUEGOS DE INTEGRACION	Acoplamiento			
2. TRABAJO EN EQUIPO	Ritmo	**X**	15	
3.	Equilibrio	**X**	15	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR: 

FUNDAMENTACION

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**1-ago**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 4 A 6**	**N° de sesión: 61**		**N° de semana: 23**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad	**X**	Autodisciplina	**X**	Participaciòn	**X**
Lealtad	**X**	Compañerismo	**X**	Participacion	**X**	Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion	**X**	Humildad		Recompensa	**X**

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Maxima			
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica	**X**	60	
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3.	Equilibrio	**X**	15	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR: 

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**3-ago-22**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 2 A 6**	**N° de sesión: 62**	**N° de semana: 23**
Nombre del Formador: DANIEL CAICEDO				**N° de deportistas: 17**		**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.						
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad	**X**	Autodisciplina	**X**	Participaciòn	**X**
Lealtad	**X**	Compañerismo	**X**	Participacion	**X**	Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion	**X**	Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Maxima			
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica	**X**	60	
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3.	Equilibrio	**X**	15	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR: 

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**5-ago**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 4 A 6**	**N° de sesión: 63**		**N° de semana: 23**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad		Autodisciplina		Participaciòn	
Lealtad		Compañerismo		Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion		Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Maxima			
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica	**X**	60	
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS	Equilibrio	**X**	15	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**8-ago**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 4 A 6**	**N° de sesión: 64**		**N° de semana: 24**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad		Autodisciplina		Participaciòn	
Lealtad		Compañerismo		Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion		Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Maxima			
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica			
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento	**X**	60	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS	Equilibrio	**X**	15	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR: 

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**10-ago**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 4 A 6**	**N° de sesión: 65**		**N° de semana: 24**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad		Autodisciplina		Participaciòn	
Lealtad		Compañerismo		Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion		Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Maxima			
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica			
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento	**X**	60	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS	Equilibrio	**X**	15	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR: 

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**12-ago**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 4 A 6**	**N° de sesión: 66**		**N° de semana: 24**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad		Autodisciplina		Participaciòn	
Lealtad		Compañerismo		Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion		Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Maxima			
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica			
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento	**X**	60	
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS	Equilibrio	**X**	15	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR: 

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**15-ago**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 4 A 6**	**N° de sesión: 67**		**N° de semana: 25**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad		Autodisciplina		Participaciòn	
Lealtad		Compañerismo		Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion		Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Desarrollo	**X**	60	
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica			
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS	Equilibrio	**X**	15	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**17-ago**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 4 A 6**	**N° de sesión: 68**		**N° de semana: 25**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad		Autodisciplina		Participaciòn	
Lealtad		Compañerismo		Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion		Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Desarrollo	**X**	60	
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica			
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS	Equilibrio	**X**	15	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR: 

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**19-ago**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 4 A 6**	**N° de sesión: 69**		**N° de semana: 25**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad		Autodisciplina		Participaciòn	
Lealtad		Compañerismo		Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion		Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Desarrollo	**X**	60	
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica			
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento			
7.PASE		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS ATAQUE	Equilibrio	**X**	15	
4.DEFENSA	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**22-ago**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 4 A 6**	**N° de sesión: 70**		**N° de semana: 26**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad		Autodisciplina		Participaciòn	
Lealtad		Compañerismo		Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion		Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Maxima			
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica			
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento			
7.PASE		Reacciòn	**X**	30	
8.	Flexibilidad	Estatica	**X**	30	
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS ATAQUE	Equilibrio	**X**	15	
4.DEFENSA	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**24-ago**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 4 A 6**	**N° de sesión: 71**		**N° de semana: 6**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad		Autodisciplina		Participaciòn	
Lealtad		Compañerismo		Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion		Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Maxima			
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica			
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento			
7.PASE		Reacciòn	**X**	30	
8.	Flexibilidad	Estatica	**X**	30	
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS ATAQUE	Equilibrio	**X**	15	
4.DEFENSA	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**26-ago**	**Lugar: CHINAUTA**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 4 A 6**	**N° de sesión: 72**		**N° de semana: 26**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad		Autodisciplina		Participaciòn	
Lealtad		Compañerismo		Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion		Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Maxima			
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica			
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento			
7.PASE		Reacciòn	**X**	30	
8.	Flexibilidad	Estatica	**X**	30	
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS ATAQUE	Equilibrio	**X**	15	
4.DEFENSA	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR: 

PERFECCIONAMIENTO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha: 1-ago	**Lugar: PEKIN**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 6 A 8**	**N° de sesión: 61**		**N° de semana: 23**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL			**N° de deportistas:**			**Edades:12-13-14-15-16-**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		**X**
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.						
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad	**X**	Autodisciplina	**X**	Participaciòn	**X**
Lealtad	**X**	Compañerismo	**X**	Participacion	**X**	Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion	**X**	Humildad		Recompensa	**X**

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Maxima			
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica	**X**	60	
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento			
7.PASE		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS ATAQUE	Equilibrio	**X**	15	
4.DEFENSA	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1. DEFENSA INDIVIDUAL		**X**	**15**
2.CAMBIOS DE RITMO Y DIRECCION	**X**		**15**
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**3-ago-22**	**Lugar: PEKIN**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 6 A 8**	**N° de sesión: 62**		**23**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas: 17**			**Edades:12-13-14-15-16-**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad	**X**	Autodisciplina	**X**	Participaciòn	**X**
Lealtad	**X**	Compañerismo	**X**	Participacion	**X**	Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion	**X**	Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Maxima			
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica	**X**	60	
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento			
7.PASE		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS ATAQUE	Equilibrio	**X**	15	
4.DEFENSA	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1. DEFENSA INDIVIDUAL		**X**	**15**
2.CAMBIOS DE RITMO Y DIRECCION	**X**		**15**
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**5-ago**	**Lugar: PEKIN**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 6 A 8**	**N° de sesión: 63**		**N° de semana: 23**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades:12-13-14-15-16-**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad		Autodisciplina		Participaciòn	
Lealtad		Compañerismo		Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion		Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Maxima			
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica	**X**	60	
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento			
7.PASE		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS ATAQUE	Equilibrio	**X**	15	
4.DEFENSA	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1. DEFENSA INDIVIDUAL		**X**	**15**
2.CAMBIOS DE RITMO Y DIRECCION	**X**		**15**
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**8-ago**	**Lugar: PEKIN**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 6 A 8**	**N° de sesión: 64**		**N° de semana: 24**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades:12-13-14-15-16-**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad		Autodisciplina		Participaciòn	
Lealtad		Compañerismo		Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion		Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Maxima			
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica			
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento	**X**	60	
7.PASE		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS ATAQUE	Equilibrio	**X**	15	
4.DEFENSA	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1. DEFENSA INDIVIDUAL		**X**	**15**
2.CAMBIOS DE RITMO Y DIRECCION	**X**		**15**
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**10-ago**	**Lugar: PEKIN**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 6 A 8**	**N° de sesión: 65**		**N° de semana: 24**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades:12-13-14-15-16-**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad		Autodisciplina		Participaciòn	
Lealtad		Compañerismo		Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion		Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Maxima			
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica			
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento	**X**	60	
7.PASE		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS ATAQUE	Equilibrio	**X**	15	
4.DEFENSA	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1. DEFENSA INDIVIDUAL		**X**	**15**
2.CAMBIOS DE RITMO Y DIRECCION	**X**		**15**
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**12-ago**	**Lugar: PEKIN**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 6 A 8**	**N° de sesión: 66**		**N° de semana: 24**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades:12-13-14-15-16-**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad		Autodisciplina		Participaciòn	
Lealtad		Compañerismo		Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion		Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Maxima			
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica			
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento	**X**	60	
7.PASE		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS ATAQUE	Equilibrio	**X**	15	
4.DEFENSA	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1. DEFENSA INDIVIDUAL		**X**	**15**
2.CAMBIOS DE RITMO Y DIRECCION	**X**		**15**
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**15-ago**	**Lugar: PEKIN**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 6 A 8**	**N° de sesión: 67**		**N° de semana: 25**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades:12-13-14-15-16-**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad		Autodisciplina		Participaciòn	
Lealtad		Compañerismo		Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion		Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Desarrollo	**X**	60	
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica			
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento			
7.PASE		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS ATAQUE	Equilibrio	**X**	15	
4.DEFENSA	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1. DEFENSA INDIVIDUAL		**X**	**15**
2.CAMBIOS DE RITMO Y DIRECCION	**X**		**15**
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**17-ago**	**Lugar: PEKIN**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 6 A 8**	**N° de sesión: 68**		**N° de semana: 25**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades:12-13-14-15-16-**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad		Autodisciplina		Participaciòn	
Lealtad		Compañerismo		Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion		Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Desarrollo	**X**	60	
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica			
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento			
7.PASE		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS ATAQUE	Equilibrio	**X**	15	
4.DEFENSA	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1. DEFENSA INDIVIDUAL		**X**	**15**
2.CAMBIOS DE RITMO Y DIRECCION	**X**		**15**
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**19-ago**	**Lugar: PEKIN**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 6 A 8**	**N° de sesión: 69**		**N° de semana: 25**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades:12-13-14-15-16-**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							
VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad		Autodisciplina		Participaciòn	
Lealtad		Compañerismo		Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion		Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Desarrollo	**X**	60	
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica			
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento			
7.PASE		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS ATAQUE	Equilibrio	**X**	15	
4.DEFENSA	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1. DEFENSA INDIVIDUAL		**X**	**15**
2.CAMBIOS DE RITMO Y DIRECCION	**X**		**15**
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**22-ago**	**Lugar: PEKIN**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 6 A 8**	**N° de sesión: 70**		**N° de semana: 26**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades:12-13-14-15-16-**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad		Autodisciplina		Participaciòn	
Lealtad		Compañerismo		Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion		Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Maxima			
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica			
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento			
7.PASE		Reacciòn	**X**	30	
8.	Flexibilidad	Estatica	**X**	30	
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS ATAQUE	Equilibrio	**X**	15	
4.DEFENSA	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1. DEFENSA INDIVIDUAL		**X**	**15**
2.CAMBIOS DE RITMO Y DIRECCION	**X**		**15**
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**24-ago**	**Lugar: PEKIN**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 6 A 8**	**N° de sesión: 71**		**N° de semana: 26**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades:12-13-14-15-16-**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad		Autodisciplina		Participaciòn	
Lealtad		Compañerismo		Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion		Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Maxima			
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica			
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento			
7.PASE		Reacciòn	**X**	30	
8.	Flexibilidad	Estatica	**X**	30	
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS ATAQUE	Equilibrio	**X**	15	
4.DEFENSA	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1. DEFENSA INDIVIDUAL		**X**	**15**
2.CAMBIOS DE RITMO Y DIRECCION	**X**		**15**
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**26-ago**	**Lugar: PEKIN**	**Municipio: FUSAGASUGA**	**Hora: 6 A 8**	**N° de sesión: 72**		**N° de semana: 26**
Nombre del Formador: DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL				**N° de deportistas:**			**Edades:12-13-14-15-16-**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**
Objetivo General: DESARROLLAR APROPIACION DE LOS CONCEPTOS BASICOS.							
Objetivo Especifico: ESTABLECER ACERCAMIENTO A LA PRACTICA DEPORTIVA.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Responsabilidad		Autodisciplina		Participaciòn	
Lealtad		Compañerismo		Participacion		Autodominio	
Trabajo en equipo	**X**	Cooperacion		Humildad		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSOS**
1. INTRODUCCION VERBAL	Introduccion a la clase	**X**	2	
2. VERIFICACION DE ASISTENCIA	llamado a lista	**X**	8	
3. COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	Movilidad Articular	**X**	5	
4. PREDEPORTIVO DE BALONCESTO	Calentamiento	**X**	5	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
TRABAJOS PREVENTIVODS	**Capacidad**	**Manifestaciòn**			**5, CONOS Y PLATILLOS**
1. DRIBLE	Fuerza	Maxima			
2. POSICION BASICA Y DEFENSA		Explosiva			
3. DOMINIO DEL BALON	Resistencia	Aerobica			
4. ENTRADAS A LA CANASTA		Anaerobica			
5.ENTRADA POR DERECHA	Velocidad	Maxima			
6.ENTRADA INZQUIERDA		Desplazamiento			
7.PASE		Reacciòn	**X**	30	
8.	Flexibilidad	Estatica	**X**	30	
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO BALONES NUMERO**
1. BOTE DERECHA IZQUIERDA VELOCIDAD	Acoplamiento			**5, CONOS Y PLATILLOS**
2.JUEGO SIN BALON PARADA EN 1 Y 2 TIEMPOS	Ritmo	**X**	15	
3. SALIDAS ATAQUE	Equilibrio	**X**	15	
4.DEFENSA	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**
1. DEFENSA INDIVIDUAL		**X**	**15**
2.CAMBIOS DE RITMO Y DIRECCION	**X**		**15**
3.			
4.			

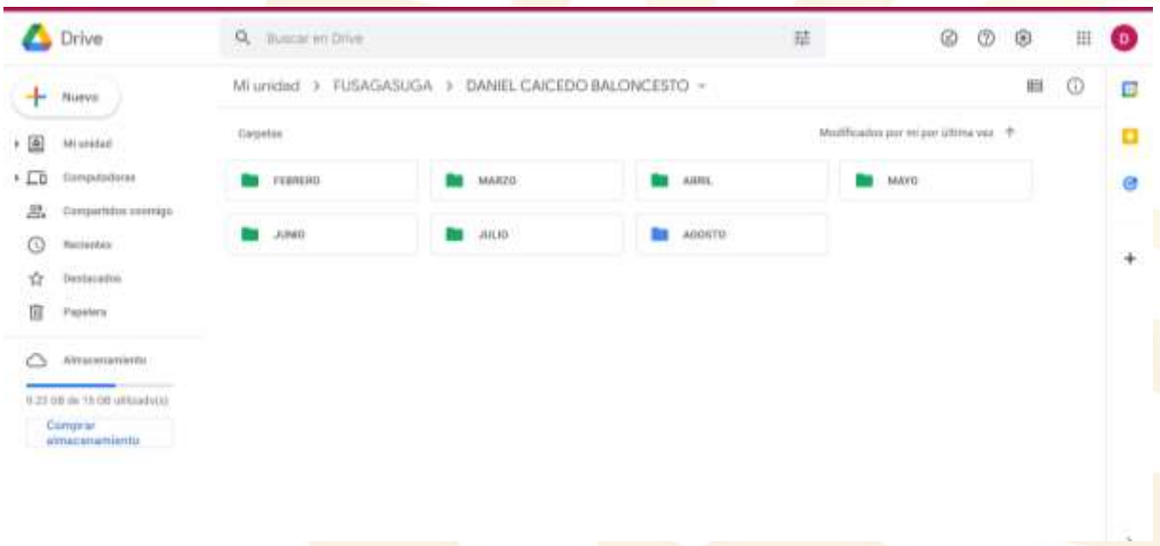
PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento	**X**	**7**	COMANDO DIRECTO CEFALO-CAUDAL	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	**X**	**1**	VERBAL	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	**X**	**1**	VERBAL	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	**X**	**1**	VERBAL	

FIRMA FORMADOR:



OBLIGACION 7
Mantuve actualizada la información pertinente a través de la plataforma o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad.
Realice documento manteniendo actualizada listado de los beneficiarios con nombres apellidos RH EPS acudientes y números de teléfono…



OBLiGACION 8
Realice entrega del plan mensual de clases del mes de SEPTIEMBRE la planificación de las sesiones mensuales de clase antes del inicio de cada mes, al respectivo supervisor, describiendo los objetivos, aspectos físicos, técnicos y evaluativos a tener en cuenta, así como los métodos empleados en ellas.

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**SEPTIEMBRE**		**MUNICIPIO: FUSAGASUGA**					
LUGAR:				CHINAUTA PEKIN		**HORARIO DE PRACTICA:**	2:00 PM A 8:00 PM				
NIVEL				**INICIACIÓN**	X	**FUNDAMENTACIÒN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	**X**		
CLASES				**SEPTIEMBRE**		**SEPTIEMBRE**		**SEPTIEMBRE**			
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	X		X		X			
			RESPONSABILIDAD	X		X		X			
			COMPAÑERISMO	X		X		X			
			JUSTICIA	X		X		X			
			COOPERACION	X		X		X			
			LEALTAD	X		X		X			
			TRABAJO EN EQUIPO	X		X		X			
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD	X							
			OBEDIENCIA	X		X		X			
			AUTODISCIPLINA	X		X		X			
			PARTICIPACIÓN	X		X		X			
			PERSEVERANCIA	X		X					
			AUTODOMINIO	X		X		X			
			RECOMPENSA	X		X					
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCION	X		X		X			
			MOVILIDAD ARTICULAR	X		X		X			
			CALENTAMIENTO	X		X		X			
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	X		X		X			
			RITMO	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		X			
			VELOCIDAD	X		X		X			
			FLEXIBILIDAD			X		X			
			RESISTENCIA	X		X		X			
		ELEMENTOS TÉCNICOS	EL DRIBLE	X		X		X			
			EL PASE			X		X			
			EL LANZAMIENTO			X		X			
			POSICION BASICA	X		X		X			
		ELEMENTOS TACTICOS	DEFENSA H-H					X			
			CAMBIOS DE DIRECCION	X		X		X			
			CAMBIOS DE MARCA					X			
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	X		X		X			
			JUEGOS TRADICIONALES								
			ACTIVIDADES ARTISTICAS								
			CIRCUITOS RECREATIVOS	X		X		X			
			FESTIVALES RECREATIVOS								
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	X		X		X			
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	X		X		X			

FIRMA FORMADOR:

DANIEL CAICEDO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

OBLIGACION 9

Realice los test test técnicos y medidas antropométricas a los diferentes deportistas en los niveles de formación del 16 al 21 de MAYO según el cronograma por Indeportes Cundinamarca teniendo en cuenta los manuales implementados por los mismos. Se realizara la próxima toma de los test según el calendario de INDEPORTES CUNDINAMARCA.

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

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: INICIACION FUNDAMENTACION PERFECCIONAMIENTO

	NUMERO DE IDENTIFICACIÓN (SOLO NÚMERO, SIN UTILIZAR COMA(,) NI PUNTO (.)	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	PESO CORPORAL KG			ESTATURA DE PIE CMS.			ESTATURA SENTADO CMS.			PERIMETRO DE CINTURA CMS.		
				MAYO	OCTUBRE	PROMEDIO	MAYO	OCTUBRE	PROMEDIO	MAYO	OCTUBRE	PROMEDIO	MAYO	OCTUBRE	PROMEDIO
				#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#
1	1146127226	SEBASTIAN MELO CELY	11	48		24	152		76	71		35,5	74		37
2	1070465743	JOHAN SEBASTIAN BORDA LEON	13	49		24,5	150		75	76		38	73		36,5
3	1070466791	MARIA ALEJANDRA AYA IBARRA	11	55		27,5	145		72,5	76		38	76		38
4	1034921352	LUIS MATIAS BORJA IBARRA	12	52		26	154		77	75		37,5	74		37
5	1070606120	SHARIK SELENA MARTINEZ GRISALES	12	42		21	143		71,5	55		27,5	53		26,5
6	1069740481	MARIA ALEJANDRA RODRIGUEZ HERNANDEZ	11	50		25	147		73,5	72		36	74		37
7	1013271608	SANDRA MILENA PERDOMO ORTIZ	11	52		26	143		71,5	71		35,5	76		38
8	1074815374	NICOLLE ALEJANDRA PEMPLONA PARADA	11	45		22,5	153		76,5	62		31	71		35,5
9	1141325812	SAMUEL EMILIO ABELLO GAITAN	12	55		27,5	152		76	70		35	68		34
10	1121882493	NICOL PAMELA ARBOLEDA RAMOS	12	48		24	162		81	71		35,5	66		33
11	1070466567	KAREN JULIETH GALVIS LAGOS	12	45		22,5	147		73,5	67		33,5	65		32,5
12	1105895960	KAROL MICHELL BERMUDEZ ALBA	12	35		17,5	143		71,5	67		33,5	60		30
13		SERGIO MARCELO	9	39		19,5	145		72,5	73		36,5	61		30,5
14	1069732231	ANYI NATALIA GUAUTA RODRIGUEZ	13	52		26	158		79	73		36,5	73		36,5
15	1069727549	LIZETH CUMACO GONZALEZ	14	53		26,5	164		82	74		37	70		35
16	1033103708	NICOL DAYANA DUCUARA SANTA	13	54		27	153		76,5	72		36	74		37
17	1141318924	CRISTIAN CAMILO ROMERO ARDILA	14	47		23,5	162		81	70		35	68		34
18	1070465199	JEFERSON SNEIDER VARGAS BARRIOS	15	60		30	168		84	62		31	74		37
19	1106777965	DINA MERARY CARDENAS ROMERO	13	58		29	151		75,5	71		35,5	76		38
20	3887552	JALVER EDUARDO ZERPA ACOSTA	14	54		27	154		77	76		38	72		36
21	32183161	JOSE LEONARDO REYES PLANAS	15	49		24,5	168		84	69		34,5	77		38,5
22	1059355688	JHONATAN JULIAN AGREDO BRAVO	17	58		29	165		82,5	77		38,5	74		37
23	1069257425	DANIEL STEVEN MELO RODRIGUEZ	16	62		31	119		59,5	77		38,5	73		36,5
24	1023376744	HEIDY YANITZA MELO URREGO	14	50		25	152		76	71		35,5	74		37
25	1069731417	JOHAN ESTIVEN MOLINA RIVAS	14	68		34	158		79	71		35,5	87		43,5
26	1028820931	LUIS ALEJANDRO DIAZ MARTINEZ	15	65		32,5	175		87,5	78		39	85		42,5
27	1012368535	CRISTIAN DAVID BUITRAGO HERNANDEZ	14	66		33	164		82	72		36	88		44
28	1069728401	NICOLAS RAMIRO JIMENEZ DUARTE	14	55		27,5	170		85	79		39,5	74		37
29	1028943167	ISABEL CRISTINA PINEDA RIAÑO	14	56		28	166		83	71		35,5	71		35,5
30	1069723754	KAROL DANIELA BERNAL JARA	14	52		26	153		76,5	74		37	78		39
31	1069728001	LUZ ANGELA CORTES CHINGATE	14	58		29	159		79,5	72		36	74		37
32	112048544	ANTONELLA RICO QUINTERO	14	51		25,5	160		80	77		38,5	80		40
33	1012330925	JUAN CAMILO CARREÑO RAMIREZ	17	54		27	161		80,5	73		36,5	79		39,5
34	1014667241	SANTIAGO TORRES ROMERO	15	58		29	170		85	62		31	79		39,5
35		ALISON MARCELO	15	60		30	155		77,5	67		33,5	79		39,5
36	1069725250	KAROL STEFANNY MARTINEZ GONZALEZ	15	45		22,5	153		76,5	62		31	73		36,5
37	1069721514	TANIA KATERINE AMAYA CORTES	16	55		27,5	154		77	72		36	70		35
38	1069715058	JERSSON DUVAN SIERRA ROMERO	17	58		29	178		89	81		40,5	78		39
39	1013117238	KEVIN ALEJANDRO BERNAL JARA	17	55		27,5	167		83,5	79		39,5	71		35,5
40	1069714465	JUAN PABLO VASQUEZ CLEVES	17	60		30	180		90	90		45	88		44
41	1069715160	JHONATAN CAMILO CONTRERAS SANCHEZ	17	78		39	182		91	87		43,5	90		45
42	1014480839	ANDRES CAMILO CASTRO GUERREROI	15	68		34	176		88	78		39	89		44,5
43	1069721779	DEIVID SANTIAGO GUERRERO MORA	14	62		31	166		83	78		39	71		35,5
44	32147417	ELEIDY DEL VALLE SANDOVAL ANDRADES	13	78		39	165		82,5	76		38	92		46
45		DEIVID FELIPE MARTINEZ RODRIGUEZ	9	38		19	138		69	68		34	64		32
MUNICIPIO EVALUADO:				**FUSAGASUGA**											
FORMADOR:				**DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL**											

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) 9 a 10 AÑOS

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	20 METROS LANZADOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO)		PROMEDIO	RESULTADO	COURSE NAVETTE VO2 MAX (recorrido)	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO (CENTIMETROS)		PROMEDIO	RESULTADO	AGARRE BASTON (CENTIMETROS)		PROMEDIO	RESULTADO	SHUTTLE RUN SEGUNDOS Y MILESIMAS	RESULTADO
			1 INTENTO	2 INTENTO					1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO				
1	SERGIO MARCELO	9	4,01	3,98	4,00	FALSO	15	FALSO	113	120	116,5		20	15	17,5	FALSO	15,34	
2	DEIVID FELIPE MARTINEZ RODRIGUEZ	9	3,7	3,68	3,69	FALSO	20	FALSO	112	118	115		23	14	18,5	40	14,23	
	MUNICIPIO EVALUADO:		**FUSAGASUGA**															
	FORMADOR :		**DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL**															

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

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

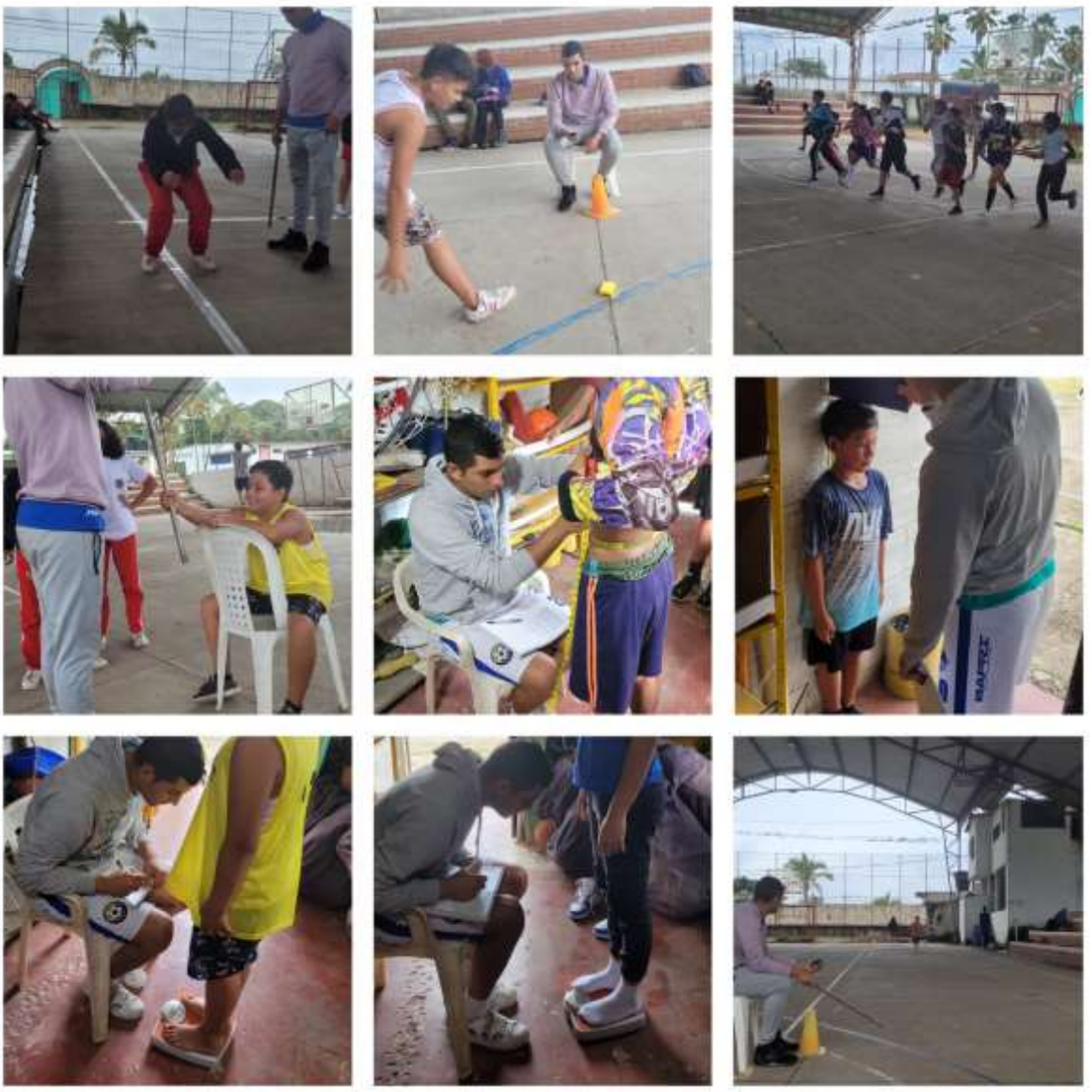
NIVEL: NIÑOS(AS) 11 a 13 AÑOS

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	20 METROS LANZADOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO)		PROMEDIO	RESULTADO	COURSE NAVETTE VO2 MAX (recorrido)	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO (CENTIMETROS)		PROMEDIO	RESULTADO	AGARRE BASTON (CENTIMETROS)		PROMEDIO	RESULTADO	SHUTTLE RUN SEGUNDOS Y MILESIMAS	RESULTADO
			1 INTENTO	2 INTENTO					1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO				
1	SEBASTIAN MELO CELY	11	4,46	4,53	4,50	FALSO	5	FALSO	115	117	116		25	10	17,5	FALSO	13,52	FALSO
2	JOHAN SEBASTIAN BORDA LEON	13	3,67	3,49	3,58	FALSO	23	FALSO	135	132	133,5		35	20	27,5	FALSO	14,23	FALSO
3	MARIA ALEJANDRA AYA IBARRA	11	3.52	3.38	3.51	FALSO	20	FALSO	124	130	127		20	16	37.5	FALSO	14,33	FALSO
4	LUIS MATIAS BORJA IBARRA	12	3,53	3,6	3,57	FALSO	40	50	160	167	163,5		28	22	25	FALSO	11,4	60
5	SHARK SELENA MARTINEZ GIRSALES	12	3,55	3,7	3,63	FALSO	38	50	156	167	161,5		20	30	25	FALSO	12,2	50
6	MARIA ALEJANDRA RODRIGUEZ HERNANDEZ	11	3.45	3,46	3.51	FALSO	18	FALSO	110	118	114		14	14	37.5	FALSO	13,39	FALSO
7	SANDRA MILENA PERDOMO ORTIZ	11	4,39	4,4	4,40	FALSO	7	FALSO	103	111	107		40	24	32	FALSO	13,35	FALSO
8	NICOLLE ALEJANDRA PEMPLONA PARADA	11	3,85	4,08	3,97	FALSO	7	FALSO	137	132	134,5		8	26	17	50	13,3	FALSO
9	SAMUEL EMILIO ABELLO GAITAN	12	4,33	4,02	4,18	FALSO	15	FALSO	110	115	112,5		17	19	18	40	13,02	40
10	NICOL PAMELA ARBOLEDA RAMOS	12	3,68	3,6	3,64	FALSO	39	50	187	206	196,5		34	10	22	FALSO	11,14	60
11	KAREN JULIETH GALVIS LAGOS	12	4,2	4,33	4,27	FALSO	14	FALSO	127	141	134		37	16	26,5	FALSO	13,93	FALSO
12	KAROL MICHELL BERMUDEZ ALBA	12	4,58	3,98	4,28	FALSO	19	FALSO	112	120	116		24	19	21,5	FALSO	12,77	50
13	ANYI NATALIA GUAUTA RODRIGUEZ	13	4,45	4,12	4,29	FALSO	30	40	136	140	138		22	20	21	FALSO	12,4	50
14	NICOL DAYANA DUCUARA SANTA	13	4,18	3,94	4,06	FALSO	28	40	140	152	146		18	11	14,5	FALSO	12,42	50
15	DINA MERARY CARDENAS ROMERO	13	4,07	4,08	4,08	FALSO	8	FALSO	130	122	126		13	7	10	90	12,43	50
16	YEIDY DEL VALLE SANDOVAL ANDRADES	13	4,06	4,14	4,10	FALSO	16	FALSO	134	140	137		22	30	26	FALSO	15,22	FALSO
	MUNICIPIO EVALUADO:		**FUSAGASUGA**															
	FORMADOR :		**DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL**															

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

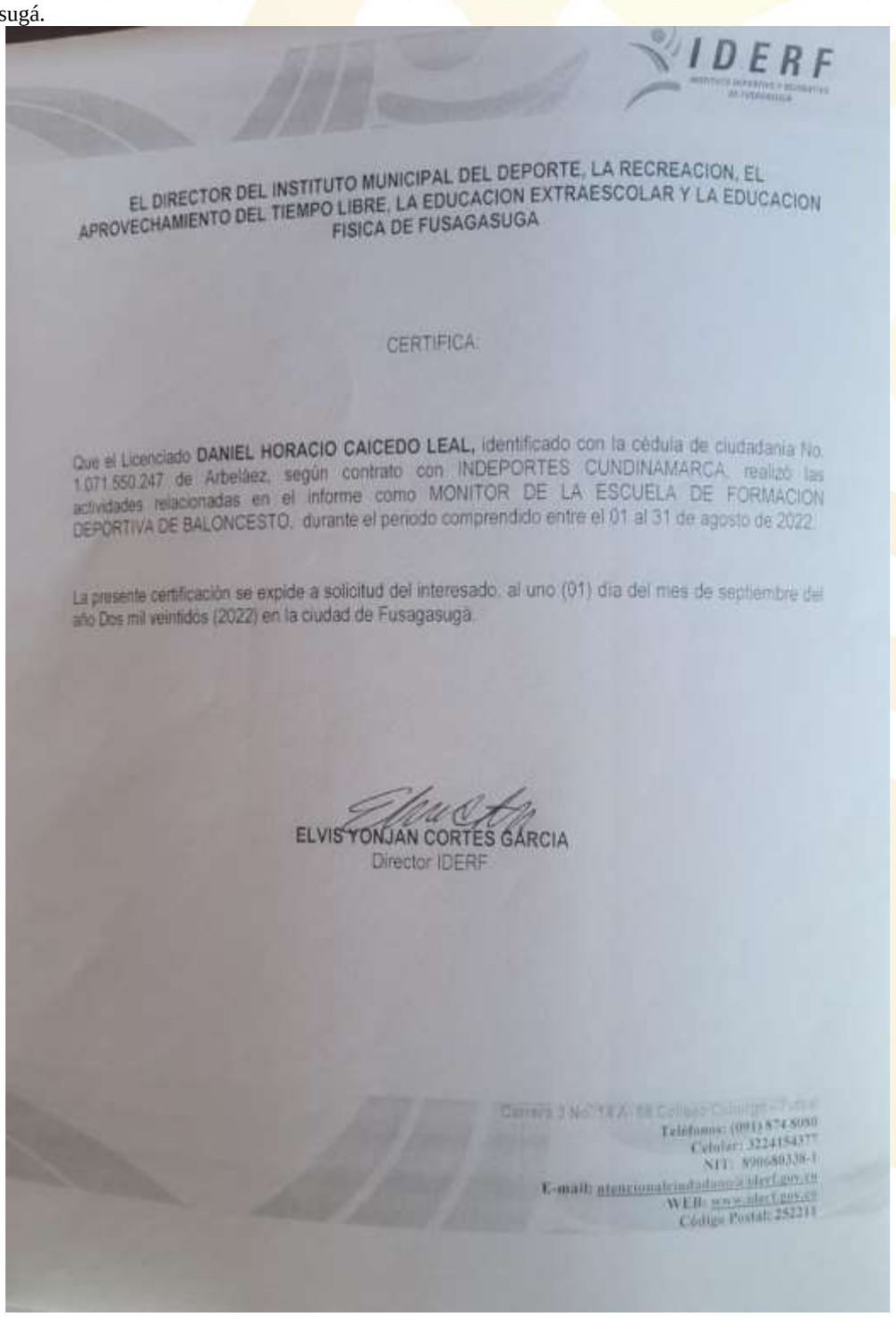
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES
NIVEL: NIÑOS(AS) 14 a 17 AÑOS

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	20 METROS LANZADOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO)		PROMEDIO	RESULTADO	COURSE NAVETTE VO2 MAX (recorrido)	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO (CENTIMETROS)		PROMEDIO	RESULTADO (MEJOR INTENTO)	AGARRE BASTON (CENTIMETROS)		PROMEDIO	RESULTADO	SHUTTLE RUN SEGUNDOS Y MILESIMAS	RESULTADO
			1 INTENTO	2 INTENTO					1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO				
1	UZETH CUMACO GONZALEZ	14	3,86	4,26	4,06	FALSO	43	50	**109**	**103**	**106**	180	23	22	22,5	FALSO	15,07	FALSO
2	CRISTIAN CAMILO ROMERO ARDILA	14	3,93	3,94	3,94	FALSO	20	FALSO	167	164	**165,5**		33	13	23	FALSO	12,86	FALSO
3	JEFERSON SNEIDER VARGAS BARRIOS	15	3,12	3,67	3,40	FALSO	46	60	189	176	**182,5**		9	12	10,5	FALSO	11,89	40
4	JALVER EDUARDO ZERPA ACOSTA	14	4,5	4,22	4,36	FALSO	20	FALSO	133	140	**136,5**		22	22	22	FALSO	12,98	FALSO
5	JOSE LEONARDO REYES PLANAS	15	3,56	3,54	3,55	FALSO	16	FALSO	143	158	**150,5**		19	12	15,5	60	12,54	40
6	JHONATAN JULIAN AGREDO BRAVO	17	3,28	3,29	3,29	FALSO	61	80	200	211	**205,5**		16	13	14,5	FALSO	9,89	80
7	DANIEL STEVEN MELO RODRIGUEZ	16	3,35	3,41	3,38	FALSO	83	100	186	189	**187,5**		28	14	21	FALSO	11,73	50
8	HEIDY YANITZA MELO URREGO	14	3,58	4,07	3,83	FALSO	39	40	103	121	**112**		21	10	15,5	60	13,02	FALSO
9	JOHAN ESTIVEN MOLINA RIVAS	14	3,84	4.10	3,84	FALSO	25	FALSO	145	150	**147,5**		34	22	28	FALSO	12.36	FALSO
10	LUIS ALEJANDRO DIAZ MARTINEZ	15	4,07	4,08	4,08	FALSO	16	FALSO	165	153	**159**		9	12	10,5	FALSO	14,01	FALSO
11	CRISTIAN DAVID BUITRAGO HERNANDEZ	14	3,94	4,32	4,13	FALSO	20	FALSO	141	156	**148,5**		21	29	25	FALSO	13,01	FALSO
12	NICOLAS RAMIRO JIMENEZ DUARTE	14	4,02	3,98	4,00	FALSO	33	40	150	153	**151,5**		5	10	7,5	90	13,43	FALSO
13	ISABEL CRISTINA PINEDA RIAÑO	14	3.59	3,72	3,72	FALSO	33	40	134	152	**143**		11	18	14,5	FALSO	13,7	FALSO
14	KAROL DANIELA BERNAL JARA	14	4,2	4,02	4,11	FALSO	36	40	154	160	**157**		20	14	17	50	13,45	FALSO
15	LUZ ANGELA CORTES CHINGATE	14	3,27	3,84	3,56	FALSO	33	40	156	158	**157**		32	17	24,5	FALSO	13,59	FALSO
16	ANTONELLA RICO QUINTERO	14	3,83	3,8	3,82	FALSO	31	FALSO	150	150	**150**		9	15	12	80	12,45	40
17	JUAN CAMILO CARREÑO RAMIREZ	17	3,18	3,2	3,19	FALSO	58	80	178	190	**184**		15	24	19,5	FALSO	12,4	40
18	SANTIAGO TORRES ROMERO	15	3,98	3,56	3,77	FALSO	33	40	170	173	**171,5**		19	24	21,5	FALSO	11,12	50
19	ALISON MARCELO	15	3,74	3,55	3,65	FALSO	16	FALSO	143	158	**150,5**		19	12	15,5	60	12,54	40
20	STEFANNY GONZALEZ	15	3,56	3,54	3,55	FALSO	16	FALSO	155	155	**155**		37	29	33	FALSO	11,78	FALSO
21	TANIA KATERINE AMAYA CORTES	16	3,68	4,17	3,93	FALSO	40	40	140	136	**138**		23	10	16,5	FALSO	12,66	40
22	JERSSON DUVAN SIERRA ROMERO	17	3,02	3,26	3,14	FALSO	68	100	210	215	**212,5**		15	15	15	60	9,02	90
23	KEVIN ALEJANDRO BERNAL JARA	17	4,3	4,22	4,26	FALSO	40	40	168	173	**170,5**		15	23	19	FALSO	11.15	FALSO
24	JUAN PABLO VASQUEZ CLEVES	17	3,15	3,23	3,19	FALSO	68	100	208	210	**209**		20	17	18,5	FALSO	9,1	90
25	JHONATAN CAMILO CONTRERAS SANCHEZ	17	3,08	3,07	3,08	FALSO	68	215	211	211	**211**		23	13	18	40	9,98	70
26	ANDRES CAMILO CASTRO GUERREROI	15	3.36	3,45	3,45	FALSO	36	40	202	210	**206**		15	19	17	50	11,4	50
27	DEIVID SANTIAGO GUERRERO MORA	14	3,44	3,6	3,52	FALSO	18	FALSO	151	162	**156,5**		15	17	16	60	13,49	FALSO
MUNICIPIO EVALUADO:			**FUSAGASUGA**															
FORMADOR :			**DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL**															



OBLIGACION 10

Realice entrega de la respectiva certificación del mes de AGOSTO entregada por el instituto municipal del municipio de Fusagasugá al respectivo coordinador provincial para evidenciar mi proceso en el municipio de Fusagasugá.



IDERF

EL DIRECTOR DEL INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE, LA RECREACION, EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE, LA EDUCACION EXTRAESCOLAR Y LA EDUCACION FISICA DE FUSAGASUGA

CERTIFICA:

Que el Licenciado **DANIEL HORACIO CAICEDO LEAL,** identificado con la cédula de ciudadanía No. 1.071.550.247 de Arbeláez, según contrato con INDEPORTES CUNDINAMARCA, realizó las actividades relacionadas en el informe como MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE BALONCESTO, durante el periodo comprendido entre el 01 al 31 de agosto de 2022.

La presente certificación se expide a solicitud del interesado, al uno (01) día del mes de septiembre del año Dos mil veintidós (2022) en la ciudad de Fusagasugá.

ELVIS YONJAN CORTES GARCIA
Director IDERF

Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 900680338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

OBLIGACION 11

Realice curso virtual fundamentos generales de MIPG formación académica por parte de INDEPORTES CUNDINAMARCA completando 3 certificaciones
-8 módulos del curso virtual de modelo enterado de planeación y gestión MIPG
-fundamentos generales de modelo enterado de planeación y gestión MIPG
-modulo de auditoria curso virtual del **modelo enterado de planeación y gestión MIPG**

Participe del evento **ME LA JUEGO POR EL DORADO** en el municipio de Zipaquirá coliseo arena de sal entregando certificados a los colegios y deportistas de Cundinamarca el dia 12 de agosto 2022

Estuve atento a las redes sociales donde se dio a conocer detalles de su gestión y nuevos proyectos **RENDICION DE CUENTAS** reaccionando a esta entrevista **LILIANA RAMIREZ 11 de agosto 2022**

Participe del evento el día 25 de agosto en el municipio de Fusagasugá, juez de natación en **Cundinamarca cero limites**







mipg | modelo integrado de planeación y gestión

El servicio público es de todos | Función Pública

Verificado el aplicativo del Modelo Integrado de Planeación y Gestión

Hace constar que:

Daniel horacio Caicedo leal

Participó y completó con éxito el Módulo de Fundamentos Generales del curso virtual del Modelo Integrado de Planeación y Gestión - MIPG

MIPG VERSIÓN II (2021)

Bogotá D.C., 26 de agosto 2022

María del Pilar García González
Directora de Gestión y Desempeño Institucional



mipg | modelo integrado de planeación y gestión

El servicio público es de todos | Función Pública

Verificado el aplicativo del Modelo Integrado de Planeación y Gestión

Hace constar que:

Daniel horacio Caicedo leal

C.C. 1.071.160.247

Participó y completó con éxito los 8 módulos del curso virtual del Modelo Integrado de Planeación y Gestión - MIPG

MIPG VERSIÓN II (2021)

Bogotá D.C., 26 de agosto 2022

María del Pilar García González
Directora de Gestión y Desempeño Institucional



mipg | modelo integrado de planeación y gestión

El servicio público es de todos | Función Pública

Verificado el aplicativo del Modelo Integrado de Planeación y Gestión

Hace constar que:

Daniel horacio Caicedo leal

C.C. 1.071.160.247

Participó y completó con éxito el Módulo de Auditoría del curso virtual del **Modelo Integrado de Planeación y Gestión - MIPG**

MIPG VERSIÓN II (2021)

Bogotá D.C., 26 de agosto 2022

María del Pilar García González
Directora de Gestión y Desempeño Institucional

OBLIGACION 12

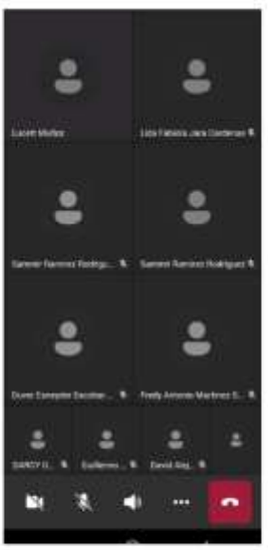
Participe en reunión programadas en las que se desarrollaron los siguientes temas:
Participe en reunión virtual el día 6 de JULIO 2022 a cargo del gestor Daniel Parrado, documentos de finalización de contrato y nuevo contrato.

Participe en reunión virtual el día 30 de AGOSTO 2022 a cargo del gestor DAVID PRIETO, tocando el tema de documentos a entregar como documentos HERCULES, y documento de IMPORTE ESCUELA DE INDEPORTES dejando claro todo los documentos y diligenciamiento de los mismo

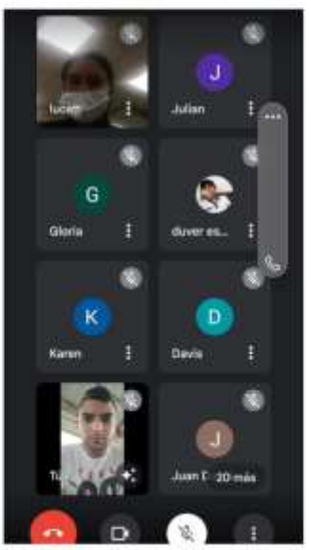
Participe de la reunión bochia el día 23 de agosto a cargo del profesor **PEDRO** dejando claro el reglamento que se maneja en este deporte

Participe de la reunión de CUNDINAMARCA CERO LIMITES a cargo de indeportes y ministerio de deportes dejando claro las diferentes pruebas y evento a realizar en el municipio de Fusagasugá el dia 22 de agosto 2022









OBLIGACION 13

Estuve atento al diligenciamiento del formato único de inventario documental (FUNID), establecidos por la Subgerencia Técnica, cumpliendo con las condiciones técnicas.

INDEPORTES	**FORMATO ÚNICO DE INVENTARIO DOCUMENTAL**	**Fecha: 24-11-2020**
		Versión: 1
		Código: GD-FO-004

ENTIDAD PRODUCTORA:	**REGISTRO DE ENTRADA**			
UNIDAD ADMINISTRATIVA:	**AÑO**	**MES**	**DIA**	**NT**
OFICINA PRODUCTORA :				
OBJETO:	NT= Numero de transferencia			

Nro. De orden	**Código**	**Nombre de las series, subseries o asuntos**	**Fechas Extremas**		**Unidad de Conservación**				**Nro. De Folios**	**Soporte**	**Frecuencia de consulta**	**OBSERVACIONES**
			Inicial	**Final**	**Caja**	**Carpeta**	**Tomo**	**Otro**				

Elaborado por: _____ Cargo_____ Firma_____

Recibido por: _____ Cargo_____ Firma_____

OBLIGACION 14

Presente a través de la plataforma SECOP II; informe de ejecución contractual con sus respectivos soportes y evidencias; de acuerdo con la forma de pago, condiciones técnicas y/o productos establecidos



OBLIGACION 15

Entregue al supervisor de los documentos y formatos elaborados durante la ejecución del contrato el día 31/07/2022. Hice entrega de toda la información y documentos elaborados en el desarrollo de este contrato.

