

EVIDENCIAS INFORME 11 MES DE DICIEMBRE - CTO 239 - 2022			
Nombre del contratista	RICHARD CONTRERAS RAMIREZ		
Número de identificación	1071890765	Tipo de documento	CEDULA DE CIUDADANIA
Período informado	01-12-2022 AL 21-12-2022	N° de Registro Presupuestal	RES- 2022000470 fecha de expedición: 09/ 08/ 2022
Objeto del Contrato: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO “CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA”, PARA EL CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES – CUNDINAMARCA.			
Obligaciones específicas:	Actividades realizadas:		
1. Efectuar la organización, planeación, dirección y realización de las actividades que se requieran para la consecución de mínimo 3 niveles de formación en el deporte, en los niveles de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento, en el municipio asignado por el supervisor. El contratista será la persona responsable de adelantar y gestar los procesos de convocatoria e inscripción en los mencionados niveles, a través de los medios necesarios, involucrando a las Juntas de Acción Comunal, Instituciones Educativas, Resguardos Indígenas, personas en condición de discapacidad, población diversa y demás comunidades que se puedan beneficiar con el programa	<p>LA COMPAÑERA LINDENY BARRERA REALIZO EN ELMES DE FEBRERO LA CONVOCATORIA EN EL COLEGIO Y ESCUELA DEL MUNICIPIO DE PARATEBUENO DONDE LOS INVITE A PARTICIPAR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA BALONCESTO DE LA MANO CON LA ALCALDIA MUNICIPAL Y SEGUIRE EXTENDIENDO LA INVITACION PARA QUE SIGAN EN EL PROCESO.</p> <p>Anexo pantallazo y evidencia</p>		
2. Presentar 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.	<p>La compañera LINDENY BARRERA Y los demás compañeros de la misma disciplina deportiva “Baloncesto” la malla pedagógica y plan pedagógico por medio de reuniones virtuales , donde cada uno dio su aporte o conocimiento para construir una sola para la provincia de oriente.</p> <p>Pantallazo (anexo evidencias restantes en PDF)</p>		
3. Desarrollar todas las actividades planteadas en el plan pedagógico y en la malla pedagógica, dejando las evidencias respectivas que den cuenta de los beneficiarios impactados con ellas.	<p>Realicé las sesiones de entrenamiento de cada nivel cuyas fechas son las siguientes::</p> <p>Anexo fotográfico</p>		

<p>4. Para deportes en conjunto, tener una cobertura mínima de 15 personas por grupo o una cobertura global mínima de 45 beneficiados activos, sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los que se encuentren; y, para deportes individuales tener una cobertura mínima de 10 personas por grupo o mínimo una cobertura global de 30 beneficiados activos sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los que se encuentren. De todo lo anterior, deberá tener los soportes respectivos organizados por sesiones, actividades y niveles de formación.</p>	<p>Se realizaron las inscripciones de acuerdo a la convocatoria teniendo en cuenta las diferentes categorías. Se tiene deportista en el nivel de: Iniciación: 10 niños Fundamentación: 18 niños Perfeccionamiento: 20 niños</p> <p>Pantallazo debida evidencia cobertura.</p>
<p>5. Utilizar adecuadamente la imagen y nombres de Indeportes Cundinamarca en todo momento, en cualquiera de sus actividades, resaltando el decoro que las mismas implican, con las evidencias de su adecuada utilización.</p>	<p>Utilice el uniforme de indeportes en las actividades requeridas</p>
<p>6. Preparar y ejecutar 9 sesiones de formación a la semana, mínimo 36 sesiones al mes, con las escuelas de formación a cargo. Cada sesión estará compuesta como mínimo por 2 horas, la distribución de las sesiones para cada nivel será concertado con el coordinador y/o supervisor del mismo.</p>	<p>Desarrollé las sesiones de entrenamiento del mes de DICIEMBRE</p> <p>Anexo pantallazo evidencia planeaciones</p>
<p>7. Consolidar y mantener 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.</p>	<p>Desarrolle la entrega todos los documentos driver para mantener actualizado cada mes a mes de la información que será subida en el drive compartido con supervisor</p> <p>anexo pantallazo y demás evidencias en pdf</p>
<p>8. Presentar la planeación 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.</p>	<p>Realicé la planeación del mes de DICIEMBRE del 2022, lo cual queda evidenciado en el siguiente link:</p> <p>Anexo pantallazo evidencia planes mensuales.</p>

9. Presentar ante el Supervisor las evaluaciones técnicas, físicas y teóricas que le realice a los grupos de alumnos a su cargo, de acuerdo con los manuales y formatos que le sean entregados, las cuales deberán estar establecidas en el cronograma general. Los resultados obtenidos deberán ser entregados junto con el informe del respectivo periodo y un consolidado en el informe final.	<p>SE REALIZARON LAS PRUEBAS ANTROPOMETRICAS, SE REALIZARON LOS TEST PERTINENTES EN CADA UNA DE LAS CATEGORIAS.</p> <p>Anexo pantallazo de planillas de los test.</p>
10. El contratista deberá entregar una certificación por parte del organismo deportivo municipal en donde conste la realización de actividades mensuales relacionadas con las obligaciones contractuales en el municipio asignado	<p>Realice la gestión del certificado del municipio de Medina con el técnico operativo Carlos Bejarano del mes de DICIEMBRE</p> <p>Anexo pantallazo</p>
11. Apoyar a los demás componentes en las diferentes actividades que realicen en los municipios asignados por la Subgerencia Técnica.	<p>REALICE LA ENCUESTA A 15 PERSONAS DE DIFERENTES COMPONENTES SOBRE LA POLITICA PUBLICA</p> <p>Anexo Fotográfico</p>
12. Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.	<p>Asistí a las reuniones convocadas por el componente deportivo Gestor William Fernando Moya en las siguientes fechas: 12-12-2022</p> <p>Anexo el debido pantallazo y evidencias.</p>
13. Entregar debidamente diligenciado al área de archivo de la Subgerencia Administrativa y Financiera el Formato Único de Inventario Documental (FUID) o su equivalente, cuando se requiera enviar y/o trasladar documentos al archivo del Instituto.	<p>En el mes de DICIEMBRE no se requirió de este formato. Aun no se evidencia pantallazo por ejecutar siguiente mes.</p>
14. Consolidar y presentar 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.	<p>Cargue todos los documentos requeridos al secop II</p> <p>Anexo pantallazo de evidencia.</p>
15. Realizar la entrega al supervisor del contrato los documentos, estudios y demás productos elaborados durante la ejecución del contrato a la entrega del informe final del mismo en formato digital y modificable.	<p>Realicé la entrega al gestor de la provincia de Oriente William Moya, lo cual lo subí al drive para su revisión y aprobación link</p> <p>Anexo pantallazo (demás evidencias en) pdf.</p>

OBLIGACIÓN 1



DEPORTE FORMATIVO INDEPORTES

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA
RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

BALONCESTO

MUNICIPIO
PARATEBUENO
Cundinamarca





SECRETARÍA DE CULTURA- DEPORTE- JUVENTUD Y TURISMO
Paratebueno Cundinamarca

cultura@paratebueno-cundinamarca.gov.co
deporte@paratebueno-cundinamarca.gov.co
juventudyturismo@paratebueno-cundinamarca.gov.co

Armando futuro en
PARATEBUENO
Alcaldía Municipal

Inscripciones Abiertas & Gratuitas

FORMADORA:
Lindeny Barrera

CONTACTO:
312 383 90 90

FECHA DE INICIO:
21 / Feb / 2022

LUGAR:
Urbano Escuela Maya

INSCRIPCIÓN:
Con la formadora



CUNDINAMARCA
Que Progresamos

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA
RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

Armando futuro en
PARATEBUENO
Alcaldía Municipal

OBLIGACION 2

**PLAN PEDAGÓGICO Y TÉCNICO PARA LA ESCUELA DE FORMACIÓN
DEPORTIVA Y RECREATIVA DE BALONCESTO DE LA PROVINCIA DE
ORIENTE DEL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA, EN LAS
CATEGORIAS DE INICIACIÓN, FUNDAMENTACIÓN Y
PERFECCIONAMIENTO**

LINDENY BARRERA PEÑA

LIC. OSCAR FERNEY HERRERA VILLAR

LIC. EDWIN HERNÁN ROMERO ACOSTA

LIC. ALEJANDRO PULIDO CAMACHO

JOHN ALEXANDER MARTINEZ TORRES

FREDY ARMANDO GUTIERREZ CHINGATE

**“EL TALENTO GANA JUEGOS, PERO EL TRABAJO EN EQUIPO Y LA
INTELIGENCIA GANA CAMPEONATOS.” (MICHAEL JORDAN)**

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PROVINCIA DE ORIENTE 2022

TABLA DE CONTENIDO

Titulo

Introducción

Justificación

Marco Legal

Objetivo general

Objetivos específicos

Población objetivo y cobertura

Caracterización de deporte

Estructura por niveles

Temas y contenidos

Metodología del trabajo

Control seguimiento y evaluación

Cronograma de actividades

Referencias bibliográficas

Cronograma logros e instrumentos de seguimiento

Control y evaluación de las unidades temáticas a desarrollar

INTRODUCCION

La planificación del entrenamiento deportivo va orientada hacia los procesos que se presentan en la preparación deportiva, y abarcan la evaluación, programación, ejecución y control de las capacidades y habilidades motrices básicas de los niños y jóvenes

El presente Plan Pedagógico esta direccionado a el desarrollo de las Escuelas Deportivas en la modalidad de Baloncesto, categorías Iniciación, Fundamentación y Perfeccionamiento, este parte como un apoyo desde los programas educativos extracurriculares que contribuye a la formación integral del niño y el joven, y buscan diferentes métodos y estrategias de entrenamiento para consolidar el baloncesto a nivel urbano y rural, como una disciplina en alto rendimiento y de impacto para la vida en la formación holística a nivel provincial, zonal, departamental y nacional con búsqueda de resultados relevantes.

Este plan pedagógico se basa en la metodología, didáctica, pedagógica y estilos de enseñanza basadas en el baloncesto como disciplina deportiva de múltiples expresiones corporales además de contener una base teórica del baloncesto, incluye las orientaciones para la enseñanza y el aprendizaje de la educación física recreación y deporte. A través de la maduración y del aprendizaje para el baloncesto en la provincia del oriente a niños y jóvenes entre los 6 y los 17 años de edad que hacen parte de la población tanto urbana como rural.

Debemos partir que se busca darle un enfoque humanista, estructurado y, orientado a favorecer mediante la práctica deportiva el desarrollo integral, mejorando acciones en los aspectos biopsicosociales que le ayudan a desarrollar de forma natural; preservando los procesos de cambio de perfeccionamiento que va adquiriendo por medio de la práctica.

Este plan pedagógico contara con una propuesta estructurada y orientada a la necesidad actual de las Escuelas de Formación en Baloncesto, rescatando los lineamientos y hoja de ruta que traían los procesos en la provincia en este deporte. Buscando las diferentes estrategias para consolidar y posicionar el baloncesto a nivel urbano y rural.

En el Desarrollo técnico táctico y pedagógico por nivel se dará en la Iniciación, Fundamentación y perfeccionamiento, a los objetivos, unidades temáticas, metodología y cronogramas logros e instrumentos de seguimiento por medio de unidades de test de valoración control y evaluación de los mismos de las unidades a desarrollar.

Se continuarán aplicando los protocolos de bioseguridad propuestos por cada Municipio, dando a conocer un plan estratégico que deberán seguir niños, jóvenes, padres e instructores y minimizar la propagación del virus COVID 19 en la provincia del oriente de Cundinamarca.

JUSTIFICACION

La realización de este Plan Pedagógico pretende satisfacer una necesidad que presentan las comunidades a nivel deportivo, de igual manera se parte desde la perspectiva de continuar con los procesos que se vienen adelantando en la provincia de oriente bajos los parámetros propuestos por Indeportes Cundinamarca. Y también evaluando la calidad de los mismos para optimizar el proceso de formación deportiva a través o mediante la disciplina del baloncesto.

Buscamos estructurar partiendo de un proceso pedagógico con la comunidad, en una precisa formación motriz, física, cognitiva, socio - afectiva, y para ello se

deben implementar planes y programas que permitan adquirir una disciplina deportiva que aporte al desarrollo integral de aprendizaje del deportista.

Este proyecto se vale de diferentes procesos de enseñanza que enriquecen los aspectos físicos, técnicos y tácticos, además, potencializan el desarrollo interpersonal. Es así que la formación en esta disciplina deportiva estará dirigida a niños, niñas y adolescentes entre los 6 y 17 años de edad.

Por esta razón se debe realizar un programa que tenga trascendencia en su planeación e implementación lo que sugiere un procedimiento de trabajo que satisfaga las necesidades y cumpla con las expectativas de la comunidad, generando un espacio en función de la práctica deportiva teniendo como punto de partida la formación en valores para la vida.

Por ello se hace necesario incluir este plan pedagógico en las escuelas de formación por la competencia axiológica corporal, corresponde entonces a la construcción mediante la vivencia del juego y la actividad motriz como una forma de ser humano.

La estructura y planificación del entrenamiento deportivo según el autor Kaufman (1973), citado por Reyes, C. (2013), es el resultado del pensamiento del entrenador, cuyo pensamiento debe estar lo más distanciado posible de toda improvisación y debe integrar los conocimientos en un sistema estructural y organizado lo más cercano a la ciencia y la tecnología.

MARCO LEGAL

Constitución Política de Colombia 1991

Artículo 52 Se reconoce el derecho a todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.

Modificado por el artículo 1 del Acto Legislativo 2 de 2000. El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano.

Legislación Deportiva En Colombia

- Ley 181 de 1995 “Por la cual se dictan disposiciones para el fomento del Deporte, la Recreación, el Aprovechamiento del tiempo Libre y la Educación Física y se crea El Sistema Nacional del Deporte”
- Ley 582 de 2000 “Por medio de la cual se define el deporte asociado de personas con limitaciones físicas, mentales o sensoriales, se reforma la Ley 181 de 1995 y el Decreto 1228 de 1995, y se dictan otras disposiciones”
- LEY 49 DE 1993 “Por el cual se establece el Régimen Disciplinario en el Deporte.
- Ley 845 de 2003 “Por la cual se dictan normas de prevención y lucha contra el dopaje, se modifica la Ley 49 de 1.993 y se dictan otras disposiciones.”
- Ley 1207 del 14 de julio de 2008: Aprueba la “CONVENCIÓN INTERNACIONAL CONTRA EL DOPAJE EN EL DEPORTE”, la cual fue aprobada por la Conferencia General de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura –UNESCO en París, el 19 de octubre de 2005.

Ley 1445 De 2011

- Modifica la Ley 181 de 1995 y se dictan otras disposiciones.
- Las funciones de Inspección, vigilancia y control sobre los organismos deportivos y demás entidades que integran el Sistema Nacional del Deporte, la ejerce El Instituto Colombiano del Deporte (Coldeportes).
- Para los clubes con deportistas profesionales que se conviertan en Sociedades Anónimas, ejercerá esta función la Superintendencia de Sociedades.

Decretos

-
- Decreto Ley 1228 de 1.995 “Por el cual se revisa la legislación deportiva vigente y la estructura de los organismos del sector asociado con el objeto de adecuarlas al contenido de la Ley 181 de 1.995”
- Decreto Reglamentario 00407 de 1.996 “Por el cual se reglamenta el otorgamiento de personería jurídica y reconocimiento deportivo a los organismos deportivos que integran el Sistema Nacional del Deporte”
- Decreto 641 de 2001 “Por el cual se reglamenta la Ley 582 de 2000 sobre deporte asociado de personas con limitaciones físicas, mentales o sensoriales”

- Decreto 900 de 2010 “Por medio de la cual se da cumplimiento a la Convención Internacional contra el Dopaje en el Deporte aprobada por la Conferencia General de la Unesco el 19 de octubre de 2005 en París, adoptada por Colombia mediante la Ley 1207 de 2008, y se derogan otras disposiciones.”
- Decreto Reglamentario 04183 de 2011 “Por el cual se transforma al Instituto Colombiano del Deporte- COLDEPORTES-, establecimiento público del orden nacional en el Departamento Administrativo del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre – COLDEPORTES- y se determina su objetivo, estructura y funciones”

Sistema Nacional Del Deporte

- Art.46:” el sistema nacional del deporte es el conjunto de organismos articulados entre sí, para permitir el acceso de la comunidad al deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, la educación extraescolar y la educación física.”

Niveles Del Sistema Nacional Del Deporte

- NIVEL NACIONAL
- NIVEL DEPARTAMENTAL
- NIVEL MUNICIPAL

Nivel Nacional

- Departamento Administrativo del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre, COLDEPORTES
- Comité Olímpico Colombiano – Comité Paralímpico Colombiano.
- Federaciones Deportivas Nacionales.

Nivel Departamental

- Ente deportivo departamental.
- Ligas deportivas departamentales.
- Asociaciones deportivas departamentales.
- Ligas y Asociaciones del Distrito Capital.

Nivel Municipal

- ENTE DEPORTIVO MUNICIPAL
- CLUBES DEPORTIVOS
- CLUBES PROMOTORES
- CLUBES PROFESIONALES

Organismos Públicos:

- Ministerio de Cultura: Formula, coordina, ejecuta y vigila la política de Estado en materia deportiva.

- Instituto Colombiano del Deporte COLDEPORTES: Máximo organismo planificador, rector, director y coordinador del Sistema Nacional del Deporte.
- Entes Deportivos Departamentales: adoptan las políticas, planes y programas que establezca COLDEPORTES y el gobierno nacional.
- Entes Deportivos Municipales o Distritales: Proponen el plan local del deporte, la recreación, y el aprovechamiento del tiempo libre, efectuando seguimiento y evaluación con la participación comunitaria. Programan distribución de recursos.

Tiene a cargo la administración, mantenimiento y adecuación de los respectivos escenarios deportivos.

Organismos Privados:

- Comité Olímpico Colombiano: Coordina el deporte asociado a nivel nacional e internacional en lo atinente al deporte competitivo y de alto rendimiento, así como la formación del recurso humano del sector.
- Comité Paraolímpico Colombiano: Coordina el deporte asociado de las personas con limitaciones físicas, mentales o sensoriales en el ámbito nacional e internacional.
- Federaciones Deportivas Nacionales: Fomentan, patrocinan y organizan la práctica de un deporte y sus modalidades a nivel nacional.
- Ligas Deportivas: Fomentan, patrocinan y organizan la práctica de un deporte con sus modalidades, dentro del ámbito territorial de su Departamento o Distrito Capital.
- Asociaciones Deportivas Departamentales: Fomentan, patrocinan y organizan la práctica de varios deportes o modalidades deportivas en su jurisdicción.
- Clubes deportivos: Fomentan y patrocinan la práctica de un deporte o modalidad, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre en su Municipio.

Club Promotores: Fomentan y patrocinan la práctica de varios deportes.

Club Profesionales: Fomentan y patrocinan la práctica de un deporte, mediante contraprestación económica a sus deportistas.

Las demás entidades de carácter público, privado o mixto que hacen parte del Sistema, concurren al nivel jerárquico correspondiente a su propia jurisdicción territorial y ámbito de actividades.

Funciones Del Sistema Nacional Del Deporte

Permitir el acceso de la comunidad a la formación, fomento y práctica del deporte, recreación, aprovechamiento del tiempo libre, la educación extraescolar y la educación física, a través de las actividades que despliegan las entidades públicas y privadas que hacen parte del sistema en sus diferentes manifestaciones, tales como:

- Deporte formativo: Su finalidad es la de contribuir al desarrollo integral del hombre. Se imparte principalmente en el sector educativo formal y no formal, en programas desescolarizados de las escuelas de formación deportiva y semejantes.
- Deporte social comunitario: Es el aprovechamiento del deporte con fines de esparcimiento, recreación y desarrollo físico. Procura el descanso, la creatividad e integración. Se desarrolla a través de entidades públicas o privadas.
- Deporte Universitario: Su ejecución opera en los programas académicos y de bienestar universitario, como complemento de la educación superior.
- Deporte Competitivo: Lo comprenden los eventos y torneos que permiten lograr un nivel técnico calificado. Corresponde a los organismos que hacen parte del deporte asociado, tales como, clubes, ligas y federaciones.
- Deporte de alto rendimiento: Comprende la práctica deportiva con procesos integrales orientados al perfeccionamiento de las cualidades y condiciones fisicotécnicas de deportistas, mediante adelantos tecnológicos y científicos.
- Deporte aficionado: El que se realiza sin contraprestación económica para los jugadores.
- Deporte profesional: Admite la remuneración de sus competidores.
- La recreación: Es la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento en forma dinámica, que permite al individuo el disfrute y desarrollo de sus potencialidades de manera libre.
- El aprovechamiento del tiempo Libre: Es el uso constructivo que cada ser humano hace de su tiempo de manera individual o colectiva, con fines de descanso, diversión, socialización, creatividad y desarrollo personal, entre otros.

OBJETIVO GENERAL

- Fortalecer y optimizar el desarrollo físico, mental, social, motriz, cognitivo y deportivo de los niños y jóvenes de la zona urbana y rural de los municipios del oriente de Cundinamarca, utilizando la disciplina del baloncesto como medio para alcanzar una adecuada formación integral para la vida.

♣ OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Provocar un incremento en la sana utilización del tiempo libre, fomentando los buenos hábitos en los deportistas como actividades recreativas para la estimulación de la cualidad motora del individuo enfocado al deporte baloncesto.
- Fortalecer a través del practica del baloncesto los valores del deportista.
- Fomentar en el deportista los estilos y hábitos de vida saludables.
- Estimular el desarrollo motriz de los deportistas dentro del proceso formativo del Baloncesto.
- Constituir un hábito deportivo formativo, donde el baloncesto sea una de las herramientas fundamentales para el aprovechamiento del tiempo libre y la recreación de nuestras comunidades preadolescente y adolescente de nuestra región de oriente de Cundinamarca.
- Implementar las medidas de bioseguridad generadas por la pandemia COVID 19 para realizar actividad al aire libre y reducir las probabilidades de contagio.
- Promover la formación de cultura ciudadana i de valores fundamentales para la convivencia y la paz.
- Apoyar una educación ecológica base de una nueva conciencia sobre el medio ambiente.
- Propiciar el desarrollo integral de los deportistas a través de la orientación, aprendizaje y práctica del Baloncesto en los órdenes del fomento educativo, el progreso técnico, la profesión deportiva y la salud física y mental.

POBLACION OBJETIVO Y COBERTURA

- En este plan buscamos priorizar que las Escuelas de Baloncesto de la provincia del oriente cundinamarqués, brinden un espacio deportivo a nivel urbano y rural, por lo que se plantea como línea base focalizar 500

niños y niñas entre los 6 y los 17 años, que no presenten ningún tipo de restricción médica para la práctica deportiva.

CARACTERIZACIÓN DEL DEPORTE

Historia del deporte

El baloncesto nació como una solución a la necesidad de realizar alguna actividad deportiva durante el invierno, en la escuela de la YMCA (Young Men's Christian Association) de Springfield, Massachusetts. En 1891 James Naismith, profesor de educación física en la escuela, ideó el baloncesto como juego de pelota basado en trece reglas. El juego se extendió por Estados Unidos, Canadá y el resto del mundo, experimentando algunas modificaciones durante el curso del tiempo. Muchas de las reglas iniciales se mantienen hasta la actualidad, aunque algunos aspectos del juego tuvieron que modificarse para responder a desarrollos en la técnica de los jugadores y aspectos no previstos en el desarrollo del juego, normalmente como consecuencia de la manipulación de las reglas por parte de los entrenadores y jugadores para inclinar los partidos.

En 1891, James Naismith intentaba idear un deporte que sus alumnos pudieran practicar bajo techo, pues los duros inviernos en Nueva Inglaterra dificultaban la realización de ejercicio al aire libre. Las actividades de educación física que se practicaban en la época se basaban en los métodos alemanes, monótonos y poco indicados para un grupo de jóvenes llenos de energía. Naismith se inclinaba por un juego de pelota, para motivar mejor a sus alumnos, pero los deportes populares por entonces se caracterizaban predominantemente por el uso de la fuerza o el contacto físico y eran inadecuados para practicarlos en un gimnasio. Aunque a veces se mencionan los antiguos juegos de pelota pok-ta-pok y tlachtli —de origen maya y azteca respectivamente— como antecedentes del baloncesto moderno, según su inventor la idea de utilizar los tiros a una canasta como objetivo del juego provino de un antiguo juego de su infancia denominado duck on a rock —o 'pato sobre una roca'— que consistía en alcanzar un objeto colocado sobre una roca lanzándole una piedra. Naismith encargó cajas de unos 50 cm² para utilizar como blanco, pero el bedel del colegio solo logró conseguirle unas cestas de melocotones, que mandó colgar en las barandillas de la galería superior que rodeaba el gimnasio, a una determinada altura.

Como Naismith tenía 18 alumnos, decidió que los equipos estuviesen formados por nueve jugadores cada uno. Pronto el número de jugadores se redujo a siete, y, en 1896, al actual de cinco jugadores.

El tablero surgió para evitar que los seguidores situados en la galería donde colgaban las cestas, pudieran entorpecer la entrada del balón. La introducción del tablero, a comienzos del siglo XX, dio lugar a la jugada llamada rebote, que ha pasado a ser fundamental en el juego. Las cestas de melocotones dieron paso a aros metálicos con una red sin agujeros hasta evolucionar a la malla actual.

REGLAS Y NORMAS DEL BALONCESTO

El baloncesto o básquetbol (del inglés basketball) es un deporte en el cual compiten dos equipos de cinco jugadores cada uno. El objetivo es introducir la pelota (balón) en el aro (cesta o canasta) del equipo contrario, que se encuentra ubicado a 3,05 metros de altura. Por eso, el baloncesto suele ser jugado por personas de gran estatura. Este juego fue inventado por el profesor canadiense de Educación Física James Naismith, en diciembre de 1891. Naismith buscaba crear una actividad para que los jóvenes pudieran realizar en un gimnasio cerrado durante el invierno.

Pista y equipamiento: El terreno de juego será una superficie plana y dura, libre de obstáculos, con unas dimensiones de veintiocho (28) metros de largo y quince (15) metros de ancho, medidos desde el borde interior de las líneas limítrofes.

Duración: La duración de un partido de baloncesto es de 40 minutos. Cuando el balón sale fuera o hay alguna interrupción en el partido (falta, lesiones) el reloj es detenido. Los 40 minutos no se juegan seguidos, se dividen en cuatro cuartos de 10 minutos cada una de ellas.

Jugadores: Un equipo de baloncesto está formado por 12 jugadores como máximo. De ellos sólo 5 pueden estar en el campo (los otros 7 estarán en el banquillo). El entrenador puede cambiar a los jugadores tantas veces como quiera. – **Puntuación:** No todas las canastas valen lo mismo: Las canastas conseguidas desde la línea de tiro libre valen 1 punto. Las canastas conseguidas desde detrás de la línea de triple (7,25 m) valen 3 puntos. Resto de las canastas 2 puntos. – **Inicio del partido:** En la pista sólo pueden estar 5 jugadores de cada equipo. Dos jugadores (uno de cada equipo) deben colocarse dentro del círculo central del terreno de juego (cada uno dentro de su campo), los demás jugadores deben estar fuera del círculo. El árbitro lanza la pelota hacia arriba y los dos jugadores saltan para intentar desviarla (no pueden cogerla) hacia algún compañero de su equipo.

Las acciones técnicas fundamentales que un jugador de baloncesto debe dominar son: botar, pasar, tirar y fintar. –

El bote: Características generales del bote: La mano debe estar abierta, con los dedos separados, para que la superficie de contacto con el balón sea lo más grande posible. Muñeca suelta: no debe estar rígida a la hora de botar (no golpear el balón sino acompañarlo). Contacto con el balón: dedos y primera parte de la palma (no la palma entera). No debemos mirar al balón cuando botamos, debemos mirar a los compañeros para ver la situación de juego, así mismo también evitaremos que un adversario nos quite el balón.

Tipos de bote: Bote de Velocidad Bote de Protección Denominado bote alto
Los defensores se encuentran alejados de nosotros Se realiza en carrera a gran velocidad El bote se produce por delante de nosotros a gran distancia

Denominado bote bajo El defensor está cercano a nosotros Se realiza de espaldas o de lado al defensor, protegiendo el balón con nuestro cuerpo Se usa la mano libre para proteger el balón -

El pase: Es un recurso utilizado para mover el balón por todo el terreno sin necesidad de botarlo, también es la forma más rápida de progresar el balón. Un pase debe ser preciso y tenso, debe llegar donde queremos y en el momento que decidamos, además no debe ser previsto por nuestros atacantes.

Tipos de pase:

- **Pase de pecho:** el balón sale impulsado desde el pecho con las dos manos en dirección al jugador que lo recibirá, el balón llegará a la altura del pecho.
- **Pase picado:** se hace como el pase de pecho, pero con un bote intermedio, este pase es el más utilizado y seguro a la hora de evitar defensores a corta distancia.
- **Pase por encima de la cabeza:** se levanta el balón con las dos manos por encima de la cabeza y a la vez que se da un paso hacia adelante lanzamos el balón con ambas manos. Este tipo de pase es usado para pases de gran distancia.

El tiro: El tiro es el gesto técnico con el cual conseguiremos encestar el balón en la canasta para anotar puntos. Características generales del tiro básico: Colocación de las manos: la mano derecha (mano de lanzamiento) se sitúa debajo del balón y la mano izquierda (mano de apoyo) se sitúa en el lado del balón El brazo de lanzamiento debe formar un ángulo de 90° Los pies deben estar separados a la anchura de los hombros, el pie de la mano de tiro (el derecho si somos diestros) debe estar ligeramente adelantado. Las piernas un poco flexionadas Cuando lanzamos el balón, las piernas se extienden al mismo tiempo que impulsamos el balón con la mano de lanzamiento.

Tipos de tiro:

- **Tiro en suspensión:** Se realiza cuando el jugador lanza a canasta mediante un salto, de esta manera ganamos altura para superar a defensores.
- **Tiro libre:** Es el tiro que se realiza después de una falta personal (es un tiro estático), se realiza desde la zona de tiros libres, es un tiro que se realiza sin oposición.
- **La entrada a canasta:** Realizamos el lanzamiento en carrera (después de dos pasos de aproximación). La entrada puede ser normal o a aro

pasado en la cual el jugador tira a canasta una vez que ha pasado por debajo del aro.

- **Gancho:** Se realiza un lanzamiento con una mano de forma lateral al aro y a nuestro cuerpo.
- **Mate:** Recurso espectacular y vistoso usado en situaciones de mucha ventaja respecto a los defensores. Consiste en saltar e introducir el balón con una o dos manos en la canasta y colgándonos o no del aro.

PREVENCIÓN AL CORONAVIRUS

La enfermedad del coronavirus (COVID 19) es una enfermedad respiratoria causada por el virus SARS-COV. Que se ha propagado desde China a un gran número de países alrededor del mundo generando un impacto a nivel de mortalidad, morbilidad colapsando la capacidad de respuesta de los servicios de salud, afectando los aspectos económicos, sociales, culturales y deportivos.

De acuerdo con la evolución del manejo de la pandemia por parte del gobierno nacional y las medidas de prevención tomadas a nivel departamental, regional y municipal, se ha venido reactivando las diferentes económicas, sociales, culturales y deportivas conservando todos los protocolos de bioseguridad acordadas en la resolución 777 de 2021 las cuales buscan mitigar el contagio en la población.

MEDIDA DE BIOSEGURIDAD

Medidas Generales

Las medidas que han demostrado mayor evidencia para la contención de la transmisión del virus son tres:

- Lavado de Manos
- Distanciamiento Social
- Uso de Tapabocas en área donde no se puede mantener una distancia mayor de 2 metros

Adicional a estas medidas debemos tener en cuenta los mecanismos de diseminación del virus, se debe fortalecer los procesos de limpieza y desinfección de equipos, elementos e insumos y optimizar la ventilación del lugar o campo deportivo donde se trabaje.

Lavado de Manos

- Disponer de los insumos para realizar la higiene de manos con agua potable, jabón y toallas de un solo uso.
- Disponer suministros de alcohol, glicerina de mínimo al 60% y máximo al 90%.

Distanciamiento Físico

- Se debe trabajar a 2 metros de distancia de cada niño evitando contacto directo.
- Considerar la ubicación y la distancia física de los niños para realizar sus entrenamientos

Elementos de Protección

- Cada niño debe portar los kits de protección (tapabocas, alcohol glicerinado mínimo al 60 % y gel antibacterial).
- Se debe llevar un registro de los niños que participan en la sesión de entrenamiento lugar y horario con el fin de apoyar a las entidades encargadas de los protocolos de bioseguridad de la ciudadanía.

Limpieza y Desinfección

- Desarrollar e implementar un protocolo de limpieza, desinfección permanente del escenario deportivo.
- Establecer protocolos de desinfección previos al uso de cualquier elemento deportivo (Balones, Conos, Lazos, Petos, etc

DESARROLLO TECNICO Y PEDAGOGICO POR NIVEL:METODOLOGÍA

La metodología que desarrollaremos en el transcurso de nuestra formación deportiva estará direccionada al aprendizaje de los niños y jóvenes de la zona urbana y rural del oriente de Cundinamarca por medio del juego, la recreación la fundamentación técnico táctica desarrollando las habilidades motrices por medio de la práctica del baloncesto en tres niveles, iniciación, fundamentación y perfeccionamiento.

Se aplicará como línea de base los siguientes modelos:

- Modelo Constructivista: Según Alarcón et al. (2010) el modelo constructivista tiene un carácter basado en ciclos y trata de que los alumnos puedan comprender todas las soluciones posibles que los problemas puedan generar en un juego.
- Enseñanza recíproca; uso del compañero: “Será suficiente limitar el concepto de evaluación a la simpleza de corregir errores, en ayuda al deportista a que continúe haciendo repetidas obligaciones o tareas, dándole más y más estímulos mientras que aprueba cada una.

INICIACIÓN DEPORTIVA

La Iniciación deportiva puede emplearse como un medio de disfrute a través de la interacción entre los niños aplicando el uso de valores y normas como; el respeto, compañerismo, aceptación de roles, trabajo en equipo, con independencia de su carácter personal o social, y reconociendo el hecho de que ganar o perder son elementos propios del juego. Es importante insistir en los contenidos de los juegos y comenzar el trabajo de las actividades de iniciación deportiva adaptadas a su edad, teniendo las mismas un carácter más multifuncional y de recreación, que de aprendizaje de una disciplina deportiva desde lo “técnico táctico”.

NIVEL INICIACIÓN

(edad de 6 a 8 años)

OBJETIVO

- Desarrollar las habilidades motrices de los niños mediante juegos pre deportivos, enfocados a la práctica del baloncesto.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Fomentar los principios de convivencia y respeto entre los niños.
- Desarrollar por medio de juegos pre deportivos la coordinación y el equilibrio en los niños.
- Realizar juegos recreativos y lúdicos enfocados al baloncesto con el fin trabajar la psicomotricidad

UNIDAD TEMÁTICA A TRABAJAR

- Coordinación dinámica general
- Coordinación viso motriz
- Juegos pre deportivos enfocados al baloncesto
- Ejercicios de desplazamiento en diferentes direcciones “lateralidad”

- Percepción del cuerpo
- Movimientos articulares

CRONOGRAMA DE TRABAJO

- Se quiere desarrollar un proceso deportivo en el oriente de Cundinamarca en la disciplina deportiva de Baloncesto donde plantean 3 sesiones semanales, con una duración de 2 horas cada una. Dentro de estas sesiones se desarrollarán 2 de trabajo enfocado al deporte y 1 recreativa.

CONTROL Y EVALUACION DE LAS UNIDADES TEMATICAS A DESARROLLAR

- Se realizará dentro de los encuentros deportivos que se lleven a cabo.
- Mediante la aplicación de Test trimestrales se evaluará y valorará motrizmente a cada niño(a) por medio de una tabla de percepción de valores.

FUNDAMENTACION DEPORTIVA

En esta etapa se desarrolla la técnica adecuada del baloncesto fundamentos básicos. Estos temas comprenden el conjunto de habilidades técnicas de carácter individual que nos permiten desarrollar el juego.

NIVEL DE FUNDAMENTACIÓN

(edad 9 años a 12 años)

OBJETIVO GENERAL

- Desarrollar los fundamentos básicos del baloncesto mediante la capacidad de observación y percepción, donde se vean aumentadas sus capacidades físicas y coordinativas en pro del desarrollo técnico del deportista.

ESPECIFICOS DEL NIVEL

- Desarrollar en los deportistas los gestos técnicos fundamentales ofensivos y defensivos en el Baloncesto.
- Conseguir el desarrollo de los diversos factores psicosociales tales como: Los afectivos – emocionales y motivacionales.
- Trabajar las capacidades coordinativas generales y específicas.
- Comprender y aplicar el reglamento por el cual se rige el Baloncesto.

UNIDADES TEMATICAS

- Botar con la derecha y con la izquierda.
- Pases: Técnica de ejecución de los pases de pecho, picado, por encima de la cabeza a dos manos estático y en movimiento.
- Recepción: Posición correcta de las manos. Balón por encima de la cintura y por debajo de la cintura.
- Drible: Técnica de ejecución del drible de protección, progresión, penetración, con cambios de dirección por el frente, reversible, por atrás de la espalda, por entre las piernas; con cambio de velocidad; combinación.
- Lanzar en carrera, coordinación natural de derecha e izquierda, entradas a canasta derecha (perfeccionamiento) Izquierda (iniciación).

CRONOGRAMA DE TRABAJO

- Se quiere desarrollar un proceso deportivo en el oriente de Cundinamarca en la disciplina deportiva de Baloncesto donde plantean 3 sesiones semanales, con una duración de 2 horas cada una. Dentro de estas sesiones se desarrollarán 2 de trabajo enfocado al deporte y 1 recreativa.

CONTROL Y EVALUACION DE LAS UNIDADES TEMATICAS A DESARROLLAR

- Se realizará dentro de los encuentros deportivos que se lleven a cabo.
- Mediante la aplicación de Test trimestrales se evaluará y valorará motrizmente a cada niño(a) por medio de una tabla de percepción de valores.

PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO

En este periodo se perfeccionarán las habilidades deportivas desarrolladas en las etapas anteriores, introduciendo nuevos elementos técnico-tácticos con mayor grado de complejidad y se prepara para la competencia.

NIVEL DE PERFECCIONAMIENTO

(edad 13 años a los 17años)

OBJETIVO GENERAL

- Consolidar y perfeccionar los medios técnicos - tácticos individuales y colectivos básicos y complejos, empleados en el baloncesto llevándolos a la competencia.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Comprender y aplicar en la práctica deportiva los principios del juego en ataque y defensa.
- Lograr un buen desarrollo de los sistemas neuromuscular, osteomuscular, ligamentoso, cardiovascular, respiratorio y metabólico, consolidando las capacidades físicas.
- Realizar encuentros deportivos llevando a la practica la técnica y la táctica en el baloncesto.

UNIDAD TEMÁTICA A TRABAJAR

- Técnica ofensiva y defensiva-
- Técnica de los desplazamientos sin el balón y con balón.
- Carreras en distintas direcciones (adelante, atrás, en círculo, laterales, con cambios en velocidad, con cambios de dirección con cambios de ritmos).
- Perfeccionamiento del lanzamiento.
- Perfeccionamiento del driblin en movimiento y sus variantes.
- Rebote y balance ofensivo.
- Ataque y bloqueo.
- Juegos amistosos de preparación.

CRONOGRAMA DE TRABAJO

- Se quiere desarrollar un proceso deportivo en el oriente de Cundinamarca en la disciplina deportiva de Baloncesto donde plantean 3 sesiones semanales, con una duración de 2 horas cada una. Dentro de estas sesiones se desarrollarán 2 de trabajo enfocado al deporte y 1 recreativa.

CONTROL Y EVALUACION DE LAS UNIDADES TEMATICAS A DESARROLLAR

- Se realizará dentro de los encuentros deportivos que se lleven a cabo.
- Mediante la aplicación de Test trimestrales se evaluará y valorará motrizmente a cada joven por medio de una tabla de percepción de valores.

SEGUIMIENTO Y CONTROL

Se utilizará este formato para las tres categorías durante todo el proceso de entrenamiento, cómo método de control y seguimiento, en el cumplimiento de las sesiones programadas.

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA																																				
INDEPORTES CUNDINAMARCA																																				
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA																																				
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL																																				
TELEFONO DE	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	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES	
																																0	0	0	#DIV/0!	
																																0	0	0	#DIV/0!	
																																0	0	0	#DIV/0!	
																																0	0	0	#DIV/0!	
																																0	0	0	#DIV/0!	
																																0	0	0	#DIV/0!	

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

TEM	ACTIVIDAD	FECHA
1	TEST DE ENTRADA	MAYO DE 2022
2	TEST DE CONTROL	AGOSTO DE 2022
3	TEST FINAL	DICIEMBRE DE 2022
4	EVENTO RECREATIVO	VACACIONES RECREATIVAS
5	EVENTO DEPORTIVO	INTERZONAL EN MAYO

BIBLIOGRÁFICAS

Reyes, C. (2013). Estructura y planificación del entrenamiento deportivo. Recuperado el 15 de diciembre del 2013, de:

<http://www.monografias.com/trabajos96/estructura-y-planificacion-del-entrenamiento-deportivo/estructura-y-planificacion-del-entrenamiento-deportivo.shtml>).

Agosto 5 de 2019 *Federicogalvisblog*

<https://federicogalvis.wordpress.com/marco-legal/>

https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85919_archivo_pdf.pdf

<https://es.wikipedia.org/wiki/Baloncesto>

<https://www.efdeportes.com/efd36/balonc.htm>

<https://quebaloncesto.com/fundamentos-basicos-del-baloncesto/>

<https://efdeportes.com/efd169/fundamentos-tecnicos-en-baloncesto.htm>

http://www.actiweb.es/exe/escueladeportiva/programa_de_formacion_deportiva_en_baloncesto.html

				"INDEPORTES CUNDINAMARCA"					
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA									
MALLA PEDAGOGICA									
NIVEL INICIACIÓN									
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		
BALONCESTO	I N I C I A C I O N	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	Que al niño le sea facil enlazar cadenas de movimientos sucesivos.		
						RITMO	que el niño Participe y se divierta en las actividades, interactuando con los compañeros y explorando diferentes ritmos mediante las lúdicas y rondas.		
						EQUILIBRIO	Incremento mi equilibrio a traves de saltos altos y largos generando variaciones en la direccion con uno o dos pies.		
						ORIENTACION	Desarrollo habilidades de recepcion y lanzamiento de forma inividual de mi elemento deportivo, en combinacion con desplazamientos y acciones motrices como caminar y trotar.		
						DIFERENCIACION	Desarrollo habilidades de control y dominio de diferentes objetos, a traves de predeportivos aplicados al baloncesto.		
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	REACCIÓN	reaccina de manera oportuna e inmediat al sonido del silvato		
						ADAPTACIÓN	Vivencio formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos y sin ellos para ubicarlos en el entorno que se requieran		
						CAMINAR	Relaciona de manera apropiada las direcciones de desplazamiento y las combinaciones de forma básica experimentando mi lateralidad		
						CORRER	Exploro la direccionalidad de las partes de mi cuerpo manipulando objetos de igual manera desplazándolos en diferentes direcciones y velocidades		
						SALTAR	Realizo saltos en una superficie plana sin impulso, marcando diferentes alturas y distancias.		
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	FUERZA DE RESISTENCIA	Realizar ejercicios para que el niño Aplique La fuerza durante el mayor tiempo posible.		
						FUERZA DE VELOCIDAD O POTENCIA	El niño Realizara diversos ejercicios con salto de soga saltos en un apoya ,en dos y saltos hacia atrás		
				2	RESISTENCIA	FUERZA EXPLOSIVA	movimiento, los mismos tipos de activación muscular, realizarse a una velocidad similar.		
						RESISTENCIA AEROBICA	realizar ejercicios den di el niño prolongue su maximo esfuerzo sin una disminucion del rendimiento.		
				3	VELOCIDAD	RESISTENCIA ANAEROBICA	Realiza un esfuerzo de intensidad elevada durante el mayor tiempo posible.		
						VELOCIDAD DE REACCIÓN	el niño realizara ejercicios de Reacciona y se ejecutaran en el menor tiempo posible a un movimeinto.		
				4	FLEXIBILIDAD	VELOCIDAD DE GESTUAL	Desarrolla y Realiza de la mejor manera el movimeinto de la velocidad gestual.		
						VELOCIDAD DE DESPLAZAMIENTO	Ejecuta y recorre una distancia en el menor tiempo posible.		
				TECNICO	DESTREZAS	1	DESARROLLAR LAS HABILIDADES COORDINATIVAS OJO MANO CON EL BALON Y LAS ACCIONES MOTRICES DE BASE	FLEXIBILIDAD DINAMICA	Realiza los ejercicios que permiten la máxima amplitud de una articulación y el máximo estiramiento muscular.
								FLEXIBILIDAD ESTATICA	el niño implementara una adecuada posición y a partir de ahí, busca un grado de estiramiento y mantenerse durante unos segundos.
		EXPLORO LAS POSIBILIDADES DE EXPLORO LAS POSIBILIDADES DE	Refuerzo el dominio del elemento deportivo, con la mano debil a traves de tareas y juegos especificas.						
		TEORICO	DESARROLLO COGNITIVO	2	PRACTICAR ACCIONES COMBINADAS CON EL BALON Y LAS ACCIONES MOTRICES DE BASE	UTILIZO EL BALON EN DIFERENTES DESPLAZAMIENTOS.	Reconozco los cambios de ritmo que puedo realizar controlando el elemento deportivo		
							Aplico el dominio del elemento depotivo en juegos pre deportivo con mis compañeros.		
						CONTROLAR MI C UERPO CON EL BALON EN SITUACIONES DE DESPLAZAMIENTO	APRENDO A DETENERME CON Y SIN EL BALON	Identifico las acciones de freno en baloncesto sin elementos deportivos, haciendo enfasis en el control corporal y la posicion basica.	
				PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	HISTORIA DEL DEPORTE	ORIGEN Y CREADOR	Comprende la historia del baloncesto y quien lo invento.
								PRIMERAS REGLAS	Compara las primeras reglas del baloncesto y su evolución con las actuales.
								PRIMEROS AÑOS	Comprende los cambios que se han venido realizando.
								LAS LIGAS	Reconoce las diferentes ligas de baloncesto.
						2	REGLAMENTACION	LA CANCHA	Conoce las dimensiones del campo de juego
								EL ARO	Reconoce el tamaño del aro y su funcionalidad en el juego
								INDUMENTARIA	Conoce y sabe cual es la indumentaria para la competencia y para entrenamientos
								REGLAMENTO	Reconoce la reglas y sus variables en el deporte
						3	SENTIDO DE PERTENENCIA	CATEGORIAS	Conoce las diferentes categorias y sus variables
		IMPLEMENTOS	El niño aprende y vigila la importancia de los implementos deportivos						
		ESCENARIOS	El niños reconoce la importancia de los escenarios deportivos						
		EQUIPO	El niño reconoce la importancia de su equipo						
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	VALORES	ENTRENADORES	El niño reconoce la importancia del respeto para sus entrenadores		
						RESPECTO	El niño respeta las reglas de juego, las normas internas del equipo, los árbitros, al equipo contrario, los compañeros, al entrenador.		
						ESFUERZO	Elniño da su maximo esfuerzo por el y su equipo		
						GENERICIDAD	Arende que con su trabajo puede hacer feliz a los demas		
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	AMISTAD	El niño reconoce que en el campo de juego sus compañeros son sus mejores amigos		
						ASEO CORPORAL	El niño reconoce la importancia de sua aseo personal		
						ALIMENTACIÓN	El niño sabe la importancia de unas buenas practicas alimenticias		
						PRESENTACIÓN PERSONAL	El niño entiende de la importancia de la presentacion personal		
				3	MOTIVACIÓN	DESCANSO Y SUEÑO	El niño aprende la importancia de los buenos habitos saludables		
						EJERCICIO FISICO	El niño entiende la importancia de la practica del deporte		
						ACTITUD POSITIVA	Reconoce la importancia de la buena actitud y marca la diferencia		
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	El reconoce que con el esfuerzo se superan los ostaculos de la vida		
4	INTELIGENCIA EMOCIONAL			COPEITIVIDAD	El niño reconoce que el esfuerzo ayuda para coneguir un objetivo				
				ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	El niño se concentra y tiene buena atencion en la cancha y fuera de lla				
				CONVIVENCIA DEPORTIVA	El niño demuestra una armonia y paz con los grupos				
				EMPATIA	El niño entiende las necesidades, sentimientos y problemas de los demás				
RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	Zonal Municipal	El niño compite y respetuoso en la actividad				
				Zonal departamental	El niño comparte con niñosde otros entornos				
				INTERLIGAS	El niño acude de manera entusiasta en cada juego				
				LA LLEVA	El niño desarrolla habilidades de destresa				
		2	JUEGOS TRADICIONALES	STOP	El niño participa activamente.				
				EL GATO Y EL RATON	El niño Realiza actividades satisfactoriamente				
				ESCONDIDAS	El niño realiza la acciones lo mas rapido posible				
				DANZA	El niño alcanza conocimientos a partir de diferentes ritmos musicales				
		3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	DEBUJO	El niño desarrolla la creatividad mediante sus vivencias				
				LECTURA	El niño represente personajes de hitorias leidas				
				CANTO	El niño desarrolla la inteligencia y la creatividad				
				CIRCUITO POLIMOTOR	El niño participa con buena condicion obediencia				
4	CIRCUITOS RECREATIVOS	CIRCUITO MILITAR	El niño evidencia sus habilidades,condiciones y destrezas						
		CIRCUITO DE JUEGO	El niño se incorpora con sus compañeros y entorno						
		MACH DEPORTIVO	El niño realiza la actividad de manera accionada						
		DÍA DE LA ACTIVIDAD FISICA	El niño se incentiva a realziar la actividad fisica						
5	FESTIVALES RECREATIVOS	FESTIVAL DEPORTIVO	El niño pone en practica sus habilidades y destrezas						
		FESTIVAL DE HABILIDADES	El niño explora nuevas formas de movimientos						
		FESTIVAL COOPERATIVO	El niño fomenta sus relaciones interpersonales con los demas.						

<div><div><div><div><div><div></div><div>CUNDINAMARCA</div><div>CONSEJO DEPARTAMENTAL DE EDUCACIÓN</div></div></div><div><div><div></div><div>INDEPORTES</div><div>INSTITUCIÓN ESPECIALIZADA EN LA PROMOCIÓN DEL DEPORTE DE COMARCAS</div></div></div></div><div><div><div></div><div>"INDEPORTES CUNDINAMARCA"</div><div>ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA</div></div><div><div>MALLA PEDAGOGICA</div><div>NIVEL INICIACIÓN</div></div></div></div></div>							
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
BALONCESTO	FUNDAMENTACION	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOMPLAMIENTO	Realiza y comprende los ejercicios en el menor tiempo posible
						RITMO	Comprende y aplica saltos de lazo al mismo ritmo o velocidad
						EQUILIBRIO	Adquiere mayor firmeza en los ejercicios de equilibrio.
						ORIENTACION	Aplica la orientación de los pases a un compañero en línea recta
						DIFERENCIACION	El niño logra diferenciar movimientos que se debe utilizar en determinada situación.
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	REACCION	Adquiere y mejora la velocidad a travez de estímulos.
						ADAPTACION	El niño se adapta a los diferentes movimientos y ejercicios realizados en el campo de juego.
						CAMINAR	Realiza movimientos de desplazamiento caminando en varias direcciones dentro del campo de juego.
						CORRER	Realiza ejercicios de skipin de corta intensidad
						SALTAR	Comprende la importancia de llevar una buena posición.
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	ATRAPAR	Realiza ejercicios en movimiento aplicando técnicas de atrapar.
						RODAR	Aplica movimientos de giros como el rollo y lagartija
						FUERZA VELOCIDAD	Realiza ejercicios de skipin para mejorar la fuerza en piernas.
						FUERZA RESISTENCIA	Comprende y realiza ejercicios con repeticiones donde trabaja la fuerza resistencia.
						FUERZA EXPLOSIVA	Realiza ejercicios basicos mediante metodos especificos de la carga saltar y correr a su mayor velocidad.
				2	RESISTENCIA	FUERZA ISOMETRICA	Realiza ejercicios basicos como tratar de empujar una pared y así trabaj su propia fuerza.
						RESISTENCIA AEROBICA	Comprende la importancia de llevar una buena respiracion en los ejercicios de larga duracion.
						RESISTENCIA ANAEROBICA	Aprende a llevar buena respiracion en los ejercicios explosivos.
				3	VELOCIDAD	VELOCIDAD DE DESPLAZAMIENTO	Realiza ejercicios de desplazamiento con obstaculos en un determinado tiempo
						VELOCIDAD DE REACCION	Desarrolla y realiza ejercicios mas rapidos mediante estímulos
						VELOCIDAD GESTUAL	Realiza ejercicios de capacidad de respuesta en la menor cantidad de tiempo posible a un gesto.
		TECNICO	DESTREZAS	4	FLEXIBILIDAD	FLEXIBILIDAD ESTATICA	Reconoce los riesgos y los beneficios del estiramiento activo con flexibilidad
						FLEXIBILIDAD DINAMICA	Realiza posiciones adecuadas buscando un grado de estiramiento que no llegue al dolor y que deberá mantenerse durante unos segundos.
				1	PASE	PASE DE PECHO	El niño comprende los movimientos y realiza ejercicios con y sin balon del pase de pecho
						PASE PICADO	El niño comprende los movimientos y realiza ejercicios con y sin balon del pase picado
						PASE POR ENCIMA DE LA CABEZA	El niño comprende los movimientos y realiza ejercicios con y sin balon del pase por encima de la cabeza
				2	PARADA	PASE MANO A MANO	El niño comprende los movimientos y realiza ejercicios con y sin balon del pase de mano a mano
						PASE DE BEISBOL	El niño comprende los movimientos y realiza ejercicios con y sin balon del pase de beisbol.
						PARADA EN UN TIEMPO	Los niños comprenden y realizan movimientos con paradas en un solo tiepo
						PARADA EN DOS TIEMPOS	Los niños comprenden y realizan movimientos con paradas en dos tiempos.
						PIVOT	Comprenden que es el pivot en el baloncesto
		TEORICO		3	DOBLE RITMO	DOBLE RITMO SIN MARCA	El niño realiza ejercicios con aros saltando de pie en pie
						DOBLE RITMO CON MARCA	Realizan ejercicios entre dos compañeros de doble ritmo sin balon
						DOBLE RITMO Y PASE	Realiza ejercicios de doble ritmo haciendo pase de pecho
						DOBLE RITMO CON PIE DERECHO	Realizan ejercicios de doble ritmo entrando ala cesta iniciando el salto con el pie izquierdo.
						DOBLE RITMO CON PIE IZQUIERDO	Realizan ejercicios de doble ritmo entrando ala cesta iniciando el salto con el pie izquierdo.
				4	TRIO	TIRO TRAS PARADA	El niño realiza saltos y gestos de lanzamiento.
						ENTRADA A CANASTA	Los niños empiezan hacer ejercicios saltando hacia la canasta sin balon
						TIRO LIBRE	El niño comprende los puntos del campo donde se realizan los tiros libres
						TIRO DE SUSPENSION	Los niños realizan el gesto de lanzar saltando sin balon
						GANCHO	El niño adquiere la tecnica de tiro de gancho haciendo movimientos sin balon
				5	DRIBLE DE PROTECCION	UTILIZAR CUERPO	El niño comprende y utiliza su cuerpo como herramienta para mantener el balon en su poder.
						POSICION EN ATAQUE	El niño realiza ejercicios de protección del balon con otro compañero.
						POSICION DEL BOTE DEL BALON	El niño realiza ejercicios adecuados para mejorar el bote de balon
						MANTENER POSICION	El niño desarrolla la técnica de foram correcta manteniendo la posición.
						PROTEGER BALON	El niño realiza ejercicios de protección del balón en las situación de juego.
				1	HISTORIA DEL DEPORTE	ORIGEN Y CREADOR	Comprende la historia del baloncesto y quien lo invento.
						PRIMERAS REGLAS	Compara las primeras reglas del baloncesto y su evolución con las actuales.
						PRIMEROS AÑOS	Comprende los cambios que se han venido realizando.
						LAS LIGAS	Reconoce las diferentes ligas de baloncesto.
						TRAYECTORIA PROFESIONAL	Comprende la importancia del baloncesto en el mundo.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	2	REGLAMENTACION	EL JUEGO	El niño conoce las normas basicas del baloncesto.
						DIMENSIONES DEL TERRENO	Reconoce las dimensiones o medidas del campo de juego
						LOS EQUIPOS	Comprende por cuantos jugadores se compone el equipo de baloncesto.
						LAS FALTAS	Comprende que tipo de amonestaciones rigen el baloncesto
						LOS ARBITROS	Reconoce por cuantas personas es dirigido un encuentro deportivo
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	LOS PROFESORES	El niño es respetuoso con los profesores y acata los ejercicios.
						LOS COMPAÑEROS	El niño comprende y respeta sus compañeros en lo personal y social.
						ESCENARIOS DEPORTIVOS	El niño adquiere responsabilidad en el buen uso del escenario deportivo.
						LOS IMPLEMENTOS DEPORTIVOS	Comprende la importancia de darle buen uso a los implementos deportivos.
						EL EQUIPO	Aprende a resolver problemas en grupo
				1	VALORES	RESPECTO	El niño acepta a sus compañeros como son respeta los profesores y al equipo contrario
						JUEGO LIMPIO	El niño comprende mejor el juego y acepta con respeto las decisiones de ganar y perder
						TRABAJO EN EQUIPO	El niño realiza lazos de amistad y comprende la resolución de problemas grupales
						RESPONSABILIDAD	Asume con responsabilidad en el trabajo realizado y ordenado por el instructor.
						AUTODONIO	Practica y resuelve individual y conjuntamente la practica deportiva
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	El niño aprende a mantener un buen aseo corporal para practicar deporte.
						ALIMENTACION	El niño comprende la importancia de llevar una sana alimentación
						PRESENTACION PERSONAL	El niño se preocupa por una buena presentacion personal y social.
						DESCANSO Y SUEÑO	El niño comprende la importancia de descansar y dormir bien despues de la practica deportiva.
						EJERCICIO FISICO	Comprende la importancia del ejercicio físico en la parte mental y saludable
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	3	MOTIVACION	ACTITUD POSITIVA	El niño comprende la importancia de tener una buena actitud positiva en los entrenamientos y fuera de ellos.
						ESFUERZO Y SUPERACION	El niño busca con cada entrenamiento superarse y buscar nuevas metas.
						PERSEVERANCIA	El niño comprende la importancia de mejorar cada dia mas para obtener los resultados.
						OBDIENCIA	El niño es responsable con los trabajos propuestos
						RECOMPENSA	El niño comprende su desarrollo cognitivo como motriz
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	Comprende la importancia de tener una buena atención en los entrenamientos para realizar los ejercicios
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	El niño comprende la importancia de trabajar en armonia con sus compañeros
						EMPATIA	El niño aprende correctamente a comunicarse con los demas para lograr un objetivo en comun
						AUTOCONOCIMIENTO	El niño comprende la importancia de dar a conocer los sentimientos que lo alberguen.
						AUTORREGULACION	El niño tolera y controla sus emociones en entornos sociales
				1	JUEGOS DE INTEGRACION	RELAMPAGOS	El niño disfruta el juego y interactua con otros compañeros
						JUEGOS ESCOLARES	El niño adquiere la importancia de la competitividad.
						JUEGOS AMISTOSOS	El niño comprende la importancia de la integracion.
						YERMIS	El niño interactua en un juego grupal trabajando velocidad
						SOLOSA	El niño mejora su coordinacion motriz y equilibrio
				2	JUEGOS TRADICIONALES	ESCONDIDAS	El niño trabaja la vision y destreza
						CONGELADOS	El niño interactua en un juego grupal trabajando velocidad
						LA DANZA	Comprende movimientos a travez de ritmos musicales
						EL DIBUJO	El niño aprende técnicas basicas y desarrollan sus capacidades creativas
						LA MUSICA	El niño mejora la capacidad de comunicacion con los compañeros
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	HISTORIETAS	El niño desarrolla su imaginacion mediante vivencias propias
						CIRCUITO POLIMOTOR	El niño participa con buena actitud y es respetuoso
						CIRCUITO MILITAR	El niño pone en evidencia sus habilidades y destrezas
						CIRCUITO DE JUEGO	El niño se integra con cada uno de sus compañeros
						MACH DEPORTIVO	El niño realiza la catividad de manera competitiva
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	FESTIVAL DEPORTIVO	Aplica las habilidades y destrezas en movimiento
						FESTIVAL COOPERATIVO	Trabajan en grupo en busca de un objetivo
						FESTIVAL DE HABILIDADES	Aplica diferentes movimientos
						DÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA	trabaja la actividad física con diferentes ejercicios.

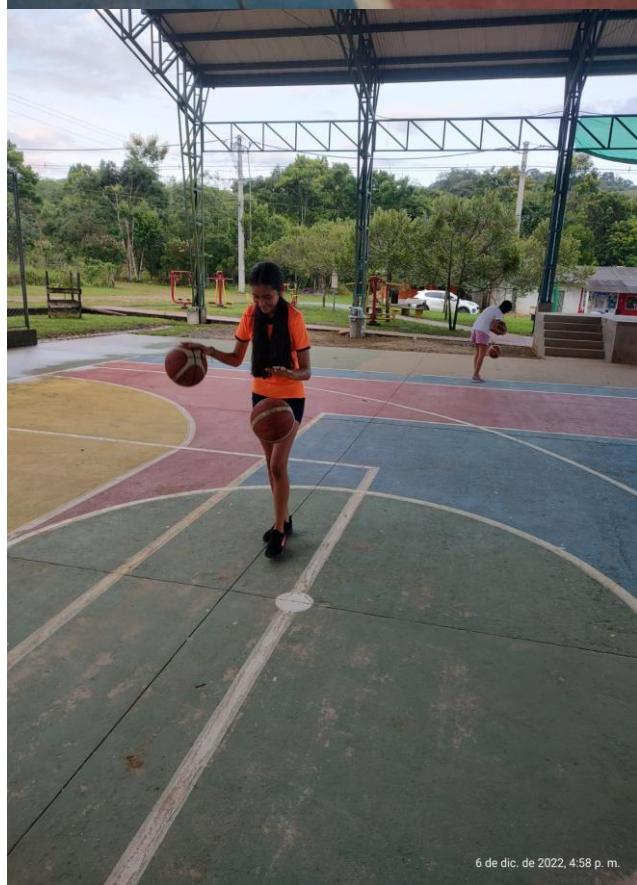
OBLIGACION 3 INICIACION



FUNDAMENTACIÓN



PERFECCIONAMIENTO



OBLIGACION 4

ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA															
PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO															
PROVINCIA: Oriente															
BENEFICIADOS	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacid ad Masculino	Discapacid ad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Masculino	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
6 AÑOS	1														1
7 AÑOS	1	4													5
8 AÑOS	3	1	3		10										4
9 AÑOS		3							1	1					3
10 AÑOS	1	4	6		11										5
11 AÑOS	2	5													7
12 AÑOS	3														3
13 AÑOS	2	2													4
14 AÑOS	2		5		12										2
15 AÑOS	5														5
16 AÑOS	5														5
17 AÑOS	1	3													4
TOTALES															48

GRUPOS	DTAL HOMB	DTAL MUJER	TOTAL
INICIACION	5	5	10
FUNDAMENT	6	12	18
PERFECCIONA	15	5	20

INICIACION

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÓN 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	EMELY MARIAM CONTRERAS RAMIREZ	3213719872	1	1			1			1	0			0			1	1			1													9	7	2	78%
2	SOPHIA ISABELLA SALAMANCA	3213074939	1	1			1			1	1			1			1	0			1													9	8	1	89%
3	XAVIER JULIAN PARRA CONTRERAS	3132184119	1	1			0			1	1			0			1	0			1													9	6	3	67%
4	MARTY ALEJANDRA DIAZ VALVERDE	3102699909	1	1			0			0	0			1			1	1			1													9	6	3	67%
5	GISELLE MARIANA JORDAN DAZA	3227613713	1	1			1			1	0			1			0	1			0													9	6	3	67%
6	BREINER ALEXANDER RANGEL POVEDA	3142703355	0	0			1			1	1			1			1	1			0													7	6	1	86%
7	ANGEL JOSE SOTO	3102699909	0	1			1			0	1			1			1	1			1													9	7	2	78%
8	MARIANA BOHORQUEZ	3213511981	1	1			0			1	1			1			0	0			0													9	5	4	56%
9	ALVARO RUBIANO	3137785332	0	1			1			0	1			1			1	1			1													9	7	2	78%
10	DANNY YULIAN AVILA RAMIREZ	3112412291	1	1			0			1	1			1			1	1			1													9	8	1	89%
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!

FUNDAMENTACION

			<div>GOBERNACION DE CUNDINAMARCA</div> <div>INDEPORTES CUNDINAMARCA</div> <div>ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA</div>																															<div>INDEPORTES</div> <div>INSTITUTO DEPORTIVO PARA LA RECREACIÓN Y DEPORTE DE CUNDINAMARCA</div>									
			CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO																							NIVEL: FUNDAMENTACION																	
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 CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES						
1	Danna Valentina Tabera Castañe	3142470369	1	1			1			1	1		0			1	1			1														9	8	1	89%						
2	Sara Valentina Linares Enriquez	3136513967	1	1		0			1	0		1				1	1	1																9	7	2	78%						
3	Cristian Alejandro Contreras Ariz	3132486562	0	1					1	1	1					0	1	1																9	7	2	78%						
4	Juan David Lopez Ospina	3506838541	0	1		1			1	1	1		1			0	1	1			1													9	7	2	78%						
5	Dainny yireth Guerro Vargas	3142195299	1	1	1				1	1	1					1	1	1																9	9	0	100%						
6	Marsi Johanna Grua Arellano	3184247809	1	1		1			1	1	1		1			1	1	0			0													9	8	1	89%						
7	Luis Alejandro Estrella Vasquez	3223352640	1	0					1	0		1				1	1	0																	9	6	3	67%					
8	Yuliet Mariana Ramos Barraga	3102421108	0	0			1			1	1		1			1	0			1															9	6	3	67%					
9	Sara Valentina Ramos Bonilla	3143365603	1	1			1			0	1		1			1	0																		9	7	2	78%					
10	ARIZA NAVARRO SANUEL FERNANDO	3104458923	1	1	0				0	1		1				1	0	1																	9	6	3	67%					
11	EMELY DAYANA JORDAN DAZA	3137783595	1	1		0						1	1		1		0	1	1		1														9	7	2	78%					
12	Karen Lizth Leon Ibarra	3203019458	1	1		1			1	0		1				0	1	1																	9	7	2	78%					
13	Jonn Jairo Camacho	3132486562	0	1			1			1	1		1			0	1	1			1														7	6	1	86%					
14	Shara Isabella Contreras Ariza	3107763374	0	0		1			1	1	1		1			0	0	1																	7	5	2	71%					
15	Heiner Stiven Manrique Rueda		1	1			1		1	1	1		1			1	0			1															7	6	1	86%					
16	LAURENTH VALERIA CARO BARRERA	3212097823	1	1			1			0	1		1			1	0	1																	7	5	2	71%					
17	MIA TALIANA MARTINEZ	3204592692	1	0					1	0	0		1			1	1	1																	9	6	3	67%					
18	ANGEL SOFIA ABRIL	3125895816	1	1			1			1	0		0			1	1			1															9	7	2	78%					
19																																			0	0	0	#DIV/0!					

PERFECCIONAMIENTO

[illegible]

PLANEACION Y SEGUIMIENTO POBLACIONAL

[illegible]

OBLIGACION 5

ACTIVIDAD EN LA INSPECCION DE GAZADUJE



GRAN INTEGRACIÓN CULTURAL Y DEPORTIVA INSPECCIÓN GAZADUJE 2022

CAMPEONATO DE FÚTBOL DE SALÓN MASCULINO

**DICIEMBRE
10 Y 11
de 2022**

CAMPEÓN:
-BONO
-UNIFORMES
-TROFEO

SUBCAMPEÓN:
-BONO
-UNIFORMES
-TROFEO

3^{er} PUESTO:
-BONO
-TROFEO

**Goleador
Premio sorpresa**

**Valla menos vencida
Premio sorpresa**

**Cupos limitados
16 equipos!**

**Juzgamiento e
hidratación
garantizado**

INFO:
3143158730
3166167219

Alcaldía de
MEDINA
Siempre con la gente

ORGANIZA:
JAC Gazaduje
Alcaldía Municipal

OBLIGACION 6

INICIACION

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA PLAN DIARIO DE CLASE					
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA					
Fecha:	1/12/2022	Lugar:	POI Municipio: MEDINA	Hora:	1:00 N° de sesión: 1
Nombre del Formador:		RICHARD CONTRERAS RAMIREZ		N.º de deportistas:	6
Edades:		5-9			
INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	
Desplazamientos laterales con driblin					
Objetivo Específico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motriz de los niños a través de los principales movimientos					
Objetivo Técnico					
Respeto	X	Convivencia	X	Autodisciplina	X
Honestidad		Justicia	X	Reconocimiento	X
Trabajo en equipo		Cumplimiento	X	Juego Limpio	X
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE					
PARTE INICIAL		Tiempo 20 Min		MATERIALES Y RECURSO	
1. Charla inicial		Introducción a la clase		5	
2. Confirmación de asistencia		llamado a lista		3	
3. Movimientos generales		Movilidad Articular		5	
4. Juego		Calentamiento		7	
ACTIVIDADES		Capacidades Físicas		Tiempo 90 Min	
1. pases triangulados		Capacidad		Manifestación	
2. dribling entre piernas		Fuerza		Maxima	
3. dribling con desplazamientos laterales		Resistencia		Explosiva	
4.				Aerobica	
5.				Anaerobica	
6. recorridos de extremo a extremo		Velocidad		Maxima	
7.				Desplazamiento	
8.				Reacción	
9. sentadillas varias veces		Flexibilidad		Estática	
10.				Dinámica	
ACTIVIDADES		Capacidades Coordinativas		Tiempo	
1. pases triangulados		Acoplamiento		8	
2. dribling entre piernas		Ritmo		8	
3. dribling con desplazamientos laterales y doble		Equilibrio		8	
4.		Orientación		8	
5. Lanzamiento de pelotas de tenis individual		Diferenciación		8	
6. hacer cortina		Reacción		8	
7.		Adaptación		8	
8.		Habilidades Básicas de Movimiento		8	
ACTIVIDADES		Técnico		Táctico	
1.		pase		control	
2.		tiro		dirección	
3.		evasion		velocidad	
4.		dribling		velocidad	
ACTIVIDADES		Tiempo 10 Min		Actividad	
1. Estiramiento		5		Ejercicios pasivos de yoga	
2. Retroalimentación de la clase valores		5		Charla final	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		5		Charla final	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		5		Charla final	
FIRMA FORMADOR: RICHARD CONTRERAS RAMIREZ					

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA PLAN DIARIO DE CLASE					
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA					
Fecha:	2/12/2022	Lugar:	POI Municipio: MEDINA	Hora:	1:00 N° de sesión: 2
Nombre del Formador:		RICHARD CONTRERAS RAMIREZ		N.º de deportistas:	6
Edades:		5-9			
INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo general. Pases con desplazamientos					
Objetivo Específico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motriz de los niños a través de los principales movimientos					
Objetivo Técnico					
Respeto		Convivencia		Autodisciplina	X
Honestidad	X	Justicia	X	Reconocimiento	X
Trabajo en equipo		Cumplimiento	X	Juego Limpio	X
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE					
PARTE INICIAL		Tiempo 20 Min		MATERIALES Y RECURSO	
1. Charla inicial		Introducción a la clase		5	
2. Confirmación de asistencia		llamado a lista		3	
3. Movimientos generales		Movilidad Articular		5	
4. Juego		Calentamiento		7	
ACTIVIDADES		Capacidades Físicas		Tiempo 90 Min	
1. lanzar la pelota a un muro		Capacidad		Manifestación	
2. repetir la vez que sea posible		Fuerza		Maxima	
3.				Explosiva	
4.				Aerobica	
5.				Anaerobica	
6. desplazamiento de lado a lado		Velocidad		Maxima	
7.				Desplazamiento	
8.				Reacción	
9.				Estática	
10.				Dinámica	
ACTIVIDADES		Capacidades Coordinativas		Tiempo	
1. pases triangulados		Acoplamiento		8	
2. dribling entre piernas		Ritmo		8	
3. Carrera de saltos por parejas		Equilibrio		8	
4.		Orientación		8	
5. Lanzamiento de pelotas de tenis individual		Diferenciación		8	
6. Lanzamiento de pelota por parejas a distancia		Reacción		8	
7. Lanzamiento de pelotas por equipos		Adaptación		8	
8.		Habilidades Básicas de Movimiento		8	
ACTIVIDADES		Técnico		Táctico	
1.		pase		control	
2.		tiro		dirección	
3.		evasion		velocidad	
4.		dribling		velocidad	
ACTIVIDADES		Tiempo 10 Min		Actividad	
1. Estiramiento		5		Ejercicios pasivos de yoga	
2. Retroalimentación de la clase valores		5		Charla final	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		5		Charla final	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		5		Charla final	
FIRMA FORMADOR: RICHARD CONTRERAS RAMIREZ					

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA PLAN DIARIO DE CLASE					
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA					
Fecha:	5/12/2022	Lugar:	POI Municipio: MEDINA	Hora:	1:00 N° de sesión: 3
Nombre del Formador:		RICHARD CONTRERAS RAMIREZ		N.º de deportistas:	6
Edades:		5-9			
INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo general. Desarrollar diferentes tipos de saltos					
Objetivo Específico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motriz de los niños a través de los principales movimientos					
Objetivo Técnico					
Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X
Honestidad	X	Justicia	X	Reconocimiento	X
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento	X	Juego Limpio	X
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE					
PARTE INICIAL		Tiempo 20 Min		MATERIALES Y RECURSO	
1. Charla inicial		Introducción a la clase		5	
2. Confirmación de asistencia		llamado a lista		3	
3. Movimientos generales		Movilidad Articular		5	
4. Juego		Calentamiento		7	
ACTIVIDADES		Capacidades Físicas		Tiempo 90 Min	
1. Caminata Libre		Capacidad		Manifestación	
2. La lleva		Fuerza		Maxima	
3. Caminata siguiendo el comando		Resistencia		Explosiva	
4. Juego Conduciendo en la ciudad				Aerobica	
5.				Anaerobica	
6.				Maxima	
7.				Desplazamiento	
8.				Reacción	
9.				Estática	
10.				Dinámica	
ACTIVIDADES		Capacidades Coordinativas		Tiempo	
1. lanzar la pelota a un muro		Acoplamiento		8	
2. repetir la vez que sea posible		Ritmo		8	
3. Carrera de saltos por parejas		Equilibrio		8	
4.		Orientación		8	
5. velocidad básica, cambios de dirección		Diferenciación		8	
6. atrapa tu pareja		Reacción		8	
7. sprint con dribling y cambio de mano		Adaptación		8	
8.		Habilidades Básicas de Movimiento		8	
ACTIVIDADES		Técnico		Táctico	
1.		pase		control	
2.		tiro		dirección	
3.		evasion		velocidad	
4.		dribling		velocidad	
ACTIVIDADES		Tiempo 10 Min		Actividad	
1. Estiramiento		5		Ejercicios pasivos de yoga	
2. Retroalimentación de la clase valores		5		Charla final	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		5		Charla final	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		5		Charla final	
FIRMA FORMADOR: RICHARD CONTRERAS RAMIREZ					

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA PLAN DIARIO DE CLASE					
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA					
Fecha:	8/12/2022	Lugar:	POI Municipio: MEDINA	Hora:	1:00 N° de sesión: 4
Nombre del Formador:		RICHARD CONTRERAS RAMIREZ		N.º de deportistas:	6
Edades:		5-9			
INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	
Objetivo general. Realizar el desplazamiento con y sin elementos					
Objetivo Específico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motriz de los niños a través de los principales movimientos					
Objetivo Técnico					
Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X
Honestidad	X	Justicia	X	Reconocimiento	X
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento	X	Juego Limpio	X
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE					
PARTE INICIAL		Tiempo 20 Min		MATERIALES Y RECURSO	
1. Charla inicial		Introducción a la clase		5	
2. Confirmación de asistencia		llamado a lista		3	
3. Movimientos generales		Movilidad Articular		5	
4. Juego		Calentamiento		7	
ACTIVIDADES		Capacidades Físicas		Tiempo 90 Min	
1. pases triangulados		Capacidad		Manifestación	
2. dribling entre piernas		Fuerza		Maxima	
3. dribling con desplazamientos laterales		Resistencia		Explosiva	
4.				Aerobica	
5.				Anaerobica	
6. recorridos de extremo a extremo		Velocidad		Maxima	
7.				Desplazamiento	
8.				Reacción	
9.				Estática	
10.				Dinámica	
ACTIVIDADES		Capacidades Coordinativas		Tiempo	
1. pases triangulados		Acoplamiento		8	
2. dribling entre piernas		Ritmo		8	
3. dribling con desplazamientos laterales y doble		Equilibrio		8	
4.		Orientación		8	
5. Lanzamiento de pelotas de tenis individual		Diferenciación		8	
6. hacer cortina		Reacción		8	
7.		Adaptación		8	
8.		Habilidades Básicas de Movimiento		8	
ACTIVIDADES		Técnico		Táctico	
1.		pase		control	
2.		tiro		dirección	
3.		evasion		velocidad	
4.		dribling		velocidad	
ACTIVIDADES		Tiempo 10 Min		Actividad	
1. Estiramiento		5		Ejercicios pasivos de yoga	
2. Retroalimentación de la clase valores		5		Charla final	
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos		5		Charla final	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		5		Charla final	
FIRMA FORMADOR: RICHARD CONTRERAS RAMIREZ					

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA															
INDEPORTES CUNDINAMARCA															
PLAN DIARIO DE CLASE															
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA															
Fecha:	9/12/2022	Lugar:	POI	Municipio:	MEDINA	Hora:	1:00	N° de sesión:	5	N° de semana:	2				
Nombre del Formador:				RICHARD CONTRERAS RAMIREZ		N.deportistas		6		Edades: 5-9					
INICIACIÓN		X		FUNDAMENTACIÓN				PERFECCIONAMIENTO							
objetivo general: Actividad lúdica y recreativa															
Objetivo Específico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motor de los niños a través de los principales movimientos															
Objetivo Técnico															
VALORES SOCIALES Y PERSONALES															
Respeto				Convivencia		X		Autodisciplina		Participación		X			
Honestidad		X		Justicia		X		Reconocimiento		X		Autodominio		X	
Trabajo en equipo				Cumplimiento				Juego Limpio		Recompensas					
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE															
PARTE INICIAL															
ACTIVIDADES						Tiempo		20 Min		MATERIALES Y RECURSO					
1. Charla Inicial		Introducción a la clase						5							
2. Confirmación de asistencia		llamado a lista						3							
3. Movimientos generales		Movilidad Articular						5							
4. Juego		Calentamiento						7							
PARTE CENTRAL-PARTE 1															
ACTIVIDADES		Capacidades Físicas				Tiempo		90 Min		MATERIALES Y RECURSO					
		Capacidad		Manifestación											
1. Caminata Libre		Fuerza		Maxima				8							
2. La lleva				Explosiva		x		8							
3. Caminata siguiendo el comando		Resistencia		Aerobica		x		8							
4. Juego Conduciendo				Anaerobica				8							
5. Test de velocidad				Maxima		x									
6.		Velocidad		desplazamiento		x									
7.				Reacción		x									
8.				Estática											
9.		Flexibilidad		Dinamica											
ACTIVIDADES		Capacidades				Tiempo				MATERIALES Y RECURSO					
entradas con crossover		Acoplamiento						8		Aros, pelotas, platillos					
repeticiones las veces que sea posible		Ritmo						8							
		Equilibrio				x		8							
		Orientación				x									
		Diferenciación						8							
cambio de ritmo		Reacción				x		8							
		Adaptación				x		8							
		Juegos Básicos de Movimiento				x									
PARTE CENTRAL-PARTE 2															
ACTIVIDADES		Técnico		Tactico		Tiempo				MATERIALES Y RECURSO					
1. Agarra, maneja y controla el balón drib		pase		pase											
2. bote de balón izquierdo, adelante-atras con		tiro		tiro											
3. maneja y movimientos driblando		evasión		evasión											
4. coordinación de bote en aro		dribling		dribling											
PARTE FINAL															
ACTIVIDADES		Tiempo		10 Min		Actividad				MATERIALES Y RECURSO					
1. Estiramiento						Ejercicios pasivos de yoga									
2. Retroalimentación de la clase valores				5		Charla final									
3. Retroalimentación de ejercicios															
4. Tareas en casa y recomendaciones generales															
FIRMA FORMADOR:				RICHARD CONTRERAS RAMIREZ											

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA															
INDEPORTES CUNDINAMARCA															
PLAN DIARIO DE CLASE															
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA															
Fecha:	12/12/2022	Lugar:	POI	Municipio:	MEDINA	Hora:	1:00	N° de sesión:	6	N° de semana:	3				
Nombre del Formador:				RICHARD CONTRERAS RAMIREZ		N.deportistas		6		Edades: 5-9					
INICIACIÓN		X		FUNDAMENTACIÓN				PERFECCIONAMIENTO							
objetivo general: doble ritmo con aros															
Objetivo Específico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motor de los niños a través de los principales movimientos															
Objetivo Técnico															
VALORES SOCIALES Y PERSONALES															
Respeto				Convivencia		X		Autodisciplina		Participación		X			
Honestidad		X		Justicia		X		Reconocimiento		X		Autodominio		x	
Trabajo en equipo		X		Cumplimiento		X		Juego Limpio		Recompensas					
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE															
PARTE INICIAL															
ACTIVIDADES						Tiempo		20 Min		MATERIALES Y RECURSO					
1. Charla Inicial		Introducción a la clase						5							
2. Confirmación de asistencia		llamado a lista						3							
3. Movimientos generales		Movilidad Articular						5							
4. Juego		Calentamiento						7							
PARTE CENTRAL-PARTE 1															
ACTIVIDADES		Capacidades Físicas				Tiempo		90 Min		MATERIALES Y RECURSO					
		Capacidad		Manifestación											
1. Caminata Libre		Fuerza		Maxima				8							
2. La lleva				Explosiva		x		8							
3. Caminata siguiendo el comando		Resistencia		Aerobica				8							
4. Juego Conduciendo en la ciudad				Anaerobica				8							
5.				Maxima		x									
6.		Velocidad		desplazamiento		x									
7.				Reacción		x									
8.				Estática											
9.		Flexibilidad		Dinamica											
ACTIVIDADES		Capacidades				Tiempo				MATERIALES Y RECURSO					
1. Movimientos rápidos en zig-zag		Acoplamiento						8		Aros, pelotas, platillos					
2. Desplazamientos laterales		Ritmo						8							
3. Carreras por equipos		Equilibrio				x		8							
		Orientación				x									
		Diferenciación						8							
		Reacción				x		8							
		Adaptación				x		8							
		Juegos Básicos de Movimiento				x									
PARTE CENTRAL-PARTE 2															
ACTIVIDADES		Técnico		Tactico		Tiempo				MATERIALES Y RECURSO					
1. bote de balón por delante y a un lado															
2. estilos de dribling en circuito															
4. 1x1 desde el alero															
PARTE FINAL															
ACTIVIDADES		Tiempo		10 Min		Actividad				MATERIALES Y RECURSO					
1. Estiramiento						Ejercicios pasivos de yoga									
2. Retroalimentación de la clase valores				5		Charla final									
3. Retroalimentación de ejercicios															
4. Tareas en casa y recomendaciones generales															
FIRMA FORMADOR:				RICHARD CONTRERAS RAMIREZ											

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA															
INDEPORTES CUNDINAMARCA															
PLAN DIARIO DE CLASE															
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA															
Fecha:	15/12/2022	Lugar:	POI	Municipio:	MEDINA	Hora:	1:00	N° de sesión:	7	N° de semana:	3				
Nombre del Formador:				RICHARD CONTRERAS RAMIREZ		N.deportistas		6		Edades: 5-9					
INICIACIÓN		X		FUNDAMENTACIÓN				PERFECCIONAMIENTO							
objetivo general: Tensado por parejas															
Objetivo Específico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motor de los niños a través de los principales movimientos															
Objetivo Técnico															
VALORES SOCIALES Y PERSONALES															
Respeto				Convivencia		X		Autodisciplina		Participación		X			
Honestidad		X		Justicia		X		Reconocimiento		X		Autodominio		x	
Trabajo en equipo				Cumplimiento				Juego Limpio		Recompensas					
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE															
PARTE INICIAL															
ACTIVIDADES						Tiempo		20 Min		MATERIALES Y RECURSO					
1. Charla Inicial		Introducción a la clase						5							
2. Confirmación de asistencia		llamado a lista						3							
3. Movimientos generales		Movilidad Articular						5							
4. Juego		Calentamiento						7							
PARTE CENTRAL-PARTE 1															
ACTIVIDADES		Capacidades Físicas				Tiempo		90 Min		MATERIALES Y RECURSO					
		Capacidad		Manifestación											
1. Caminata Libre		Fuerza		Maxima				8							
2. La lleva				Explosiva		x		8							
3. Caminata siguiendo el comando		Resistencia		Aerobica				8							
4. Juego Conduciendo en la ciudad				Anaerobica				8							
5.				Maxima		x									
6.		Velocidad		desplazamiento		x									
7.				Reacción		x									
8.				Estática											
9.		Flexibilidad		Dinamica											
ACTIVIDADES		Capacidades				Tiempo				MATERIALES Y RECURSO					
1. desplazamiento en circuito con bota		Acoplamiento						8		Aros, pelotas, platillos					
2. desplazamiento lateral posición triple		Ritmo						8							
3. desplazamiento de balón a la altura de		Equilibrio				x		8							
4. desplazamiento y tiro con pase		Orientación				x									
		Diferenciación						8							
		Reacción				x		8							
		Adaptación				x		8							
		Juegos Básicos de Movimiento				x									
PARTE CENTRAL-PARTE 2															
ACTIVIDADES		Técnico		Tactico		Tiempo				MATERIALES Y RECURSO					
1.															
2.															
3.															
4.															
PARTE FINAL															
ACTIVIDADES		Tiempo		10 Min		Actividad				MATERIALES Y RECURSO					
1. Estiramiento						Ejercicios pasivos de yoga									
2. Retroalimentación de la clase valores				5		Charla final									
3. Retroalimentación de ejercicios															
4. Tareas en casa y recomendaciones generales															
FIRMA FORMADOR:				RICHARD CONTRERAS RAMIREZ											

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA															
INDEPORTES CUNDINAMARCA															
PLAN DIARIO DE CLASE															
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA															
Fecha:	16/12/2022	Lugar:	POI	Municipio:	MEDINA	Hora:	1:00	N° de sesión:	8	N° de semana:	3				
Nombre del Formador:				RICHARD CONTRERAS RAMIREZ		N.deportistas		6		Edades: 5-9					
INICIACIÓN		X		FUNDAMENTACIÓN				PERFECCIONAMIENTO							
objetivo general: Desarrollar detenciones															
Objetivo Específico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motor de los niños a través de los principales movimientos															
Objetivo Técnico															
VALORES SOCIALES Y PERSONALES															
Respeto				Convivencia		X		Autodisciplina		Participación		X			
Honestidad		X		Justicia		X		Reconocimiento		X		Autodominio		x	
Trabajo en equipo				Cumplimiento				Juego Limpio		Recompensas					
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE															
PARTE INICIAL															
ACTIVIDADES						Tiempo		20 Min		MATERIALES Y RECURSO					
1. Charla Inicial		Introducción a la clase						5							
2. Confirmación de asistencia		llamado a lista						3							
3. Movimientos generales		Movilidad Articular						5							
4. Juego		Calentamiento						7							
PARTE CENTRAL-PARTE 1															
ACTIVIDADES		Capacidades Físicas				Tiempo		90 Min		MATERIALES Y RECURSO					
		Capacidad		Manifestación											
1. Caminata Libre		Fuerza		Maxima				8							
2. La lleva				Explosiva		x		8							
3. Caminata siguiendo el comando		Resistencia		Aerobica				8							
4. Juego Conduciendo en la ciudad				Anaerobica				8							
5.				Maxima		x									
6.		Velocidad		desplazamiento		x									
7.				Reacción		x									
8.				Estática											
9.		Flexibilidad		Dinamica											
ACTIVIDADES		Capacidades				Tiempo				MATERIALES Y RECURSO					
1. desplazamiento de balón a la altura de la cintura		Acoplamiento						8		Aros, pelotas, platillos					
2. postura de ataque		Ritmo						8							
3. desplazamiento y tiro con pase		Equilibrio				x		8							
		Orientación				x									
		Diferenciación						8							
		Reacción				x		8							
		Adaptación				x		8							
		Juegos Básicos de Movimiento				x									
PARTE CENTRAL-PARTE 2															
ACTIVIDADES		Técnico		Tactico		Tiempo				MATERIALES Y RECURSO					
1.															
2.															
3.															
4.															
PARTE FINAL															
ACTIVIDADES		Tiempo		10 Min		Actividad				MATERIALES Y RECURSO					
1. Estiramiento						Ejercicios pasivos de yoga									
2. Retroalimentación de la clase valores				5		Charla final									
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos															
4. Tareas en casa y recomendaciones generales															
FIRMA FORMADOR:				RICHARD CONTRERAS RAMIREZ											

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA											
INDEPORTES CUNDINAMARCA											
PLAN DIARIO DE CLASE											
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA											
Fecha:	19/12/2022	Lugar:	POI	Municipio:	MEDINA	Hora:	1:00	N° de sesión:	9	N° de semana:	4
Nombre del Formador:		RICHARD CONTRERAS		N.de deportistas:		6		Edades:		5-9	
INICIACIÓN		X		FUNDAMENTACIÓN				PERFECCIONAMIENTO			
objetivo general: Ejecutar los desplazamientos y sus variantes											
Objetivo Específico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motriz de los niños a través de los principales movimientos											
Objetivo Técnico											
VALORES SOCIALES Y PERSONALES											
Respeto				Convivencia		X		Autodisciplina		Participación	
Honestidad		X		Justicia		X		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo				Cumplimiento				Juego Limpio		Recompensas	
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE											
PARTE INICIAL											
ACTIVIDADES				Capacidades Físicas		Tiempo		20 Min		MATERIALES Y RECURSO	
1. Charla inicial				Introducción a la clase						5	
2. Confirmación de asistencia				llamado a lista						3	
3. Movimientos generales				Movilidad Articular						5	
4. Juego				Calentamiento						7	
PARTE CENTRAL-PARTE 1											
ACTIVIDADES				Capacidades Físicas		Tiempo		90 Min		MATERIALES Y RECURSO	
1. Caminata Libre		Fuerza		Maxima						8	
2. La lleva				Explosiva		X				8	
3. Caminata siguiendo el comando				Aerobica						8	
4. Juego Conduciendo en la ciudad				Anaerobica						8	
5.				Maxima		X					
6.				Velocidad		esplazamiento		X			
7.				Reacción		X					
8.				Estática							
9.				Flexibilidad		Dinamica					
PARTE CENTRAL-PARTE 2											
ACTIVIDADES				Capacidades		Tiempo				MATERIALES Y RECURSO	
1. cambios de ritmo				Acoplamiento						8	
2. cambio de ritmo sin balón - con balón				Ritmo						8	
3. de espalda reacción a estímulo				Equilibrio		X				8	
4. Test de velocidad				Orientación		X				8	
				Diferenciación						8	
				Reacción		X				8	
				Adaptación		X				8	
				Juegos Básicos de Movimiento		X					
PARTE FINAL											
ACTIVIDADES				Técnico		Táctico		Tiempo		MATERIALES Y RECURSO	
1. realiza bote de protección											
2. defensa 1 x1											
3. 2x1 defensa											
4.											
PARTE FINAL											
ACTIVIDADES				Tiempo 10 Min		Actividad				MATERIALES Y RECURSO	
1. Estiramiento				5		Ejercicios pasivos de yoga					
2. Retroalimentación de la clase				5		Charla final					
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos											
4. Tareas en casa y recomendaciones generales											
FIRMA FORMADOR:											
RICHARD CONTRERAS											

Fundamentación

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA											
INDEPORTES CUNDINAMARCA											
PLAN DIARIO DE CLASE											
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA											
Fecha:	1/12/2022	Lugar:	POI	Municipio:	MEDINA	Hora:	3:00	N° de sesión:	1	N° de semana:	1
Nombre del Formador:		RICHARD CONTRERAS RAMIREZ		N.de deportistas:		12		Edades:		9-12	
INICIACIÓN				FUNDAMENTACIÓN		X		PERFECCIONAMIENTO			
objetivo general: fortalecimiento y resistencia											
Objetivo Específico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motriz de los niños a través de los principales movimientos											
Objetivo Técnico											
VALORES SOCIALES Y PERSONALES											
Respeto				Convivencia				Autodisciplina		Participación	
Honestidad		X		Justicia		X		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo		X		Cumplimiento		X		Juego Limpio		Recompensas	
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE											
PARTE INICIAL											
ACTIVIDADES				Capacidades Físicas		Tiempo		20 Min		MATERIALES Y RECURSO	
1. Charla inicial				Introducción a la clase						5	
2. Confirmación de asistencia				llamado a lista						3	
3. Movimientos generales				Movilidad Articular						5	
4. Juego				Calentamiento						7	
PARTE CENTRAL-PARTE 1											
ACTIVIDADES				Capacidades Físicas		Tiempo		90 Min		MATERIALES Y RECURSO	
1. Caminata Libre		Fuerza		Maxima						8	
2. La lleva				Explosiva		X				8	
3. Caminata siguiendo el comando				Aerobica						8	
4. Juego Conduciendo en la ciudad				Anaerobica						8	
5.				Maxima		X					
6.				Velocidad		esplazamiento		X			
7.				Reacción		X					
8.				Estática							
9.				Flexibilidad		Dinamica					
PARTE CENTRAL-PARTE 2											
ACTIVIDADES				Capacidades		Tiempo				MATERIALES Y RECURSO	
1. Carreras a los conos indicados				Acoplamiento						8	
2. Desplazamientos de espalda rápidos				Ritmo						8	
3. Traer la mayor cantidad de conos de				Equilibrio		X				8	
4.				Orientación		X				8	
				Diferenciación						8	
				Reacción		X				8	
7. Lanzamiento de pelotas por equipo				Adaptación		X				8	
8.				Juegos Básicos de Movimiento		X					
PARTE FINAL											
ACTIVIDADES				Técnico		Táctico		Tiempo		MATERIALES Y RECURSO	
1.											
2.											
3.											
4.											
PARTE FINAL											
ACTIVIDADES				Tiempo 10 Min		Actividad				MATERIALES Y RECURSO	
1. Estiramiento				5		Ejercicios pasivos de yoga					
2. Retroalimentación de la clase				5		Charla final					
3. Retroalimentación de ejercicios											
4. Tareas en casa y recomendaciones generales											
FIRMA FORMADOR:											
RICHARD CONTRERAS RAMIREZ											

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA									
INDEPORTES CUNDINAMARCA									
PLAN DIARIO DE CLASE									
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA									
Fecha:	5/12/2022	Lugar:	POI	Municipio:	MEDINA	Hora:	3:00	N° de sesión:	3
Nombre del Formador:		RICHARD CONTRERAS RAMIREZ		N.de deportistas		12		Edades: 9-12	
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO					
objetivo general: se realizo drible de progrescion									
Objetivo Especifico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motriz de los niños a través de los principales mov									
Objetivo Tecnico									
VALORES SOCIALES Y PERSONALES									
Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participación		X	
Honestidad	X	Justicia	X	Reconocimiento	X	Autodominio			
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa			
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE									
PARTE INICIAL									
ACTIVIDADES					Tiempo 20 Mi		MATERIALES Y RECURSO		
1. Charla inicial	Introducción a la clase				5				
2. Confirmación de asistencia	llamado a lista				3				
3. Movimientos generales	Movilidad Articular				5				
4. Juego	Calentamiento				7				
PARTE CENTRAL-PARTE 1									
ACTIVIDADES	Capacidades Físicas				Tiempo 90 Mi		MATERIALES Y RECURSO		
	Capacidad	Manifestación							
1. Caminata Libre	Fuerza	Maxima			8				
2. La lleva		Explosiva	X		8				
3. Caminata siguiendo el comando	Resistencia	Aerobica			8				
4. Juego Conduciendo en la ciudad		Anaerobica			8				
5.		Maxima	X						
6.	Velocidad	esplazamiento	X						
7.		Reacción	X						
8.		Estática							
9.	Flexibilidad	Dinamica							
PARTE CENTRAL-PARTE 2									
ACTIVIDADES	Capacidades				Tiempo		MATERIALES Y RECURSO		
		Acoplamiento			8				
1. Doble ritmo con pase elevado		Ritmo			8				
2. Saltos por el caminito de aros		Equilibrio	X		8				
3. Carrera de saltos por parejas		Orientación	X		8				
4.		Diferenciación			8				
5. velocidad basica, cambios de direcc		Reacción	X		8				
6. atrapa tu pareja		Adaptación	X		8				
7. sprint con dribling y cambio de mar		Adaptación	X		8				
8.		iones Basicos de Movimie	X						
PARTE CENTRAL-PARTE 2									
ACTIVIDADES	Técnico	Tactico	Tiempo		MATERIALES Y RECURSO				
5. velocidad basica, cambios de direcc		Pase por la espalda							
6. atrapa tu pareja		Bloqueo por sombra							
7. sprint con dribling y cambio de mar									
4.									
PARTE FINAL									
ACTIVIDADES	Tiempo 10 M		Actividad		MATERIALES Y RECURSO				
1. Estiramiento	5		Estiramientos pasivos de yo						
2. Retroalimentación de la clase valores	5		Charla final						
3. Retroalimentación de ejercicios									
4. Tareas en casa y recomendaciones gene									
FIRMA FORMADOR: RICHARD CONTRERAS RAMIREZ									

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA									
INDEPORTES CUNDINAMARCA									
PLAN DIARIO DE CLASE									
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA									
Fecha:	09/19/2022	Lugar:	POI	Municipio:	MEDINA	Hora:	3:00	N° de sesión:	5
Nombre del Formador:		RICHARD CONTRERAS RAMIREZ		N.de deportistas		12		Edades: 9-12	
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO					
objetivo general: Actividades ludicas y juegos									
Objetivo Especifico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motriz de los niños a través de los principales movimie									
Objetivo Tecnico									
VALORES SOCIALES Y PERSONALES									
Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina		Participación		X	
Honestidad	X	Justicia	X	Reconocimiento	X	Autodominio		X	
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa			
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE									
PARTE INICIAL									
ACTIVIDADES					Tiempo 20 Mi		MATERIALES Y RECURSO		
1. Charla inicial	Introducción a la clase				5				
2. Confirmación de asistencia	llamado a lista				3				
3. Movimientos generales	Movilidad Articular				5				
4. Juego	Calentamiento				7				
PARTE CENTRAL-PARTE 1									
ACTIVIDADES	Capacidades Físicas				Tiempo 90 Mi		MATERIALES Y RECURSO		
	Capacidad	Manifestación							
1. Caminata Libre	Fuerza	Maxima			8				
2. La lleva		Explosiva	X		8				
3. Caminata siguiendo el comando	Resistencia	Aerobica			8				
4. Test de velocidad		Anaerobica			8				
5.		Maxima	X						
6.	Velocidad	esplazamiento	X						
7.		Reacción	X						
8.		Estática							
9.	Flexibilidad	Dinamica							
PARTE CENTRAL-PARTE 2									
ACTIVIDADES	Capacidades				Tiempo		MATERIALES Y RECURSO		
		Acoplamiento			8				
1. PASE PECHO Y LANZAMIENTO DE TRE		Ritmo			8				
2. DRIBLING ALTERNADO SALTO TRE		Equilibrio	X		8				
3. Carrera de saltos por parejas		Orientación	X		8				
4.		Diferenciación			8				
5. Lanzamiento de pelotas de tenis individual		Reacción	X		8				
6. Lanzamiento de pelota por parejas a distanc		Adaptación	X		8				
7. Lanzamiento de pelotas por equipos		iones Basicos de Movimie	X						
PARTE CENTRAL-PARTE 2									
ACTIVIDADES	Técnico	Tactico	Tiempo		MATERIALES Y RECURSO				
1. lanzamientos	X				10				
2. Pases según el sonido		X			10				
3.									
4.									
PARTE FINAL									
ACTIVIDADES	Tiempo 10 M		Actividad		MATERIALES Y RECURSO				
1. Estiramiento	5		Estiramientos pasivos de yo						
2. Retroalimentación de la clase valores	5		Charla final						
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos									
4. Tareas en casa y recomendaciones generales									
FIRMA FORMADOR: RICHARD CONTRERAS RAMIREZ									

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA									
INDEPORTES CUNDINAMARCA									
PLAN DIARIO DE CLASE									
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA									
Fecha:	8/12/2022	Lugar:	POI	Municipio:	MEDINA	Hora:	3:00	N° de sesión:	4
Nombre del Formador:		RICHARD CONTRERAS RAMIREZ		N.de deportistas		12		Edades: 9-12	
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO					
objetivo general: Desarrollar y ejecutar el drible de proteccion									
Objetivo Especifico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motriz de los niños a través de los principales mov									
Objetivo Tecnico									
VALORES SOCIALES Y PERSONALES									
Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participación		X	
Honestidad	X	Justicia	X	Reconocimiento	X	Autodominio			
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa			
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE									
PARTE INICIAL									
ACTIVIDADES					Tiempo 20 Mi		MATERIALES Y RECURSO		
1. Charla inicial	Introducción a la clase				5				
2. Confirmación de asistencia	llamado a lista				3				
3. Movimientos generales	Movilidad Articular				5				
4. Juego	Calentamiento				7				
PARTE CENTRAL-PARTE 1									
ACTIVIDADES	Capacidades Físicas				Tiempo 90 Mi		MATERIALES Y RECURSO		
	Capacidad	Manifestación							
1. Caminata Libre	Fuerza	Maxima			8				
2. La lleva		Explosiva	X		8				
3. Caminata siguiendo el comando	Resistencia	Aerobica			8				
4. Juego Conduciendo en la ciudad		Anaerobica			8				
5.		Maxima	X						
6.	Velocidad	esplazamiento	X						
7.		Reacción	X						
8.		Estática							
9.	Flexibilidad	Dinamica							
PARTE CENTRAL-PARTE 2									
ACTIVIDADES	Capacidades				Tiempo		MATERIALES Y RECURSO		
		Acoplamiento			8				
1. elevamos el balon para tomarlon y		Ritmo			8				
2. Saltos por el caminito de aros		Equilibrio	X		8				
3. Carrera de saltos por parejas		Orientación	X		8				
4. Desplazamiento laterales con balon		Diferenciación			8				
		Reacción	X		8				
		Adaptación	X		8				
		iones Basicos de Movimie	X						
PARTE CENTRAL-PARTE 2									
ACTIVIDADES	Técnico	Tactico	Tiempo		MATERIALES Y RECURSO				
1. conduccion de balon por circuito	X				10				
2. Pase de espalda		X			10				
3. recepcion y pase largo		X			10				
4.									
PARTE FINAL									
ACTIVIDADES	Tiempo 10 M		Actividad		MATERIALES Y RECURSO				
1. Estiramiento	5		Estiramientos pasivos de yo						
2. Retroalimentación de la clase valores	5		Charla final						
3. Retroalimentación de ejercicios									
4. Tareas en casa y recomendaciones gene									
FIRMA FORMADOR: RICHARD CONTRERAS RAMIREZ									

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA					
INDEPORTES CUNDINAMARCA					
PLAN DIARIO DE CLASE					
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA					
Fecha:	15/12/2022	Lugar:	POI	Municipio:	MEDINA
Nombre del Formador:	RICHARD CONTRERAS RAMIREZ		Edades:	9-12	
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	
objetivo general. Realizar ejercicios con drible y velocidad					
Objetivo Especifico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motriz de los niños a través de los principales mo					
Objetivo Técnico					
VALORES SOCIALES Y PERSONALES					
Respeto		Convivencia		X	
Honestidad		Justicia		X	
Trabajo en equipo		Cumplimiento		X	
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE					
PARTE INICIAL					
ACTIVIDADES		Tiempo 20 Mi		MATERIALES Y RECURSO	
1. Charla inicial		Introducción a la clase		5	
2. Confirmación de asistencia		llamado a lista		3	
3. Movimientos generales		Movilidad Articular		5	
4. Juego		Calentamiento		7	
PARTE CENTRAL-PARTE 1					
ACTIVIDADES		Capacidades Físicas		Tiempo 90 Mi	
1. Caminata Libre		Fuerza		8	
2. La lleva		Resistencia		8	
3. Caminata siguiendo el comando		Velocidad		8	
4. Juego Conduciendo en la ciudad		Flexibilidad		8	
5.		Capacidades		Tiempo	
6.		Acomplamiento		8	
7.		Ritmo		8	
8.		Equilibrio		8	
9.		Orientación		8	
10.		Diferenciación		8	
11.		Reacción		8	
12.		Adaptación		8	
13.		Juegos Basicos de Movimie		8	
PARTE CENTRAL-PARTE 2					
ACTIVIDADES		Técnico		Tiempo	
1. Saltos defensivos		x		10	
2. Doble ritmo y pase		x		10	
3.					
4.					
PARTE FINAL					
ACTIVIDADES		Tiempo 10 M		Actividad	
1. Estiramiento		5		Estiramientos pasivos de yo	
2. Retroalimentación de la clase valores		5		Charla final	
3. Retroalimentación de ejercicios					
4. Tareas en casa y recomendaciones gen					
FIRMA FORMADOR:					

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA					
INDEPORTES CUNDINAMARCA					
PLAN DIARIO DE CLASE					
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA					
Fecha:	16/12/2022	Lugar:	POI	Municipio:	MEDINA
Nombre del Formador:	RICHARD CONTRERAS RAMIREZ		Edades:	9-12	
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	
objetivo general. ejercicios de doble ritmo					
Objetivo Especifico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motriz de los niños a través de los principales mo					
Objetivo Técnico					
VALORES SOCIALES Y PERSONALES					
Respeto		Convivencia		X	
Honestidad		Justicia		X	
Trabajo en equipo		Cumplimiento		X	
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE					
PARTE INICIAL					
ACTIVIDADES		Tiempo 20 Mi		MATERIALES Y RECURSO	
1. Charla inicial		Introducción a la clase		5	
2. Confirmación de asistencia		llamado a lista		3	
3. Movimientos generales		Movilidad Articular		5	
4. Juego		Calentamiento		7	
PARTE CENTRAL-PARTE 1					
ACTIVIDADES		Capacidades Físicas		Tiempo 90 Mi	
1. Caminata Libre		Fuerza		8	
2. La lleva		Resistencia		8	
3. Caminata siguiendo el comando		Velocidad		8	
4. Juego Conduciendo en la ciudad		Flexibilidad		8	
5.		Capacidades		Tiempo	
6.		Acomplamiento		8	
7.		Ritmo		8	
8.		Equilibrio		8	
9.		Orientación		8	
10.		Diferenciación		8	
11.		Reacción		8	
12.		Adaptación		8	
13.		Juegos Basicos de Movimie		8	
PARTE CENTRAL-PARTE 2					
ACTIVIDADES		Técnico		Tiempo	
1. bloque defensivo		x		20	
2.					
3.					
4.					
PARTE FINAL					
ACTIVIDADES		Tiempo 10 M		Actividad	
1. Estiramiento		5		Estiramientos pasivos de yo	
2. Retroalimentación de la clase valores		5		Charla final	
3. Retroalimentación de ejercicios					
4. Tareas en casa y recomendaciones gen					
FIRMA FORMADOR:					

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA					
INDEPORTES CUNDINAMARCA					
PLAN DIARIO DE CLASE					
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA					
Fecha:	19/12/2022	Lugar:	POI	Municipio:	MEDINA
Nombre del Formador:	RICHARD CONTRERAS		Edades:	9-12	
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO	
objetivo general. Ejercicios con pases en diferentes direcciones					
Objetivo Especifico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motriz de los niños a través de los principales mo					
Objetivo Técnico					
VALORES SOCIALES Y PERSONALES					
Respeto		Convivencia		X	
Honestidad		Justicia		X	
Trabajo en equipo		Cumplimiento		X	
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE					
PARTE INICIAL					
ACTIVIDADES		Tiempo 20 Mi		MATERIALES Y RECURSO	
1. Charla inicial		Introducción a la clase		5	
2. Confirmación de asistencia		llamado a lista		3	
3. Movimientos generales		Movilidad Articular		5	
4. Juego		Calentamiento		7	
PARTE CENTRAL-PARTE 1					
ACTIVIDADES		Capacidades Físicas		Tiempo 90 Mi	
1. Caminata Libre		Fuerza		8	
2. La lleva		Resistencia		8	
3. Caminata siguiendo el comando		Velocidad		8	
4. Juego Conduciendo en la ciudad		Flexibilidad		8	
5.		Capacidades		Tiempo	
6.		Acomplamiento		8	
7.		Ritmo		8	
8.		Equilibrio		8	
9.		Orientación		8	
10.		Diferenciación		8	
11.		Reacción		8	
12.		Adaptación		8	
13.		Juegos Basicos de Movimie		8	
PARTE CENTRAL-PARTE 2					
ACTIVIDADES		Técnico		Tiempo	
1.					
2.					
3.					
4.					
PARTE FINAL					
ACTIVIDADES		Tiempo 10 M		Actividad	
1. Estiramiento		5		Estiramientos pasivos de yo	
2. Retroalimentación de la clase valores		5		Charla final	
3. Retroalimentación de ejercicios					
4. Tareas en casa y recomendaciones gen					
FIRMA FORMADOR:					

PERFECCIONAMIENTO

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA PLAN DIARIO DE CLASE										GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA PLAN DIARIO DE CLASE																																		
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA										ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA																																		
Fecha: 1/12/2022					Lugar: POL					Municipio: MEDINA					Hora: 3:00					N° de sesión: 1					N° de semana: 1																			
Nombre del Formador: RICHARD CONTRERAS RAMIREZ										Nombre del Formador: RICHARD CONTRERAS RAMIREZ																																		
N.de deportistas 10					Edades: 9-12					N.de deportistas 10					Edades: 9-12																													
INICIACIÓN					FUNDAMENTACIÓN					PERFECCIONAMIENTO					X																													
objetivo general. fortalecimiento y resistencia										objetivo general. Se realizo dribble con desplazamientos y salto																																		
Objetivo Especifico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motriz de los niños a través de los principales mov										Objetivo Especifico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motriz de los niños a través de los principales mov																																		
Objetivo Técnico										Objetivo Técnico																																		
VALORES SOCIALES Y PERSONALES										VALORES SOCIALES Y PERSONALES																																		
Respeto					Convivencia					Autodisciplina					Participación					X																								
Honestidad					Justicia					Reconocimiento					Autodominio					X																								
Trabajo en equipo					Cumplimiento					Juego Limpio					Recompensa																													
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE										DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE																																		
PARTE INICIAL										PARTE INICIAL																																		
ACTIVIDADES					Tiempo 20 Mi					MATERIALES Y RECURSO					ACTIVIDADES					Tiempo 20 Mi					MATERIALES Y RECURSO																			
1. Charla inicial					Introducción a la clase					5					1. Charla inicial					Introducción a la clase					5																			
2. Confirmación de asistencia					llamado a lista					3					2. Confirmación de asistencia					llamado a lista					3																			
3. Movimientos generales					Movilidad Articular					5					3. Movimientos generales					Movilidad Articular					5																			
4. Juego					Calentamiento					7					4. Juego					Calentamiento					7																			
PARTE CENTRAL-PARTE 1										PARTE CENTRAL-PARTE 1																																		
ACTIVIDADES					Capacidades Físicas					Tiempo 90 Mi					ACTIVIDADES					Capacidades Físicas					Tiempo 90 Mi					MATERIALES Y RECURSO														
					Capacidad					Manifestación										Capacidad					Manifestación																			
1. Caminata Libre					Fuerza					8					1. Caminata Libre					Fuerza					8																			
2. La lleva					Explosiva					8					2. La lleva					Explosiva					8																			
3. Caminata siguiendo el comando					Resistencia					8					3. Caminata siguiendo el comando					Resistencia					8																			
4. Juego Conduciendo en la ciudad					Anaerobica					8					4. Juego Conduciendo en la ciudad					Anaerobica					8																			
5.					Maxima					x					5.					Maxima					x																			
6.					Velocidad					desplazamiento					6.					Velocidad					desplazamiento																			
7.					Reacción					x					7.					Reacción					x																			
8.					Estática										8.					Estática																								
9.					Flexibilidad					Dinamica					9.					Flexibilidad					Dinamica																			
ACTIVIDADES					Capacidades					Tiempo					ACTIVIDADES					Capacidades					Tiempo					MATERIALES Y RECURSO														
1. Carreras a los conos indicados					Acoplamiento					8					1. Carreras a los conos indicados					Acoplamiento					8					Aros, pelotas, platillos														
2. Desplazamientos de espalda rápidos					Ritmo					8					2. Desplazamientos de espalda rápidos					Ritmo					8																			
3. Traer la mayor cantidad de conos de					Equilibrio					x					3. Carrera de saltos por parejas					Equilibrio					x					8														
4.					Orientación					x					4.					Orientación					x																			
					Diferenciación					8					5. Lanzamiento de pelotas de tenis indi					Diferenciación					8																			
7. Lanzamiento de pelotas por equipos					Reacción					8					6. Lanzamiento de pelota por parejas a					Reacción					x					8														
8.					Adaptación					x					7. Lanzamiento de pelotas por equipos					Adaptación					x					8														
					Cones Basicos de Movimie					x										Cones Basicos de Movimie					x																			
PARTE CENTRAL-PARTE 2										PARTE CENTRAL-PARTE 2																																		
ACTIVIDADES					Técnico					Tactico					Tiempo					ACTIVIDADES					Técnico					Tactico					Tiempo					MATERIALES Y RECURSO				
1. Saltos																				1. Agarra, maneja y controla el balón																								
2.																				2. golpe lateral del balón con																								
3.																				3. manejos y movimientos driblando																								
4.																				4.																								
PARTE FINAL										PARTE FINAL																																		
ACTIVIDADES					Tiempo 10 M					Actividad					ACTIVIDADES					Tiempo 10 M					Actividad					MATERIALES Y RECURSO														
1. Estiramiento										5					1. Estiramiento										5					Charla final														
2. Retroalimentación de la clase															2. Retroalimentación de la clase															Charla final														
3. Retroalimentación de ejercicios															3. Retroalimentación de ejercicios																													
4. Tareas en casa y recomendaciones ge															4. Tareas en casa y recomendaciones ge																													
FIRMA FORMADOR:										FIRMA FORMADOR:																																		
RICHARD CONTRERAS RAMIREZ										RICHARD CONTRERAS RAMIREZ																																		

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA PLAN DIARIO DE CLASE										GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA PLAN DIARIO DE CLASE																																		
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA										ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA																																		
Fecha: 5/12/2022					Lugar: POL					Municipio: MEDINA					Hora: 3:00					N° de sesión: 3					N° de semana: 2																			
Nombre del Formador: RICHARD CONTRERAS										Nombre del Formador: RICHARD CONTRERAS RAMIREZ																																		
N.de deportistas 10					Edades: 9-12					N.de deportistas 10					Edades: 9-12																													
INICIACIÓN					FUNDAMENTACIÓN					PERFECCIONAMIENTO					X																													
objetivo general. se realizo dribble de progreccion										objetivo general. Desarrollar y ejecutar el dribble de proteccion																																		
Objetivo Especifico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motriz de los niños a través de los principales mov										Objetivo Especifico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motriz de los niños a través de los principales mov																																		
Objetivo Técnico										Objetivo Técnico																																		
VALORES SOCIALES Y PERSONALES										VALORES SOCIALES Y PERSONALES																																		
Respeto					Convivencia					Autodisciplina					Participación					X																								
Honestidad					Justicia					Reconocimiento					Autodominio																													
Trabajo en equipo					Cumplimiento					Juego Limpio					Recompensa																													
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE										DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE																																		
PARTE INICIAL										PARTE INICIAL																																		
ACTIVIDADES					Tiempo 20 Mi					MATERIALES Y RECURSO					ACTIVIDADES					Tiempo 20 Mi					MATERIALES Y RECURSO																			
1. Charla inicial					Introducción a la clase					5					1. Charla inicial					Introducción a la clase					5																			
2. Confirmación de asistencia					llamado a lista					3					2. Confirmación de asistencia					llamado a lista					3																			
3. Movimientos generales					Movilidad Articular					5					3. Movimientos generales					Movilidad Articular					5																			
4. Juego					Calentamiento					7					4. Juego					Calentamiento					7																			
PARTE CENTRAL-PARTE 1										PARTE CENTRAL-PARTE 1																																		
ACTIVIDADES					Capacidades Físicas					Tiempo 90 Mi					ACTIVIDADES					Capacidades Físicas					Tiempo 90 Mi					MATERIALES Y RECURSO														
					Capacidad					Manifestación										Capacidad					Manifestación																			
1. Caminata Libre					Fuerza					8					1. Caminata Libre					Fuerza					8																			
2. La lleva					Explosiva					x					2. La lleva					Explosiva					x					8														
3. Caminata siguiendo el comando					Resistencia					8					3. Caminata siguiendo el comando					Resistencia					8																			
4. Juego Conduciendo en la ciudad					Anaerobica					8					4. Juego Conduciendo en la ciudad					Anaerobica					8																			
5.					Maxima					x					5.					Maxima					x																			
6.					Velocidad					desplazamiento					6.					Velocidad					desplazamiento																			
7.					Reacción					x					7.					Reacción					x																			
8.					Estática										8.					Estática																								
9.					Flexibilidad					Dinamica					9.					Flexibilidad					Dinamica																			
ACTIVIDADES					Capacidades					Tiempo					ACTIVIDADES					Capacidades					Tiempo					MATERIALES Y RECURSO														
1. DOBLE RITMO CON PASE ELEVADO					Acoplamiento					8					1. elevamos el balón para tomarlo y					Acoplamiento					8					Aros, pelotas, platillos														
2. Saltos por el caminito de aros					Ritmo					8					2. Saltos por el caminito de aros					Ritmo					8																			
3. Carrera de saltos por parejas					Equilibrio					x					3. Carrera de saltos por parejas					Equilibrio					x					8														
4.					Orientación					x					4. Desplazamiento laterales con balón					Orientación					x																			
5. velocidad basica, cambios de direc					Diferenciación					8										Diferenciación					8																			
6. atrapa tu pareja					Reacción					x										Reacción					x					8														
7. sprint con dribling y cambio de mar					Adaptación					x										Adaptación					x					8														
8.					Cones Basicos de Movimie					x										Cones Basicos de Movimie					x																			
PARTE CENTRAL-PARTE 2										PARTE CENTRAL-PARTE 2																																		
ACTIVIDADES					Técnico					Tactico					Tiempo					ACTIVIDADES					Técnico					Tactico					Tiempo					MATERIALES Y RECURSO				
5. velocidad basica, cambios de direc																				1.																								
6. atrapa tu pareja																				2.																								
7. sprint con dribling y cambio de mar																				3.																								
4.																				4.																								
PARTE FINAL										PARTE FINAL																																		
ACTIVIDADES					Tiempo 10 M					Actividad					ACTIVIDADES					Tiempo 10 M					Actividad					MATERIALES Y RECURSO														
1. Estiramiento										5					1. Estiramiento										5					Charla final														
2. Retroalimentación de la clase valores															2. Retroalimentación de la clase valores															Charla final														
3. Retroalimentación de ejercicios															3. Retroalimentación de ejercicios																													
4. Tareas en casa y recomendaciones ge															4. Tareas en casa y recomendaciones ge																													
FIRMA FORMADOR:										FIRMA FORMADOR:																																		
RICHARD CONTRERAS RAMIREZ										RICHARD CONTRERAS RAMIREZ																																		

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA															
INDEPORTES CUNDINAMARCA															
PLAN DIARIO DE CLASE															
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA															
Fecha: 9/12/2022		Lugar: POL		Municipio: MEDINA		Hora: 3:00		N° de sesión: 5		N° de semana: 2					
Nombre del Formador: RICHARD CONTRERAS RAMIREZ				N.de deportistas 10				Edades: 9-12							
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO		X									
objetivo gñeral . Actividades ludicas y juegos															
Objetivo Especifico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motriz de los niños a través de los principales movimi															
Objetivo Tecnico															
VALORES SOCIALES Y PERSONALES															
Respeto				Convivencia		x		Autodisciplina		Participación		X			
Honestidad		X		Justicia		X		Reconocimie		X		Autodominio		x	
Trabajo en equipo				Cumplimiento				Juego Limpio		x		Recompensa			
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE															
PARTE INICIAL															
ACTIVIDADES				Tiempo 20 Mi				MATERIALES Y RECURSO							
1. Charla inicial		Introducción a la clase						5							
2. Confirmación de asistencia		llamado a lista						3							
3. Movimientos generales		Movilidad Articular						5							
4. Juego		Calentamiento						7							
PARTE CENTRAL-PARTE 1															
ACTIVIDADES		Capacidades Físicas		empo 90 Mi				MATERIALES Y RECURSO							
		Capacidad		Manifestación											
1. Caminata Libre		Fuerza		Maxima				8							
2. La lleva				Explosiva		x		8							
3. Caminata siguiendo el comando		Resistencia		Aerobica				8							
4. Test de velocidad				Anaerobica				8							
5.				Maxima		x									
6.				esplazamiento		x									
7.				Reacción		x									
8.				Estática											
9.		Flexibilidad		Dinamica											
ACTIVIDADES		Capacidades		Tiempo				MATERIALES Y RECURSO							
PASE PECHO Y LANZAMIENTO DE TRE		Acoplamiento						8							
DRIBLING ALTERNADO SALTO TRE		Ritmo						8							
3. Carrera de saltos por parejas		Equilibrio		x				8							
4.		Orientación		x				8							
5. Lanzamiento de pelotas de tenis indivi		Diferenciación						8							
6. Lanzamiento de pelota por parejas a distanc		Reacción		x				8							
7. Lanzamiento de pelotas por equipos		Adaptación		x				8							
		iones Basicos de Movimie		x											
PARTE CENTRAL-PARTE 2															
ACTIVIDADES		Técnico		Tactico		Tiempo		MATERIALES Y RECURSO							
1.															
2.															
3.															
4.															
PARTE FINAL															
ACTIVIDADES		Tiempo 10 M		Actividad				MATERIALES Y RECURSO							
1. Estiramiento				5		5		tiramientos pasivos de yo							
2. Retroalimentación de la clase valores				5				Charla final							
3. Retroalimentación de ejercicios propuestos															
4. Tareas en casa y recomendaciones generales															
FIRMA FORMADOR:															
RICHARD CONTRERAS RAMIREZ															

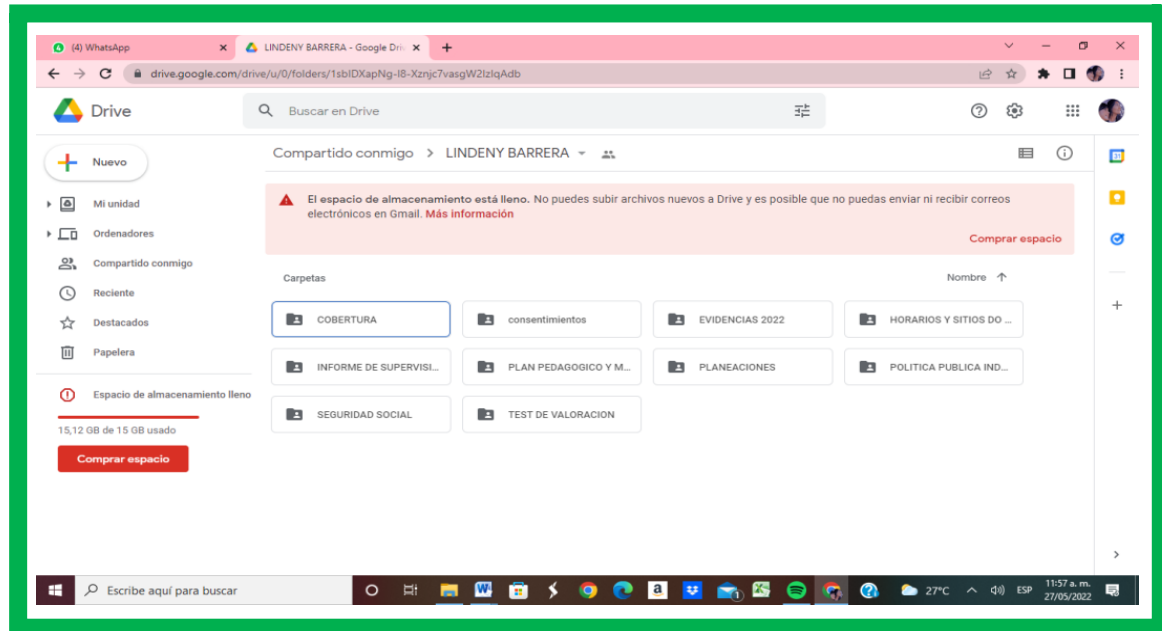
GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA															
INDEPORTES CUNDINAMARCA															
PLAN DIARIO DE CLASE															
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA															
Fecha: 15/12/2022		Lugar: POL		Municipio: MEDINA		Hora: 3:00		N° de sesión: 7		N° de semana: 3					
Nombre del Formador: RICHARD CONTRERAS RAMIREZ				N.de deportistas 10				Edades: 9-12							
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO		X									
objetivos generales. Realizar ejercicios con dribble y velocidad															
Objetivo Especifico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motriz de los niños a través de los principales m															
Objetivo Tecnico															
VALORES SOCIALES Y PERSONALES															
Respeto				Convivencia		X		Autodisciplina		Participación		X			
Honestidad		X		Justicia		X		Reconocimie		X		Autodominio		x	
Trabajo en equipo				Cumplimiento				Juego Limpio		x		Recompensa			
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE															
PARTE INICIAL															
ACTIVIDADES				Tiempo 20 Mi				MATERIALES Y RECURSO							
1. Charla inicial		Introducción a la clase						5							
2. Confirmación de asistencia		llamado a lista						3							
3. Movimientos generales		Movilidad Articular						5							
4. Juego		Calentamiento						7							
PARTE CENTRAL-PARTE 1															
ACTIVIDADES		Capacidades Físicas		empo 90 Mi				MATERIALES Y RECURSO							
		Capacidad		Manifestación											
1. Caminata Libre		Fuerza		Maxima				8							
2. La lleva				Explosiva		x		8							
3. Caminata siguiendo el comando		Resistencia		Aerobica				8							
4. Juego Conduciendo en la ciudad				Anaerobica				8							
5.				Maxima		x									
6.				esplazamiento		x									
7.				Reacción		x									
8.				Estática											
9.		Flexibilidad		Dinamica											
ACTIVIDADES		Capacidades		Tiempo				MATERIALES Y RECURSO							
laterales con y sin balon		Acoplamiento						8							
llevamos el balon con ritmo		Ritmo						8							
3. Carrera de saltos por parejas		Equilibrio		x				8							
4.		Orientación		x				8							
5. Lanzamiento de pelotas de tenis indivi		Diferenciación						8							
6. Lanzamiento de pelota por parejas a d		Reacción		x				8							
7. Lanzamiento de pelotas por equipos		Adaptación		x				8							
		iones Basicos de Movimie		x											
PARTE CENTRAL-PARTE 2															
ACTIVIDADES		Técnico		Tactico		Tiempo		MATERIALES Y RECURSO							
1.															
2.															
3.															
4.															
PARTE FINAL															
ACTIVIDADES		Tiempo 10 M		Actividad				MATERIALES Y RECURSO							
1. Estiramiento				5		5		tiramientos pasivos de yo							
2. Retroalimentación de la clase valores				5				Charla final							
3. Retroalimentación de ejercicios															
4. Tareas en casa y recomendaciones gen															
FIRMA FORMADOR:															
RICHARD CONTRERAS RAMIREZ															

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA															
INDEPORTES CUNDINAMARCA															
PLAN DIARIO DE CLASE															
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA															
Fecha: 12/12/2022		Lugar: POL		Municipio: MEDINA		Hora: 3:00		N° de sesión: 6		N° de semana: 3					
Nombre del Formador: RICHARD CONTRERAS RAMIREZ				N.de deportistas 10				Edades: 9-12							
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN		PERFECCIONAMIENTO		X									
objetivo general. Realizar ejercicios del dribble orientados a la coordinación															
Objetivo Especifico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motriz de los niños a través de los principales m															
Objetivo Tecnico															
VALORES SOCIALES Y PERSONALES															
Respeto				Convivencia		x		Autodisciplina		Participación		X			
Honestidad		X		Justicia		X		Reconocimie		X		Autodominio		x	
Trabajo en equipo				Cumplimiento				Juego Limpio		x		Recompensa			
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE															
PARTE INICIAL															
ACTIVIDADES				Tiempo 20 Mi				MATERIALES Y RECURSO							
1. Charla inicial		Introducción a la clase						5							
2. Confirmación de asistencia		llamado a lista						3							
3. Movimientos generales		Movilidad Articular						5							
4. Juego		Calentamiento						7							
PARTE CENTRAL-PARTE 1															
ACTIVIDADES		Capacidades Físicas		empo 90 Mi				MATERIALES Y RECURSO							
		Capacidad		Manifestación											
1. Caminata Libre		Fuerza		Maxima				8							
2. La lleva				Explosiva		x		8							
3. Caminata siguiendo el comando		Resistencia		Aerobica				8							
4. Juego Conduciendo en la ciudad				Anaerobica				8							
5.				Maxima		x									
6.				esplazamiento		x									
7.				Reacción		x									
8.				Estática											
9.		Flexibilidad		Dinamica											
ACTIVIDADES		Capacidades		Tiempo				MATERIALES Y RECURSO							
1. Saltos de manera vertical		Acoplamiento						8							
2. Saltos por el caminito de aros		Ritmo						8							
3. Carrera de saltos por parejas		Equilibrio		x				8							
4.		Orientación		x				8							
5. Lanzamiento de pelotas de tenis indivi		Diferenciación						8							
6. Lanzamiento de pelota por parejas a		Reacción		x				8							
7. Lanzamiento de pelotas por equipos		Adaptación		x				8							
		iones Basicos de Movimie		x											
PARTE CENTRAL-PARTE 2															
ACTIVIDADES		Técnico		Tactico		Tiempo		MATERIALES Y RECURSO							
1.															
2.															
3.															
4.															
PARTE FINAL															
ACTIVIDADES		Tiempo 10 M		Actividad				MATERIALES Y RECURSO							
1. Estiramiento				5		5		tiramientos pasivos de yo							
2. Retroalimentación de la clase valores				5				Charla final							
3. Retroalimentación de ejercicios															
4. Tareas en casa y recomendaciones ge															
FIRMA FORMADOR:															
RICHARD CONTRERAS RAMIREZ															

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA					
INDEPORTES CUNDINAMARCA					
PLAN DIARIO DE CLASE					
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA					
Fecha:	19/12/2022	Lugar: POL	Municipio: MEDINA	Hora: 3:00	N° de sesión: 9
Nombre del Formador:	RICHARD CONTRERAS		N.de deportistas	10	Edades: 9-12
INICIACIÓN		FUNDAMENTACIÓN	X	PERFECCIONAMIENTO	
objetivo general. Ejercicios con pases en diferentes direcciones					
Objetivo Específico: Promover juegos y actividades para el desarrollo motriz de los niños a través de los principales mo					
Objetivo Técnico					
VALORES SOCIALES Y PERSONALES					
Respeto		Convivencia	X	Autodisciplina	Participación
Honestidad	X	Justicia	X	Reconocimiento	Autodominio
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio	Recompensa
DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE					
PARTE INICIAL					
ACTIVIDADES				Tiempo 20 Mi	MATERIALES Y RECURSO
1. Charla inicial	Introducción a la clase			5	
2. Confirmación de asistencia	Llamado a lista			3	
3. Movimientos generales	Movilidad Articular			5	
4. Juego	Calentamiento			7	
PARTE CENTRAL-PARTE 1					
ACTIVIDADES	Capacidades Físicas			Tempo 90 Mi	MATERIALES Y RECURSO
	Capacidad	Manifestación			
1. Caminata Libre	Fuerza	Maxima		8	
2. La lleva		Explosiva	X	8	
3. Caminata siguiendo el comando	Resistencia	Aerobica		8	
4. Juego Conduciendo en la ciudad		Anaerobica		8	
5.		Maxima	X		
6.	Velocidad	esplazamiento	X		
7.		Reacción	X		
8.		Estática			
9.	Flexibilidad	Dinámica			
ACTIVIDADES	Capacidades			Tiempo	MATERIALES Y RECURSO
1. Saltos de manera vertical	Acoplamiento			8	Aros, pelotas, platillos
2. Saltos por el caminito de aros	Ritmo			8	
3. Carrera de saltos por parejas	Equilibrio			8	
4.	Orientación			8	
5. Lanzamiento de pelotas de tenis indivi	Diferenciación			8	
6. Lanzamiento de pelota por parejas a di	Reacción			8	
7. Lanzamiento de pelotas por equipos	Adaptación			8	
8.	iones Basicos de Movimie			8	
PARTE CENTRAL-PARTE 2					
ACTIVIDADES	Técnico	Tactico	Tiempo	MATERIALES Y RECURSO	
1.					
2.					
3.					
4.					
PARTE FINAL					
ACTIVIDADES	Tiempo 10 N			Actividad	MATERIALES Y RECURSO
1. Estiramiento				5	
2. Retroalimentación de la clase valores				5	
3. Retroalimentación de ejercicios				Charla final	
4. Tareas en casa y recomendaciones gene					
FIRMA FORMADOR:					
RICHARD CONTRERAS					

INDEPORTES CUNDINAMARCA									
ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA									
HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO									
DEPORTE / MODALIDAD:				BALONCESTO					
MUNICIPIO:				PARATEBUENO					
HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIECOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	OBSERVACIONES
1:00 PM A 3:00 PM	GRUPO	INICIACION			INICIACION	INICIACION			
	SEDE DE TRABAJO	POLIDEPORTIVO SAN ANDRES II			POLIDEPORTIVO SAN ANDRES II	POLIDEPORTIVO SAN ANDRES II			
3:00 PM A 5:00 PM	GRUPO	PERFECCIONAMIENTO			PERFECCIONAMIENTO	PERFECCIONAMIENTO			
	SEDE DE TRABAJO	POLIDEPORTIVO SAN ANDRES II			POLIDEPORTIVO SAN ANDRES II	POLIDEPORTIVO SAN ANDRES II			
5:00 PM A 6:30 PM	GRUPO	FUNDAMENTACION			FUNDAMENTACION	FUNDAMENTACION			
	SEDE DE TRABAJO	POLIDEPORTIVO SAN ANDRES II			POLIDEPORTIVO SAN ANDRES II	POLIDEPORTIVO SAN ANDRES II			

OBLIGACION 7



OBLIGACION 8

INICIACION

N/A

FUNDAMENTACION

N/A

PERFECCIONAMIENTO

N/A

OBLIGACION 9.

Festivales recreacionales.

OBLIGACION 10

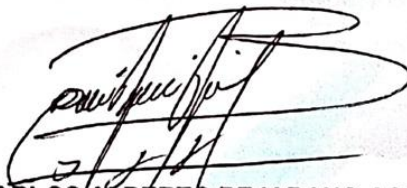
	MUNICIPIO DE MEDINA CUNDINAMARCA - COLOMBIA NIT : 899.999.470-8	PÁGINA: 3 de 3	
		CÓDIGO : 000.000	
		VERSIÓN 1	
	SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y COMUNITARIO	S.D.S.C	

EL DIRECTOR DEL INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACION DE MEDINA CUNDINAMARCA

HACE CONSTAR:

Que **RICHARD ESNAYRO CONTRERAS RAMÍREZ**, identificado con la Cédula de Ciudadanía N° 1.071.890.765 de Paratebueno Cundinamarca, presto sus servicios como **MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE BALONCESTO**, durante el periodo comprendido entre el 01 de diciembre de 2022 al 21 de diciembre de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato.

La presente se expide a los veintiuno (21) días del mes de diciembre de 2022



CARLOS ALBERTO BEJARANO ACOSTA
Director del Instituto Municipal del Deporte y la Recreación y
Secretario de Desarrollo Social y Comunitario.

ALCALDÍA DE MEDINA,-SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y COMUNITARIO

SIEMPRE CON LA GENTE ✓

Calle 13 No. 6-55 Tel: (8) Telefax 6768064 Código Postal 251420

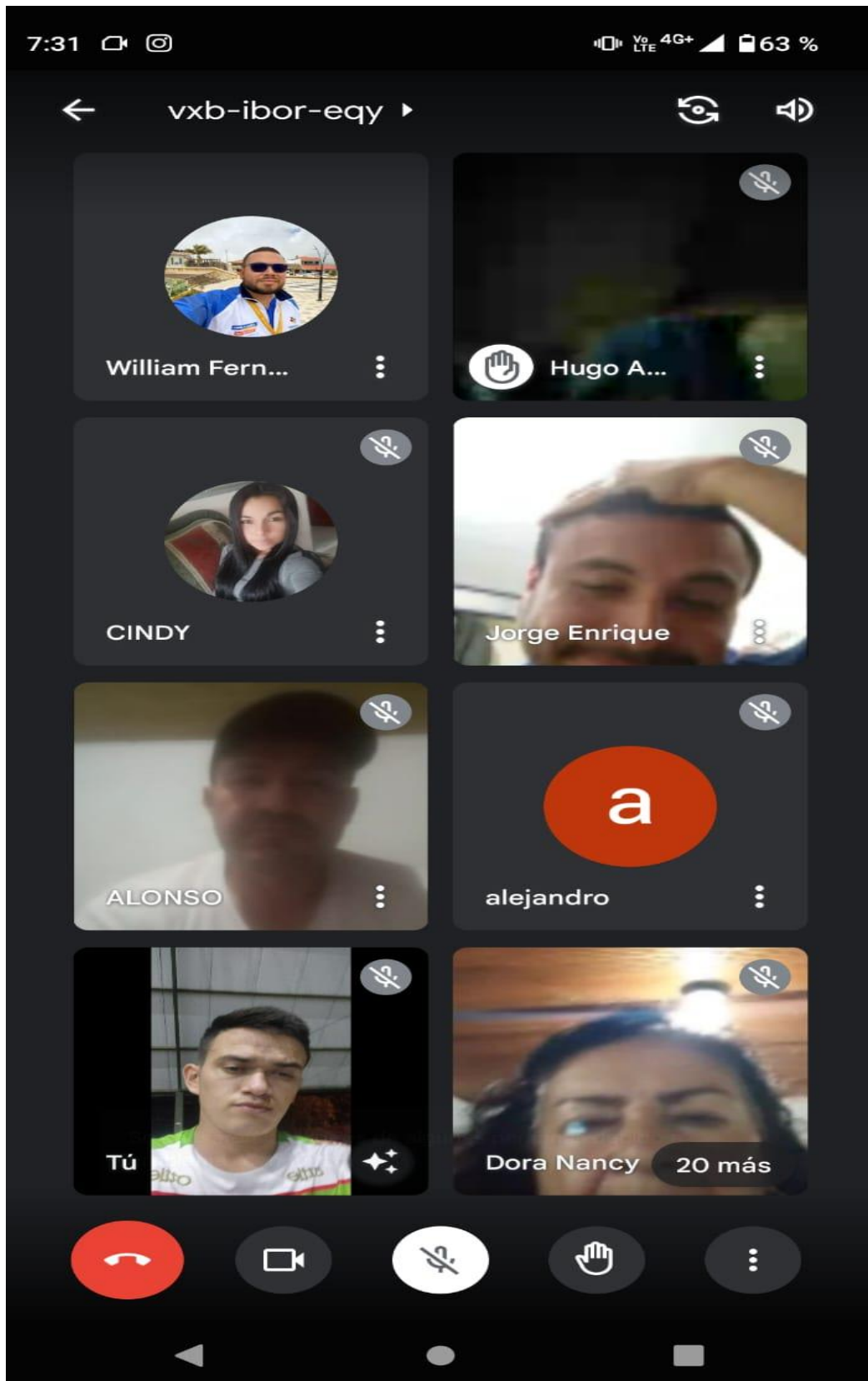
E-mail: alcaldia@medina-cundinamarca.gov.co / web: www.medina-cundinamarca.gov.co

OBLIGACION 11

INDEPORTES		ENCUESTAS		POLÍTICA PÚBLICA DE DEPORTE, RECREACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA		POLÍTICA PÚBLICA	
Registro de Personas que Diligencian la Encuesta							
GESTOR PROVINCIAL: William Moya				MUNICIPIO: Paratebueno			
FORMADOR: Richard Contreras - Lindenya Barrera				FECHA: 15-JUNIO 2022			
Nº	NOMBRE Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	NÚMERO DE CELULAR	MUNICIPIO	ENTIDAD O GRUPO AL QUE PERTENECE	FIRMA	
1	Luis Alberto Caro Diaz	79922748	3112621659	Paratebueno	Padre de familia	Luis Caro	
2	Adan Cortez	29961225	322251254	Paratebueno	Migrante	Adan Cortez	
3	Elvira Peña	36005185	3223342730	Paratebueno	Adulto Mayor	Elvira Peña	
4	Jimmy Maldonado	86058393	3107844914	Paratebueno	Personas Adultas	Jimmy Maldonado	
5	Genny Lucia Medina	2183394	310749089	Paratebueno	Padre familia	Genny Medina	
6	LUOTU GOMEZ ABIAO	40444612	3124069866	Paratebueno	Funcionaria Alcaldia	LUOTU GOMEZ	
7	Jhon Fredy Gacha	1050918017	3125501017	Paratebueno	Personas Adultas	Jhon Gacha	
8	Sandy Martinez	1071888661	3125501017	Paratebueno	Indepen. K-17	Sandy Martinez	
9	Alejandro Ramirez	1031134888	3107853626	Paratebueno	Habitante General	ALEJANDRO R.	
10	Jacqueline Ramirez	51999386	3204362214	Paratebueno	Desplazada	Jacqueline R.	
11	Carlos Obando	1071888332	3116459363	Paratebueno	Dep. Alto Rendimiento	Carlos Obando	
12	Alba Janeth Hanae	30983011	3204381944	Paratebueno	Fun. Alcaldia	Alba Janeth Hanae	
13	Harold Steban Rubio	1122923384	3109995503	Paratebueno	Escuela Form.	Harold Rubio	
14	Heidy Viviana Salas	1071888399	312313024	Paratebueno	Estudiante Coleg.	Heidy Salas	
15	Camila Andrica Sarmiento	1029984627	3148885532	Paratebueno	Estud. Colegio	Camila Sarmiento	
16	Diego Armando Murcia	3233254924	1056411702	Paratebueno	Habit. General	Diego Armando Murcia	
17							

OBLIGACION 12

Asistí el 12 diciembre de 2022 reunión con el gestor William donde se hablaron temas de la entrega de informes, se dieron las fechas de entrega, en especial del final ya que es primordial en este mes.



Obligación 14

Editar

secop.gov.co/CO1ContractsManagement/Tendering/SalesContractEdit/View?docUniquelIdentifier=CO1.SLCNTR.8014925

Aplicaciones Gmail YouTube Maps Noticias Traducir Homepage | Nutell...

Colombia Compra Eficiente

Autenticar el contrato

UTC -5 0:18:59

LINDENY BARRERA PEÑA

Búsqueda Mis procesos Menú Ir a

Buscar

Id de página: 23000728 Ayuda

Esoritorio Menú Administración de contratos Ver contrato

1 Información general

2 Condiciones

3 Bienes y servicios

4 Documentos del Proveedor

5 Documentos del contrato

6 Información presupuestal

7 Ejecución del Contrato

8 Modificaciones del Contrato

9 Incumplimientos

Cancelar

VER CONTRATO

Ejecución del Contrato

Porcentaje Recepción de artículos

Plan de Pagos

¿Se requieren emisiones de códigos de autorización? ☐ Sí ☒ No

Id de pago	Número de factura	Fecha de emisión	Fecha de recepción	Valor total de la factura	Estado
No existen resultados que cumplan con los criterios de búsqueda especificados					

Crear

Documentos de ejecución del contrato

Descripción	Nombre del archivo	Cargado por
☐ ACTA 239 LINDENNY BARRERA PEÑA (1).pdf	ACTA 239 LINDENNY BARRERA PEÑA (1).pdf	Comprador Descargar Detalle
☐ CPS 239 LINDENY BARRERA PEÑA.pdf	CPS 239 LINDENY BARRERA PEÑA.pdf	Comprador Descargar Detalle

Escribe aquí para buscar

24°C

12:19 a. m.
26/02/2022

OBLIGACIÓN 15

