INFORME ACTIVIDADES CONTRATISTA INDEPORTES CUNDINAMARCA
CONTRATO 1070 DE 2022

OBJETIVO: 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.	**INFORME FINAL**
FLOR ANGELA GARZON SANCHEZ, Técnico Operativo	SUPERVISOR

INFORMACIÓN FINAL

MUNICIPIOS	SUSA
FECHA DEL INFORME	24 DE DICIEMBRE DEL 2022
PERIODO DEL INFORME	25/07/2022 AL 24/12/2022
CONTRATISTA	FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE

PRINCIPALES ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL PERIODO.

Dando alcance al objeto contractual del contrato de Prestación de servicios No. 1070 de 2022 me permito informar las actividades de mayor relevancia en el siguiente informe final.

Ejecución del contrato por el tiempo de 05 meses

Explicación breve frente a lo realizado en cada una de las actividades obligación por obligación por el tiempo contratado. (un párrafo por cada obligación)

OBLIGACIÓN 1

Compartí la imagen de publicidad en las redes sociales Facebook y whatasapp durante los 5 meses de contrato para que la comunidad en general se enterara del proceso de formación de la escuela de fútbol de salón en sus 3 categorías de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento.

OBLIGACIÓN 2

Entregué el plan pedagógico, las mallas pedagógicas, plan mensual, planes diarios, cobertura, sitios y horarios de entrenamiento en la fecha estipulada por la gestora provincial Lic. Nubia Niño en los meses de julio a diciembre.

OBLIGACIÓN 3

Planteé y desarrolle actividades y sesiones deportivas para los 5 meses, trabajaré los diferentes componentes.
Teniendo en cuenta los lineamientos planteados en las mallas pedagógicas.

OBLIGACIÓN 4

Logré una cobertura en los niños, niñas y adolescentes del municipio de Susa teniendo como resultado en los 5 meses la misma cobertura en todos los meses, dando la siguiente cobertura:

Iniciación: 13niñas y 17 niños total 30 deportistas
Fundamentación: 6 niñas y 6 niños total 12 deportistas
Perfeccionamiento 0 niñas y 3 niños total 3 deportistas
Total, población: 45 deportistas.

OBLIGACIÓN 5

Utilicé de julio a diciembre de manera adecuada los logos y la indumentaria de Indeportes durante las sesiones de entrenamiento, programadas por la administración municipal.

OBLIGACIÓN 6

Durante los meses de julio a diciembre entregue las 36 planeaciones correspondientes a cada mes ejecutándolas acordemente a cada nivel de los niños que conforman mi escuela de formación de futbol de salón del municipio de Susa.

OBLIGACIÓN 7

Mantuve la plataforma actualizada de la documentación requeridos por la gestora Lic. Nubia Niño tales como horario y sitios de entrenamiento, planes diarios, planes mensuales, durante los meses de julio a diciembre.

OBLIGACIÓN 8

Entregué los planes mensuales de julio a diciembre donde se trabajó en cada una de las categorías teniendo en cuenta aspectos físicos y técnicos establecidos en la malla pedagógica y plan pedagógico del proceso en formación de futbol de salón de Susa.

OBLIGACIÓN 9

Realicé la primera toma de las pruebas físicas en los estudiantes en la escuela de formación de fútbol de salón los días 16,17 y 18 de mayo en los horarios 2:00 p.m. a 6:30 pm.
Con el siguiente orden.
Lunes 16 test de course de nevertte y test 4x10
Martes 17 salto largo, salto vertical y test de los 20 metros lisos
Miércoles 18 test de medidas antropométricas y el test de agilidad bastón.
Realicé la segunda toma de las pruebas físicas y antropométricas del segundo periodo de entrenamiento de la escuela de formación de fútbol de salón según el siguiente cronograma:
Fechas:
Lunes 26 de septiembre casco urbano lugar CIC, horas 2:00 pm hasta las 7:00 pm
Martes 27 de septiembre zona rural lugar vereda llano grande y punta de cruz. Lugar escuelas rurales, hora 7:30 hasta 2:00 p.m.
Miércoles 28 de septiembre zona rural lugar vereda mata redonda escuela rural, hora 7:30 hasta las 2:00 pm

Las pruebas que realicé fueron las siguientes: pruebas antropométricas (peso, talla, envergadura, estatura sentado y perímetro de cintura) y los test físicos (20 metros lisos, salto largo sin impulso, salto vertical, shuttles run 4 x10 metros, agarre de bastón, 300 metros planos y el course navertte 20 metros).

OBLIGACIÓN 10

Durante los meses de julio a diciembre Gestioné los primeros días de cada mes con el director de cultura turismo recreación y deporte del municipio de Susa el certificado, de prestación de servicios como formador de la escuela formativa y recreativa de fútbol de salón por parte de Indeportes Cundinamarca, durante los periodos comprendidos.

OBLIGACIÓN 11

Durante los meses de julio a diciembre apoyé las actividades físicas y recreativas que propusieron en el municipio de Susa y el departamento.

OBLIGACIÓN 12

Asistí en los meses julio a diciembre la reunión de manera presencial y virtual, con formadores de Indeportes sus directivos.

OBLIGACIÓN 13

Entregaré Formato Único de Inventario Documental debidamente diligenciado según indicaciones dadas por el área técnica de Indeportes lo solicite.

OBLIGACIÓN 14

Presenté y consolidé oportunamente cada mes de julio a diciembre el informe de gestión contractual y de evidencias a la gestora Lic. Nubia Niño y la supervisora Angela Garzón el cual cargue a la plataforma del secop II según la fecha establecida por indeportes según circular 003 del 2022.

Subí cada mes los siguientes archivos en pdf :

1- Cuenta de cobro –Francisco Rodríguez
2- Informe – Francisco Rodríguez
3- Evidencias – Francisco Rodríguez
4- Parafiscales – Francisco Rodríguez

OBLIGACIÓN 15

Realicé entrega al supervisor del contrato todos los documentos requeridos en cada mes de contrato como lo son: horarios y sitios de entrenamiento, planes diarios, plan mensual, seguimiento operación beneficiarios de futbol de salón. Y también subí los cuatro pdf los cuales son: cuenta de cobro, parafiscales, informe de gestión y evidencias en sus respectivos formatos.

Con apoyo de la administración municipal se realizó la imagen de propaganda del proceso deportivos de fútbol de salón 2022

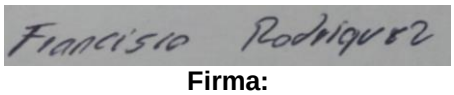
Cobertura total a la finalización del contrato

GRUPOS DE TRABAJO	TOTAL DE NIÑOS
INICIACION	30
FUNDAMENTACION	12
PERFECIONAMIENTO	3
TOTAL	45

Modalidad de contratación	CPS	Valor contrato	Plazo	Registro No
Contratación directa	1070	$8.570.000	05 meses	RES-2022002378

Confirmo, como contratado que a la fecha INDEPORTES queda a paz y salvo por todo concepto con el profesional abajo firmante.

CONTRATISTA:	
Nombre:	FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE



Firma:

NUBIA LILIANA NIÑO
APOYO A LA SUPERVISIÓN

RELACIÓN DE ANEXOS

1. Mes a mes cumplí con subir a la plataforma secop II, las evidencias fotográficas correspondientes a las 15 obligaciones del contrato.
2. Anexar 4 fotos importantes por cada mes laborado, bien organizadas

PLAN PEDAGÓGICO

ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

FUTBOL DE SALON

INSTRUCTOR

FRANCISCO JAVIER ROGRIGUEZ INFANTE

FEBRERO 14/2022

TABLA DE CONTENIDO

1. Titulo
2. Introducción
3. Justificación
4. Marco Legal
5. Objetivo general
6. Objetivos específicos
7. Población Objeto y cobertura
8. Caracterización del deporte
9. Estructura por niveles
   - 9.1 Etapas de enseñanza
   - 9.2 Etapa de Iniciación
   - 9.3 Etapa de fundamentación
   - 9.4 Etapa de perfeccionamiento
10. Temas y contenidos
11. Metodología de trabajo
    - Etapas de enseñanza-aprendizaje en la escuela deportiva futbol de salón del municipio de Ubaté
    - Etapa de iniciación entre edades de (6 a 8 años)
    - Etapa de fundamentación entre edades de (9 a 12 años)
    - Etapa de perfeccionamiento entre edades de (13 a 17 años)
12. Control seguimiento y evaluación
13. Cronograma de actividades

2. INTRODUCCIÓN

El entrenamiento deportivo, tiene como misión, la formación multilateral, e integral de los seres humanos, desde el punto de vista físico, recreativo, motriz, psicológico, cognitivo y axiológico, es por eso que este proceso es complejo y debe ser planificado y ejecutado cuidadosamente.

Es por ello, que a continuación se plantea un plan pedagógico donde se presentan unos objetivos de trabajo progresivo, así como también un proceso evolutivo por niveles de dificultad, teniendo en cuenta los procesos de aprendizaje de los niños. Enfocado a trabajar en la formación del ser humano como se ser integral, pensando en una construcción desde diferentes componentes, con la finalidad de instituir desde una totalidad, donde las cualidades físicas y motrices van de la mano de los componentes psicológicos, cognitivos y axiológicos.

El objetivo primordial es el de contribuir a la formación integral de los alumnos y alumnas que participan en las diferentes actividades programadas, orientadas a la mejora de las posibilidades ms y de adaptación, socialización, compañerismo, hábitos de vida y desde la consideración de que el aprendizaje de esta especialidad deportiva debe ser entendido, en los niveles de iniciación y en la práctica del futbol de salón a edades tempranas, como un medio para la consecución de determinadas intenciones y finalidades, más que como un fin en sí mismo.

Todo lo planteado anteriormente, se realizará por medio del juego y formas jugadas. Teniendo en cuenta las edades de los niños, su etapa de desarrollo y el método de enseñanza planteada por el instructor. A sí mismo, la recreación juega un papel muy importante en el desarrollo de este plan pedagógico.

El diseño de este plan ha sido propuesto para la disciplina de futbol de salón, concretamente para niños, niñas y jóvenes entre los 6 y 17 años del municipio de la provincia de Ubaté, Cundinamarca, dividido en tres niveles; iniciación de 6 a 9 años, fundamentación de 10 a 13 años y perfeccionamiento de 14 a 17 años.

3. JUSTIFICACIÓN

Es importante educar a los niños y jóvenes por el buen camino, inculcando valores que les permita conocer que hay un camino correcto que puede cambiar sus vidas, así mismo que deben

aprovechar su tiempo libre en el desarrollo de actividades deportivas que les permita crear hábitos saludables y alejarse de una vida sedentaria que dependa del uso de la tecnología; teniendo como base principal el compromiso y la unión familiar, razón por la cual se le da una relevancia importante a la familia en el que día a día puede interactuar con sus hijos.

Finalmente el objetivo es buscar que el alumno actué con autonomía, responsabilidad, respeto, libertad, honradez, eficiencia, creatividad y originalidad.

4. MARCO LEGAL

Las escuelas deportivas por ser un programa institucional de nivel nacional y departamental, cuentan con suficiente respaldo legal que garantizan su ejecución en cada uno de los municipios del departamento de Cundinamarca como alternativa para mejorar la calidad de vida en la población, Para el diseño de este plan pedagógico se tuvo en cuenta las siguientes leyes y artículos:

LEY 181 DE ENERO 18 DE 1995

La ley del deporte y la ley de la educación de 1994, para los respectivos fines. Según la constitución política de Colombia de 1991 en el articulo 52 se aborda la recreación y el deporte como un derecho fundamental en la sociedad.

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. El deporte y la recreación forman parte de la educación y constituyen gasto público social. Se reconoce el derecho de todas las personas ala recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. El estado fomentara estas actividades e inspeccionara, vigilara y controlara las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.

LEY 181 DE 1995

Por el 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.

ARTICULO 1. Los objetivos generales de la presente ley son el patrocinio, el fomento, la divulgación, la planificación, la coordinación, la ejecución y el asesoramiento de la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de la educación extra escolar de la niñez y la juventud en todos los niveles y testamentos sociales del país, en desarrollo del derecho de todas las personas a ejercitar el libre acceso a una formación física y espiritual adecuada. Así mismo, la implantación y fomento de la educación física para contribuir a la formación integral de la persona en todas sus edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad.

ARTICULO 2. El objetivo especial de la presente ley, es la creación del sistema legal del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, la educación extra escolar y la educación física.

ARTICULO 3. Para garantizar el acceso del individuo y de la comunidad al conocimiento y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo.

ARTICULO 4. Derechos sociales. El deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de una persona. Su fomento, desarrollo y practica son parte integrante del servicio público educativo y constituye gasto público social bajo los siguientes principios: universalidad, participación comunitaria, participación ciudadana, integración funcional, democratización y ética deportiva.

5. OBJETIVO GENERAL

Diseñar un plan pedagógico que desarrolle un ser integral por medio de componentes físicos, recreativos, motrices, psicológicos y cognitivos dirigidos a niños, niñas y jóvenes de 6 a 17 años por medio del juego y formas jugadas. Además brindar espacios recreo deportivos a niños y niñas de la provincia.

6. OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Identificar el nivel de condición física y técnica de los niños, niñas y jóvenes de la escuela de formación de futbol de salón.
- Desarrollar una planificación mediante ejercicios físicos técnicos y tácticos
- Ejecutar una planificación a partir de la fase diagnostica, mediante contenidos teóricos, físicos, técnicos, tácticos y psicosociales.
- Mejorar el trabajo técnico a nivel grupal y de equipo.
- Verificar los logros alcanzados en el tiempo propuesto.

7. POBLACION OBJETO Y COBERTURA

El diseño de este plan ha sido propuesto para la disciplina de futbol de salón, concretamente para niños, niñas y jóvenes entre los 6 y 17 años de la provincia de Ubaté Cundinamarca, dividido en tres niveles; iniciación de 6 a 9 años, fundamentación de 10 a 13 años y perfeccionamiento de 14 a 17 años.

8. CARACTERIZACION DEL DEPORTE

8.1 ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVAS Y RECREATIVAS

8.1.1 CONCEPTUALIZACIÓN:

Las escuelas deportivas son centros de carácter formativo donde los niños, niñas y jóvenes entre los 6 y 17 años, inician, fundamentan y especializan un deporte.

Las Escuelas Deportivas son estructuras curriculares de carácter pedagógico y procesos de formación deportiva organizada por ciclos, encargadas de contribuir a la formación de forma integral, relacionando componentes físicos, intelectuales, afectivos y sociales de los niños y jóvenes deportistas, propósito que se logra a través de programas sistemáticos que permiten adquirir una disciplina deportiva y de acuerdo con los intereses, elegir el deporte como salud, recreación y/o rendimiento.

La palabra recreación es escuchada hoy en cualquier parte, por la amplia variedad de su contenido que permite que cada quién la identifique de diferente forma, sobre la base de la multiplicidad de formas e intereses en el mundo moderno puede constituir formas de recreación. Es por eso que muchas veces se encuentra que lo que para unos es recreación, para otros no lo es, por ejemplo, el cuidado de los jardines para algunos resulta una actividad recreativa y para otros constituye su trabajo.

Para Joffre Dumazedier, destacado sociólogo francés dedicado a los estudios del tiempo libre, Recreación "es el conjunto de ocupaciones a las que el hombre puede entregarse a su antojo, para descansar para divertirse o para desarrollar su información o su formación desinteresada, tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales. Es una definición esencialmente descriptiva, aunque popularmente conocida como la de las tres "D": Descanso, Diversión y Desarrollo.

8.1.2 OBJETIVOS DE LA ESCUELA DEPORTIVA Y RECREATIVA

- Estimular el desarrollo psicomotor de los niños, niñas y jóvenes, para el logro de una actividad sana y saludable para su vida.
- Incentivar el derecho al movimiento en los niños, niñas y jóvenes como posibilidad de expresión individual.
- Orientar trabajos interdisciplinarios e interinstitucionales para el fomento educativo, desarrollo investigativo, fortalecimiento de procesos técnicos y deportivos, que mejoren de la salud física y mental de las personas.
- Propiciar la práctica y la construcción de una cultura física.
- Facilitar el acceso a la práctica deportiva de calidad fuera de la comunidad escolar.
- Impulsar los procesos de maduración y ajuste social de los niños.

- Fomentar el desarrollo de los niños niñas y jovenes a través de la superación física y la competición.
- Facilitar conocimientos teóricos y técnicos sobre el futbol de salón
- Favorecer las relaciones sociales mediante la realización de actividades grupales que potencien el aprovechamiento del tiempo libre.

8.1.3 COMPONENTES BÁSICOS DE LA ESCUELA DEPORTIVA Y RECREATIVA

PROFESORES Y TÉCNICOS

El personal docente y técnico a cargo de los programas deberá ser integrado por pedagogos en las áreas de educación física, recreación y deportes, debidamente capacitados en el trabajo con niños.

IMPLEMENTACIÓN

Las Escuelas de Formación deportiva deberán contar con la implementación y material didáctico básico requerido para el desarrollo de los programas (esta adquisición es compromiso de cada escuela deportiva).

QUIENES PUEDEN HACER PARTE DE LA ESCUELA?

Podrán ingresar niños, niñas y jóvenes entre los seis (6) y diecisiete (17) años de edad, los cuales serán distribuidos en diferentes categorías teniendo en cuanta la edad.

FORMACIÓN INTEGRAL

Es un talento educativo que pretende no sólo instruir a los estudiantes con los saberes específicos de las ciencias sino, también, ofrecerles los elementos necesarios para que crezcan como personas buscando desarrollar todas sus características, condiciones y potencialidades.

Acodesi (2013) afirma:

La Formación Integral sirve, entonces, para orientar procesos que busquen lograr, fundamentalmente, la realización plena del hombre y de la mujer, desde lo que a cada uno de ellos les corresponde y es propio de su vocación personal. También, contribuye al mejoramiento de la calidad de vida del entorno social, puesto que ningún ser humano se forma para sí mismo y para mejorar él mismo, sino que lo hace en un contexto sociocultural determinado con el objeto igualmente de mejorarlo.

Es por ello, que uno de los objetivos de la escuela de formación deportiva y recreativa de futbol de salón, es formar a los niños y jóvenes desde la integralidad.

FUTBOL DE SALÓN

El futbol de salón es un deporte en el que se enfrentan dos equipos compuestos por cuatro jugadores de campo y un portero, y cuyo objetivo es marcar más goles que el contrario durante

un periodo de juego que durá dos tiempos de 20 minutos (el tiempo se detiene cuando el balón no está en juego)

Quizás lo conozcas por futsal, (a alto nivel tiene una alta complejidad táctica: por sus espacios reducidos: el campo mide 40 metros por 20).

Si quieres saber algo de su historia:

El futbol de salón nació en Uruguay en 1930. Fue el profesor Juan Carlos Ceriani quién utilizando reglas del waterpolo, baloncesto, balonmano y fútbol, redacto el reglamento de este deporte. De salón hay que buscarlos en Uruguay en el año 1930. En aquella época el fútbol era una auténtica locura en las calles de Montevideo. Era la época en que la selección de Uruguay había obtenido el campeonato del mundo.
Fue el profesor Juan Carlos Ceriani el que se dió cuenta de que los niños jugaban al futbol en canchas de baloncesto al no haber campos de fútbol libres e intento solucionar el problema. Su gran acierto fue el acercar el futbol a una cancha pequeña destinada a otros deportes.
El fútbol de salón recreativo es una actividad que tiene como fin darle la posibilidad al deportista de jugar de una manera distinta, que sea divertida, se evidencia la adquisición de las habilidades deportivas en edades tempranas formando parte del empleo correcto del tiempo libre dentro de la comunidad, como una alternativa de contribución a la formación de los niños.
Además las actividades recreativas que aparecen en el futbol de salón están orientadas hacia diferentes direcciones desde la perspectiva fisiológica, técnica y táctica, peo siempre con el contexto del juego como una vía de recreación utilizando el tiempo libre

"El fútbol de salón es un deporte distinto al fútbol"
El "futbol de salón" como se le empezó a llamar causó sensación en Uruguay, desde donde pasó a Chile, Brasil, Argentina, Perú y España. Después se desarrolló en el resto del mundo.

El fútbol de salón es un deporte distinto al fútbol convencional, pues es una conjunción de varios deportes, incluido el fútbol por supuesto.

9. ESTRUCTURA POR NIVELES

9.1 ETAPA DE INICIACIÓN ENTRE EDADES DE (6 A 9 AÑOS)

OBJETIVO: Desarrollar una base psicomotriz amplia mediante la utilización de elementos propios del futbol de salón que permitan el desarrollo psicomotor de los niños y niñas a través de diferentes actividades recreativas.

9.2 ETAPA DE FUNDAMENTACIÓN ENTRE EDADES DE (9 A 13 AÑOS)

OBJETIVO: Lograr que los niños fortalezcan las habilidades psicomotoras a través de actividades recreativas y deportivas desarrolladas mediante el futbol de salón.

9.3 ETAPA DE PERFECCIONAMIENTO ENTRE EDADES DE (14 A 17 AÑOS)

OBJETIVO: Fundamentar técnicamente al niño en la disciplina de futbol de salón por medio actividades y ejercicios acordes a su desarrollo físico y cognitivo.

10. TEMAS Y CONTENIDOS DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA DE FUTBOL DE SALÓN DE LA PROVINCIA DE UBATE.

A continuación, se realiza un plan pedagógico dirigido a niños, niñas y jóvenes entre los 6 y 17 años, para la disciplina de futbol de salón del municipio de Ubaté. Este plan pedagógico va

direccionado a tres fases fundamentales del trabajo en escuelas de formación deportivas y recreativas; la iniciación, la fundamentación y el perfeccionamiento.
Todo el desarrollo de este proceso se basa en la búsqueda de formar un ser integral, por medio de componentes físicos, técnicos, tácticos, y emocionales.

10.1 ETAPAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE EN LA ESCUELA DEPORTIVA FUTBOL DE SALÓN DEL MINICIPIO DE UBATE

Como se mencionó anteriormente, el proceso se realizará en tres fases: iniciación, fundamentación y perfeccionamiento, los cuales van enfocados de acuerdo a las etapas de desarrollo y necesidades de los niños, niñas y jóvenes deportistas.

10.2 ETAPA DE INICIACIÓN ENTRE EDADES DE (6 A 8 AÑOS)

OBJETIVO: Desarrollar una base psicomotriz amplia mediante la utilización de elementos propios del futbol de salón que permitan el desarrollo de diferentes actividades

CONTENIDO FISICO: Se desarrollara diferentes ejercicios y actividades que permita mejorar las siguientes capacidades:

- Flexibilidad
- Agilidad
- Equilibrio
- Velocidad

CONTENIDO TECNICO: Se desarrollaran diferentes ejercicios y actividades que permita al niño mejorar las diferentes técnicas:

- Control de balón
- Pase
- Conducción
- Técnica para patear

CONTENIDO TACTICO: Permite mejorar el proceso defensivo y ofensivo en los ejercicios del futbol de salón, en los cuales se desarrollará un trabajo tanto individual como grupal, mejorando el trabajo en equipo.

CONTENIDO TEÓRICO:

- Conocimiento del Reglamento
- Conocimiento de los fundamento técnicos y tácticos del futbol DE SALÓN

CONTENIDO PSICOSOCIAL

Características asociadas al componente intelectual, uso de valores dentro y fuera del campo, así como el trabajo e equipo.

10.3 ETAPA DE FUNDAMENTACIÓN ENTRE EDADES DE (9 A 13 AÑOS)

OBJETIVO: Fundamentar técnicamente al niño en la disciplina de futbol de salón por medio actividades y ejercicios acordes a su desarrollo físico y cognitivo.

CONTENIDO FISICO:

- Características asociadas a la velocidad, fuerza y coordinación
- Características asociadas a la resistencia, flexibilidad y condición general.
- Actividades de fuerza muscular y abdominal

CONTENIDO TÉCNICO:

Mejorar las habilidades de los niños, niñas y jovenes a la hora de desarrollar sus actividades y ejercicios ordenados por el instructor en el campo deportivo como pase, remate, dominio de balón, conducción de balón de un lado a otro, y manejo de las superficies del pie.

CONTENIDO TÁCTICO:

Patrón de juego dominante: ejercicios de recepción, atacar con precisión para encontrar líneas de pase, defender y mejorar la recuperación del balón, así como la posesión dentro de campo deportivo.

CONTENIDO TEÓRICO

Conocimiento de los fundamento técnicos y tácticos

CONTENIDO PSICOSOCIAL

Características asociadas al componente intelectual: aprender a comprender la necesidad de la existencia de reglas, uso de valores, trabajo el equipo, e higiene personal dentro y fuera del campo deportivo.

METODOLOGIA

Se pretende abordar las temáticas desde los gustos e intereses de los niños con juegos acordes a su edad y etapas de desarrollo, agregando una mayor complejidad en las actividades y ejercicios asignados por el instructor, buscando la adquisición de gestos y habilidades propias de la disciplina deportiva.

10.4 ETAPA DE PERFECCIONAMIENTO ENTRE EDADES DE (14 A 17 AÑOS)

OBJETIVO: Perfeccionar técnicamente al deportista en el futbol de salón de acuerdo con sus características de desarrollo y su gusto en particular.

CONTENIDO FISICO: Se desarrollaran diferentes ejercicios y actividades que iran aumentando de complejidad de acuerdo a la edad y desempeño de cada deportista que permita mejorar las siguientes capacidades:

- Velocidad
- Fuerza
- Coordinación

CONTENIDO TÉCNICO:

- Pase
- Definición
- Conducción
- Remate

- Técnicas agresivas de pase remate y definición: Pases largos a un solo toque, pases diagonales, superación de obstáculos a corta y larga distancia.
- Desarrollo de ejercicios para mejorar la potencia y profundidad con movimiento lineal, consistencia, dirección, conducción de balón y preparación en el remate.

CONTENIDO TÁCTICO:

Otras cualidades del patrón de juego: consistencia; conducción, ejercicios de pelota con balón detenido para tener más variedad y creatividad, control de la balón, desplazamiento hacia adelante y hacia atrás.

CONTENIDO TEÓRICO: (MATERIALES – ESPACIO – INDUMENTARIA)

- Conocimiento de la regla
- Conocimiento del juego a nivel Nacional e Internacional

CONTENIDO PSICOSOCIAL:

- Características asociadas a la confianza: el alumno empieza a pensar en el futbol de salón de forma positiva, formulación del auto concepto.
- Características asociadas al componente intelectual: aprender a comprender la necesidad de la existencia de reglas, uso de valores, trabajo el equipo, e higiene personal dentro y fuera del campo deportivo.
- Características asociadas al espíritu competitivo: período de diversión y aprendizaje.

METODOLOGIA:

Se pretende abordar las temáticas desde una etapa de perfeccionamiento donde los deportistas realicen actividades acordes a su edad y etapas de desarrollo, agregando una mayor complejidad

en las formas jugadas, buscando la adquisición de gestos y habilidades propias de la disciplina deportiva.

PROPUESTA RECREATIVA

Durante el proceso formativo se tiene presente el enfoque recreativo, es por ello que se plantean las siguientes temáticas en el plan pedagógico y la malla curricular.

- Recreación deportiva
- Recreación al aire libre
- Recreación artística

ACTIVIDADES:

Se plantean diferentes actividades como:

- Desarrollo de juegos tradicionales
- Rondas infantiles
- Juegos lúdico – recreativos
- Manualidades
- Actividades de Interacción Social.

11. METODOLOGIA DE TRABAJO

La Escuela Deportiva y recreativa de futbol de salón de la provincia de Ubaté, realizará un proceso estructurado de acuerdo a las necesidades y etapas de desarrollo de los niños, niñas y jóvenes. Las sesiones de entrenamiento se realizarán de forma presencial dividido de la siguiente manera: Presencial: 36 sesiones, para un total de 60 horas al mes. Cada sesión estará compuestas por veinte (20) minutos de preparación, hora y treinta (1:30) minutos de formacion y diez (10) minutos de cierre, para un total de 2 horas como mínimo. Semanalmente cada grupo tendrá 2 horas de trabajo presencial.

12. CONTROL SEGUIMIENTO Y EVALUACION

El proceso de evaluación control y seguimiento de cada una de las categorías se realizará a través de la aplicación de pruebas físicas y técnicas teniendo en cuenta la capacidad de cada niño, niña y joven que participe en el proceso de formación. Dicha evaluación se realizará por medio de las actividades programadas en cada una de las sesiones, actividades de conocimiento, y aplicación de diferentes instrumentos que evalúen la experiencia y dificultad en cada uno de los ejercicios a realizar.

13. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES INICIACION

ACTIVIDAD	SEM 1	SEM 2	SEM 3	SEM 4	SEM 5	SEM 6	SEM 7	SEM 8	SEM 9	SEM 10	SEM 11	SEM 12	SEM 13	SEM 14	SEM 15	SEM 16	SEM 17	SEM 18	SEM 19	SEM 20	SEM 21	SEM 22	SEM 23	SEM 24	SEM 25	SEM 26	SEM 27	SEM 28
JUEGOS DE INTEGRACION																												
HISTORIA DEL FUTBOL DE SALON																												
PASE																												
EJERCICIOS DE VELOCIDAD A TRAVES DE ACTIVIDADES RECREATIVAS																												
JUEGOS TRADICIONALES																												
HABITOS DE VIDA SALUDABLES																												
REGLAMENTACION																												
EJERCICIOS DE REACCION A TRAVES DE ACTIVIDADES RECREATIVAS																												
APLICACIÓN DE PRUEBAS																												
ACTIVIDAD DEPORTIVA																												
EJERCICIOS DE CONCENTRACION A ATRVES DE ACTIVIDADES RECREATIVAS																												
ACTIVIDADES RECREATIVAS																												
EJERCICIO DE FUERZA																												

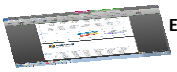
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES FUNDAMENTACION

ACTIVIDAD	SEM 1	SEM 2	SEM 3	SEM 4	SEM 5	SEM 6	SEM 7	SEM 8	SEM 9	SEM 10	SEM 11	SEM 12	SEM 13	SEM 14	SEM 15	SEM 16	SEM 17	SEM 18	SEM 19	SEM 20	SEM 21	SEM 22	SEM 23	SEM 24	SEM 25	SEM 26	SEM 27	SEM 28
JUEGOS DE INTEGRACION																												
HISTORIA DEL FUTBOL DE SALON																												
PASE																												
EJERCICIOS DE CONDUCCION																												
JUEGOS TRADICIONALES																												
HABITOS DE VIDA SALUDABLES																												
REGLAMENTACION																												
APLICACIÓN DE PRUEBAS																												
ACTIVIDAD DEPORTIVA																												
EJERCICIOS DE REMATE																												
ACTIVIDDES RECREATIVAS																												
EJERCICIO DE FUERZA																												
EJERCICIOS DE RESISTENCIA																												

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES PERFECCIONAMIENTO

ACTIVIDAD	SEM 1	SEM 2	SEM 3	SEM 4	SEM 5	SEM 6	SEM 7	SEM 8	SEM 9	SEM 10	SEM 11	SEM 12	SEM 13	SEM 14	SEM 15	SEM 16	SEM 17	SEM 18	SEM 19	SEM 20	SEM 21	SEM 22	SEM 23	SEM 24	SEM 25	SEM 26	SEM 27	SEM 28
JUEGOS DE INTEGRACION	■				■							■					■								■	■		
HISTORIA DEL FUTBOL DE SALON		■								■																		
PASE			■	■										■	■									■	■			
EJERCICIOS DE CONDUCCION					■			■			■								■				■					
JUEGOS TRADICIONALES																												
HABITOS DE VIDA SALUDABLES	■																			■							■	
REGLAMENTACION								■										■										
EJERCICIOS DE REMATE						■	■									■	■									■		
ACTIVIDADES RECREATIVAS																						■						
EJERCICIO DE FUERZA		■							■				■									■						
EJERCICIOS DE RESISTENCIA					■	■									■	■									■			
INTELIGENCIA EMOCIONAL						■																						
SISTEMA OFENSIVO																		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
EJERCICIOS DE ESTRATEGIA														■	■	■												
EJERCICIOS DE DEFINICION				■	■	■	■	■																				
APLICACIÓN DE PRUEBAS								■													■							
ACTIVIDAD DEPORTIVA																	■											

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"



ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

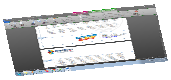
MALLA PEDAGOGICA

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
FÚTBOL DE SALÓN	INICIACION	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	Realize ejercicios que permitieron acoplar diferentes moviminetos corporales a traves del juego
						RITMO	Mejore el ritmo a traves de ejercicios de coordinacion
						EQUILIBRIO	Logre que los niños, niñas y jovenes se desplazen de un lado a otro saltando en un solo pie
						ORIENTACION	Mejore la orientacion a traves de ejercicios que permitieron la ubicacion en tiempo y espacio
						DIFERENCIACION	Realize actividades que permitieron el desplazamiento caminando en diferentes velocidades
						REACCIÓN	Logre que los niños, niñas y jovenes mejoren la reaccion a traves de juegos con lanzamientos de balon
						ADAPTACIÓN	Enseñe a los niños, niñas y jovenes adaptarse a través de la realización de tareas motrices
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	Realize actividades que permitieron el desplazamiento caminando en diferentes direccciones
						CORRER	Enseñe a los niños, niñas y jovenes a desplazarse a traves de diferentes velocidades
						SALTAR	Logre que los niños realicen ejercios de salto a pie junto
						ATRAPAR	Mejore la reaccion a traves de juegos de lanzamineto
						RODAR	Enseñe a los niños a rodar en diferentes direcciones
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	PLANCHA	Mejorer en el niño, niña y jovenes la fuerza de brazos y piernas
						CARRERAS	Maximize la velocidad a traves de carreras
						ABDOMINALES	Mejore la fuerza abdominal a traves de ejercicios repetitivos
				2	RESISTENCIA	FLEXIONES	Mejore la fuerza en piernas y brazos
						SALTAR LA CUERDA	Medi la resistencia a traves de cantidad de saltos realizados
				3	VELOCIDAD	CONDUCCION DE BALON	Aumente la velocidad en conduccion de balon
						CARRERAS DE RELEVO	Mejore el tiempo en el deplazamiento
				4	FLEXIBILIDAD	ESTIRAMIENTO	Logre que el niño, niña y joven mejore la flexibilidad a traves de ejercicios de estiramiento
		TECNICO	DESTREZAS	1	VELOCIDAD	JUEGO DE STOP	Permiti que los niños, niñas y jovenes corran en diferentes velocidades
						LA LLEVA	Logre que el niño, niña y joven mejore el pase a larga distancia
						CONGELADOS	Permiti realizar diferentes movimientos
				2	CONCENTRACION	JUEGO DE GOLOZA	Mejore la conduccion del balon con el borde interno
						JUEGO DE DOMINO	Logre la concentración
						LOTERIA	Mejore la capacidad cognitiva
				3	REACCION	JUEGO DE PERRITO	Mejore el trabajo en equipo y la integracion
						PONCHADOS	Mejore la reaccion al evadir un objeto
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	INICIOS	Enseñe como iniciar la historia del futbol de salon
						DONDE SE JUGO POR PRIMERA VEZ EL FUTBOL DE SALON	Motive al niño,niña y joven a practicar el futbo de salon
						SITIOS DE DESARROLLO	Conoci algunos lugares donde se desarrollo el juego
						INVENTORES	Conoci quien invento el futbol de salon
				2	REGLAMENTACION	JUGADORES	Aprendi cuantos jugadores deben estar en cancha
						JUEGO LIMPIO	Inculque el juego limpo en todas las sesiones de trabajo
						INICIO Y REANUDACION DE JUEGO	Enseñe tiempo de duracion del encuentro deportivo
						CAMBIOS	Enseñe como se deben hacer los cambios durante el juego
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	CUMPLIMIENTO	Exigi la participacion en todas las sesiones programadas
						TRANSPARENCIA	Utilize correctamente los instrumentos utilizados en cada sesion
						IDENTIDAD POR EL MUNICIPIO Y DEPARTAMENTO	Enseñe los simbolos del Municipio y departamento y hacerlos respetar
						TRABAJO EN EQUIPO	Exigi el trabajo en equipo en todas las clases.
						RESPETO	Inculque el respeto a todo su entorno dutante las sesiones

		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	HONESTIDAD	Enseñe a los ninños la importancia de ser honestos
						TRABAJO EN EQUIPO	Reconoci el trabajo en equipo en cada actividad realizada
						DEDICACION	Realize las sesiones de clase a conciencia
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	Logre que los niños tengan una buena higiene personal dentro y fuera del campo deportivo
						ALIMENTACIÓN	Solicite a los niños asistir bien alimentados a todas a las sesiones programadas
						PRESENTACION PERSONAL	Exigi a los niños, niñas y jovenes presentarse correctamente a las sesiones
						DESCANSO Y SUEÑO	Permiti que el niños, niñas y jovenes tenga tiempos de descanso entre una y otra actividad
						EJERCICIO FISICO	Promovi el ejercicio en cada una de las actividades
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	Reconoci la actitud de cada uno de los compañeros
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	Reconoci el esfuerzo que hace cada niño para mejorar en cada una de sus sesiones
						ENTREGA	Valore las sesiones de clase que se realizan
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	Enseñe al niño la forma correcta de concentrarse para realizar cada actividad
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	Enseñe el trabajo en equipo y juego limpio en todas las sesiones
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	GATO Y RATON	Mejore el trabajo en equipo y la integracion
						LA LLEVA	Mejore la coordinacion a la hora de realizar el ejercicio
						PATO PATO GANZO	Mejore la habilidad cognitiva
				2	JUEGOS TRADICIONALES	CUCUNUBA	Mejore la coordinacion
						YERMIS	Resalte la importancia de los juegos tradicionales en cada actividad
						JENGA	Mejore la capacidad cognitiva
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	Figuras de plastilina	Mejore las habilidades psicomotoras
						Baile	Mejore la capacidad auditiva
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	ENCOSTALADOS	Mejore la coordinacion a la hora de realizar el ejercicio
						ZIG ZAG	
						CIRCUITO CON BOMBAS DE AGUA	
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	Corazon de la piña	Mejore la accion motora
						Goloza	Mejore la capacidad cognitiva
						Puente esta quebrado	Trabaje coordinacion y fuerza
						Juguemos en el bosque	Aumente la velocidad y la percepcion

FECHA DE ENTREGA	**14-Feb-22**
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	**FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE**
MUNICIPIO	**SUSA**



"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

NIVEL FUNDAMENTACION

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
FÚTBOL DE SALÓN	FUNDAMENTA	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	Realize ejercicios que permitieron acoplar difrentes moviminetos corporales a traves del juego
						RITMO	Mejore el ritmo a traves de ejercicios de coordinacion
						EQUILIBRIO	Logre que los niños se desplazaran de un lado a otro saltando en un solo pie
						ORIENTACION	Mejore la orientacion a traves de ejercicios que permitieron la ubicacion en tiempo y espacio
						DIFERENCIACION	Realize actividades que permitieron el desplazamiento caminando en diferentes velocidades
						REACCIÓN	Logrer que lo niños mejoraran la reaccion a traves de juegos con lanzaminetos de balon
						ADAPTACIÓN	Enseñe a los niños a adaptarse a través de la realización de tareas motrices
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	Realize actividades que permiteieron el desplazamiento caminando
						CORRER	Enseñe a los niños a desplazarse a traves de diferentes velocidades
						SALTAR	Logrer que los niños realizaran ejercios de salto a pie junto
						ATRAPAR	Mejore la reaccion a traves de juegos de lanzamineto y atrapada
						RODAR	Enseñe a los niños a rodar en diferentes direcciones
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	SALTOS A PIE JUNTO	Mejorer la fuerza de brazos y piernas en a traves de difrentes ejercicios propuestos en cada sesion
						FLEXIONES DE PECHO	
						SENTADILLAS	Mejore la resistencia en las piernas
						TIJERAS	Fortaleci la fuerza de piernas
				2	RESISTENCIA	SALTAR EN SOGA	Evalue la resistencia del deportista
						PLANCHAS	Aumente la resistencia en el area abdominal
				3	VELOCIDAD	CARRERAS	Logre que el niño mejore la velocidad en el desplazamiento
						SLALOM	Mejore la velocidad sobrepasando obstaculos
						CON CONDUCCION DE BALON	Logre que el niño, niña y joven mejorara la velcoidad conduciendo el balon de un punto a otro
				4	FLEXIBILIDAD	ESTATICA	Mejore la flexibilidad realizando ejercicios en sun solo punto
						ESTIRAMIENTO	Logre que el niño, niña y joven mejore la flexibilidad a traves de ejerciocios de estiramiento
		TECNICO	DESTREZAS	1	PASE	EN UN SOLO TOQUE	Logre que el niño, niña y joven mejoraran la entrega de pases a un solo toque
						LINEAS DE PASE	Logre que el niño, niña y joven buscaran espacios para recibir el pase de sus compañeros
						DOS CONTRA DOS	Manteni la posicion de balon con el compañero
						PASE LARGO	Mejore el control a la hora de recibir el pase
				2	REMATE	ZIG ZAG	Mejore la fuerza y la conduccion a la hora de rematar
						A UNA DISTANCIA DE 10 MTS	Mejore la potencia del disparo
						A TARVES DE UN PASE DE COMPAÑERO	Mejore el trabajo en equipo
						LARGO	Mejore la potencia a la hora de rematar
				3	CONDUCCION	CONDUCCION ALTERNA	Mejore la conduccion del balon con borde interno y externo del pie
						CON MIRADA AL FRENTE	Mejore la conduccion del balon manteniendo la frente en alto para evitar cualquier timpo de choque con los compañeros ala hora de ralizar los ejercicios.
						EN DRIBLING	Logre que el niño, niña y joven mejorara la agilidad ala hora de conducir el balon ante sus adversarios
						BORDE INTERNO	Mejore la conduccion con el borde externo
				4	RECEPCION	PASE POR PAREJAS	Logre que el niño, niña y joven recepcionaran el pase del compañero en las actividades grupales asignadas
						DE SAQUE LATERAL	Mejore la fueza en los brazos
						DE PASES AEREOS	Mejore la tecnica a la hora de entregar un pase
						CONTROL ORIENTADO	Logre la recepcion de balón
				1	HISTORIA DEL DEPORTE	INICIOS	Aprendi como inicio la historia del futbol de salon
						DONDE SE JUGO POR PRIMERA VEZ EL FUTBOL DE SALON	Motive al niño, niña y joven a practicar el futbo de salon
						SITIOS DE DESARROLLO	Conoci algunos lugares donde se desarrollo el juego
						INVENTORES	Conoci quien invento el futbol de salon
				2	REGLAMENTACION	JUGADORES	Enseñe cuantos jugadores deben estar en cancha
						JUEGO LIMPIO	Inculque el juego limpo en todas las sesiones de trabajo

	A C I O N	TEORICO		2	REGLAMENTACION	INICIO Y REANUDACION DE JUEGO	Enseñe tiempo de duracion del encuentro deportivo
						CAMBIOS	Enseñe como se deben hacer los cambios durante el juego
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	CUMPLIMIENTO	Exigi la participacion en todas las sesiones programadas
						TRANSPARENCIA	Utilize correctamente los instrumentos utilizados en cada sesion
						IDENTIDAD POR EL MUNICIPIO Y DEPARTAMENTO	Enseñe los simbolos del Municipio y departamento y hacerlos respetar
						TRABAJO EN EQUIPO	Exigi el trabajo en equipo en todas las clases.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	RESPETO	Inculque el respeto a todo su entorno dutante las sesiones
						HONESTIDAD	Enseñe a los niños la importancia de ser honestos
						TRABAJO EN EQUIPO	Reconoci el trabajo en equipo da en cada actividad realizada
						DEDICACION	Realize las sesiones de clase a conciencia
					HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	Logre que los niños tuvieran una buena higien personal dentro y fuera del campo deportivo
						ALIMENTACIÓN	Solicite a los niños asistir bien alimentados a todas alas sesiones programdas
						PRESENTACION PERSONAL	Exigi a los niños presentarse correctamente a las sesiones
						DESCANSO Y SUEÑO	Permiti que el niños tuvieran tiempos de descanso entre una y otra actividad
						EJERCICIO FISICO	Promovi el ejercicio en cada una de las actividades
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	Reconoci la actitud de cada uno de los compañeros
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	Reconoci el esfuerzo que hace cada niño para mejorar en cada una de sus sesiones
						ENTREGA	Valore las sesiones de clase que se realizaron
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	Enseñe al niño la forma correcta de concentrarse para realizar cada actividad
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	Enseñe el trabajo en equipo y juego limpio en todas las sesiones
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	CONGELADOS	Mejore la coordinacion a la hora de realizar el ejercicio
						LA LLEVA	Mejore el desplazamiento
						SALTAR LA CUERDA	Mejore el salto a pie junto
						ESTATUA	Mejore las habilidades psicosociales
				2	JUEGOS TRADICIONALES	YERMIS	Recree a los niños a traves de juegos tradicionales
						JENGA	Mejore la capacidad coginitiva
						RANA	Mejore la punteria
						TROMPO	Desarrolle la coorinacion visomotora
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	Aerobicos	Mejore la coordinacion
						Dibujo	Mejore la motricidad fina
						Ejercicios al ritmo de la musica	Mejore la capacacidad auditiva
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	CIRCUITO DE AROS	Aumente la dificultad de los ejercicio asignados en el desarrollo de circuitos
						ZIG ZAG	Mejore el desplazamineto con obstáculos
						CIRCUITO CON BOMBAS DE AGUA	Mejore la concentracion
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	ENCOSTALADOS	Mejore la velocidad sobre obstaculos
						ADIVINANZAS	Mejore la capacidad cognitiva
						JUEGOS DE OBSTACULOS	Fortaleci la superacion de obstaculos

FECHA DE ENTREGA	**14/Febrero/20222**
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	**FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE**
MUNICIPIO	**SUSA**



"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

NIVEL PERFECCIONAMIENTO

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
FÚTBOL DE SALÓN	PERFECC	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	Realize ejercicios que permitieran acoplar diferentes movimientos corporales a traves de ejercicios con balon
						RITMO	Mejore el ritmo a traves de ejercicios de coordinacion
						EQUILIBRIO	Logre que los deportistad se desplazaran de un lado a otro saltando en un solo pie
						ORIENTACION	Mejore la orientacion a traves de ejercicios que permitieron la ubicacion en tiempo y espacio
						DIFERENCIACION	Realize actividades que permitieron el desplazamiento en diferentes velocidades
						REACCIÓN	Logre que lo deportistas mejores la reaccion a traves de juegos con lanzamientos de balon
						ADAPTACIÓN	Enseñe a los deportistas a adaptarse a través de la realización de ejercicios
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	Realize actividades que le permitieron el desplazamiento caminando en diferentes velocidades
						CORRER	Logre Correr de un lado a otro en diferentes velocidades
						SALTAR	Logre que los deportistas realizaran ejercios de salto a pie junto de un aldo a otro
						ATRAPAR	Mejore la reaccion a traves de juegos de lanzamineto y atrapada
						RODAR	Mejore el desplazamiento de un lado a otro a traves de botes
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	SENTADILLA CON BANDAS ELASTICAS	Mejore la fuerza de piernas y brazos en todas las actividades aseignadas
						BURPEE	Fortaleci las manos y piernas
						CABALLITO	Mejore las acciones motrices
						CARRETILLA	Mejore la fuerza en los brazos
				2	RESISTENCIA	TITERES	Supere obstáculos de resistencia y velocidad manteniendo ritmo para recuperar hasta llegar a una posición inicial.
						SALTOS CON SENTADILLA	
				3	VELOCIDAD	EJERCICIOS DE VELOCIDAD Y REACCION	Desarrolle la habilidad de hacer desplazamientos explosivos en el menor tiempo bien sea en distancias cortas o largas
						CARRERAS DE RELEVOS	
						CONDUCCION DE BALON EN GRUPOS	
				4	FLEXIBILIDAD	ESTIRAMIENTO POR PAREJAS	Mejore la flexibilidad en el deportista
						LIMBO	
		TECNICO	DESTREZAS	1	PASE	ESPACIO REDUCIDO	Aumente la rapidez en los pases
						UNA SOLA INTENCION	Aumente la capacidad mental
						POR PAREJAS	Logre ajustar la acciones motriz
						A UN SOLO TOQUE CON UN RECUPERADOR	Mejore el trabajo en equipo
				2	CONDUCCION	CIRCUITO DE OBSTACULOS	Supere obstáculos de resistencia y velocidad
						POR PAREJAS	Mejore el trabajo en equipo
						CON PLANTA DE PIE	Mejore las habilidades psicomotoras
						DE ESPALDAS	Mejore el desplazamiento
						CON MIRADA AL FRENTE	Mejore la habilidad visomotriz
				3	DEFINICION	UNO CONTRA UNO	Mejore la defensa
						DOS CONTRA UNO	Mejore la perfilacion a la hora de defender
						DRIBLANDO AL PORTERO	Mejore la definicion a traves del dribling
						BALON EN MOVIMIENTO	Mejore la capcidad psicomotora
				4	REMATE	DE CABEZA	Mejore la definicion
						DE VOLEA	Mejore la fuerza de piernas
						DE TIRO DE CASTIGO	Mejore la tecnica a la hota de definir
						RECIBIENDO UN PASE DE PIVOT	Mejore la definicion utilizando el pivot
		TACTICO		1	SISTEMA DEFENSIVO	MARCA INDIVIDUAL	Mejore la tactica defensiva
						MARCACION EN ROMBO	
						MARCACION MIXTA	
						MARCACION ZONAL	
				2	SISTEMA OFENSIVO	SALIDA DE TRES	Mejore el desplazamiento
						SALIDA DE 2 UTILIZANDO ROTACION DE TODOS LOS JUGADORES	Fotaleci la rotacion en la cancha

	I O N A M I E N T O					BUSCAR LINEA DE PASE	Mejore los moviminetos a la hora de atacar
				3	ESTRATEGIA	JUGADAS DE TIRO LIBRE	Mejore las estrategias de balon detenido
						JUGADAS DE TIRO DE ESQUINA	
						JUGADAS PARA SALIR DE LA PRESION DEL RIVAL	Mejore salidas evadiendo la marca del rival
						CONTRAATAQUE	Mejore la salida con velocidad
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	INICIOS	Aprendi como se inicia la historia del futbol de salon
						DONDE SE JUGO POR PRIMERA VEZ EL FUTBOL DE SALON	Motive al niño, niña y joven a practicar el futbo de salon
						SITIOS DE DESARROLLO	Conoci algunos lugares donde se desarrollo el juego
						INVENTORES	Conoci quien invento el futbol de salon
				2	REGLAMENTACION	JUGADORES	Enseñe cuantos jugadores deben estar en cancha
						JUEGO LIMPIO	Inculque el juego limpo en todas las sesiones de trabajo
						INICIO Y REANUDACION DE JUEGO	Enseñe tiempo de duracion del encuentro deportivo
						CAMBIOS	Enseñe como se deben hacer los cambios durante el juego
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	CUMPLIMIENTO	Exigi la participacion en todas las sesiones programadas
						TRANSPARENCIA	Utilize correctamente los instrumentos utilizados en cada sesion
						IDENTIDAD POR EL MUNICIPIO Y DEPARTAMENTO	Enseñe los simbolos del Municipio y departamento y hacerlos respetar
						TRABAJO EN EQUIPO	Exigi el trabajo en equipo en todas las clases.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	RESPETO	Inculque el respeto a todo el entorno durante las sesiones
						HONESTIDAD	Enseñe a los ninños la importancia de ser honestos
						TRABAJO EN EQUIPO	Reconoci el trabajo en equipo da en cada actividad realizada
						DEDICACION	Realize las sesiones de clase a conciencia
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	Logre que los niños tengan una buena higien personal dentro y fuera del campo deportivo
						ALIMENTACIÓN	Solicite a los niños asistir bien alimentados a todas alas sesiones programdas
						PRESENTACION PERSONAL	Exigi a los niños, niñas y jovenes a presentarse correctamente a las sesiones
						DESCANSO Y SUEÑO	Permiti que el niños, niñas y jovenes tenga tiempos de descanso entre una y otra actividad
						EJERCICIO FISICO	Promovi el ejercicio en cada una de las actividades
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	Reconoci la actitud de cada uno de los compañeros
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	Reconoci el esfuerzo que hace cada niño para mejorar en cada una de sus sesiones
						ENTREGA	Valore las sesiones de clase que se realizaron
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	Enseñe al deportista la forma correcta de concentrarse para realizar cada actividad
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	Enseñe el trabajo en equipo y juego limpio en todas las sesiones
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	CONGELADOS	Mejore la coordinacion a la hora de realizar el ejercicio
						LA LLEVA	Mejore la acciones motriz
						SALTAR LA CUERDA	Mejore la fuerza de piernas
						ESTATUA	Mejore la habilidad corporal
				2	JUEGOS TRADICIONALES	YERMIS	Recree a los deportistas a traves de juegos tradicionales
						JENGA	Mejorer la capacidad cognitiva
						RANA	Mejore la habilidad para lanzar
						CUCUNUBA	Desarrolle habilidades psicomotoras
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	Motricidad fina	Mejore de destreza manual
						Enhebrar aguja	Estimule la vision y la capacidad psicomotor
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	CIRCUITO DE AROS	Aumente la dificultad de los ejercicio asignados en el desarrollo de circuitos
						ZIG ZAG	
						CIRCUITO CON CONOS	
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	ENCOSTALADOS	Integre a los deportistas a traves del festival recreativo que permitiera el cambio de actividades
						MARAÑA	
						JUEGOS DE OBSTACULOS	

FECHA DE ENTREGA	**14-Feb-22**
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	**FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE**
MUNICIPIO	**SUSA**



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

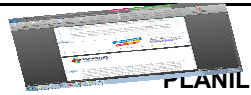
INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE / MODALIDAD: FUTBOL DE SALON

MUNICIPIO: SUSA

NOMBRE DEL FORMADOR: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
7:00 AM A 9: 00 AM	GRUPO			INICIACION			
	SEDE DE TRABAJO			MATA REDONDA			
9:00 A.M. A 11 A.M	GRUPO			FUNDAMENTACION A			INICIACION
	SEDE DE TRABAO			MATA REDONDA			POLIDEPORTIVO
11:00 A.M. A 1:00 P.M	GRUPO			FUNDAMENTACION B			FUNDAMENTACION
	SEDE DE TRABAO			MATA REDONDA			POLIDEPORTIVO
2:00 PM A 4:00 PM	GRUPO	INICIACION					PERFECCIONAMIENTO
	SEDE DE TRABAJO	POLIDEPORTIVO					POLIDEPORTIVO
4:00 PM A 6:0O PM	GRUPO	FUNDAMENTACION					
	SEDE DE TRABAJO	POLIDEPORTIVO					
6:00 PM A 8:00 PM	GRUPO	PERFECCIONAMIENTO					
	SEDE DE TRABAJO	POLIDEPORTIVO					
NOMBRE MONITOR		FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE					



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

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

NEFICIAD	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Masculino	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
6 AÑOS	3	2		3		2									5
7 AÑOS	7	6		7		6									13
8 AÑOS	7	5		7		5									12
9 AÑOS	3	3		3		3									6
10 AÑOS	2	3		2		3									5
11 AÑOS															0
12 AÑOS	1				1										1
13 AÑOS															0
14 AÑOS	1			1											1
15 AÑOS	2			2											2
16 AÑOS															0
17 AÑOS															0
TOTALES	26	19		25	1	19									45

PROVINCIA	MUNICIPIO	FORMADOR(A) NOMBRES & APELLIDOS	DISCIPLINA DEPORTIVA	BENEFICIARIO(A) NOMBRES & APELLIDOS	BENEFICIARIO(A) N° DOCUMENTO	BENEFICIARIO(A) NACIONALIDAD	RANGO DE EDAD PRIMERA INFANCIA (DESDE CERO (0) A LOS 5 AÑOS) INFANCIA (DESDE LOS (6) A 11 AÑOS) ADOLESCENCIA (DESDE LOS (12 A 17 AÑOS) JUVENTUD (DESDE 18 A LOS 28 AÑOS)	BENEFICIARIO(A) DIRECCIÓN DE DOMICILIO	RH	EPS	SEXO FEMENINO MASCULINO INTERSEXUAL	ORIENTACIÓN SEXUAL HOMOSEXUAL BISEXUAL HETEROSEXUAL TRANSEXUAL	IDENTIFICACIÓN DE GÉNERO CISGENERO/ TRANSGÉNERO	VULNERABILIDAD EN SITUACIÓN DE DESPLAZAMIENTO EN CONDICIÓN DE DISCAPACIDAD EN CONDICIÓN DE VEJEZ AVANZADA PAREJA EN PARTICIPACIÓN SOCIAL Y POLÍTICA MADRE SOLTERA REFUGIADOS MIGRANTES RETORNADOS HABITANTES DE CALLE NINGUNA	DISCAPACIDAD FÍSICA VISUAL AUDITIVA PSICOSOCIAL INTELECTUAL SORDOCEGUERA MÚLTIPLE NINGUNA	GRUPO ETNICO INDÍGENAS AFROCOLOMBIANOS/NEGROS/RAIZALES PALENQUERO ROM RAIZAL OTROS	LENGUAS CASTELLANO INDÍGENA CRIOLLA CREOLE SRAILI LENGUA EXTRANJERA	SECTOR DE RESIDENCIA URBANO RURAL	ACUDIENTE NOMBRES & APELLIDOS	ACUDIENTE TELEFONO MOVIL	ACUDIENTE CORREO
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	CAROL VALERIA CARDO	1 054 961 486	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	NINGUNA EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	CAUCA MARIA ROSARIO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 487	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	COOSALUD EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANA MARIA RAMIREZ AGUDELO	1 054 961 488	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	NUEVA EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	MARIA ISABEL AGUDELO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	MARIA ISABEL AGUDELO	1 054 961 489	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ROBERT JOHN GARCIA AGUDELO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	JUAN DAVID GARCIA AGUDELO	1 054 961 490	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA AGUDELO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANGELA MARIA CASTRO	1 054 961 491	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	COOSALUD EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ ADRIANA RAMIREZ	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VALERIA RAMIREZ CASTRO	1 054 961 492	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	COOSALUD EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ ADRIANA RAMIREZ	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 493	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	COOSALUD EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	CAROL VALERIA CARDO	1 054 961 494	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	NUEVA EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	CAUCA MARIA ROSARIO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 495	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANGELA MARIA CASTRO	1 054 961 496	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	COOSALUD EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ ADRIANA RAMIREZ	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 497	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	COOSALUD EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 498	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANGELA MARIA CASTRO	1 054 961 499	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	NUEVA EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	CAUCA MARIA ROSARIO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 500	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANGELA MARIA CASTRO	1 054 961 501	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	COOSALUD EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ ADRIANA RAMIREZ	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 502	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANGELA MARIA CASTRO	1 054 961 503	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	NUEVA EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	CAUCA MARIA ROSARIO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 504	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANGELA MARIA CASTRO	1 054 961 505	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	COOSALUD EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ ADRIANA RAMIREZ	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 506	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANGELA MARIA CASTRO	1 054 961 507	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	NUEVA EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	CAUCA MARIA ROSARIO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 508	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANGELA MARIA CASTRO	1 054 961 509	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	COOSALUD EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ ADRIANA RAMIREZ	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 510	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANGELA MARIA CASTRO	1 054 961 511	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	NUEVA EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	CAUCA MARIA ROSARIO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 512	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANGELA MARIA CASTRO	1 054 961 513	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	COOSALUD EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ ADRIANA RAMIREZ	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 514	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANGELA MARIA CASTRO	1 054 961 515	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	NUEVA EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	CAUCA MARIA ROSARIO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 516	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANGELA MARIA CASTRO	1 054 961 517	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	COOSALUD EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ ADRIANA RAMIREZ	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 518	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANGELA MARIA CASTRO	1 054 961 519	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	NUEVA EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	CAUCA MARIA ROSARIO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 520	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANGELA MARIA CASTRO	1 054 961 521	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	COOSALUD EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ ADRIANA RAMIREZ	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 522	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANGELA MARIA CASTRO	1 054 961 523	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	NUEVA EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	CAUCA MARIA ROSARIO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 524	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANGELA MARIA CASTRO	1 054 961 525	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	COOSALUD EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ ADRIANA RAMIREZ	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 526	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANGELA MARIA CASTRO	1 054 961 527	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	NUEVA EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	CAUCA MARIA ROSARIO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 528	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	ANGELA MARIA CASTRO	1 054 961 529	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	COOSALUD EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	LUZ ADRIANA RAMIREZ	3103538674	N/A
VALLE DEL CAUCA	BUGA	FRANCIA MILENA ALZATE RODRIGUEZ	FUTBOL DE SALON	VERONICA ALEJANDRA TRUJILLO	1 054 961 530	COLOMBIANA	INFANTIL	MUJER	FEMENINO	SANITAS EPS	HETEROSEXUAL	NO SE PUEDE DEFINIR	NO APLICA	NINGUNA	N/A	N/A	CASTELLANO	URBANO	ANA MARIA TRUJILLO	3103538674	N/A



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**AGOSTO**		**MUNICIPIO:SUSA**			
LUGAR:				ORTIVO Y VEREDA MATA RR		**HORARIO DE PRACTICA:**	7 AM A 1 PM		
NIVEL				**INICIACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACIÒN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
CLASES				**AGOSTO**		**AGOSTO**		**AGOSTO**	
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO						
			RESPONSABILIDAD	X		X		X	
			COMPAÑERISMO						
			JUSTICIA						
			COOPERACION						
			LEALTAD						
			TRABAJO EN EQUIPO						
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD						
			OBEDIENCIA	X		X		X	
			AUTODISCIPLINA						
			PARTICIPACIÓN						
			PERSEVERANCIA						
			AUTODOMINIO						
			RECOMPENSA						
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON						
			MOVILIDAD ARTICULAR						
			CALENTAMIENTO	X		X		X	
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO						
			RITMO						
			EQUILIBRIO						
			ORIENTACION						
			DIFERENCIACION						
			REACCIÓN						
			ADAPTACIÓN	X		X		X	
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA						
			VELOCIDAD						
			FLEXIBILIDAD						
			RESISTENCIA	X		X		X	
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE	X		X		X	
		ELEMENTOS TACTÍCOS							
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION						
			JUEGOS TRADICIONALES						
			ACTIVIDADES ARTISTICAS						
			CIRCUITOS RECREATIVOS	X		X		X	
			FESTIVALES RECREATIVOS						
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	X		X		X	
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	X		X		X	

FIRMA FORMADOR:

Francisco Rodriguez



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**SEPTIEMBRE**		**MUNICIPIO:SUSA**			
LUGAR:				ORTIVO Y VEREDA MATA RR		**HORARIO DE PRACTICA:**	7 AM A 1 PM		
NIVEL				**INICIACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACIÒN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
CLASES				**SEPTIEMBRE**		**SEPTIEMBRE**		**SEPTIEMBRE**	
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO						
			RESPONSABILIDAD						
			COMPAÑERISMO	X		X		X	
			JUSTICIA						
			COOPERACION						
			LEALTAD						
			TRABAJO EN EQUIPO						
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD						
			OBEDIENCIA						
			AUTODISCIPLINA	X		X		X	
			PARTICIPACIÓN						
			PERSEVERANCIA						
			AUTODOMINIO						
			RECOMPENSA						
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON						
			MOVILIDAD ARTICULAR	X		X		X	
			CALENTAMIENTO						
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO	X		X		X	
			RITMO						
			EQUILIBRIO						
			ORIENTACION						
			DIFERENCIACION						
			REACCIÓN						
			ADAPTACIÓN						
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA	X		X		X	
			VELOCIDAD						
			FLEXIBILIDAD						
			RESISTENCIA						
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE	X		X		X	
		ELEMENTOS TACTÍCOS							
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION						
			JUEGOS TRADICIONALES						
			ACTIVIDADES ARTISTICAS						
			CIRCUITOS RECREATIVOS	X		X		X	
			FESTIVALES RECREATIVOS						
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	X		X		X	
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	X		X		X	

FIRMA FORMADOR:

Francisco Rodriguez



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**SEPTIEMBRE**		**MUNICIPIO:SUSA**			
LUGAR:				ORTIVO Y VEREDA MATA RR		**HORARIO DE PRACTICA:**	7 AM A 1 PM		
NIVEL				**INICIACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACIÒN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
CLASES				**OCTUBRE**		**OCTUBRE**		**OCTUBRE**	
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO						
			RESPONSABILIDAD						
			COMPAÑERISMO						
			JUSTICIA	X		X		X	
			COOPERACION						
			LEALTAD						
			TRABAJO EN EQUIPO						
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD						
			OBEDIENCIA						
			AUTODISCIPLINA						
			PARTICIPACIÓN						
			PERSEVERANCIA	X		X		X	
			AUTODOMINIO						
			RECOMPENSA						
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON						
			MOVILIDAD ARTICULAR						
			CALENTAMIENTO	X		X		X	
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO						
			RITMO						
			EQUILIBRIO						
			ORIENTACION						
			DIFERENCIACION						
			REACCIÓN	X		X		X	
			ADAPTACIÓN						
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA						
			VELOCIDAD						
			FLEXIBILIDAD						
			RESISTENCIA	X		X		X	
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE	X		X		X	
		ELEMENTOS TACTÍCOS							
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION						
			JUEGOS TRADICIONALES						
			ACTIVIDADES ARTISTICAS						
			CIRCUITOS RECREATIVOS	X		X		X	
			FESTIVALES RECREATIVOS						
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	X		X		X	
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	X		X		X	

FIRMA FORMADOR:

Francisco Rodriguez



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**NOVIEMBRE**		**MUNICIPIO:SUSA**		
LUGAR:				ORTIVO Y VEREDA MATA RR		**HORARIO DE PRACTICA:**	7 AM A 1 PM	
NIVEL				**INICIACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACIÒN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
CLASES				**NOVIEMBRE**		**NOVIEMBRE**		**NOVIEMBRE**	
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO					
			RESPONSABILIDAD					
			COMPAÑERISMO					
			JUSTICIA					
			COOPERACION	X		X		X
			LEALTAD					
			TRABAJO EN EQUIPO					
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD					
			OBEDIENCIA					
			AUTODISCIPLINA					
			PARTICIPACIÓN					
			PERSEVERANCIA					
			AUTODOMINIO	X		X		X
			RECOMPENSA					
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON					
			MOVILIDAD ARTICULAR	X		X		X
			CALENTAMIENTO					
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO					
			RITMO					
			EQUILIBRIO					
			ORIENTACION	X		X		X
			DIFERENCIACION					
			REACCIÓN					
			ADAPTACIÓN					
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA					
			VELOCIDAD	X		X		X
			FLEXIBILIDAD					
			RESISTENCIA					
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE	X		X		X
		ELEMENTOS TACTICOS						
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION					
			JUEGOS TRADICIONALES					
			ACTIVIDADES ARTISTICAS					
			CIRCUITOS RECREATIVOS	X		X		X
			FESTIVALES RECREATIVOS					
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	X		X		X
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	X		X		X

FIRMA FORMADOR:

Francisco Rodriguez



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**DICIEMBRE**		**MUNICIPIO:SUSA**		
LUGAR:				ORTIVO Y VEREDA MATA RR		**HORARIO DE PRACTICA:** 7 AM A 1 PM		
NIVEL				**INICIACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACIÒN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
CLASES				**DICIEMBRE**		**DICIEMBRE**		**DICIEMBRE**	
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO					
			RESPONSABILIDAD					
			COMPAÑERISMO	X		X		X	
			JUSTICIA					
			COOPERACION					
			LEALTAD					
			TRABAJO EN EQUIPO					
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD	X		X		X	
			OBEDIENCIA					
			AUTODISCIPLINA					
			PARTICIPACIÓN					
			PERSEVERANCIA					
			AUTODOMINIO					
			RECOMPENSA					
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON					
			MOVILIDAD ARTICULAR					
			CALENTAMIENTO	X		X		X	
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO					
			RITMO					
			EQUILIBRIO					
			ORIENTACION					
			DIFERENCIACION	X		X		X	
			REACCIÓN					
			ADAPTACIÓN					
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA					
			VELOCIDAD					
			FLEXIBILIDAD					
			RESISTENCIA	X		X		X	
		ELEMENTOS TÉCNICOS	PASE	X		X		X	
		ELEMENTOS TACTÍCOS							
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION						
			JUEGOS TRADICIONALES						
			ACTIVIDADES ARTISTICAS						
			CIRCUITOS RECREATIVOS	X		X		X	
			FESTIVALES RECREATIVOS						
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	X		X		X	
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	X		X		X	

FIRMA FORMADOR:

Francisco Rodriguez

CRONOGRAMA ELABORACION DE PRUEBAS ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2022

MES DE SEPTIEMBRE Y OCTUBRE DEL 2022

26	27	28	29	30	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

REALIZACIÓN DE PRUEBAS
ENTREGA DE CONSOLIDADO FORMADORES
CONSOLIDADO POR MUNICIPIO
CONSOLIDADO PROVINCIAL

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

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL:

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL	ESTATURA DE PIE	ESTATURA SENTADO	ENVERGADURA	PERIMETRO DE CINTURA
					KG	CMS.	CMS.	CMS.	CMS.
1	CRISTIAN DANIEL CORTES RONCANCIO	5	9/5/2016	FUTBOL DE SALÓN	19	111	63	1.12	51
2	YARITH STEFFANY TORRES MARTINEZ	7	2/9/2015	FUTBOL DE SALÓN	26	121	66	1.19	58
3	SEBASTIAN BELTRAN SAMACO	8	8/15/2014	FUTBOL DE SALÓN	24	128	71	1.29	56
4	JONATHAN FELIPE ALARCON CASTRO	5	9/29/2017	FUTBOL DE SALÓN	28	117	66	1.12	66
5	LIZETH DANIELA ROBALLO CASTRO	7	4/16/2014	FUTBOL DE SALÓN	26	126	69	1.25	61
6	ALEJANDRO BECERRA RODRIGUEZ	7	2-Jul-15	FUTBOL DE SALÓN	22	102	62	108	61
7	MAIRA ALEJANDRA GARCIA FUQUENE	7	24-Sep-15	FUTBOL DE SALÓN	19	118	64	124	54
8	DANNA ANGELYN CASTIBLANCO CAMELO	6	9/16/2015	FUTBOL DE SALÓN	22	116	63	1.18	58
9	JOSE ISMAEL RAMIREZ ALARCON	6	4/7/2016	FUTBOL DE SALÓN	25	125	68	1.26	58
10	VALENTINA MORENO MERCHAN	8	26-Nov-14	FUTBOL DE SALÓN	32	133	71	132	67
11	DAVID ORLANDO ALRCON CASTIBLANCO	7	6/19/2014	FUTBOL DE SALÓN	23	125	67	1.21	56
12	DANNA VALENTINA VILLAMIL ROBAYO	7	4/3/2014	FUTBOL DE SALÓN	25	133	71	1.3	54
13	EYDER ARMANDO ANGEL ROBAYO	8	2/6/2014	FUTBOL DE SALÓN	20	122	66	1.23	54
14	LIZETH DANIELA BALLESTEROS CARRILLO	8	7-Apr-14	FUTBOL DE SALÓN	32.3	133	70	134	66
15	JUAN ESTIVEN ALMANZA BARRAGAN	7	11/19/2014	FUTBOL DE SALÓN	22	124	66	1.21	56
16	WILLIAN ESTEBAN ROBAYO ROMERO	6	8-Feb-16	FUTBOL DE SALÓN	20	113	60	112	58
17	KERIN QUINCHINEGUA MARTINEZ	7	15-Dec-15	FUTBOL DE SALÓN	18	112	60	110	56
18	YESSICA VALENTINA RODRIGUEZ	8	16-May-14	FUTBOL DE SALÓN	21	121	61	120	62
19	MIGUEL ANGEL GERENA BARRAGAN	7	11/21/2014	FUTBOL DE SALÓN	21	119	64	1.18	55
20	BRAYAN ESNEIDER GUALTEROS ROBAYO	8	1/9/2014	FUTBOL DE SALÓN	26	125	69	1.23	59
21	JOSE ANTONIO GERENA BARRAGAN	7	11/21/2014	FUTBOL DE SALÓN	23	122	66	1.21	53
22	JUAN DIEGO GUZMAN ROBAYO	8	10/27/2014	FUTBOL DE SALÓN	22	125	65	1.24	54
23	ANGELICA MARIA SOLANO BARRAGAN	5	8/25/2017	FUTBOL DE SALÓN	18	104	60	1.01	55
24	MARIA FERNANDA PATIÑO RODRIGUEZ	7	1/30/2015	FUTBOL DE SALÓN	23	123	64	1.18	55
25	MARIA ANGELICA CORTES RODRIGUEZ	7	9/10/2015	FUTBOL DE SALÓN	20	123	63	1.22	53

MUNICIPIO EVALUADO:	**SUSA**
FORMADOR:	**FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE**

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL:

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL	ESTATURA DE PIE	ESTATURA SENTADO	ENVERGADURA	PERIMETRO DE CINTURA
					KG	CMS.	CMS.	CMS.	CMS.
1	FABIAN ESTABAN GUZMAN ROBAYO	9	9/20/2013	FUTBOL DE SALÓN	23	126	67	1.27	58
2	SANDY THALIANA CASTIBLANCO CAMELO	9	6/1/2013	FUTBOL DE SALÓN	28	129	70	1.27	59
3	PAULA VALENTINA ROBAYO RAMIREZ	9	9/13/2013	FUTBOL DE SALÓN	31	136	72	1.3	61
4	YEISON FERNEY ESPEJO RODRIGUEZ	9	8/1/2013	FUTBOL DE SALÓN	23	125	67	1.19	54
5	DIEGO ESTIVEN GUZMAN ROBAYO	9	9/20/2013	FUTBOL DE SALÓN	24	125	67	1.26	58
6	DAYANA STEFANY GUSMAN ANGEL	9	7/23/2012	FUTBOL DE SALÓN	31	145	72	1.45	60
7	JAVIER ALEXIS MOYA ANGEL	9	8/15/2012	FUTBOL DE SALÓN	28	131	71	1.32	58
8	GABRIEL RODRIGUEZ FORERO	10	20-Dec-11	FUTBOL DE SALÓN	38.8	138	67	139	76
9	PAOLA ANDREA GUZMAN CASTRO	9	6/17/2013	FUTBOL DE SALÓN	31	135	69	1.42	57
10	ESTEBAN FELIPE ROCHA MURCIA	11	13-May-11	FUTBOL DE SALÓN	24.6	133	71	134	61
11	JUAN PABLO SIERRA	11	1-Jul-11	FUTBOL DE SALÓN	37	138	71	139	60
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

MUNICIPIO EVALUADO:	**SUSA**
FORMADOR:	**FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE**

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

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL:

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL	ESTATURA DE PIE	ESTATURA SENTADO	ENVERGADURA	PERIMETRO DE CINTURA
					KG	CMS.	CMS.	CMS.	CMS.
1	DIEGO ANDRES RIVERA TINJACA	13	9/30/2009	FUTBOL DE SALÓN	37	144	64	1.43	58
2	KAREN LIZETH GUZMAN CASTRO	11	10/10/2011	FUTBOL DE SALÓN	32	144	76	1.46	55
3	JULIET ALEJANDRA FANDIÑO GUZMAN	11	9/7/2011	FUTBOL DE SALÓN	33	141	70	1.35	60
4	OSCAR MAURICIO ESPEJO RODRIGUEZ	11	10/7/2011	FUTBOL DE SALÓN	32	137	72	1.35	61
5	LINA YAQUELIN SANTANA ROBAYO	11	12/4/2011	FUTBOL DE SALÓN	32	143	77	1.34	57
6	CAROL YELIDSA CARRILLO FIGEROA	11	5/28/2011	FUTBOL DE SALÓN	34	143	75	1.36	59
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

MUNICIPIO EVALUADO:	**SUSA**
FORMADOR:	**FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE**

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL:

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL	ESTATURA DE PIE	ESTATURA SENTADO	ENVERGADURA	PERIMETRO DE CINTURA
					KG	CMS.	CMS.	CMS.	CMS.
1	JEAN FRANCO MEJIA BARRIOS	14	7/8/2008	FUTBOL DE SALÓN	49	161	69	1.62	55
2	JUAN ANDRES CONTRERAS VALENCIA	17	5/23/2005	FUTBOL DE SALÓN	48	161	69	1.63	54
3	JEAN CARLOS MEJIA BARRIOS	16	5/23/2005	FUTBOL DE SALÓN	50	172	75	1.72	58
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

MUNICIPIO EVALUADO:	**SUSA**
FORMADOR:	**FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE**

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

SEGUNDO SEMESTRE

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA <8 AÑOS **NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO**

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	20 METROS LISOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGÚN LOS 2 INTENTOS
	NOMBRES Y APELLIDOS				1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO	
1	CRISTIAN DANIEL CORTES RONCANCIO	5	9/5/2016	FUTBOL DE SALÓN	5.71	5.71	0.71	0.56		0.71	1O	12		12	17.71	17.71	18	22		18
2	YARITH STEFFANY TORRES MARTINEZ	7	2/9/2015	FUTBOL DE SALÓN	4.67	4.67	1.07	1.21		1.21	30	30		30	15.2	15.2	26	29		**26**
3	SEBASTIAN BELTRAN ALARCO	8	8/15/2014	FUTBOL DE SALÓN	5.18	5.18	1.61	1.41		1.61	29	27		29	17.44	17.44	11	11		**11**
4	JONATHAN FELIPE ALARCON CASTRO	5	9/29/2017	FUTBOL DE SALÓN	5.69	5.69	0.71	0.56		0.71	12	10		12	17.71	17.71	22	18		**18**
5	LIZETH DANIELA ROBALLO CASTRO	7	4/16/2014	FUTBOL DE SALÓN	4.71	4.71	1.24	1.11		1.24	23	24		24	15.8	15.8	27	41		**27**
6	ALEJANDRO BECERRA RODRIGUEZ	7	7/2/2015	FUTBOL DE SALÓN	5.15	5.15	110	110		110	11	16		16	19.1	19.1	18	35		**18**
7	MAIRA ALEJANDRA GARCIA FUQUENE	7	24709/2015	FUTBOL DE SALÓN	5.25	5.25	98	100		100	8	10		8	17.89	17.89	20	20		**20**
8	DANNA ANGELYN CASTIBLANCO CAMELO	6	9/16/2015	FUTBOL DE SALÓN	4.78	4.78	1.01	1.2		1.2	13	18		18	17.84	17.84	16	32		**16**
9	JOSE ISMAEL RAMIREZ ALARCON	6	4/7/2016	FUTBOL DE SALÓN	5.21	5.21	0.99	1.15		1.15	18	20		20	27.13	27.13	19	24		**19**
10	VALENTINA MORENO MERCHAN	8	26-Nov-14	FUTBOL DE SALÓN	5.19	5.19	105	110		105	10	15		15	18.2	18.2	20	22		**20**
11	DAVID ORLANDO ALRCON CASTIBLANCO	7	6/19/2014	FUTBOL DE SALÓN	4.41	4.41	1.26	1.21		1.26	22	27		27	14.74	14.74	15	23		**15**
12	DANNA VALENTINA VILLAMIL ROBAYO	7	4/3/2014	FUTBOL DE SALÓN	4.41	4.41	1.48	1.51		1.51	20	20		20	14.15	14.15	33	22		**22**
13	EYDER ARMANDO ANGEL ROBAYO	8	2/6/2014	FUTBOL DE SALÓN	4.67	4.67	1.27	1.41		1.41	20	22		22	17.35	17.35	37	54		**37**
14	LIZETH DANIELA BALLESTEROS CARRILLO	8	7-Apr-14	FUTBOL DE SALÓN	5.15	5.15	106	104		106	12	22		22	18.1	18.1	30	21		**21**
15	JUAN ESTIVEN ALMANZA BARRAGAN	7	11/19/2014	FUTBOL DE SALÓN	4.63	4.63	0.61	0.62		0.62	23	22		23	17.11	17.11	6	22		**6**
16	WILLIAN ESTEBAN ROBAYO ROMERO	6	8-Feb-16	FUTBOL DE SALÓN	6.2	6.2	115	110		115	10	8		10	18.15	18.15	15	20		**15**
17	KERIN QUINCHINEGUA MARTINEZ	7	15-Dec-15	FUTBOL DE SALÓN	5.36	5.36	106	102		106	10	10		10	16.97	16.97	30	40		**30**
18	YESSICA VALENTINA RODRIGUEZ	8	16-May-14	FUTBOL DE SALÓN	7.1	7.1	97	94		97	16	17		17	17.15	17.15	25	15		**15**
19	MIGUEL ANGEL GERENA BARRAGAN	7	11/21/2014	FUTBOL DE SALÓN	5.48	5.48	1.01	1.12		1.12	15	13		15	17.44	17.44	33	18		**18**
20	BRAYAN ESNEIDER GUALTEROS ROBAYO	8	1/9/2014	FUTBOL DE SALÓN	4.46	4.46	1.19	1.07		1.19	17	17		17	15.59	15.59	38	22		**22**
21	JOSE ANTONIO GERENA BARRAGAN	7	11/21/2014	FUTBOL DE SALÓN	5.44	5.44	1.04	1.03		1.04	17	15		17	18.29	18.29	33	24		**24**
22	JUAN DIEGO GUZMAN ROBAYO	8	10/27/2014	FUTBOL DE SALÓN	4.48	4.48	1.24	1.11		1.24	23	24		24	14.88	14.88	22	22		**22**
23	ANGELICA MARIA SOLANO BARRAGAN	5	8/25/2017	FUTBOL DE SALÓN	5.86	5.86	0.16	0.88		0.88	4	5		5	18.45	18.45	29	18		**18**
24	MARIA FERNANDA PATIÑO RODRIGUEZ	7	1/30/2015	FUTBOL DE SALÓN	5.13	5.13	0.78	0.68		0.78	19	20		20	16.57	16.57	35	30		**30**
25	MARIA ANGELICA CORTES RODRIGUEZ	7	9/10/2015	FUTBOL DE SALÓN	5.78	5.78	0.77	0.84		0.84	12	11		12	17.33	17.33	39	40		**39**

MUNICIPIO EVALUADO: **SUSA**

FORMADOR : **FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE**

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

SEGUNDO SEMESTRE

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA 9 A 10 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	20 METROS LISOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGÚN LOS 2 INTENTOS
	NOMBRES Y APELLIDOS				1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO					1 INTENTO	2 INTENTO		
1	FABIAN ESTABAN GUZMAN ROBAYO	9	9/20/2013	FUTBOL DE SALÓN	5.65	5.65	0.86	0.76		0.86	12	11		12	17.33	17.33	39	40		39
2	SANDY THALIANA CASTIBLANCO CAMELO	9	6/1/2013	FUTBOL DE SALÓN	5.47	5.47	1.18	1.14		1.18	23	26		26	19.89	19.89	33	34		**33**
3	PAULA VALENTINA ROBAYO RAMIREZ	9	9/13/2013	FUTBOL DE SALÓN	4.67	4.67	1.4	1.58		1.58	24	28		28	14.13	14.13	33	24		**24**
4	YEISON FERNEY ESPEJO RODRIGUEZ	9	8/1/2013	FUTBOL DE SALÓN	4.49	4.49	1.19	1.09		1.19	15	17		17	14.84	14.84	26	29		**26**
5	DIEGO ESTIVEN GUZMAN ROBAYO	9	9/20/2013	FUTBOL DE SALÓN	5.78	5.78	0.77	0.84		0.84	13	15		15	17.56	17.56	36	32		**32**
6	DAYANA STEFANY GUSMAN ANGEL	9	7/23/2012	FUTBOL DE SALÓN	4.67	4.67	1.26	1.37		1.37	12	19		19	14.46	14.46	16	17		**16**
7	JAVIER ALEXIS MOYA ANGEL	9	8/15/2012	FUTBOL DE SALÓN	4.31	4.31	1.34	1.34		1.34	22	14		22	13.43	13.43	21	5		**5**
8	GABRIEL RODRIGUEZ FORERO	10	12/20/2011	FUTBOL DE SALÓN	4.45	4.45	118	107		118	23	24		24	14.13	14.13	5	23		**5**
9	PAOLA ANDREA GUZMAN CASTRO	9	6/17/2013	FUTBOL DE SALÓN	4.86	4.86	1.11	1.05		1.11	22	30		30	14.26	14.26	45	34		**34**
10	ESTEBAN FELIPE ROCHA MURCIA	10	5/13/2011	FUTBOL DE SALÓN	4.23	**4.23**	135	138		138	38	40		40	14.83	14.83	3	6		**3**
11	JUAN PABLO SIERRA	10	7/1/2011	FUTBOL DE SALÓN	4.9	**4.9**	120	121		121	17	19		19	15.1	15.1	10	20		**10**
12																				
13																				
14																				
15																				
16																				
17																				
18																				
19																				
20																				

MUNICIPIO EVALUADO:	SUSA
FORMADOR :	FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

SEGUNDO SEMESTRE

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) 11 A 13 AÑOS **NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO**

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	20 METROS LISOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	300 METROS PLANOS UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO
					1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO						1 INTENTO	2 INTENTO			
1	DIEGO ANDRES RIVERA TINJACA	13	9/30/2009	FUTBOL DE SALÓN	4.24	4.24	1.49	1.32		1.49	35	32		35	15.43	15.43	25	16		16		
2	KAREN LIZETH GUZMAN CASTRO	11	10/10/2011	FUTBOL DE SALÓN	4.11	4.11	1.63	1.61		1.63	19	22		22	16.61	16.61	22	20		20		
3	JULIET ALEJANDRA FANDIÑO GUZMAN	11	9/7/2011	FUTBOL DE SALÓN	4.46	4.46	1.48	1.46		1.48	26	28		28	12.84	12.84	25	30		25		
4	OSCAR MAURICIO ESPEJO RODRIG	11	10/7/2011	FUTBOL DE SALÓN	4.57	4.57	0.97	1.12		1.12	24	26		26	17.67	17.67	44	40		40		
5	LINA YAQUELIN SANTANA ROBAYO	11	12/4/2011	FUTBOL DE SALÓN	4.24	4.24	1.35	1.44		1.44	24	25		25	12.4	12.4	26	10		10		
6	CAROL YELIDSA CARRILLO FIGEROA	11	5/28/2011	FUTBOL DE SALÓN	4.78	4.78	1.23	1.25		1.25	7	11		11	15.16	15.16	25	26		25		
7																						
8																						
9																						
10																						
11																						
12																						
13																						
14																						
15																						
16																						
17																						
18																						
19																						
20																						

MUNICIPIO EVALUADO:	**SUSA**
FORMADOR :	**FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE**

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

SEGUNDO SEMESTRE

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) 14 A 17 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	20 METROS LISOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	COURSE NAVETTE 20 MTS NUMERO DE ETAPA LOGRADA	RESULTADO NUMERO DE RECTAS	COURSE NAVETTE 20 METROS DISTANCIA ACUMULADA DE RECTAS UNIDAD DE MEDIDA: NUMERO DE RECTAS X 20	RESULTADO
					1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO					1 INTENTO	2 INTENTO					ETAPA			
1	JEAN FRANCO MEJIA BARRIOS	14	7/8/2008	SUTBOL DE SALÓN	4.06	4.06	2.16	1.06		2.16	58	54		58	11.99	11.99	13	19		13	10	3	1640	1640
2	JUAN ANDRES CONTRERAS VALENCIA	17	5/23/2005	SUTBOL DE SALÓN	4.22	4.22	1.81	1.77		1.81	41	38		41	12.32	12.32	28	37		28	6	2	840	840
3	JEAN CARLOS MEJIA BARRIOS	16	5/23/2005	SUTBOL DE SALÓN	4.12	4.12	1.99	1.87		1.99	41	39		41	12.03	12.03	28	26		26	7	5	1080	1080
4																								
5																								
6																								
7																								
8																								
9																								
10																								
11																								
12																								
13																								
14																								
15																								
16																								
17																								
18																								
19																								
20																								

MUNICIPIO EVALUADO:	**SUSA**
FORMADOR :	**FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE**

EVALUACIÓN FISICA Y ANTROPOMETRICA EN NIÑOS Y ADOLCENTES DE 6 A 17 AÑOS DE DEPORTE FORMATIVO INDEPORTES EN LA PROVINCIA VALLE DE UBATÉ

INTRODUCCION

La evaluación física y antropométrica en las escuelas formativas puede generar beneficios y mejorar la condición física. el uso de los resultados de las pruebas para establecer objetivos de salud, Por otra parte, identificar talentos deportivos, la planificación objetiva para cada una de las diciplinas deportivas del departamento de Cundinamarca.

Los datos antropométricos para evaluar son peso, talla, talla sentada, envergadura, perímetro abdominal, las mediciones antropométricas son mediciones cuantitativas no invasivas del cuerpo, Las medidas antropométricas también pueden evaluar la composición corporal en los atletas; se ha demostrado que esto optimiza el rendimiento competitivo de los atletas y ayuda a identificar problemas médicos subyacentes, como los trastornos alimentarios. Kyle Casadei1, Juan Kiel 2/2021/Medición Antropométrica.

La aptitud física se puede definir como la capacidad para realizar actividad física (Coppens et al., 2019).

Se aplicarán los siguientes test en edades de 6 a 17 años, 20 metros lisos, shutter run 4x10, 300 metros planos, para velocidad, salto largo sin impulso, salto vertical, potencia tren inferior, agarre de bastón, para velocidad de reacción, curse naette 20 metros para resistencia aeróbica

La importancia del estudio para el proceso deportivo permite conocer el estado del desarrollo de los usuarios de cada una de las escuelas del departamento de Cundinamarca en cuanto a su desarrollo físico y motor condicional.

ANTECEDENTES

A través de los años se ha evaluado las capacidades físicas de los deportistas en cada uno de los deportes, sin lugar a duda estos test aplicados han evolucionado con el tiempo, permitiendo obtener de manera más precisa datos que dan la posibilidad de evaluar procesos desarrollados en este caso en el departamento de Cundinamarca, específicamente en la provincia del valle de ubate.

La motricidad humana tiene un sin fin de variables que han modificado cada uno de los objetivos analizados por la biomecánica y la fisiología, de tal forma se decidió estructurar de manera estándar una batería de test o pruebas de aptitud física que den una guía del estado de forma actual del o de los deportistas analizados, así encontramos que la primera batería de pruebas fue batería de test de cureton (1944), posteriormente la más aplicada fue la de AAHPERD (1958) teniendo un cambio considerable en los test aplicados.

A partir de este momento se ejecutaron baterías de test que se fueron viralizando a través del mundo en diferentes entornos en las que fueron popularizadas. (García manso et al.,1996).

De allí en adelante se citan las baterías de fleishman (1964), la batería CAHPER (1970), el test de condición motora MOPER (1981), y el test de AFROTC (1983); A partir de este punto se vio una evolución en la aplicación de test la cual fue un baremen para el siglo XXI, ante la necesidad de especificar una diferencia entre adultos, niños y diferenciar entre deportes dado que los resultados tenían un rango muy grande entre el mejor y el peor.

En Colombia en 2003 en una investigación dirigida por J. FERNANDEZ ORTEGA y L. HOYOS en conjunto con la UNIVERSIDAD PEDAGOGICA, concluían que en el país no se encuentran a mayor proporción estudios que tengan relación con los aspectos antropométricos y físicos en procesos de escolarización.

En montería en un estudio en niños de 10 a 12 años de los colegios del municipio se realizó una batería test donde incluía el test de leger, el test de salto horizontal y vertical sin impulso, en donde se concluyó que el vo2max disminuye en las niñas, denotando la importancia de mejorar la práctica de la educación física y deportiva en los niños de esta edad. S. VILLERA (2010).

Indeportes Cundinamarca en la última década se ha caracterizado por la búsqueda de un estándar departamental por provincias, mediante sus escuelas de formación deportiva desarrollando baterías de test en los que se incluyen (composición antropométrica y corporal, salto horizontal, salto vertical, 300m, shuttle run, 20m, bastón de Galton, leger.) obteniendo datos precisos de los niños y niñas que componen estas escuelas.

JUSTIFICACION

A través del deporte formativo se fomenta cada una de las diferentes diciplinas deportivas de la provincia del valle de Ubaté, por lo tanto, es de suma importancia mantener el seguimiento y control de las medidas antropométricas mediante el peso y la talla como también la condición física, ya que es un factor vital para mantener una mejor calidad de vida y una forma deportiva deseada para alcanzar diversos objetivos en los diferentes deportes.

Es de gran importancia recalcar que las pruebas propuestas se llevan a cabo en campo, con recursos mínimos y son fáciles de implementar llevando los protocolos y metodología correcta.

Dicha evaluación deportiva, trata de estimar las aptitudes, capacidades y habilidades de aquellas personas que se someten a la práctica de ejercicios físicos, bien con el fin de incidir sobre aspectos relacionados con salud, o con la intención de alcanzar un mayor rendimiento. (Garcia Manso, 1999)

El seguimiento se realiza con el fin de contribuir a los entrenadores y profesores deportivos a través de un diagnóstico eficiente y eficaz de la metodología de entrenamiento para el desarrollo de la condición física y el deporte.

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa
Torre Beneficencia Piso 5
Código Postal: 111321
Teléfono: 749 1205 Ext. 1228
/CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El problema se evidencia en las escuelas de formación de la provincia del Valle de Ubaté, ya que al no tener estándares de partida que permitan identificar las cualidades con que cada aspirante cuenta, por lo tanto, se hace difícil identificar en que disciplina el deportista puede llegar a enfocarse y tener su mejor rendimiento.

Además los estándares de medición básicos con los cuales contamos provienen de fuentes que no se relacionan con nuestro entorno; se pretende con este proyecto profundizar y evaluar el impacto de dichas pruebas en los procesos deportivos propios y de esta manera implementar una estructura sólida, que permita obtener datos precisos de los instruidos, así mismo se podrá monitorear el progreso que va teniendo cada deportista en el proceso formativo e identificar en caso contrario falencias, con lo cual se podrá planificar de manera adecuada las sesiones con el objetivo de conseguir los mejores resultados posibles. Con base en lo anterior se plantea la siguiente pregunta

Pregunta problema

¿Las pruebas físicas son garantía de una mejora en el rendimiento integral, de los deportistas frente a los procesos formativos?

OBJETIVOS

Objetivo general

Evaluar física y antropométricamente de los niños y adolescentes de las diferentes escuelas formativas de indeportes Cundinamarca de la provincia del valle de Ubaté.

Objetivos específicos

- Realizar la toma de medidas antropométricas por medio de toma de peso, toma de talla, toma de estatura sentado, toma de envergadura y toma de perímetro de cintura.
- Valorar las capacidades físicas motrices en los niños y adolescentes de las escuelas formativas por medio de test físicos.
- Realizar análisis cualitativo y cuantitativo de los resultados de los test aplicados a los participantes.
- Identificar posibles talentos para el deporte Cundinamarqués de la Provincia del Valle de Ubaté

MARCO LEGAL

Que la ley del deporte 181 de enero 18 de 1995 del ministerio de Educación establece: dentro "de sus objetivos generales el patrocinio, el fomento, la masificación, la divulgación, la planificación, la coordinación, la ejecución y el asesoramiento de la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, así como la promoción de la educación extraescolar de la niñez y la juventud en todos los niveles y estamentos sociales del país."

que la ley 181 en el capítulo I en su artículo 3 numeral 5 instaura: "Fomentar la creación de espacios que faciliten la actividad física, el deporte y la recreación como hábito de salud y mejoramiento de la calidad de vida y el bienestar social, especialmente en los sectores sociales más necesitados".

de la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación extraescolar se entiende que las actividades que se van a desarrollar en los diferentes procesos de formación van a estar directamente combinados a:

El aprovechamiento del tiempo libre. Es el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida en forma individual o colectiva. Tiene como funciones básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación psicobiológica.

La educación extraescolar. Es la que utiliza el tiempo libre, la recreación y el deporte como instrumentos fundamentales para la formación integral de la niñez y de los jóvenes y para la transformación del mundo juvenil con el propósito de que éste incorpore sus ideas, valores y su propio dinamismo interno al proceso de desarrollo de la Nación. Esta educación complementa la brindada por la familia y la escuela y se realiza por medio de organizaciones, asociaciones o movimientos para la niñez o de la juventud e instituciones sin ánimo de lucro que tengan como objetivo prestar este servicio a las nuevas generaciones.

Plan de desarrollo departamental Cundinamarca región que progresa 2020-2024

7.3 Objetivo Potencializar las oportunidades en educación, salud, recreación, vivienda, cultura y deporte, desde una visión más inclusiva para todos los grupos poblacionales, con enfoque diferencial.

Ley 181 de enero 18 de 1995

Por el 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.

Artículo 3o. Para garantizar el acceso del individuo y de la comunidad al conocimiento y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, el Estado tendrá en cuenta los siguientes objetivos rectores:

7o. Ordenar y difundir el conocimiento y la enseñanza del deporte y la recreación, y fomentar las escuelas deportivas para la formación y perfeccionamiento de los practicantes y cuidar la práctica deportiva en la edad escolar, su continuidad y eficiencia.

Artículo 14. Los entes deportivos departamentales y municipales diseñarán conjuntamente con las secretarías de educación correspondientes los programas necesarios para lograr el cumplimiento de los objetivos de la Ley de Educación General y concurrirán financieramente para el adelanto de programas específicos, tales como centros de educación física centros de iniciación y formación deportiva, festivales recreativos escolares y juegos intercolegiados.

Artículo 16. Entre otras, las formas como se desarrolla el deporte son las siguientes: Deporte formativo. Es aquel que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo. Comprende los procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivos. Tiene lugar tanto en los programas del sector educativo formal y no formal, como en los programas desescolarizados de las Escuelas de Formación Deportiva y semejantes.

Artículo 50. Hacen parte del Sistema Nacional del Deporte, el Ministerio de Educación Nacional, el Instituto Colombiano del Deporte, Coldeportes, los entes departamentales, municipales y distritales que ejerzan las funciones de fomento, desarrollo y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, los organismos privados, las entidades mixtas, así como todas aquellas entidades públicas y privadas de otros sectores sociales y económicos en los aspectos que se relacionen directamente con estas actividades.

Nivel Municipal. Entes deportivos municipales o distritales, Clubes Deportivos y Comités Deportivos.

Constitución Política de Colombia:

Artículo 44, en el que se declaran derechos fundamentales de los niños, como la salud y la seguridad social, la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión.

Artículo 52, relacionado con el ejercicio del deporte, en el que se afirma que el deporte y la recreación, forman parte de la educación y constituyen gasto público social. En el artículo 70, se alude a que el Estado debe promover y fomentar el acceso a la cultura de todos los colombianos, en igualdad de oportunidades. De igual forma, en el artículo 200, se definen todos los artículos relacionados con la educación y el deporte como derechos y los cuales deben ser promovidos por la nación. También la nación donde se le da acceso a los niños y jóvenes al deporte, garantizando una formación integral para que como seres humanos trasciendan en la sociedad en cuanto a Leyes Nacionales.

MARCO TEORICO

Esta Programación Didáctica tiene un diseño pensado en la ejecución de los test físicos y las medidas antropométricas. Por esta razón, en las unidades de desarrollo, se proponen test estipulados para edad o la fase sensible de desarrollo.
En el caso de que haya algún niño con alguna necesidad educativa especial se le brinda el acompañamiento respectivo para la ejecución de las mismas.
Especialmente ha sido diseñada para ser trabajada como una actividad extraescolar, ya que los lineamientos así lo requieren.

POBLACION OBJETO La aplicación de los test físicos va dirigida a los niños, niñas y adolescentes entre los 6 y 17 años que manifiesten su interés por ser parte de las escuelas de formación de la provincia del valle de Ubaté y así mismo la práctica deportiva, de la zona urbana y rural de cada uno de los Municipios.

MEDIDAS ANTROPOMETRICAS

Peso corporal

El niño/a, descalzo, se situarán el centro de la plataforma de la báscula distribuyendo su peso entre ambos pies, mirando al frente, con los brazos a lo largo del cuerpo, y sin realizar ningún movimiento. Se permite ropa ligera, excluyendo pantalón largo y sudadera. Unidad de medida kilogramos (kg)

El evaluado se colocará en el centro de la báscula en posición estándar erecta y de espalda por el frente al registro de la medida, si que el cuerpo este en contacto con nada que tenga alrededor

Estatura

El niño/a, descalzo, permanecerá de pie, erguido, con los talones juntos y con los brazos a lo largo del cuerpo. Los talones, glúteos y parte superior de la espalda estarán en contacto con el tallímetro. La cabeza se orientará de tal manera que queden en un mismo plano horizontal la protuberancia superior del tragus del oído y el borde inferior de la órbita del ojo (Plano Frankfort). El niño/a inspirará profundamente y mantendrá la respiración, realizándose en ese momento la medición y tomando como referencia el punto más alto de la cabeza, quedando el pelo comprimido. Adornos en el pelo y trenzas no están permitidos. Número de ensayos: Se

realizarán dos medidas, tanto para el peso corporal como para la talla y se anotará la media de cada uno de ellos. Empieza cuando el niño/a adopta la posición correcta.

Perímetro de la cintura

Objetivo: Medir la grasa corporal abdominal, troncal o central.

Materiales: cinta métrica no elástica

El niño/a llevará ropa ligera y estará de pie, con el abdomen relajado y con brazos cruzados sobre el pecho. Desde esta posición, el examinador rodeará la cintura del niño/a con la cinta métrica, quien a continuación bajará los brazos a una posición relajada y abducida. La medición se realizará en el nivel más estrecho, entre el borde del costal inferior (10o costilla) y la cresta iliaca, al final de una espiración normal y sin que la cinta presione la piel. Si no existe una cintura mínima obvia, la medida se tomará en el punto medio entre el borde del costal inferior (10a costilla) y la cresta ilíaca.

Estatura sentado

Objetivo: TALLA SENTADO (Ts): Distancia entre el vértex y el plano de sustentación de la estudiada medida en cm.

Posición: El evaluado está sentado en un banco de madera de altura conocida, cabeza en el plano de Frankfort, tronco erecto formando un ángulo de 90º con los muslos al igual que la articulación de la rodilla, manos apoyadas en los muslos y los pies apoyados en el suelo o plano de sustentación. La espalda y la región occipital en contacto con el plano vertical del tallímetro o del antropómetro. Ubicar al evaluado en un ángulo de 90° entre el tronco y los muslos Técnica: Al igual que para la medición de la estatura se instruye al estudiado para que mantenga la mirada al frente y realice una inspiración profunda en el momento de la lectura. El evaluador le ayudará con una leve tracción hacia arriba desde el maxilar inferior. Instrumento: Antropómetro o tallímetro. Banco de altura conocida en cm.

Envergadura

Definición: Es la distancia entre los puntos más distales de los terceros dedos de ambas manos.
Puntos de referencia: Desde el punto más distal del dedo medio de una mano hasta su homólogo en la otra mano.
Elemento de medición: Se utiliza una cinta métrica o un podómetro.
Posición: Se mide con los brazos completamente extendidos de manera horizontal. El paciente

puede permanecer de pie apoyado sobre una pared o en decúbito dorsal para medirlo por la espalda.

Interpretación: Durante la infancia la envergadura es 1 o 2 centímetros menor que la talla, aproximadamente a los 10 años en niños y 12 años en niñas ambas medidas se igualan y posteriormente la envergadura sobrepasa la talla. Esta diferencia puede ser hasta de 4 centímetros en varones, mientras que en las mujeres no hay más de 1 o 2 centímetros de diferencia. El aumento de la envergadura en relación a la talla puede ser un signo clínico de síndrome de Marfan y ciertas displasias esqueléticas con tronco corto

TEST FÍSICOS

Test: 20 metros lisos

Objetivo: Medir la velocidad de aceleración Protocolo y metodología de evaluación La velocidad a 20 metros se registra en segundos. Los participantes comenzaban de pie y en una posición cómoda, con un pie delante del otro e inmediatamente detrás de la línea de salida. Se instruyó a los participantes para que comenzaran a correr con las palabras "en sus marcas, listos, YA" y solo comenzaran a desacelerar después de cruzar la línea de meta. El tiempo se registró utilizando un cronómetro. (López 2007)

Test: 300 metros lisos

Rodríguez 2015 lo Define con el mismo instrumento que se mide frecuencia, cardiaca máxima, tiempo en la distancia recorrida, tiempo de recuperación y velocidad media. Objetivo: valorar la resistencia anaerobia, la capacidad de recuperación cardiaca y determinar el umbral anaerobio y la velocidad media.

Metodología: Se coloca al atleta detrás de una línea que delimite una distancia determinada y a la señal del profesor el mismo correrá al máximo de su capacidad una distancia de 300 metros. Tarea: El atleta debe ejecutar carrera continua al máximo de su posibilidad a una distancia de 300 metros. Orientaciones de estandarización La prueba se realiza después de un previo calentamiento. Se debe tomar el pulso al inicio del calentamiento. Después de terminada la prueba. A los tres minutos de terminada la prueba.

Test: salto largo sin impulso.

Objetivo: Medir la fuerza explosiva del tren inferior Protocolo y metodología de evaluación Las pruebas de salto horizontal y salto vertical miden la fuerza muscular de la parte inferior del cuerpo.

Según Martínez 2018 la prueba de salto horizontal comienza de pie con los pies ligeramente separados entre sí y por debajo de la línea de los hombros, inmediatamente detrás de una línea dibujada en el suelo. Luego, el participante salta lo más lejos posible, aterrizando con los pies juntos. Se registra la distancia entre la línea de salida y el talón del pie retrasado. Se consideró el mejor resultado de dos ensayos. Se considera el mejor resultado de dos intentos.

Test: salto vertical sin impulso.

Objetivo: Medir la fuerza explosiva del tren inferior Protocolo y metodología de evaluación La prueba de salto vertical comienza con el participante parado de lado contra una pared y estirando el brazo hacia arriba, dibujando una línea con tiza de marco. Desde una posición estacionaria (rodillas ligeramente dobladas y pies ligeramente separados entre sí por debajo de la línea de los hombros), el participante salta lo más alto posible dibujando una segunda línea en la pared con tiza de marco. Se registra la diferencia entre ambas líneas (la altura de alcance de pie y la altura de alcance de salto). Valencia (2019).

Test: Shuttle 4x10 metros

Objetivo: medir la velocidad de movimiento, agilidad y coordinación. Protocolo y metodología de evaluación Material: Superficie limpia y no deslizante, cronómetro, cinta adhesiva y tres esponjas con colores diferentes. Test de correr y girar a la máxima velocidad (4x10 m). Dos líneas paralelas se dibujarán en el suelo (con cintas) a 10 metros de distancia. En la línea de salida hay una esponja (B) y en la línea opuesta hay dos esponjas (A, C). Cuando se indique la salida, el niño/a (sin esponja) correrá lo más rápido posible a la otra línea y volverá la línea de salida con la esponja (A), cruzando ambas líneas con los dos pies. La esponja (A) se cambiará por la esponja B en la línea de salida. Luego, irá corriendo lo más rápido posible a la línea opuesta, cambiará la esponja B por la esponja C y volverá corriendo a la línea de salida.

Test 4 x 10 metros

Según Efrain 2017 Instrucciones: Prepararse detrás de la línea de salida. Cuando se indique el inicio, correrás tan rápido como sea posible a la otra línea sin esponja y volverás a la línea de salida con la esponja A, cruzaras las dos líneas con los dos pies. Luego, cambiarás la esponja A por la esponja B y volverás corriendo lo más rápido posible a la línea opuesta, donde deveras cambiar la esponja B por la C. Por último, volverás de nuevo a la línea de salida sin reducir tu velocidad hasta haberla cruzado

TEST DE AGARRE DE BASTON

Posición sentada •El bastón al iniciar debe estar al borde superior de la mano del estudiante •Soltar el bastón cada alumno realiza dos intentos •Se registra el número de intentos (centímetros en el borde superior de la mano del ejecutante El alumno debe agarrar el bastón lo antes posible, la mirada debe permanecer hacia la mano con la que tiene que sujetar la vara. Se registra en centímetros la distancia que coincida con el borde superior de la mano del alumno una vez que éste haya sujetado el bastón y, por tanto, detenido la caída.

TEST DEL BASTÓN DE GALTÓN

▪ Objetivo: Medir el tiempo de reacción simple ante un estímulo visual.

▪ Materiales ▪ Bastón graduado en centímetros. Longitud 60 cm., diámetro 2,5 cm., peso aproximado de 0,5 kg. La escala comienza a 5 cm de uno de los extremos del Bastón.

▪ Protocolo: El evaluado se coloca sentado en una silla, apoyando el brazo más hábil (dominante) sobre una superficie plana; la muñeca se debe encontrar a 5 cm. máximo del borde de la superficie, la palma de la mano hacia la línea media del cuerpo, los dedos semi-extendidos, el pulgar separado (mano semi-cerrada) y la vista fija en el bastón (Ramos, 2006). El evaluador debe situase frente al evaluado y coloca el bastón en el espacio dejado por la mano haciendo coincidir el cero de la escala de medición, con el borde superior de ésta. El niño debe mantener la mirada en el bastón cerca de su mano, luego es alertado con la palabra "listo" antes de dejar caer el bastón dentro de los tres segundos siguientes (el conteo se realiza en forma mental) el cual debe atrapar lo más rápido posible. La medida es referenciada por la parte superior del pulgar, es decir, la parte prensil de la mano, allí se coloca en cero antes de soltarlo y se toma la medida al ser atrapado. Se registra en centímetros y milímetros la distancia que coincida con el borde superior de la mano. Se realizan tres intentos y se apunta el mejor (Ramos, 2006).

Recomendaciones

• Poner especial atención en la distancia de la muñeca, con respecto a la superficie de apoyo, de esto depende que el alumno no levante el codo y permite que la toma de la medida sea exacta.

• El bastón debe estar perpendicular con respecto al piso. El brazo debe estar totalmente apoyado y no se debe mover en el momento que cae la vara.

• Esta prueba se debe realizar, preferiblemente antes de ejercicios de alta intensidad que pueden alterar los resultados.

• Se debe verificar que no haya procesos de anticipación.

• En lo posible se debe realizar en un espacio cerrado donde no haya distractores.

Test de Course Navette,

Granada (2009) también conocido como test de Pi o de Léger en honor a su creador, Luc Léger, es una prueba de resistencia que consiste en la realización de un ejercicio físico en el que una persona recorre de forma repetida la distancia entre dos puntos situados a 20 metros el uno del otro. Durante el ejercicio se cambia el sentido cuando el entrenador lo indica con un silbato o similar. La frecuencia de la señal va aumentando progresivamente, de manera que el sujeto debe acelerar el ritmo para llegar de un punto al otro dentro del tiempo marcado por esa señal. Su resistencia cardiorrespiratoria vendrá determinada por el momento en el que tiene la necesidad de parar o bien no llega a tiempo al punto opuesto.

Conocer qué es el test de Course Navette y en qué consiste el entrenamiento para superarlo es muy importante para profesores de Educación Física, por ejemplo, ya que es una prueba de resistencia ideal para estudiantes de secundaria porque supone una forma muy sencilla de evaluar la potencia física aeróbica y, al mismo tiempo, sirve de entrenamiento para mejorar esta capacidad. Además, es muy utilizada por deportistas de élite como jugadores de fútbol o de rugby, así como en oposiciones para acceder a determinados cuerpos profesionales como bomberos, policías o militares.

Es una de las pruebas físicas más conocidas junto con otras como el test de Cooper; en el que la persona que realiza la prueba debe recorrer la mayor distancia posible en doce minutos. O bien el test de Rockport; que consiste en caminar a máxima velocidad durante 1609 metros (o 4 millas) para calcular la capacidad aeróbica

DISEÑO METODOLÓGICO:

Metodología:

(Arnal, 1992, p.98). Según Arnal (1992) (citado por Alvarado L. García M. (2008) El paradigma socio crítico adopta la idea de que la teoría crítica es una ciencia social que no es puramente empírica ni sólo interpretativa; su contribución, se originan “de los estudios comunitarios y de la investigación participativa” (p98) tiene como objetivo promover las transformaciones sociales, dando respuestas a problemas específicos presentes en el seno de las comunidades, pero con la participación de sus miembros.

Se toma el enfoque mixto para atender a las necesidades de la investigación, cuando se habla de espacios pedagógicos y formativo y el resultado de pruebas de aptitud física que nos remite a datos estadísticos que se van a tratar desde lo cuantitativo y por otra parte al referirnos a la percepción del niño y del docente que permite hablar desde un punto interpretativo, tratado desde lo cualitativo, de tal modo que utilizando el enfoque mixto se van a poder tratar los tipos de datos recolectados.

Técnicas de investigación:

Las técnicas de investigación que se proponen en pro de una adecuada recolección de datos; Muestro probabilístico y observación participante.

Método de muestreo probabilístico

Es un método definitivo de muestreo en el que se utiliza alguna forma de selección aleatoria y permite a los investigadores hacer una declaración de probabilidad basada en datos recolectados de la población objetivo.

Una de las mejores cosas sobre el muestreo probabilístico es que permite a los investigadores recolectar los datos de representantes de la población que les interesa estudiar. Además, los datos se recogen de forma aleatoria a partir de la muestra seleccionada, lo que descarta la posibilidad de que se produzca un sesgo de muestreo.

La observación participante definida como *"la descripción sistemática de eventos, comportamientos y artefactos en el escenario social elegido para ser estudiado*." *MARSHALL y ROSMAN (1989).* Son una de técnica de recolección de información que es utilizada para recoger datos sobre la gente, los procesos y las culturas, también se utiliza esta como para aprender más de una sociedad, participar en las costumbres y como eje primordial, estar inmerso dentro de la comunidad para llevar las observaciones hacia una postura analítica de lo que se está investigando.

Fases de la investigación

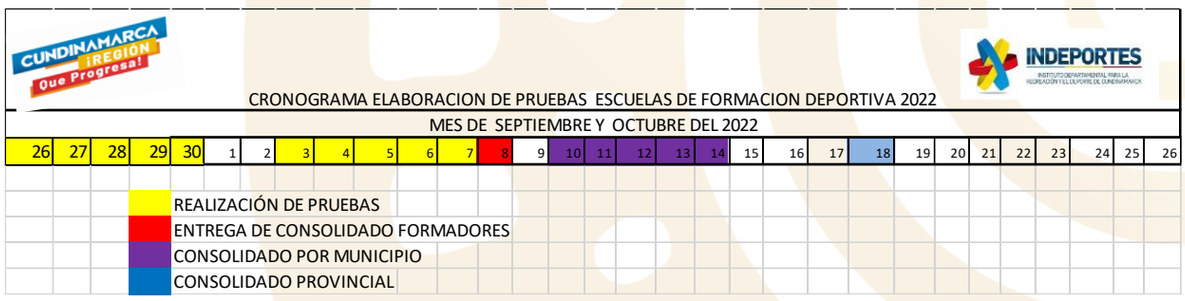
Como fases de la investigación se realizaron los siguientes procesos:

FASES METODOLÓGICAS	
FASE	PROCESO
Fase 1. Capacitación de gestores provinciales:	Capacitación de los gestores provinciales por parte del cuerpo técnico y metodológico de Indeportes para la aplicación de test y pruebas físicas y antropométricas para la caracterización deportiva de los niños y jóvenes de la provincia del valle de Ubaté, 19 de septiembre de 2022.
Fase 2: Capacitación de formadores:	Capacitación de con los formadores de cada uno de los municipios de la provincia del Valle de Ubaté: Definición de los parámetros para entrega de los consolidados y entrega de resultados de pruebas físicas. 19 de septiembre de 2022.
Fase 3: Aplicación de pruebas físicas y antropométricas	Aplicación de las pruebas físicas y antropométricas en los diferentes municipios y escuelas de formación. Consolidado de datos cuantitativos y creación de base de datos. 26 de septiembre al 07 de octubre del 2022.
Fase 4: consolidación y análisis de información.	Consolidación de la base de datos cuantitativos y cualitativos de cada uno de los usuarios del programa, con objetivo de conocer la aptitud física de los deportistas de la provincia del valle de Ubaté. Análisis descriptivo y analítico de la información. 10 al 14 de octubre

	de 2022.
Fase 5: Entrega de consolidado al cuerpo técnico y metodológico del departamento:	Entrega de manera física y online de los consolidados provinciales al cuerpo profesional que identificara los talentos del municipio. 18 de octubre de 2022.

Creación propia.

Cronograma de actividades



CRONOGRAMA ACTIVIDADES MUNICIPIO DE SUSA

CRONOGRAMA DE APLICACIÓN PRUEBAS FISICAS Y ANTROPOMETRICAS SUSA 2022			
LUNES 26	**MARTES 27**	**MIERCOLES 28**	**JUEVES 29**
CASCO URBANO LUGAR CIC HORA: 2:00 PM A 7:00 PM ESCUELA DE FORMACION INDEPORTES Y MUNICIPALES	RURAL LLANO GRANDE Y PUNTA DE CRUZ HORA DE 7:30 AM – 2:00 PM ESCUELA DE FORMACION INDEPORTES Y MUNICIPALES	RURAL MATAREDONDA HORA DE 7:30 AM – 2:00 PM ESCUELA DE FORMACION INDEPORTES Y MUNICIPALES	CASCO URBANO LUGAR CIC HORA: 2:00 PM A 7:00 PM ESCUELA DE FORMACION INDEPORTES Y MUNICIPALES

INTERPRETACIÓN DATOS

CUALITATIVA

Según el cronograma establecido por INDEPORTES Cundinamarca se realiza la segunda toma de pruebas físicas y antropométricas a los estudiantes de la escuela de formación deportiva de patinaje. Las cuales se desarrollaron en la última semana de septiembre del 26 al 30 y la

primera semana de octubre del 03 al 7 del presente año, se observa que los estudiantes participaron activamente de cada una de las pruebas y test propuestos por el instituto departamental para larecreación y el deporte de Cundinamarca (INDEPORTES). Se estableció un plan de trabajo el cual se ejecutó con los estudiantes entre las edades de 6 a 17 años de la escuela de formación de patinaje del municipio de Susa, este plan estuvo dividido en las fases como lo fue las medidas antropométricas (peso corporal, estatura de pie, estatura sentada, envergadura y perímetro de cintura) y pruebas físicas (20 metros lisos, salto largo sin impulso, salto vertical, shuttle run 4x10, agarre de bastón y test de course navertte 20 metros) los resultados obtenidos en estas pruebas fueron acordes con la edad y su fase de desarrollo.

Todos los estudiantes ejecutaron el total de las pruebas programadas para la edad de cada uno, teniendo como excepción de algunas pruebas que las ejecutaban categorías diferentescomo lo son 300 metros planos y el test de course navertte.

El test de 300 metros planos no se pudo realizar en el municipio de Susa presto que no se cuentacon un espacio idóneo para poderlo ejecutar, se anexa evidencia en el registro fotográfico

Se pudo observar que los estudiantes dieron su mejor desempeño en cada una de las pruebasy test venciendo barreras y miedos para mejorar sus habilidades y sus destrezas físicas. Se observa y se deja constancia en los datos de las gráficas y en las evidencias que todos los estudiantes cuentan con cualidades excepcionales (aptitud y actitud) para realizar los test y laspruebas establecidas, se ve el compromiso y la dedicación que le tienen al deporte. Se debe tomar como referencia que los estudiantes mejoraron en cada una de las pruebas a partir de la primera toma dando por entendido que los resultaos están en un avance satisfactorio y se logra mejorar la marca en las dos ramas femenino y masculino.

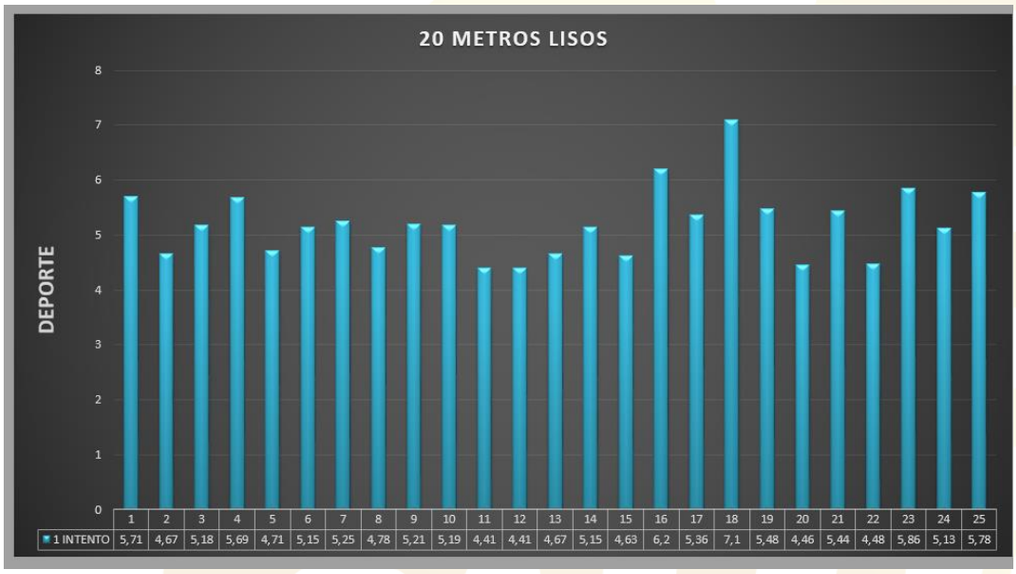
Informe cualitativo iniciación:

Estos resultados me permiten ver que los estudiantes que llevan un proceso continuo de entrenamiento se encuentran en condiciones físicas estables y los estudiantes que llevan un entrenamiento intermitente arrojan resultados bajos según la edad y la condición deportiva que tienen al momento de aplicar las pruebas. Me enfocare a mejorar la condición física de los estudiantes intermitentes y a sostener la condición de los estudiantes continuos.

Informe cuantitativo iniciación:

En esta categoría los resultados que nos arrojan las gráficas son:
Teniendo en cuentaque son 25 estudiantes entre los 6 a los 8 años.

20 metros lisos: mejor tiempo 04,41 y menor tiempo 07,10 teniendo un promedio de20 estudiantes en un tiempo de 04,41 y 5,69



	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
1 INTENTO	5,71	4,67	5,18	5,69	4,71	5,15	5,25	4,78	5,21	5,19	4,41	4,41	4,67	5,15	4,63	6,2	5,36	7,1	5,48	4,46	5,44	4,48	5,86	5,13	5,78

Estos resultados me permiten ver que los estudiantes que llevan un proceso continuo de entrenamiento se encuentran en condiciones físicas estables y los estudiantes que llevan un entrenamiento intermitente arrojan resultados bajos según la edad y la condición deportiva que tienen al momento de aplicar las pruebas. Me enfocare a mejorar la condición física de los estudiantes intermitentes y a mantener la condición de los estudiantes continuos.

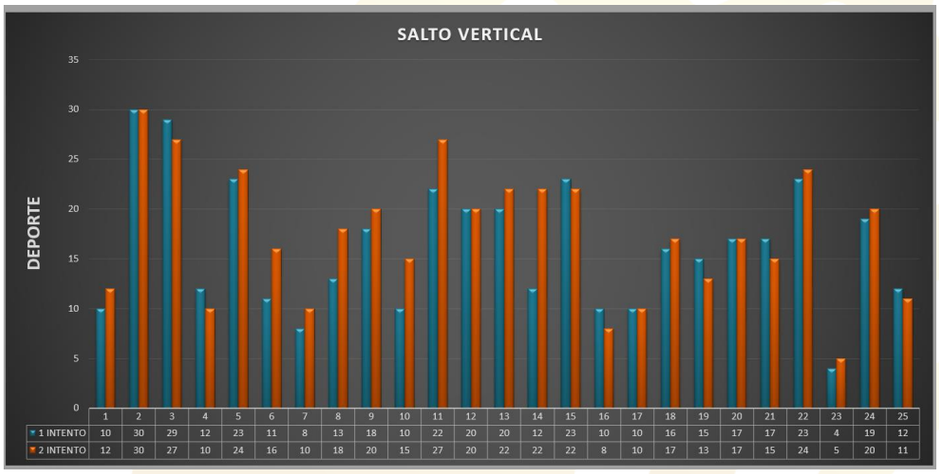
Salto largo: mejor salto 161 y menor salto 16, teniendo un promedio de 10 estudiantescon saltabilidad de 110 cm a 125 cm



	CRISTIAN DANIEL CORTES RONCANCIO	YARITH STEFFANY TORRES MARTINEZ	SEBASTIAN BELTRAN ALARCON	JONATHAN FELIPE ALARCON CASTRO	LIZETH DANIELA ROBALLO CASTRO	ALEJANDRO BECERRA RODRIGUEZ	MAIRA ALEJANDRA GARCIA FUQUENE	DANNA ANGELYN CASTIBLANCO CAMELO	JOSE ISMAEL RAMIREZ ALARCON	VALENTINA MORENO MERCHAN	DAVID ORLANDO ALARCON CASTIBLANCO	DANNA VALENTINA VILLAMIL ROBAYO	EYDER ARMANDO ANGEL ROBAYO	LIZETH DANIELA BALLESTEROS CARRILLO	JUAN ESTIVEN ALMANZA BARRAGAN	WILLIAN ESTEBAN ROBAYO ROMERO	KERIN QUIN CHINEGUA MARTINEZ	YESSICA VALENTINA RODRIGUEZ	MIGUEL ANGEL GERENA BARRAGAN	BRAYAN ESNEIDER GUALTEROS ROBAYO	JOSE ANTONIO GERENA BARRAGAN	JUAN DIEGO GUZMAN ROBAYO	ANGELICA MARIA SOLANO BARRAGAN	MARIA FERNANDA PATIÑO RODRIGUEZ	MARIA ANGELICA CORTES RODRIGUEZ
1 INTENTO	71	107	161	71	124	110	98	101	99	105	126	148	127	106	61	115	106	97	101	119	104	124	16	78	77
2 INTENTO	56	121	141	56	111	110	100	120	115	110	121	151	141	104	62	110	102	94	112	107	103	111	88	68	84

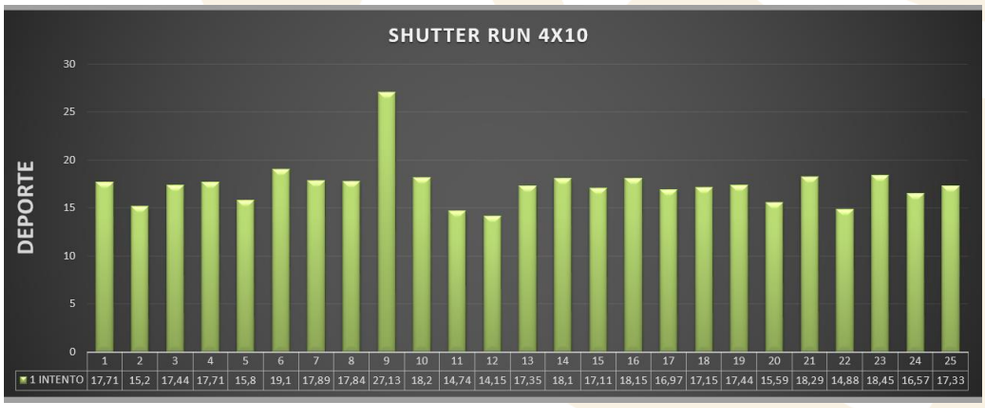
Estos resultados me permiten ver que los estudiantes que llevan un proceso continuo de entrenamiento se encuentran en condiciones físicas estables y los estudiantes que llevan un entrenamiento intermitente arrojan resultados bajos según la edad y la condición deportiva que tienen al momento de aplicar las pruebas. Me enfocare a mejorar la condición física de los estudiantes continuos y a mantener la condición de los estudiantes intermitentes.

Salto vertical: mejor salto 30 cm y menor salto 4 cm teniendo un promedio de 13 estudiantes con saltabilidad vertical de 15 cm a 25.



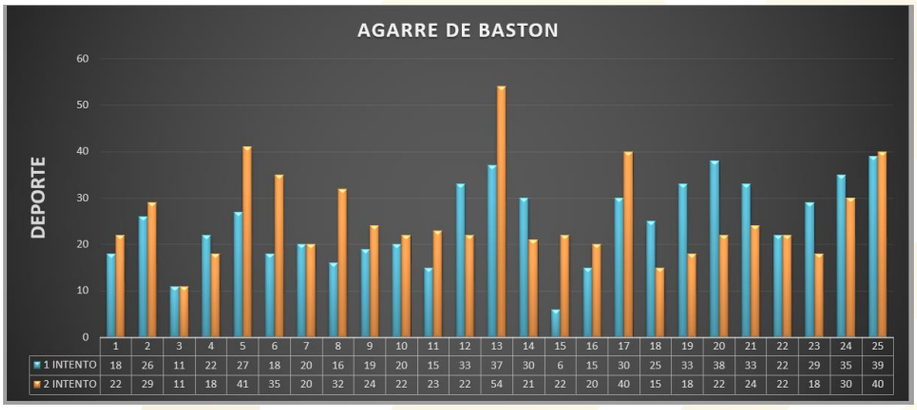
Estos resultados me permiten ver que los estudiantes que llevan un proceso continuo de entrenamiento se encuentran en condiciones físicas estables y los estudiantes que llevan un entrenamiento intermitente arrojan resultados bajos según la edad y la condición deportiva que tienen al momento de aplicar las pruebas. Me enfocare a mejorar la condición física de los estudiantes continuos y a mantener la condición de los estudiantes intermitentes.

Test de shulerth run: mejor tiempo 14,15 y menor tiempo 27,13 teniendo un promediode 21 estudiantes en un tiempo de 15,00y 20,00



Estos resultados me permiten ver que los estudiantes que llevan un proceso continuo de entrenamiento se encuentran en condiciones físicas estables y los estudiantes que llevan un entrenamiento intermitente arrojan resultados bajos según la edad y la condición deportiva que tienen al momento de aplicar las pruebas. Me enfocare a mejorar la condición física de los estudiantes continuos y a mantener la condición de los estudiantes intermitentes.

Agarre de bastón: el mejor agarre 6 y el menor agarre 54, teniendo un promedio de17 estudiantes en agarre de agilidad de 15 cm a 25 cm.

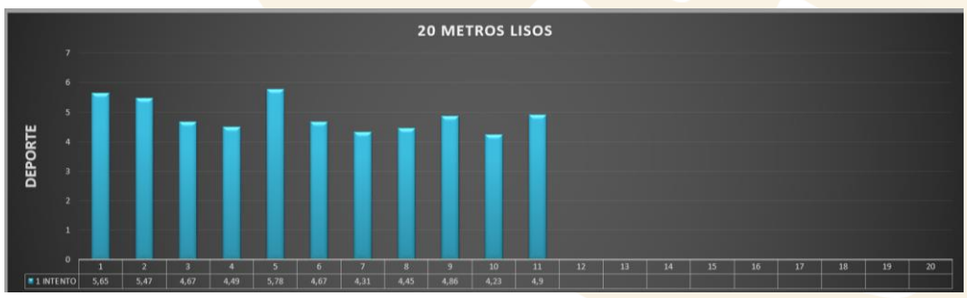


FUNDAMENTACION

En esta categoría los resultados que nos arrojan las gráficas son:
teniendo en cuenta que son 11 estudiantes entre los 9 a los 10 años. Se realiza el siguiente análisis.

Estos resultados me permiten ver que los estudiantes que llevan un proceso continuo de entrenamiento se encuentran en condiciones físicas estables y los estudiantes que llevan un entrenamiento intermitente arrojan resultados bajos según la edad y la condición deportiva que tienen al momento de aplicar las pruebas. Me enfocare a mejorar la condición física de los estudiantes intermitentes y a sostener la condición de los estudiantes continuos para dar resultados satisfactorios en las competencias.

20 metros lisos: mejor tiempo 04,23 y menor tiempo 5,78 teniendo un promedio de 8 estudiantes en un tiempo de 04,23 y 4,86



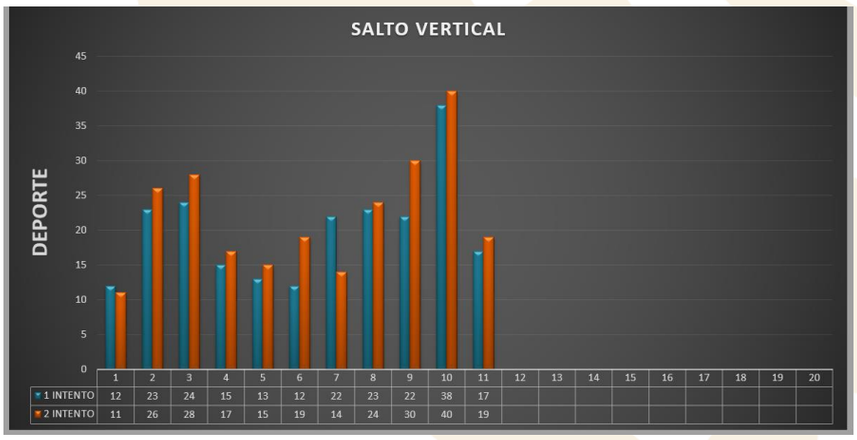
Estos resultados me permiten ver que los estudiantes que llevan un proceso continuo de entrenamiento se encuentran en condiciones físicas estables y los estudiantes que llevan un entrenamiento intermitente arrojan resultados bajos según la edad y la condición deportiva que tienen al momento de aplicar las pruebas. Me enfocare a mejorar la condición física de los estudiantes intermitentes y a sostener la condición de los estudiantes continuos para dar resultados satisfactorios en las competencias.

Salto largo: mejor salto 158 y menor salto 77, teniendo un promedio de 5 estudiantes consaltabilidad de 115 cm a 138 cm.



Estos resultados me permiten ver que los estudiantes que llevan un proceso continuo de entrenamiento se encuentran en condiciones físicas estables y los estudiantes que llevan un entrenamiento intermitente arrojan resultados bajos según la edad y la condición deportiva que tienen al momento de aplicar las pruebas. Me enfocare a mejorar la condición física de los estudiantes intermitentes y a sostener la condición de los estudiantes continuos para dar resultados satisfactorios en las competencias.

Salto vertical: mejor salto 40 cm y menor salto 11 cm teniendo un promedio de 9 estudiantescon saltabilidad vertical de 15 cm a 25 cm



Estos resultados me permiten ver que los estudiantes que llevan un proceso continuo de entrenamiento se encuentran en condiciones físicas estables y los estudiantes que llevan un entrenamiento intermitente arrojan resultados bajos según la edad y la condición deportiva que tienen al momento de aplicar las pruebas. Me enfocare a mejorar la condición física de los estudiantes intermitentes y a sostener la condición de los estudiantes continuos para dar resultados satisfactorios en las competencias.

Test de shulerth run: mejor tiempo 13,43 y menor tiempo 19,89 teniendo un promedio de 8 estudiantes en un tiempo de 13,43 y 15,01.



Estos resultados me permiten ver que los estudiantes que llevan un proceso continuo de entrenamiento se encuentran en condiciones físicas estables y los estudiantes que llevan un entrenamiento intermitente arrojan resultados bajos según la edad y la condición deportiva que tienen al momento de aplicar las pruebas. Me enfocare a mejorar la condición física de los estudiantes intermitentes y a sostener la condición de los estudiantes continuos para dar resultados satisfactorios en las competencias.

Agarre de bastón: el mejor agarre 3 y el menor agarre 45, teniendo un promedio de 6 estudiantes en agarre de agilidad de 15 cm a 30 cm

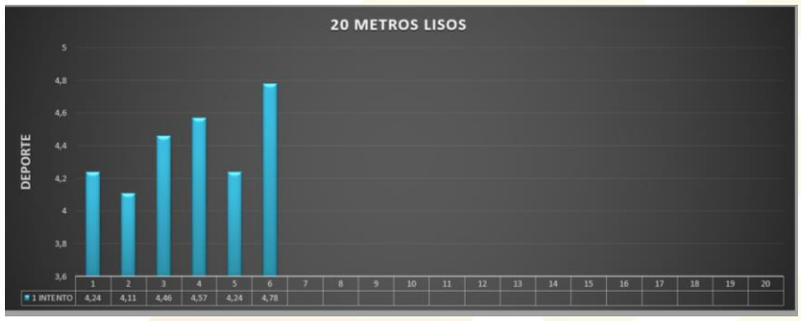


NIÑOS DE 11 A 13 AÑOS

En esta categoría los resultados que nos arrojan las gráficas son: teniendo en cuenta que son 6 estudiantes entre los 11 a los 13 años.

Estos resultados me permiten ver que los estudiantes que llevan un proceso continuo de entrenamiento se encuentran en condiciones físicas estables y los estudiantes que llevan un entrenamiento intermitente arrojan resultados bajos según la edad y la condición deportiva que tienen al momento de aplicar las pruebas. Me enfocare a mejorar la condición física de los estudiantes intermitentes y a sostener la condición de los estudiantes continuos para dar resultados satisfactorios en las competencias.

20 metros lisos: mejor tiempo 04,11 y menor tiempo 04,78 teniendo un promedio de 3 estudiantes en un tiempo de 04,11 y 4,24



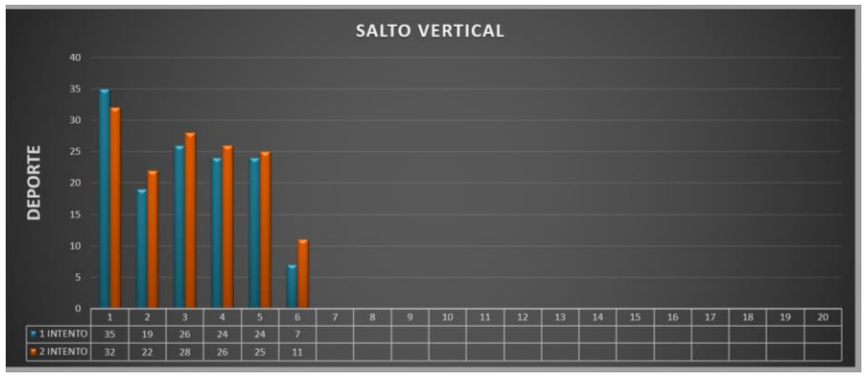
Estos resultados me permiten ver que los estudiantes que llevan un proceso continuo de entrenamiento se encuentran en condiciones físicas estables y los estudiantes que llevan un entrenamiento intermitente arrojan resultados bajos según la edad y la condición deportiva que tienen al momento de aplicar las pruebas. Me enfocare a mejorar la condición física de los estudiantes intermitentes y a sostener la condición de los estudiantes continuos para dar resultados satisfactorios en las competencias.

Salto largo: mejor salto 163 y menor salto 97, teniendo un promedio de 4 estudiantes consaltabilidad de 135 cm a 161cm.



Estos resultados me permiten ver que los estudiantes que llevan un proceso continuo de entrenamiento se encuentran en condiciones físicas estables y los estudiantes que llevan un entrenamiento intermitente arrojan resultados bajos según la edad y la condición deportiva que tienen al momento de aplicar las pruebas. Me enfocare a mejorar la condición física de los estudiantes intermitentes y a sostener la condición de los estudiantes continuos para dar resultados satisfactorios en las competencias.

Salto vertical: mejor salto 35 cm y menor salto 7 cm teniendo un promedio de 4 estudiantescon saltabilidad vertical de 22 cm a 28 cm.



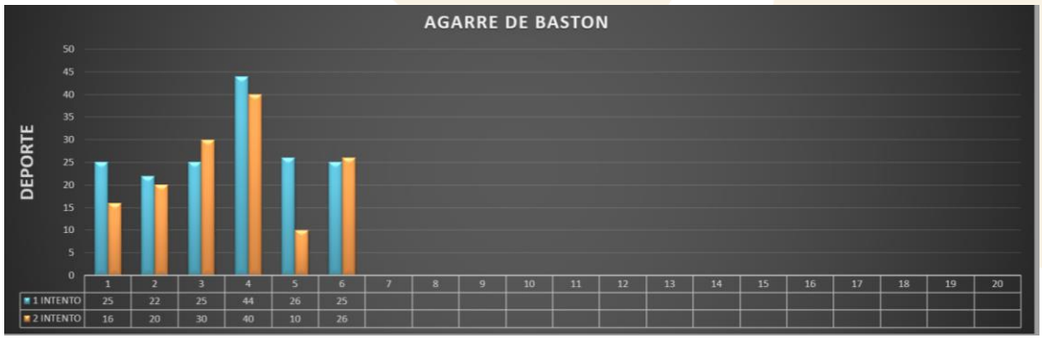
Estos resultados me permiten ver que los estudiantes que llevan un proceso continuo de entrenamiento se encuentran en condiciones físicas estables y los estudiantes que llevan un entrenamiento intermitente arrojan resultados bajos según la edad y la condición deportiva que tienen al momento de aplicar las pruebas. Me enfocare a mejorar la condición física de los estudiantes intermitentes y a sostener la condición de los estudiantes continuos para dar resultados satisfactorios en las competencias.

Test de shulerth run: mejor tiempo 12,4 y menor tiempo 17,67 teniendo un promedio de 3 estudiantes en un tiempo de 15,16 y 16,61

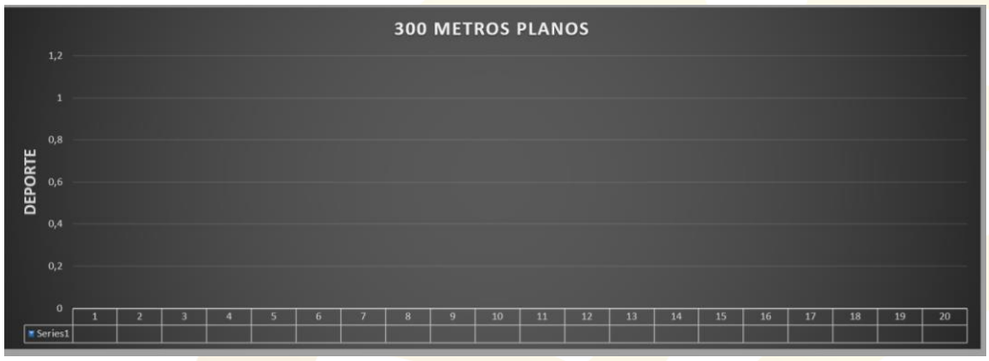


Estos resultados me permiten ver que los estudiantes que llevan un proceso continuo de entrenamiento se encuentran en condiciones físicas estables y los estudiantes que llevan un entrenamiento intermitente arrojan resultados bajos según la edad y la condición deportiva que tienen al momento de aplicar las pruebas. Me enfocare a mejorar la condición física de los estudiantes intermitentes y a sostener la condición de los estudiantes continuos para dar resultados satisfactorios en las competencias.

Agarre de bastón: el mejor agarre 10 y el menor agarre 44, teniendo un promedio de 5 estudiantes en agarre de agilidad de 22 cm a 30 cm.



300 metros planos: en esta prueba no hay registro de datos ni evidencia fotográfica presto que en el municipio de Susa no se cuenta con un escenario apropiado para la aplicación de la prueba.



PERFECCIONAMIENTO

En esta categoría los resultados que nos arrojan las gráficas son:
teniendo en cuenta que son 3 estudiantes entre los 14 a los 17 años

Se realiza el siguiente análisis.

Estos resultados me permiten ver que los estudiantes de la categoría de perfeccionamiento se encuentran en un promedio alto en su capacidad física (velocidad), un promedio medio en la capacidad coordinativa (agilidad) y un promedio alto en su habilidad motriz (saltabilidad) que al momento de aplicar las pruebas se encontraban en un periodo de recuperación competitivo.
Me enfocare a mejorar los estudiantes que presentan alguna falencia motriz, físico y coordinativa y a perfeccionar la condición física, las capacidades coordinativas de los estudiantes de esta categoría.

20 metros lisos: mejor tiempo 04,6 y menor tiempo 04,22 teniendo un promedio de 2 estudiantes en un tiempo de 04,6 y 04,12



Estos resultados me permiten ver que los estudiantes de la categoría de perfeccionamiento se encuentran en un promedio alto en su capacidad física (velocidad), un promedio medio en la capacidad coordinativa (agilidad) y un promedio alto en su habilidad motriz (saltabilidad) que al momento de aplicar las pruebas se encontraban en un periodo de recuperación competitivo.
Me enfocare a mejorar los estudiantes que presentan alguna falencia motriz, físico y coordinativa y a perfeccionar la condición física, las capacidades coordinativas de los estudiantes de esta categoría.

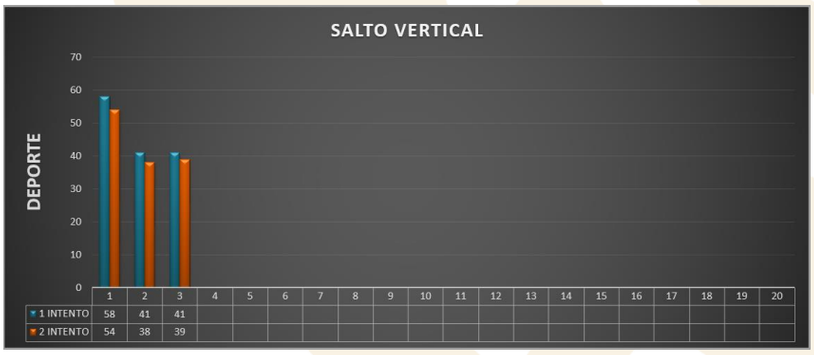
Salto largo: mejor salto 116 cm y menor salto 160, teniendo un promedio

de 2 estudiantescon saltabilidad de 177 cm a 199 cm.



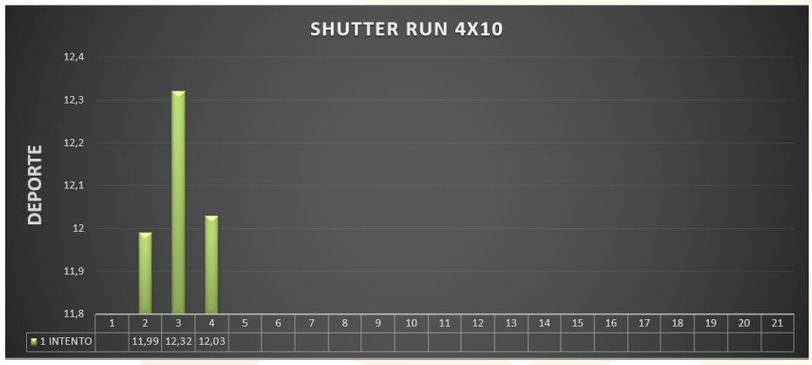
Estos resultados me permiten ver que los estudiantes de la categoría de perfeccionamiento se encuentran en un promedio alto en su capacidad física (velocidad), un promedio medio en la capacidad coordinativa (agilidad) y un promedio alto en su habilidad motriz (saltabilidad) que al momento de aplicar las pruebas se encontraban en un periodo de recuperación competitivo. Me enfocare a mejorar los estudiantes que presentan alguna falencia motriz, físico y coordinativa y a perfeccionar la condición física, las capacidades coordinativas de los estudiantes de esta categoría.

Salto vertical: mejor salto 58 cm y menor salto 38 cm teniendo un promedio de 2 estudiantescon saltabilidad vertical de 38 cm a 41 cm



Estos resultados me permiten ver que los estudiantes de la categoría de perfeccionamiento se encuentran en un promedio alto en su capacidad física (velocidad), un promedio medio en la capacidad coordinativa (agilidad) y un promedio alto en su habilidad motriz (saltabilidad) que al momento de aplicar las pruebas se encontraban en un periodo de recuperación competitivo. Me enfocare a mejorar los estudiantes que presentan alguna falencia motriz, físico y coordinativa y a perfeccionar la condición física, las capacidades coordinativas de los estudiantes de esta categoría.

Test de shulerth run: mejor tiempo 11,19 y menor tiempo 12,32 teniendo un promedio de 2 estudiantes en un tiempo de 12,03, y 12,32



Estos resultados me permiten ver que los estudiantes de la categoría de perfeccionamiento se encuentran en un promedio alto en su capacidad física (velocidad), un promedio medio en la capacidad coordinativa (agilidad) y un promedio alto en su habilidad motriz (saltabilidad) que al momento de aplicar las pruebas se encontraban en un periodo de recuperación competitivo. Me enfocare a mejorar los estudiantes que presentan alguna falencia motriz, físico y coordinativa y a perfeccionar la condición física, las capacidades coordinativas de los estudiantes de esta categoría.

Agarre de bastón: el mejor agarre 13 y el menor agarre 37, teniendo un promedio de 2 estudiantes en agarre de agilidad de 26 cm a 28 cm.

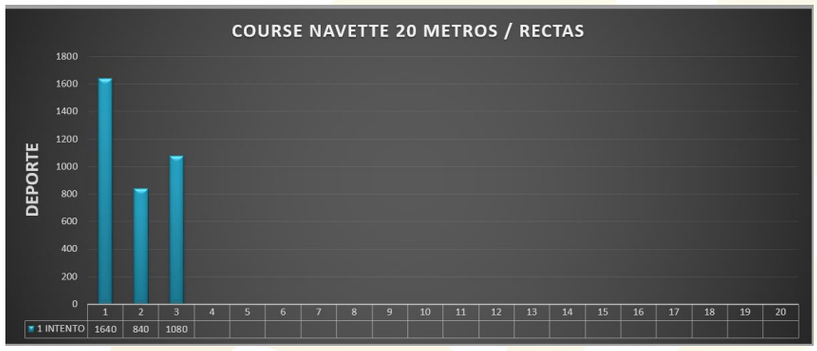


Estos resultados me permiten ver que los estudiantes de la categoría de perfeccionamiento se encuentran en un promedio alto en su capacidad física (velocidad), un promedio medio en la capacidad coordinativa (agilidad) y un promedio alto en su habilidad motriz (saltabilidad) que al momento de aplicar las pruebas se encontraban en un periodo de recuperación competitivo. Me enfocare a mejorar los estudiantes que presentan alguna falencia motriz, físico y coordinativa y a perfeccionar la condición física, las capacidades coordinativas de los estudiantes de esta categoría.

Corse navertte 20 metros distancia: mejor etapa 10, mejor recorrido 3, metros 1640 y menoretapa 6, menor recorrido 2, metros 840. Teniendo un promedio de estudiantes que se encuentran en la etapa 6 y 7.



Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa
Torre Beneficencia Piso 5
Código Postal: 111321
Teléfono: 749 1205 Ext. 1228
/CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co



REFERENCIAS

- Plan de desarrollo departamental Cundinamarca región que progresa 2020-2024
- Ley 181 de enero 18 de 1995
- López, E. J. M. (2007). *Pruebas de aptitud física* (Vol. 24). Editorial Paidotribo.
- Cabarcas, M. J. S., & Soto, J. L. P. Perfil de aptitud física de los escolares de 12 a 18 años del municipio de Montería, Colombia.
- Tapiero Granda, M. F. (2019). Efectos de un programa polimotor sobre la capacidades físicas en adolescentes del Colegio Villa Rica de la ciudad de Bogotá.
- Saigua, S., & Efraín, V. (2017). *"La hidratación y el rendimiento físico en el entrenamientode fútbol de niños de 11-12 años de la Federación Deportiva de Chimborazo periodo julio-diciembre 2016"* (Bachelor's thesis, Universidad Nacional de Chimborazo, 2017).
- Valencia, J. C. C. (2019). *Propuesta pedagógica para el estímulo de las capacidades físico-motrices en los estudiantes de grado noveno de la Institución Educativa Escuela Normal Superior de Medellín y el Colegio San José de las Vegas* (Doctoral dissertation, Universidad Cooperativa de Colombia).
- Sanabria Triana, A. F., & Silva Martínez, J. N. (2018). Potencia en salto horizontal en deportistas en formación de Tocancipá.
- Donatien, O. D., & Rodríguez, Y. D. (2015). Test para la selección de posibles talentos deportivos en el área de medio fondo para ingresar a la categoría juvenil. *Lecturas: Educación física y deportes*

ANEXOS

Los anexos son elementos opcionales dentro del Trabajo de investigación, son materiales complementarios, relevantes, pero demasiado extensos para ser incluidos en el cuerpo del documento. (Planillas Excel, planilla en físico, registro fotográfico (Collage por cada prueba aplicada))

EVIDENCIA FOTOGRAFICA
NIÑOS(AS)HASTA < 8 AÑOS

PESO



TALLA DE PIE



TALLA SENTADO



TALLA ENVERGADURA



PERIMETRO CINTURA



20 MESTROS LISOS







SALTO LARGO SIN IMPULSO



SALTO VERTICAL



TEST DE SHUTTER RUN



AGARRE DE BASTON



NIÑOS(AS) 9 A 10 AÑOS	
PESO	**TALLA DE PIE**
	
TALLA SENTADO	**TALLA ENVERGADURA**
	
PERIMETRO CINTURA	**20 MESTROS LISOS**
	
SALTO LARGO SIN IMPULSO	**SALTO VERTICAL**

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa
Torre Beneficencia Piso 5
Código Postal: 111321
Teléfono: 749 1205 Ext. 1228
/CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

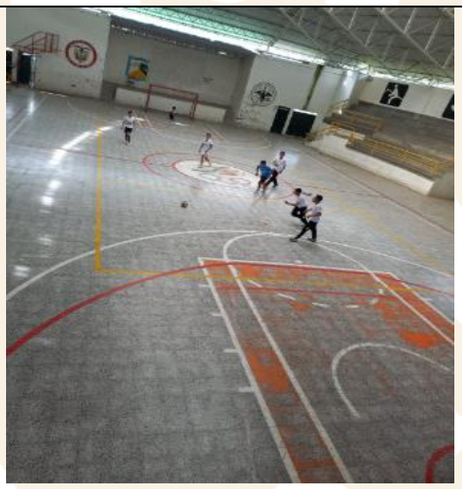
	
TEST DE SHUTTER RUN	**AGARRE DE BASTON**
	
NIÑOS(AS) 11 A 13 AÑOS	
PESO	**TALLA DE PIE**
	
TALLA SENTADO	**TALLA ENVERGADURA**

	
PERIMETRO CINTURA	**20 MESTROS LISOS**
	
SALTO LARGO SIN IMPULSO	**SALTO VERTICAL**
	
TEST DE SHUTTER RUN	**AGARRE DE BASTON**





300 METROS PLANOS



NO SE APLICA LA PRUEBA DE 300 METROS PLANOS EL MOTIVO NO SE CUENTA CON EL ESCENARIO APROPIADO EN EL MUNICIPIO PARA REALIZARLA LA EJECUCION DE LA MISMA.

NIÑOS(AS) 14 A 17 AÑOS

PESO



TALLA DE PIE



TALLA SENTADO

TALLA ENVERGADURA

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa
Torre Beneficencia Piso 5
Código Postal: 111321
Teléfono: 749 1205 Ext. 1228
/CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

	
PERIMETRO CINTURA	**20 MESTROS LISOS**
	
SALTO LARGO SIN IMPULSO	**SALTO VERTICAL**
	
TEST DE SHUTTER RUN	**AGARRE DE BASTON**





TEST DE COURSE NAVETTE



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: Iniciacion Susa Futbol de Salon

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL KG	ESTATURA DE PIE CMS.	ESTATURA SENTADO CMS.	ENVERGADURA CMS.	PERIMETRO DE CINTURA CMS.
1	Cristian Daniel cortes Roncancio	5	5/9/2016	F. Salon	19	111	63	1,12	51
2	Yarith Stefany Torres Martinez	7	9/2/2015	F Salon	26	121	66	1,19	58
3	Sebastian Beltran Samaca	8	15/8/2014	F. salon	24	128	71	129	56
4	Jonathan Felipe Alarcon C.	5	29/9/2017	F salon	28	117	66	1,12	66
5	Lizeth Daniela Roballo Castro	7	16/4/2011	F. salon	26	126	69	1,25	61
6	Alejandra Becera Rodriguez	7	2/7/15	F. salon	22	102	62	1,08	61
7	Maria Alejandra Garcia Fuquene	7	24/9/15	F. salon	19	118	64	1,24	54
8	Danna Angelyn Castiblanco C	6	16/9/15	F. salon	22	116	63	1,18	58
9	Jose Ismael Ramirez Alarc.	6	7/4/16	F. salon	22	125	68	1,26	58
10	Valentina Moreno Merchan	8	26/11/14	F salon	32	133	71	1,32	67
11	David orlando Alarcon Castiblan	7	19/6/14	F. Salon	23	125	67	1,21	56
12	Danna valentina Villamil R.	7	3/4/14	F salon	25	133	71	1,30	54
13	Lizeth Daniela Ballesteros C	8	7/4/14	F. Salon	32	133	70	134	66
14	Juan Estuen Almanza Parra	7	19/11/14	F salon	22	124	66	1,21	56
15	William Esteban Robayo Mora	6	8/2/16	F. salon	20	113	60	112	58
16	Kerin Qunchinegua Martinez	7	15/12/15	F. salon	18	112	60	1,10	56
17	Yessica Valentina Rodriguez	8	16/05/14	F salon	21	121	61	120	62
18	Eyder Armando Angel R	8	6/2/2014	F. salon	20	122	66	123	54
19	Miguel Angel Gerena Barragan	7	21/11/14	F. salon	21	119	64	1,18	55
20	Brayan Esneider Guilteros Rob	8	9/1/14	Fsalon	26	125	69	123	59
21	Jose Antonio Gerena Barragan	7	21/11/14	F. salon	23	122	66	121	53
22	Juan Diego Guzman Robayo	8	27/10/14	F. salon	22	125	65	124	54
23	Angelica Maria Solano Barrag	5	25/08/17	F. salon	18	104	60	101	55
24	Maria Fernanda Patiño Rod.	7	30/01/2015	F. salon	23	123	64	118	55
25	Maria Angelica cortes R.	7	10/9/2015	F salon	20	123	63	1,22	53

MUNICIPIO EVALUADO: Susa

FORMADOR: Francisco Javier Rodriguez Infante.

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO

INDEPORTES

SEGUNDO SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA <8 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	6" METROS LADO (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (S,T) NOTA: se usa separador decimal con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (CM) NOTA: se usa separador decimal con la COMA		PRUEBA	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (CM) NOTA: se usa separador decimal con la COMA		PRUEBA	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SHUTTLE RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (S,T) NOTA: se usa separador decimal con la COMA	RESULTADO	ABARAS DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (CM) NOTA: se usa separador decimal con la COMA		PRUEBA	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGÚN LOS 2 INTENTOS
	NOMBRES Y APELLIDOS				1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO		
1	Cristian Cortes	5	5/9/16	Fsalon	5,71	5,71	0,71	0,56		0,71	10	12		12	17,71	17,71	18	22		18
2	Yerith torres	7	9/2/15	Fsalon	4,67	4,67	1,07	1,21		1,21	30	30		30	15,2	15,2	26	29		26
3	Sebastian Belt	8	15/8/14	Fsalon	5,18	5,18	1,61	1,41		1,61	29	27		29	17,44	17,44	11	11		11
4	Felipe Cifuentes	5	29/9/17	F. salon	5,69	5,69	0,71	0,56		0,71	12	10		12	17,71	17,71	22	28		18
5	Lizeth Rabago	7	16/4/14	Fsalon	4,71	4,71	1,24	1,11		1,24	23	24		24	15,8	15,8	27	41		27
6	Alejandra Beltran	7	2/7/15	Fsalon	5,15	5,15	1,10	1,10		1,10	11	16		16	19,1	19,1	18	35		18
7	Maria Garcia	7	24/9/15	Fsalon	5,25	5,25	98	100		1,60	8	10		8	17,89	17,89	20	20		20
8	Deanna Castro	6	16/9/15	Fsalon	4,78	4,78	1,01	1,02		1,02	13	18		18	17,84	17,84	16	32		16
9	Jose ramirez	6	7/4/16	Fsalon	5,21	5,21	0,94	1,15		1,15	18	20		20	27,13	27,13	19	24		19
10	Valentina amore	8	26/4/14	Fsalon	5,19	5,19	1,65	1,10		1,05	10	15		15	18,2	18,2	20	22		20
11	David Alarcon	7	19/6/14	Fsalon	4,41	4,41	1,26	1,21		1,26	22	27		27	14,34	14,34	15	23		15
12	Deanna villamil	7	3/4/14	Fsalon	4,41	4,41	1,48	1,51		1,51	20	20		20	14,15	14,15	33	22		22
13	Eider Angel	8	6/2/14	Fsalon	4,67	4,63	1,37	1,41		1,41	20	22		22	17,35	17,35	37	54		37
14	Lizeth Ballesteros	8	7/4/14	Fsalon	5,15	5,15	1,06	1,01		1,06	12	22		22	18,1	18,1	30	31		21
15	Juan Almanza	7	19/11/14	Fsalon	4,63	4,63	0,61	0,62		0,62	23	22		23	17,11	17,11	C	22		6
16	William Rabago	6	8/2/16	Fsalon	6,2	6,2	1,15	1,10		1,15	10	8		16	18,15	18,15	15	20		15
17	Kenn martinez	7	15/12/15	Fsalon	5,36	5,36	1,06	1,02		1,06	10	10		10	16,97	16,97	30	40		30
18	Yessica Rodriguez	5	16/5/14	Fsalon	7,1	7,1	97	94		97	16	17		17	17,15	17,15	25	15		15
19	Miguel Gerena	7	21/11/14	Fsalon	5,48	5,48	1,01	1,12		1,12	15	13		15	17,44	17,44	33	18		18
20	Braian Gualteros	8	9/1/14	Fsalon	4,46	4,46	1,19	1,04		1,19	17	17		17	15,59	15,59	38	22		22
21	Jose Gerena	7	21/11/14	Fsalon	5,44	5,44	1,04	1,03		1,04	17	15		17	18,29	18,29	33	24		24
22	Juan Guzman	8	27/10/14	Fsalon	4,48	4,48	1,24	111		1,24	23	24		24	14,88	14,88	22	22		22
23	Angelica Solano	5	25/8/17	Fsalon	5,86	5,86	0,16	0,88		0,88	4	5		5	18,45	18,44	29	18		18
24	Mariel Patiño	7	30/1/15	Fsalon	5,13	5,13	0,78	0,68		0,78	19	20		20	16,57	16,57	33	30		30
25	Maria cortes	7	10/4/15	Fsalon	5,78	5,78	0,77	6,84		0,84	12	11		12	17,33	17,33	39	40		39

MUNICIPIO EVALUADO: Sasaima

FORMADOR : Francisco Javier Rodriguez Infante

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: Iniciacion Futbol de Salon

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL KG	ESTATURA DE PIE CMS.	ESTATURA SENTADO CMS.	ENVERGADURA CMS.	PERIMETRO DE CINTURA CMS.
1	Fabian Esteban Guzman R	9	20/9/13	F salon	23	126	67	1,27	58
2	Sandy Thaliana Castiblanco C	9	1/6/13	F. salon	28	129	70	1,27	59
3	Paula Valentina Robayo R	9	13/9/13	F salon	31	136	72	1,30	61
4	Yeison Ferney Espejo R.	9	1/8/13	F. salon	23	125	67	1,19	54
5	Diego Estiven Guzman R	9	20/9/13	F salon	24	125	67	1,26	58
6	Dayana Stefany Guzman A	9	23/7/12	F salon	31	145	72	1,45	60
7	Javier Alexis Moya Angel	9	15/8/12	F salon	28	131	71	1,32	58
8	Gabriel Rodriguez Moreno	10	20/12/11	F salon	38,8	138	67	1,39	76
9	Paula Andrea Guzman C	9	17/6/13	F. salon	31	135	69	1,42	57
10	Esteban Felipe Rocha M	11	13/5/13	F salon	24,6	133	71	1,34	61
11	Juan Pacho Sierra	11	1/7/11	F salon	37	139	71	1,39	60
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

MUNICIPIO EVALUADO: Susa

FORMADOR: Francisco Javier Rodriguez Enfante.

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO

SEGUNDO SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA 9 A 10 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	50 METROS LISOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (S.M) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (CM) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGUN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (CM) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGUN LOS 2 INTENTOS	SHUTTLE RUN ARIO UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (S.M) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (C) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGUN LOS 2 INTENTOS
	NOMBRES Y APELLIDOS				1 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO						1 INTENTO	2 INTENTO		
1	Fabian Guzman	9	20/9/13	Fsalon	5,65		5,65	0,86	0,76		0,86	12	11		12	17,33	17,33	39	40		39	
2	Sandy Castiblanco	9	1/6/13	Fsalon	5,47		5,47	1,18	1,14		1,18	23	26		26	19,89	19,89	33	34		33	
3	Paula Pobayo	9	13/9/13	Fsalon	4,67		4,67	1,40	1,58		1,58	24	28		28	14,13	14,13	33	24		24	
4	Yeison Espejo	9	1/8/13	Fsalon	4,49		4,49	1,19	1,09		1,19	15	17		17	14,84	14,84	26	29		26	
5	Diego Guzman	9	20/9/13	Fsalon	5,78		5,78	0,77	0,84		0,84	13	15		15	17,56	17,56	36	32		32	
6	Dayana Guzman	9	23/7/12	Fsalon	4,67		4,67	1,26	1,37		1,37	12	19		19	14,46	14,46	16	17		16	
7	Javier moya	9	18/8/12	Fsalon	4,31		4,31	1,34	1,34		1,34	22	14		22	13,43	13,43	21	5		5	
8	Gabriel Rodriguez	10	20/12/11	Fsalon	4,45		4,45	118	107		118	23	24		24	14,13	14,13	5	23		5	
9	Paola guzman	9	17/6/13	Fsalon	4,86		4,86	111	105		1,11	22	30		30	14,26	14,26	45	4		4	
10	Esteban rocha	11	13/5/13	Fsalon	4,23		4,23	135	938		138	38	40		40	14,83	14,83	3	6		3	
11	Juan Pablo Sierra	11	1/7/13	Fsalon	4,9		4,9	120	121		121	17	19		19	15,1	15,1	10	20		10	
12																						
13																						
14																						
15																						
16																						
17																						
18																						
19																						
20																						

MUNICIPIO EVALUADO:

FORMADOR : Francisco Javier Rodriguez Infante.

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: Fundamentacion Futbol de Salon

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL KG	ESTATURA DE PIE CMS.	ESTATURA SENTADO CMS.	ENVERGADURA CMS.	PERIMETRO DE CINTURA CMS.
1	Diego Andres Rivera T	13	30/9/2098	F. Salon	37	144	64	143	58
2	Karen Lizeth Guzman C	11	10/10/11	F. Salon	32	144	76	1,46	55
3	Julith Alejandra Fandiño	11	7/9/11	F. Salon	33	141	70	1,35	60
4	Oscar mauricio Espejo P	11	7/10/11	F. Salon	32	137	72	1,35	61
5	Linci Yaquelin Santana P	11	4/12/11	F. salon	32	143	77	1,34	57
6	Carol Yelidsa Carrillo F.	11	28/5/11	F salon	34	143	75	1,36	59
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

MUNICIPIO EVALUADO: Susa

FORMADOR: Francisco Javier Rodriguez Infante

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO

SEGUNDO SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) 11 A 13 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	30 METROS LANZ. INDIVIDUOS Y MILESIMAS POR INTENTOS UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (0.1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (CM) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA			RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (CM) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA			RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	9+SUTTOR RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (0.1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (0) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA			RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGUN LOS 2 INTENTOS	600 METROS PLANOS UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (0.1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO
					1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO						1 INTENTO	2 INTENTO					
1	Diego Rivera	13	30/9/2009	Fsalon	4,24	4,24	1,49	1,32		149	35	32		35	15,43	15,43	25	16		16		
2	Karen Guzman	11	10/10/2011	Fsalon	4,11	4,11	1,63	1,61		163	19	22		22	16,61	16,61	22	20		20		
3	Julieth fandiño	11	7/9-11	F.salon	4,46	4,46	1,48	1,46		148	26	28		28	12,84	12,84	25	30		25		
4	oscar espejo	11	7-10-11	Fsalon	4,57	4,57	0,97	1,12		1,12	24	26		26	17,67	17,67	44	40		40		
5	Luna santana	11	4-12-11	Fsalon	4,24	4,24	1,35	1,44		1,44	24	25		25	12,4	12,4	26	10		10		
6	carol carrillo	11	28-5-11	Fsalon	4,78	4,78	1,23	1,25		1,25	7	11		11	15,16	15,16	25	26		25		
7																						
8																						
9																						
10																						
11																						
12																						
13																						
14																						
15																						
16																						
17																						
18																						
19																						
20																						

MUNICIPIO EVALUADO:

FORMADOR: Francisco Javier Rodriguez Infante SUSA

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

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: Perfeccionamiento Futbol de Salón

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL	ESTATURA DE PIE	ESTATURA SENTADO	ENVERGADURA	PERIMETRO DE CINTURA
					KG	CMS.	CMS.	CMS.	CMS.
1	Jean Franco Mejia B	14	8/7/2008	F.salon	49	161	69	1,62	55
2	Juan Andres contrer	17	23/05/2005	F salon	48	161	69	1,63	54
3	Juan carlos Mejia Bar	16	23/05/2005	F.salon	50	172	75	1,72	58
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

MUNICIPIO EVALUADO: Susa

FORMADOR: Francisco Javier Rodriguez Infante

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO

SEGUNDO SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) 14 A 17 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	30 METROS LANZADOS Y RECIBIDOS POR INTENTOS	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO		RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGUN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL		RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGUN LOS 2 INTENTOS	BARRAS DE BARRA	RESULTADO	ABDOMEN		RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGUN LOS 2 INTENTOS	60 MTS PLANOS EN MTS NUMERO DE ETAPA LOGRADA	RESULTADO NUMERO DE RECTAS	60 METROS PLANOS DISTANCIA DE RECTAS	RESULTADO
1	Jean Franco	14	8-7-8	Fsal	4,06	4,06	2,16	1,06	2,16	55	54	55	11,99	11,99	13	19	13	10	3	1640	1640
2	Juan contre	17	23-5-5	Fsal	4,22	4,22	1,81	1,37	1,81	47	38	47	12,32	12,32	28	37	28	6	2	840	840
3	Jean melo	16	23-5-2005	Fsal	4,12	4,12	1,99	1,87	1,99	41	39	41	12,03	12,03	28	26	26	7	5	1080	1080
4																					
5																					
6																					
7																					
8																					
9																					
10																					
11																					
12																					
13																					
14																					
15																					
16																					
17																					
18																					
19																					
20																					

MUNICIPIO EVALUADO:

FORMADOR: Francisco Javier Rodriguez Enfante Susa

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: Iniciacion Susa Futbol de Salon

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL KG	ESTATURA DE PIE CMS.	ESTATURA SENTADO CMS.	ENVERGADURA CMS.	PERIMETRO DE CINTURA CMS.
1	Cristian Daniel cortes Roncancio	5	5/9/2016	F. Salon	19	111	63	1,12	51
2	Yarith Stefany Torres Martinez	7	9/2/2015	F Salon	26	121	66	1,19	58
3	Sebastian Beltran Samaca	8	15/8/2014	F. salon	24	128	71	129	56
4	Jonathan Felipe Alarcon C.	5	29/9/2017	F salon	28	117	66	1,12	66
5	Lizeth Daniela Roballo Castro	7	16/4/2011	F. salon	26	126	69	1,25	61
6	Alejandra Becera Rodriguez	7	2/7/15	F. salon	22	102	62	1,08	61
7	Maria Alejandra Garcia Fuquene	7	24/9/15	F. salon	19	118	64	1,24	54
8	Danna Angelyn Castiblanco C	6	16/9/15	F. salon	22	116	63	1,18	58
9	Jose Ismael Ramirez Alarc.	6	7/4/16	F. salon	22	125	68	1,26	58
10	Valentina Moreno Merchan	8	26/11/14	F salon	32	133	71	1,32	67
11	David orlando Alarcon Castiblan	7	19/6/14	F. Salon	23	125	67	1,21	56
12	Danna valentina Villamil R.	7	3/4/14	F salon	25	133	71	1,30	54
13	Lizeth Daniela Ballesteros C	8	7/4/14	F. Salon	32	133	70	134	66
14	Juan Estiven Almanza Parra	7	19/11/14	F salon	22	124	66	1,21	56
15	William Esteban Robayo Mora	6	8/2/16	F. salon	20	113	60	112	58
16	Kerin Qunchinegua Martinez	7	15/12/15	F. salon	18	112	60	1,10	56
17	Yessica Valentina Rodriguez	8	16/05/14	F salon	21	121	61	120	62
18	Eyder Armando Angel R	8	6/2/2014	F. salon	20	122	66	123	54
19	Miguel Angel Gerena Barragan	7	21/11/14	F. salon	21	119	64	1,18	55
20	Brayan Esneider Guilteros Rob	8	9/1/14	Fsalon	26	125	69	123	59
21	Jose Antonio Gerena Barragan	7	21/11/14	F. salon	23	122	66	121	53
22	Juan Diego Guzman Robayo	8	27/10/14	F. salon	22	125	65	124	54
23	Angelica Maria Solano Barrag	5	25/08/17	F. salon	18	104	60	101	55
24	Maria Fernanda Patiño Rod.	7	30/01/2015	F. salon	23	123	64	118	55
25	Maria Angelica cortes R.	7	10/9/2015	F salon	20	123	63	1,22	53

MUNICIPIO EVALUADO: Susa

FORMADOR: Francisco Javier Rodriguez Infante.

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO

INDEPORTES

SEGUNDO SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA <8 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	6" METROS LADO (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (S,T) NOTA: se usa separador decimal con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (CM) NOTA: se usa separador decimal con la COMA		PRUEBA	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (CM) NOTA: se usa separador decimal con la COMA		PRUEBA	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SHUTTLE RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (S,T) NOTA: se usa separador decimal con la COMA	RESULTADO	ABARAS DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (CM) NOTA: se usa separador decimal con la COMA		PRUEBA	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGÚN LOS 2 INTENTOS
	NOMBRES Y APELLIDOS				1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO		
1	Cristian Cortes	5	5/9/16	Fsalon	5,71	5,71	0,71	0,56		0,71	10	12		12	17,71	17,71	18	22		18
2	Yerith torres	7	9/2/15	Fsalon	4,67	4,67	1,07	1,21		1,21	30	30		30	15,2	15,2	26	29		26
3	Sebastian Belt	8	15/8/14	Fsalon	5,18	5,18	1,61	1,41		1,61	29	27		29	17,44	17,44	11	11		11
4	Felipe Cifuentes	5	29/9/17	F. salon	5,69	5,69	0,71	0,56		0,71	12	10		12	17,71	17,71	22	28		18
5	Lizeth Robayo	7	16/4/14	Fsalon	4,71	4,71	1,24	1,11		1,24	23	24		24	15,8	15,8	27	41		27
6	Alejandra Beltran	7	2/7/15	Fsalon	5,15	5,15	1,10	1,10		1,10	11	16		16	19,1	19,1	18	35		18
7	Maria Garcia	7	24/9/15	Fsalon	5,25	5,25	98	100		1,60	8	10		8	17,89	17,89	20	20		20
8	Deanna Castillo	6	16/9/15	Fsalon	4,78	4,78	1,01	1,02		1,02	13	18		18	17,84	17,84	16	32		16
9	Jose ramirez	6	7/4/16	Fsalon	5,21	5,21	0,94	1,15		1,15	18	20		20	27,13	27,13	19	24		19
10	Valentina amore	8	26/4/14	Fsalon	5,19	5,19	1,05	1,10		1,05	10	15		15	18,2	18,2	20	22		20
11	David Alarcon	7	19/6/14	Fsalon	4,41	4,41	1,26	1,21		1,26	22	27		27	14,34	14,34	15	23		15
12	Deanna villamil	7	3/4/14	Fsalon	4,41	4,41	1,48	1,51		1,51	20	20		20	14,15	14,15	33	22		22
13	Eider Angel	8	6/2/14	Fsalon	4,67	4,63	1,37	1,41		1,41	20	22		22	17,35	17,35	37	54		37
14	Lizeth Ballesteros	8	7/4/14	Fsalon	5,15	5,15	1,06	1,01		1,06	12	22		22	18,1	18,1	30	31		21
15	Juan Almanza	7	19/11/14	Fsalon	4,63	4,63	0,61	0,62		0,62	23	22		23	17,11	17,11	C	22		6
16	William Robayo	6	8/2/16	Fsalon	6,2	6,2	1,15	1,10		1,15	10	8		16	18,15	18,15	15	20		15
17	Kenn martinez	7	15/12/15	Fsalon	5,36	5,36	1,06	1,02		1,06	10	10		10	16,97	16,97	30	40		30
18	Yessica Rodriguez	5	16/5/14	Fsalon	7,1	7,1	97	94		97	16	17		17	17,15	17,15	25	15		15
19	Miguel Gerena	7	21/11/14	Fsalon	5,48	5,48	1,01	1,12		1,12	15	13		15	17,44	17,44	33	18		18
20	Braian Gualteros	8	9/1/14	Fsalon	4,46	4,46	1,19	1,04		1,19	17	17		17	15,59	15,59	38	22		22
21	Jose Gerena	7	21/11/14	Fsalon	5,44	5,44	1,04	1,03		1,04	17	15		17	18,29	18,29	33	24		24
22	Juan Guzman	8	27/10/14	Fsalon	4,48	4,48	1,24	111		1,24	23	24		24	14,88	14,88	22	22		22
23	Angelica Solano	5	25/8/17	Fsalon	5,86	5,86	0,16	0,88		0,88	4	5		5	18,45	18,44	29	18		18
24	Mariel Patiño	7	30/1/15	Fsalon	5,13	5,13	0,78	0,68		0,78	19	20		20	16,57	16,57	33	30		30
25	Maria cortes	7	10/4/15	Fsalon	5,78	5,78	0,77	6,84		0,84	12	11		12	17,33	17,33	39	40		39

MUNICIPIO EVALUADO: 3,459

FORMADOR: Francisco Javier Rodriguez Infante.

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: Iniciacion Futbol de Salon

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL KG	ESTATURA DE PIE CMS.	ESTATURA SENTADO CMS.	ENVERGADURA CMS.	PERIMETRO DE CINTURA CMS.
1	Fabian Esteban Guzman R	9	20/9/13	F salon	23	126	67	1,27	58
2	Sandy Thaliana Castiblanco C	9	1/6/13	F. salon	28	129	70	1,27	59
3	Paula Valentina Robayo R	9	13/9/13	F salon	31	136	72	1,30	61
4	Yeison Ferney Espejo R.	9	1/8/13	F. salon	23	125	67	1,19	54
5	Diego Estiven Guzman R	9	20/9/13	F salon	24	125	67	1,26	58
6	Dayana Stefany Guzman A	9	23/7/12	F salon	31	145	72	1,45	60
7	Javier Alexis Moya Angel	9	15/8/12	F salon	28	131	71	1,32	58
8	Gabriel Rodriguez Moreno	10	20/12/11	F salon	38,8	138	67	1,39	76
9	Paula Andrea Guzman C	9	17/6/13	F. salon	31	135	69	1,42	57
10	Esteban Felipe Rocha M	11	13/5/13	F salon	24,6	133	71	1,34	61
11	Juan Pacho Sierra	11	1/7/11	F salon	37	139	71	1,39	60
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

MUNICIPIO EVALUADO: Susa

FORMADOR: Francisco Javier Rodriguez Enfante.

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO

SEGUNDO SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA 9 A 10 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	50 METROS LISOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (S.M) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (CM) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGUN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (CM) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGUN LOS 2 INTENTOS	SHUTTLE RUN ARIO UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (S.M) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (C) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGUN LOS 2 INTENTOS
	NOMBRES Y APELLIDOS				1 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO						1 INTENTO	2 INTENTO		
1	Fabian Guzman	9	20/9/13	Fsalon	5,65		5,65	0,86	0,76		0,86	12	11		12	17,33	17,33	39	40		39	
2	Sandy Castiblanco	9	1/6/13	Fsalon	5,47		5,47	1,18	1,14		1,18	23	26		26	19,89	19,89	33	34		33	
3	Paula Pobayo	9	13/9/13	Fsalon	4,67		4,67	1,40	1,58		1,58	24	28		28	14,13	14,13	33	24		24	
4	Yeison Espejo	9	1/8/13	Fsalon	4,49		4,49	1,19	1,09		1,19	15	17		17	14,84	14,84	26	29		26	
5	Diego Guzman	9	20/9/13	Fsalon	5,78		5,78	0,77	0,84		0,84	13	15		15	17,56	17,56	36	32		32	
6	Dayana Guzman	9	23/7/12	Fsalon	4,67		4,67	1,26	1,37		1,37	12	19		19	14,46	14,46	16	17		16	
7	Javier moya	9	18/8/12	Fsalon	4,31		4,31	1,34	1,34		1,34	22	14		22	13,43	13,43	21	5		5	
8	Gabriel Rodriguez	10	20/12/11	Fsalon	4,45		4,45	118	107		118	23	24		24	14,13	14,13	5	23		5	
9	Paola guzman	9	17/6/13	Fsalon	4,86		4,86	111	105		1,11	22	30		30	14,26	14,26	45	4		4	
10	Esteban rocha	11	13/5/13	Fsalon	4,23		4,23	135	938		138	38	40		40	14,83	14,83	3	6		3	
11	Juan Pablo Sierra	11	1/7/13	Fsalon	4,9		4,9	120	121		121	17	19		19	15,1	15,1	10	20		10	
12																						
13																						
14																						
15																						
16																						
17																						
18																						
19																						
20																						

MUNICIPIO EVALUADO:

FORMADOR : Francisco Javier Rodriguez Infante.

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: Fundamentacion Futbol de Salon

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL KG	ESTATURA DE PIE CMS.	ESTATURA SENTADO CMS.	ENVERGADURA CMS.	PERIMETRO DE CINTURA CMS.
1	Diego Andres Rivera T	13	30/9/2098	F. Salon	37	144	64	143	58
2	Karen Lizeth Guzman C	11	10/10/11	F. Salon	32	144	76	1,46	55
3	Julith Alejandra Fandiño	11	7/9/11	F. Salon	33	141	70	1,35	60
4	Oscar mauricio Espejo P	11	7/10/11	F. Salon	32	137	72	1,35	61
5	Linci Yaquelin Santana P	11	4/12/11	F. salon	32	143	77	1,34	57
6	Carol Yelidsa Carrillo F.	11	28/5/11	F salon	34	143	75	1,36	59
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

MUNICIPIO EVALUADO: Susa

FORMADOR: Francisco Javier Rodriguez Infante

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO

SEGUNDO SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) 11 A 13 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	30 METROS LANZ. INDIVIDUOS Y MILESIMAS POR INTENTOS UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (0.1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (CM) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA			RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (CM) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA			RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	9+SUTTOR RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (0.1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (0) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA			RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGUN LOS 2 INTENTOS	600 METROS PLANOS UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (0.1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO
					1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO						1 INTENTO	2 INTENTO					
1	Diego Rivera	13	30/9/2009	Fsalon	4,24	4,24	1,49	1,32		149	35	32		35	15,43	15,43	25	16		16		
2	Karen Guzman	11	10/10/2011	Fsalon	4,11	4,11	1,63	1,61		163	19	22		22	16,61	16,61	22	20		20		
3	Julieth fandiño	11	7/9-11	F.salon	4,46	4,46	1,48	1,46		148	26	28		28	12,84	12,84	25	30		25		
4	oscar espejo	11	7-10-11	Fsalon	4,57	4,57	0,97	1,12		1,12	24	26		26	17,67	17,67	44	40		40		
5	Luna santana	11	4-12-11	Fsalon	4,24	4,24	1,35	1,44		1,44	24	25		25	12,4	12,4	26	10		10		
6	carol carrillo	11	28-5-11	Fsalon	4,78	4,78	1,23	1,25		1,25	7	11		11	15,16	15,16	25	26		25		
7																						
8																						
9																						
10																						
11																						
12																						
13																						
14																						
15																						
16																						
17																						
18																						
19																						
20																						

MUNICIPIO EVALUADO:

FORMADOR: Francisco Javier Rodriguez Infante SUSA

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

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: Perfeccionamiento Futbol de Salón

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL	ESTATURA DE PIE	ESTATURA SENTADO	ENVERGADURA	PERIMETRO DE CINTURA
					KG	CMS.	CMS.	CMS.	CMS.
1	Jean Franco Mejia B	14	8/7/2008	F.salon	49	161	69	1,62	55
2	Juan Andres contrer	17	23/05/2005	F salon	48	161	69	1,63	54
3	Juan carlos Mejia Bar	16	23/05/2005	F.salon	50	172	75	1,72	58
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

MUNICIPIO EVALUADO: Susa

FORMADOR: Francisco Javier Rodriguez Infante

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO

SEGUNDO SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) 14 A 17 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	30 METROS LANZADOS Y RECIBIDOS POR INTENTOS	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO		RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGUN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL		RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGUN LOS 2 INTENTOS	BARRAS DE BARRA	RESULTADO	ABDOMEN		RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGUN LOS 2 INTENTOS	60 MTS PLANOS EN MTS NUMERO DE ETAPA LOGRADA	RESULTADO NUMERO DE RECTAS	60 METROS PLANOS DISTANCIA DE RECTAS	RESULTADO
							Izquierdo	Derecho		Izquierdo	Derecho				Izquierdo	Derecho					
1	Jean Franco	14	8-7-8	Fsal	4,06	4,06	2,16	1,06	2,16	55	54	55	11,99	11,99	13	19	13	10	3	1640	1640
2	Juan camilo	17	23-5-5	Fsal	4,22	4,22	1,81	1,37	1,81	41	38	41	12,32	12,32	28	37	28	6	2	840	840
3	Jean melo	16	23-5-2005	Fsal	4,12	4,12	1,99	1,87	1,99	41	39	41	12,03	12,03	28	26	26	7	5	1080	1080
4																					
5																					
6																					
7																					
8																					
9																					
10																					
11																					
12																					
13																					
14																					
15																					
16																					
17																					
18																					
19																					
20																					

MUNICIPIO EVALUADO:

FORMADOR: Francisco Javier Rodriguez Enfante Susa

LA SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL DEL MUNICIPIO DE SUSA CUNDINAMARCA

HACE CONSTAR:

Que FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE identificado con la Cédula de Ciudadanía No. de 1076.653.521, presto sus servicios como MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE FUTBOL DE SALÓN, se encuentra a PAZ Y SALVO con el municipio de Susa.

La presente se expide a los 26 del mes de diciembre de 2022.

JENNY CAROLINA PINILLA ESPEJO
Secretaria de Desarrollo Social

Elaborado por:		Revisado por:		Aprobado por:	
Nombre	Firma	Nombre	Firma	Nombre	Firma
Jenny Pinilla E		Jenny Pinilla E			
Nombre del documento					Hojas
Dependencia	SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL	Folio		Consecutivo	

Powered by CamScanner

Compensar operador de información certifica que procesó el pago realizado por:

Señor(a): FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE
No. Identificación: CC1076653521
Dirección: CL 4 # 2-47 CA 86 UB PARQUES DEL CERRITO
Telefono: 123456789
Correo: pecsial@hotmail.com
Ciudad: SUTATAUSA
Número de Planilla: 8363842046

CITE EL NÚMERO DE PLANILLA PARA CUALQUIER CONSULTA DE PAGO

Nombre Aportante	FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE
Tipo y número de identificación	CC1076653521
Número de planilla	8363842046
Fecha pago	2022-12-07
Número de autorización pago	1000000181
Banco	1001

Número de Empleados	1
Periodo de Cotización Salud	diciembre de 2022
Periodo de Cotización Pensión	diciembre de 2022
Número de Administradoras	4
Total Pagado	329400
Total Intereses de Mora	0

PAGADA

CÓDIGO ADMINISTRADORA	NOMBRE	TOTAL PAGADO	NÚMERO DE AFILIADOS
14-23	POSITIVA COMPANIA DE SEGUROS	24400	1
25-14	Administradora Colombiana de Pensiones - Colpensiones	160000	1
CCF21	Cafam Caja de Compensacion Fliar	20000	1
EPS037	Nueva Promotora de Salud - Nueva EPS	125000	1

8363842046

TIPO DOC.: CC
NO. DOCUMENTO: 1076653521
APELLIDOS Y NOMBRES: FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE

Cód. EPS	Cód. AFP	IBC SALUD	IBC PENSIÓN	IBC RIESGOS	IBC CAJAS	COTIZACIÓN SALUD	VALOR UPC	COTIZACIÓN PENSIÓN	FONDO SOLIDARIDAD Y SUBSISTENCIA	COTIZACIÓN RIESGOS	APORTE CAJAS
EPS037	25-14	1000000	1000000	1000000	1000000	125000	0	160000	0	24400	0

Este documento está clasificado como PRIVADO por parte de Compensar Operador de Información

compensar | miplanilla.com

CERTIFICADO DE APORTES AL SISTEMA DE PROTECCIÓN SOCIAL

La empresa **FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE**, identificada con **CC** número **1076653521**, aportó por el empleado **FRANCISCO JAVIER RODRIGUEZ INFANTE** identificado(a) con **CC** número **1076653521** quien se encuentra registrado(a) a la fecha por concepto de aportes obligatorios al sistema General de Seguridad Social mediante la Planilla Integrada de Liquidación de aportes, para los periodos de pensión comprendidos entre 05 - 2022 y 12 - 2022 de la siguiente forma.

CODIGO	NOMBRE ADMINISTRADORA	COTIZANTE	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	CORRECIÓN	DÍAS	IBC	TARIFA APORTE	COTIZACIÓN Y/O APORTE	FSP SOLIDARIDAD	FSP SUBSISTENCIA	PERIODO	NÚMERO DE PLANILLA	FECHA DE PAGO	EXONERADO
25-14	Administradora Colombiana de Pensiones - Colpensiones	59															0		30	$1,000,000	0.16000	$160,000	$0	$0	Mayo - 2022	8359115672	24/05/2022	NO
CCF21	Cafam Caja de Compensacion Fliar	59															0		30	$1,000,000	0.02000	$20,000	$0	$0	Mayo - 2022	8359115672	24/05/2022	NO
EPS037	Nueva Promotora de Salud - Nueva EPS	59															0		30	$1,000,000	0.12500	$125,000	$0	$0	Mayo - 2022	8359115672	24/05/2022	NO
14-23	POSITIVA COMPANIA DE SEGUROS	59															0		30	$1,000,000	0.02436	$24,400	$0	$0	Mayo - 2022	8359115672	24/05/2022	NO
25-14	Administradora Colombiana de Pensiones - Colpensiones	59															0		30	$1,000,000	0.16000	$160,000	$0	$0	Junio - 2022	8359856500	28/06/2022	NO
CCF21	Cafam Caja de Compensacion Fliar	59															0		30	$1,000,000	0.02000	$20,000	$0	$0	Junio - 2022	8359856500	28/06/2022	NO
EPS037	Nueva Promotora de Salud - Nueva EPS	59															0		30	$1,000,000	0.12500	$125,000	$0	$0	Junio - 2022	8359856500	28/06/2022	NO
14-23	POSITIVA COMPANIA DE SEGUROS	59															0		30	$1,000,000	0.02436	$24,400	$0	$0	Junio - 2022	8359856500	28/06/2022	NO
25-14	Administradora Colombiana de Pensiones - Colpensiones	59															0		30	$1,000,000	0.16000	$160,000	$0	$0	Julio - 2022	8360461789	22/07/2022	NO
CCF21	Cafam Caja de Compensacion Fliar	59															0		30	$1,000,000	0.02000	$20,000	$0	$0	Julio - 2022	8360461789	22/07/2022	NO
EPS037	Nueva Promotora de Salud - Nueva EPS	59															0		30	$1,000,000	0.12500	$125,000	$0	$0	Julio - 2022	8360461789	22/07/2022	NO
14-23	POSITIVA COMPANIA DE SEGUROS	59															0		30	$1,000,000	0.02436	$24,400	$0	$0	Julio - 2022	8360461789	22/07/2022	NO
25-14	Administradora Colombiana de Pensiones - Colpensiones	59															0		30	$1,000,000	0.16000	$160,000	$0	$0	Agosto - 2022	8361397243	31/08/2022	NO
CCF21	Cafam Caja de Compensacion Fliar	59															0		30	$1,000,000	0.02000	$20,000	$0	$0	Agosto - 2022	8361397243	31/08/2022	NO
EPS037	Nueva Promotora de Salud - Nueva EPS	59															0		30	$1,000,000	0.12500	$125,000	$0	$0	Agosto - 2022	8361397243	31/08/2022	NO
14-23	POSITIVA COMPANIA DE SEGUROS	59															0		30	$1,000,000	0.02436	$24,400	$0	$0	Agosto - 2022	8361397243	31/08/2022	NO
25-14	Administradora Colombiana de Pensiones - Colpensiones	59															0		30	$1,000,000	0.16000	$160,000	$0	$0	Septiembre - 2022	8362299793	05/10/2022	NO

El presente certificado se expide a los **15** días del mes **Diciembre** de **2022**

Este documento está clasificado como privado por parte de Compensar Operador de Información.

compensar | miplanilla.com

CERTIFICADO DE APORTES AL SISTEMA DE PROTECCIÓN SOCIAL

CCF21	Cafam Caja de Compensacion Fliar	59														0		30	$1,000,000	0.02000	$20,000	$0	$0	Septiembre - 2022	8362299793	05/10/2022	NO
EPS037	Nueva Promotora de Salud - Nueva EPS	59														0		30	$1,000,000	0.12500	$125,000	$0	$0	Septiembre - 2022	8362299793	05/10/2022	NO
14-23	POSITIVA COMPANIA DE SEGUROS	59														0		30	$1,000,000	0.02436	$24,400	$0	$0	Septiembre - 2022	8362299793	05/10/2022	NO
25-14	Administradora Colombiana de Pensiones - Colpensiones	59														0		30	$1,000,000	0.16000	$160,000	$0	$0	Octubre - 2022	8362953213	02/11/2022	NO
CCF21	Cafam Caja de Compensacion Fliar	59														0		30	$1,000,000	0.02000	$20,000	$0	$0	Octubre - 2022	8362953213	02/11/2022	NO
EPS037	Nueva Promotora de Salud - Nueva EPS	59														0		30	$1,000,000	0.12500	$125,000	$0	$0	Octubre - 2022	8362953213	02/11/2022	NO
14-23	POSITIVA COMPANIA DE SEGUROS	59														0		30	$1,000,000	0.02436	$24,400	$0	$0	Octubre - 2022	8362953213	02/11/2022	NO
25-14	Administradora Colombiana de Pensiones - Colpensiones	59														0		30	$1,000,000	0.16000	$160,000	$0	$0	Noviembre - 2022	8363342810	18/11/2022	NO
CCF21	Cafam Caja de Compensacion Fliar	59														0		30	$1,000,000	0.02000	$20,000	$0	$0	Noviembre - 2022	8363342810	18/11/2022	NO
EPS037	Nueva Promotora de Salud - Nueva EPS	59														0		30	$1,000,000	0.12500	$125,000	$0	$0	Noviembre - 2022	8363342810	18/11/2022	NO
14-23	POSITIVA COMPANIA DE SEGUROS	59														0		30	$1,000,000	0.02436	$24,400	$0	$0	Noviembre - 2022	8363342810	18/11/2022	NO
25-14	Administradora Colombiana de Pensiones - Colpensiones	59														0		30	$1,000,000	0.16000	$160,000	$0	$0	Diciembre - 2022	8363842046	07/12/2022	NO
CCF21	Cafam Caja de Compensacion Fliar	59														0		30	$1,000,000	0.02000	$20,000	$0	$0	Diciembre - 2022	8363842046	07/12/2022	NO
EPS037	Nueva Promotora de Salud - Nueva EPS	59														0		30	$1,000,000	0.12500	$125,000	$0	$0	Diciembre - 2022	8363842046	07/12/2022	NO
14-23	POSITIVA COMPANIA DE SEGUROS	59														0		30	$1,000,000	0.02436	$24,400	$0	$0	Diciembre - 2022	8363842046	07/12/2022	NO

PAGADA

El presente certificado se expide a los **15** días del mes **Diciembre** de **2022**

Este documento está clasificado como privado por parte de Compensar Operador de Información.

EVIDENCIAS CONTRATO 1070 DE 2022

MES DE JULIO









MES DE AGOSTO









MES DE SEPTIEMBRE









MES DE OCTUBRE









MES DE NOVIEMBRE









MES DE DICIEMBRE







