EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS	
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS N° 405 DE 2022	
CONTRATISTA	JOSE ARIEL PINEDA AREVALO
MUNICIPIO / ESCENARIO	VENECIA CUNDINAMARCA
DEPORTE	AJEDREZ

OBLIGACION # 1 Continue con la respectiva convocatoria por medios masivos, por redes sociales y de manera personal.



OBLIGACION #2
Presente el respectivo plan pedagógico y la malla curricular del año 2022 a mi supervisor.

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA
AJEDREZ

PLAN PEDAGOGICO

INSTRUCTOR JOSE PINEDA

VENECIA / CUNDINAMARCA
Febrero 2022

"DISEÑO, IMPLEMENTACION, CONTROL Y EVALUACION DE UN PLAN DE ENTRENMIENTO Y RECREATIVO DE AJEDREZ, PARA NIÑOS DE 6 A 17 AÑOS, EN EL MUNICIPIO DE PANDI/CUNDINAMARCA"

INTRODUCCION

El ajedrez es un deporte conocido como el juego ciencia. Practicado a nivel mundial desde hace varios siglos. Su complejidad, sencillez, diversidad y poder de entretención han hecho del ajedrez uno de los deportes más completos, puesto que pone en práctica y exige una variedad amplia de facultades humanas. Pero, la competitividad en este deporte no es exclusiva para genios y por el contrario puede ser practicado por cualquier persona, de cualquier edad, sexo, credo o posición social. Es además una disciplina muy sencilla en los requerimientos logísticos para su práctica, pero muy completa en cuanto pone en acción casi todo nuestro cuerpo.

Su historia, como muchos de los deportes actualmente practicados, es una mezcla de leyendas y pequeños registros de su origen. Se cuenta que nació en Asia, y tuvo su origen como regalo para un monarca de antaño, que no asimilaba la pérdida de su hijo en una guerra. Uno de los consejeros le presentó al monarca una versión parecida del juego actual, tratando de explicar que el sacrificio de su hijo le permitió ganar la guerra, y así liberar a su pueblo. Originalmente conocido como Chaturanga, o juego del ejército, se expandió por muchos lugares del mundo, llegando inicialmente a Persia, trasladándose luego al Imperio Bizantino y copando toda Asia. En tierras árabes fue ampliamente desarrollado y comenzando la edad media fue llevado a Europa luego de la conquista de España.

En cuanto al futuro del ajedrez, aunque es impredecible, si podemos asegurar que va a perdurar y no va a frenar su extraordinario desarrollo. En las cuestiones técnicas, por ejemplo, se han venido desarrollando cuestiones teóricas del juego que han permitido un avance significativo en su práctica. Pero el avance mismo de la teoría no tendrá fin, como tampoco lo tendrá, por lo menos en un futuro no muy lejano, la invención y perfeccionamiento de máquinas, computadores y videojuegos que permitirán la interacción del ajedrez en el futuro mundo globalizado. Cada vez nos prepararemos más para comprender el infinito mundo mágico que se encierra en los 64 escaques del tablero de ajedrez.

El deporte del ajedrez será implementado en el municipio de Venecia Cundinamarca, desde la planificación y organización de los procesos de enseñanza y la aplicación de la metodología para el aprendizaje y desarrollo de las capacidades físicas y psicomotoras en los diferentes

grupos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento, consolidando en la masificación del ajedrez en dicho municipio.

JUSTIFICACION

La disciplina sería una primera base en la construcción de una cultura ajedrecística en el municipio de Venecia. Con ella se comenzarían a desarrollar prácticas y estrategias de difusión de este deporte, se emprenderían acciones en búsqueda de una ampliación del ajedrez, se iniciarían entrenamientos para fortalecer los conocimientos que poseen los jugadores del pueblo y se desarrollarían estrategias para la continuación y ampliación del proyecto.

La combinación entre el ajedrez y la escuela permitirían un fortalecimiento doble: los alumnos aprovecharían mejor su tiempo libre, por un lado, y por otro, pondrían en práctica lo aprendido en la escuela. Los docentes de las instituciones educativas podrían aprovechar los conocimientos que obtengan los niños y jóvenes en el ajedrez para explicar y trasmitir mejor sus conocimientos.

Los niños y jóvenes del departamento verían cubiertas sus necesidades de aprender nuevos deportes, nuevas disciplinas y así tener más posibilidades en que ocupar su tiempo libre. Para muchos niños el ajedrez se convertiría en una de sus opciones para emplear a fondo sus habilidades, mientras que para otros se abrirían nuevas perspectivas relacionadas con el deporte.

La comunidad interesada en el ajedrez encontraría un espacio propicio para realizar su práctica. Se contaría con los elementos necesarios para el fortalecimiento individual y colectivo de quienes practican este deporte, ya que, con un lugar propicio, un buen docente y un ambiente adecuado se llega a un alto nivel de competencia. Se fortalecerían además las relaciones sociales entre los distintos actores del pueblo, puesto que el ajedrez se convertiría en un elemento común para quienes estén interesados en practicarlo.

Misión

Por medio de la masificación de la escuela de formación deportiva en AJEDREZ, el municipio busca incentivar a los niños, jóvenes y a los pobladores en general a utilizar adecuadamente su tiempo libre y apoyarlos en su condición física corporal, deportiva y mental, siendo el AJEDREZ un deporte que cubre estas expectativas y brinda una proyección deportiva y porque no decirlo un alternativa de vida (ya que podemos omitir en limitantes a las razas, la edad, la condición social o creencia religiosa), y llevarnos por los senderos alternos de estas sanas competencias a nivel nacional e internacional.

Visión

El municipio de Venecia busca convertirse en icono de la provincia del Sumapaz y en el departamento de Cundinamarca, dando múltiples opciones en temas deportivos, culturales y artísticos a sus habitantes. El ajedrez como una de esas opciones será parte importante de la construcción de dicha idea, desde el cual se trabajará la parte cognitiva, en principio capacitando el fortalecimiento de los valores hasta llegar a la maestría en el desarrollo de un juego logrando las tan anheladas preseas.

MARCO LEGAL

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

Este marco legal es el siguiente:

Constitución Política de 1991
Ley 181 del 95 o Ley del Deporte

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

Objetivo General

Favorecer la práctica del ajedrez a través de entrenamientos en el casco urbano y en las veredas correspondientes del municipio de Venecia, Cundinamarca. Así mismo, crear un centro deportivo propicio para la práctica, estudio y desarrollo del ajedrez abierto a la comunidad en general.

Objetivos Específicos

- Brindar nuevas opciones deportivas para aquellos que se les dificultan los deportes de contacto.
- Masificar la práctica del ajedrez en la comunidad en general.
- Conseguir a un mediano plazo que los niños y jóvenes puedan desarrollar una partida de ajedrez a un buen nivel.
- Fortalecer la práctica del ajedrez
- Descubrir talentos e iniciar un grupo de entrenamiento ELITE que represente al municipio en certámenes oficiales como regionales, departamentales etc
- Realizar un evento deportivo en el municipio.
- Hacer que los niños del municipio se enamoren del juego del ajedrez.
- Dar a conocer las generalidades de la práctica repetitiva del Ajedrez.

.

Población y cobertura

La escuela deportiva de atletismo estará disponible para todos los niños del municipio de VENECIA de la zona rural y urbana buscando la masificación y participación de niños y niñas en edades comprendidas entre los 6 a 17 años, contando con el apoyo del colegio institución educativa departamental Venecia y sus escuelas veredales.

Caracterización del deporte

Historia:

El ajedrez tiene su origen en la India, más concretamente en el Valle del Indo, y data del siglo VI d.C. Originalmente conocido como Chaturanga, o juego del ejército, se difundió rápidamente por las rutas comerciales, llegó a Persia, y desde allí al Imperio bizantino, extendiéndose posteriormente por toda Asia La era moderna del Ajedrez, sin embargo, puede ser ubicada en el siglo XV, donde las piezas obtuvieron la forma que tienen actualmente. El primer analista serio del juego fue el español Ruy López de Segura (Siglo XVI), quien en 1561 describió las reglas que aún se usan. El primer reglamento impreso fue publicado por Francois Philidor con el título Analyse du jue des echecs (1749), que fue traducido a muchos lenguajes y ayudo a la difusión del juego. durante los siglos XVIII y XIX cuando el ajedrez, que había sido hasta entonces el juego predilecto de la nobleza

y la aristocracia, pasó a los cafés y las universidades. El nivel del juego mejoró entonces de manera notable. Comenzaron a organizarse partidas y torneos con mayor frecuencia, y los jugadores más destacados crearon sus propias escuelas.

(Díaz, 1995)

La primera partida de ajedrez jugada contra una computadora tuvo lugar en 1959 entre el norteamericano Arthur Samuel y la máquina, que fue la que ganó la partida. Y el primer microordenador de ajedrez fue el Chess Challenger 3, de Estados Unidos, en la década de los setenta.

Otros acontecimientos importantes:

Año 1851: tiene lugar el primer torneo moderno de ajedrez en Londres, ganado por el alemán Adolf Anderssen.

Año 1886: celebración del primer campeonato del mundo de ajedrez, ganado por el austríaco nacido en Praga Wilhelm Stemitz.

Año 1924: se crea la Federación Internacional de Ajedrez (FIDE), que regirá desde entonces el mundo del ajedrez.

Año 1927: se disputa el primer campeonato del mundo femenino de ajedrez, ganado por la checoslovaca Vera Menchik, que murió en un bombardeo en la Segunda Guerra Mundial.

(historia, 2020)

Lesiones: Inestabilidad emocional- -La insuficiente preparación o entrenamiento, el sobre entrenamiento del ajedrecista por medio de cargas psicológicas y de contenido técnico, provocan las descoordinaciones e incoherencia en las funciones vegetativas y las acciones del ajedrecista.

Fatiga mental- Es una consecuencia de la tensión que éste produce y suele eliminarse mediante un adecuado descanso. Este se puede producir por exceso de trabajo de tipo intelectual, donde se exige un gran esfuerzo mental de forma continuada, tales como: comprensión, razonamiento, solución de problemas, memoria, etc.

Posturas inadecuadas- El estar mucho tiempo entrenando para una competición, jugando, delante de un ordenador, posturas forzadas etc. Produce que los ajedrecistas tengan lesiones a nivel vertebral que pueden producir dolores o disminuir la movilidad de la columna vertebral.

Nivel circulatorio y cardiovascular- El estar mucho tiempo en una mala postura puede provocar adormecimiento en algunas partes del cuerpo, así como dolores de cabeza, taquicardias, problemas visuales, aumento o bajada de la tensión arterial.

Nutrición:

Se cree que el japonés tiene CI más alto debido al consumo regular de marisco, rico en aceites alimenticios (Klein, la Dieta de Gran maestro, 21). Kelly A. Hammer, experto en alimentos saludables, recomienda una alta ingesta de proteína e hidratos de carbonato antes de que la competición de ajedrez comience. "Los hidratos de Carbono ayudarán a sostener el foco, mientras la proteína añadirá las sustancias nutritivas necesarias para conexiones cerebrales". Para conseguir bastantes hidratos de carbono se aconseja consumir muchas frutas y verduras, patatas y arroz. Los alimentos como huevos, pollo, leche y soja son alto en proteínas y recomendados como una parte de la dieta de ajedrez por muchos profesionales de nutrición.

(Alvarez, 2008)

Hidratación:

Si usted echa un vistazo a cualquier sala de juego, verá que la mayoría de las mesas tienen agua, el agua es la parte más esencial de la ración de alimentos del jugador durante una partida. Según Kelly Hammer, un nutricionista deportivo profesional, "No beber suficiente [agua] durante una partida aumenta la prevalencia de la fatiga, dolores de cabeza y presión arterial baja que puede afectar negativamente a los resultados" (Klein, el Gran Maestro de la dieta. (Alvarez, 2008)

Capacidades físicas:

Cuando realizamos una actividad prolongada de intensos procesos nerviosos, además de la intensificación de los procesos de oxidación aerobia, llega a provocar la fatiga que se caracteriza por la disminución temporal de la capacidad de trabajo. La fatiga cerebral crea un estado inhibitorio. De acuerdo con datos bioquímicos esta inhibición puede aplicársele a las altas concentraciones del ácido d amino- butírico (AGAB) que crea condiciones ácidas en el tejido nervioso por una prolongada actividad funcional, durante los periodos de excitación de este tejido.

Ya sabemos que al ajedrecista le es necesario la actividad física, pero en muchas ocasiones vemos como los entrenadores y atletas desconocen los fundamentos biológicos que rigen el por qué de la preparación física en los ajedrecistas. Consideramos que teniendo en cuenta los fundamentos científicos utilizados el ajedrecista debe priorizar el desarrollo de la capacidad física de resistencia.

La resistencia es la capacidad física condicional que permite sostener la efectividad del trabajo durante un tiempo prolongado bajo condiciones aerobias, es la lucha contra la fatiga. El nivel de resistencia aerobia está determinado por el funcionamiento eficiente del sistema cardiovascular, del sistema respiratorio, del metabolismo, por la coordinación de los órganos y sistemas, por la economización de todas las funciones del organismo, por la técnica en la coordinación de los movimientos, por la eficiente regulación del sistema nervioso y por la entereza psíquica, especialmente la voluntad. (Pérez, 2012)

Capacidades básicas del movimiento: perceptivo motoras

Si caracterizamos fisiológicamente al Ajedrez lo podemos considerar como una actividad nerviosa superior, producto a que durante una partida se desarrollan a niveles muy altos procesos psíquicos como el pensamiento, la imaginación, la memoria, la sensopercepción, la concentración conjuntamente con una significativa excitación emocional. Estos procesos exigen una actividad muy intensa de las células nerviosas cerebrales, las cuales necesitan amplios suministros de nutrientes y oxígeno, ya que el metabolismo del cerebro se caracteriza por una gran intensidad de los procesos de oxidación aerobia, si se considera que el cerebro utiliza aproximadamente hasta el 25 % de todo el oxígeno consumido por el organismo en el estado de reposo relativo, que por ciento utilizará durante una actividad tan excitante “mentalmente” como una partida de ajedrez. (Pérez, 2012)

Habilidades que desarrolla el ajedrez

El ajedrez desarrolla las habilidades necesarias para que quien juega suba el nivel, esto depende del tiempo que le dedique el jugador al estudio y práctica, algunas de las habilidades que desarrolla el ajedrez tanto para el juego como para la vida son:

- La concentración
- Eleva el coeficiente intelectual
- Ayuda a prevenir el Alzheimer
- Ejercita los dos hemisferios cerebrales

- Mejora la creatividad
- Potencia la memoria
- Resolución de problemas
- La resiliencia
- Hace crecer dendritas

Destrezas que desarrolla el ajedrez

- Toma de decisiones acertadas
- Agilidad mental
- Tolerancia
- Autocontrol
- Disciplina

METODOLOGIA

Los niños serán divididos en 3 niveles, iniciación, fundamentación y perfeccionamiento, los niveles y sus diferentes divisiones estarán guiados por el principio fundamental de enseñanza "de lo más elemental a los más complejo". Se comenzarán con los principios básicos del ajedrez y de la comprensión de cómo pensar por intermedio del juego hasta habilidades de alto nivel, dentro y fuera del tablero. Por otra parte, se pretenderá siempre presentar los problemas del ajedrez en forma de juego, permitiendo que el alumno esté en un ambiente de diversión y lúdica, mientras desarrolla las capacidades de un buen jugador. El primer nivel está proyectado hacia aquellos jugadores que no saben ni mover la fichas (de cualquier edad); en el segundo nivel se darán bases sólidas y suficiente estimulo que incentivarán a continuar el ciclo siguiente; finalizaremos con un ciclo los que llevara por el sendero de un alto rendimiento competitivo.

Plan De Entrenamiento

Se ha evaluado minuciosamente en materia de cómo dar un mejor enfoque y por ende mejores resultados. En primera instancia se ha llegado a la conclusión de establecer tres grandes niveles, los cuales cuentan con sus respectivas unidades, temarios, logros e indicadores que finalmente nos llevaran por el sendero de la evaluación.

NIVEL INICIACIÓN

UNIDAD 1

ELEMENTOS, CONCEPTOS Y REGLAMENTACIÓN.

TEMARIO

- utilidad del estudio del ajedrez
- el tablero de ajedrez
- ubicación de las casillas
- el centro del tablero
- características de las piezas de ajedrez
- reglamentación
- disposición inicial de las piezas de ajedrez
- el sistema algebraico de anotación
- cinética de las piezas de ajedrez
- el peón al paso
- el enroque
- valor absoluto de las piezas

- el jaque
- el reloj
- campeones mundiales de ajedrez
- medios de información ajedrecista.

UNIDAD 2
FUNDAMENTOS DEL FINAL
TEMARIO

- fases de la partida de ajedrez
- principios fundamentales del final
- el jaque mate
- los modelos de mate.
- las tablas teóricas
- tablas por rey ahogado

UNIDAD 3
BASES DEL MEDIO JUEGO
TEMARIO

- el medio juego y la táctica
- importancia de la iniciativa
- el cambio de piezas
- la calidad
- la combinación
- la combinación del mate
- el jaque doble
- la combinación para ganar material
- combinaciones posicionales
- el sacrificio
- la defensa en ajedrez

UNIDAD 4
PILARES EN LA APERTURA
TEMARIO

- principios de apertura
- clases de aperturas
- objetivos estratégicos en la apertura
- celadas
- errores típicos en la apertura.
- Mate de legal
- Miniaturas

UNIDAD 5
EL AJEDREZ Y LOS PROGRAMAS DE COMPUTADOR
TEMARIO

- El pequeño fritz 1
- El pequeño fritz 2
- Chessbase
- Paginas de ajedrez

LOGRO 1
Integrar el conocimiento del tablero de ajedrez aplicando razones matemáticas básicas.
INDICADORES:

-El estudiante integrara los conceptos básicos del tablero desde las formas geométricas. Figuras planas: cuadrilátero. Área y perímetro.
-Representar la respectiva ubicación espacial por medio de la inclusión de coordenadas cartesianas.
-Conocer filas, columnas y diagonales teniendo en cuenta la importancia de cada una de ellas según la ubicación en el espacio relativo.
- Estimular la capacidad sensoperceptiva. Es decir, favorecer la reproducción correcta de los movimientos y su coordinación visual y motriz.
-Despertar, estimular y suscitar el interés por el juego ciencia.

LOGRO 2
Distinguir las características de las piezas, sus movimientos y algunas de las principales estrategias de juego.

INDICADORES:
- El estudiante comprende el valor del rey. Dominio de casillas, ataques y defensas (¿qué hacer ante un ataque? “jaque”).

- Identificar el traslado de Alfiles y Torres. Ataque, captura y dominio.
- Comprende la movilidad y la fortaleza de la Dama. Ataque, captura, defensa y dominio.
- Construye el concepto del movimiento en L del Caballo. Ataque, captura, defensa y dominio
-Aprender el desplazamiento del peón. Ataque, captura, defensa, dominio, movimientos extraordinarios, captura al paso y coronación.

-Domina la respectiva colocación inicial de las piezas.

-Delante de un tablero distingue las características de cada una de fichas y sus movimientos e importancia en el desarrollo de una partida de ajedrez.
- la iniciativa como tema de ataque
-hace énfasis en mantener la iniciativa

- Analiza el valor cuantitativo y cualitativo en la relación de las fichas desde el principio hasta el desarrollo de las mismas.
- Considerar el tablero de ajedrez como un sistema matricial en el que se desarrolla la partida.

LOGRO 3
Comprender y manejar el código utilizado para la escritura y lectura del ajedrez.
INDICADORES:
- Memorizar y aplicar la nomenclatura algebraica para la comprensión y desarrollo de partidas de ajedrez.
- Interpreta racionalmente la lógica interna de la notación algebraica para la correcta interpretación del juego del ajedrez.
- Le colabora a sus compañeros que aun tengan alguna duda con el sistema algebraico.

LOGRO 4
Conocer el reglamento establecido por la FIDE y destacar la importancia del manejo del tiempo en el juego de ajedrez.

INDICADORES
- Distingue, memoriza y aplica las principales reglas del juego de ajedrez.
- Asumir una actitud de respeto frente a las reglas del ajedrez.

- El estudiante se comporta de forma cordial y caballerosa al jugar ajedrez sin tener en cuenta el resultado final de la partida.
-Establecer las grandes diferencias entre el tiempo dado en partidas clásicas, activas y blitz.
- Reconocer los tipos de relojes y los límites temporales.

LOGRO 5
Visualizar y llevar a cabo finales básicos.
INDICADORES
-indica con brevedad si se encuentra en la fase final de la partida
- distingue las diferentes fases en las que está dividida una partida
-Comprender que es el jaque mate
-Reconoce las redes de mate.
-visualiza el rey ahogado
-entiende que es el jaque perpetuo

LOGRO 6
Conocer los temas más importantes en materia del medio juego.
INDICADORES
-El estudiante indica, reconoce y analiza el valor cada clavada en particular.
-Desarrolla planes simples partiendo desde la apertura.
-Halla la diferencia entre táctica y estrategia.
-Ve la importancia del sacrificio
-Comprende algunas ventajas estratégicas.
-Realiza ejercicios mentales impartidos desde problemas tácticos.
-Integrar procedimientos tácticos al desarrollo del medio juego
-Utilizar métodos combinatorios en la resolución de posiciones

LOGRO 7
Hacer diferencia en los tipos de apertura desde el primer movimiento de una partida.
INDICADORES:
-Estudia, memoriza y aplica los principales tipos de apertura desarrollados desde la primera jugada.
- Destaca positivamente la importancia del momento de la apertura en el desarrollo de una partida.
- Reconoce los errores más comunes cometidos durante su desarrollo.
-estudia los sistemas Ruy López, apertura española e italiana
- evalúa las diferencias entre aperturas abiertas, cerradas, semicerradas.

LOGRO 8
Comprender la organización ajedrecística internacional y la clásica historia del origen del ajedrez.
INDICADORES
- Incluir la leyenda de Sissa donde se integrará con los conocimientos generales de los alumnos en el área de Geografía, Historia, Matemáticas y Lengua.
-Favorecer una mirada orientadora hacia el juego basada en su origen y su historia.
-Saber que es la FIDE.
-Comprender como funciona la organización ajedrecística nacional e internacional
-Entender cómo se hacen las normas de maestros nacionales, maestros Fide, maestros internacionales y grandes maestros.
-Estructurar la pirámide organizativa del ajedrez mundial desde los jugadores hasta la fide y en ese orden de ideas su participación en tal estructura

LOGRO 9
Desarrollar ejercicios de prueba para aprender y practicar las distintas estrategias del juego de ajedrez.
INDICADORES
- Realiza diferentes tipos de ejercicios de manejo de estrategias hasta obtener suficiente aptitud en el juego del ajedrez.
- Valora la necesidad de realizar ejercicios para adquirir mayor destreza de juego.
- Utiliza adecuadamente todos los implementos del juego de ajedrez y colabora para que estos se mantengan en buen estado.

LOGRO 10
Aplicar los recursos tecnológicos necesarios en pro del fortalecimiento de estudios previos
INDICADORES
-Utilizar el pequeño Fritz 1 y 2
-Reconocer los diferentes tipos de programas existentes.
-busca páginas de noticias ajedrecísticas

NIVEL FUNDAMENTACION
UNIDAD 1
EL FINAL CON PRISMA EXPERTO
TEMARIO

- la fase del final características generales
- el final postulado de A NIMZOWITCH
- clasificación de los finales
- principios de oposición
- el rey en el final de partida (oposición, regla del cuadrado, casillas conjugadas, etc)
- motivos tácticos - combinatorios en la fase del final
- finales básicos
- finales de peones
- finales de torre
- finales de dama
- finales de piezas menores
- final de alfil y caballo en posiciones abiertas
- final de caballo y alfil en posiciones cerradas
- el zugzwang
- El estudiante analiza y aplica el mate de dama y rey contra rey
- Soluciona el mate de torre y rey contra rey
- Reconoce la imposibilidad de dar ciertos mates

UNIDAD 2
TACTICA Y ESTRATEGIA I
TEMARIO
- la combinación
- importancia en la estructura
- el ataque principios generales
- factores dinámicos del ataque al enroque
- ataque al enroque a través de columnas abiertas

- el enroque largo
- la cadena de peones
- la superioridad de peones en flanco del rey
- la superioridad de peones en flanco de dama
- la defensa (profilaxis)
- defensa activa y defensa pasiva
- la defensa activa del enroque
- la fortaleza
- el contraataqué.

UNIDAD 3
APERTURA VS PERSONALIDAD
TEMARIO

- la fase de la apertura principios
- eficiencia del desarrollo en la apertura esquemas que reportan ventaja en el planteo
- clasificación de la apertura
- principios estratégicos de las distintas clases de apertura
- el sistema de la Ruy López o apertura española
- apertura italiana
- el sistema del gambito rey
- el sistema de la defenza siciliana
- el sistema del gambito de dama
- repertorio de aperturas personalizado
- repertorio defensivo personal.

UNIDAD 4
AJEDREZ SISTEMATIZADO
TEMARIO

- Fritz 13
- Houdini
- Ajedrez on line

LOGRO 1
Considerar el razonamiento lógico y teórico como patrones del pensamiento en la ejecución del final de partida.
INDICADORES
-reconoce las características especiales de los diferentes tipos de finales.
-aplica los conceptos analizados según la teoría planteada en los textos.
-distingue los principios de la oposición y lleva a cabo los procedimientos necesarios.
-analiza el rey activo en el final
-propone soluciones ante situaciones particulares
-evalúa las ventajas y desventajas en los finales de piezas pesadas.
-determina la superioridad en los distintos finales de piezas menores.
-elabora un bosquejo mental y escrito de las técnicas a seguir en finales de piezas menores en posiciones abiertas y cerradas
-identifica el zugzwang y saca ventaja de él
LOGRO 2
Valorar las acciones de ataque y defensa teniendo en cuenta los diversos métodos de conducción de la lucha ajedrecista.
INDICADORES
-Indica los posibles senderos vistos mentalmente en la combinación.
- habilita perspectivas lógicas cuidando sus estructuras

- entabla temas de ataques sobre las piezas y rey contrarios
-plantea formas diversas de ataques sobre el enroque
-explota la ventaja de las columnas abiertas
-define cuál de los enroques conviene más dependiendo de la posición establecida
-integra los conceptos y el valor de las cadenas de peones
-debilita cadenas de peones enemigas
-evalúa superioridad numérica de peones en diferentes flancos
- establece con precisión la intención del oponente
- Anticipar y evitar las amenazas del contrario
-crea una conducta adecuadamente profiláctica
-plantea defensas activas (el ataque es la mejor defensa)
-crea su propia fortalece en pro de la tranquilidad
-desarrolla alternativas para pasar de la defensa al ataque
LOGRO 3
Desarrollar habilidades y destrezas para la adquisición, interpretación y producción de información nueva, jugada a jugada.

INDICADORES
-Domina el centro del tablero y desarrolla sus piezas
-analiza las posibles ventajas en su desarrollo y las explota
-comprende la diferencia entre aperturas abiertas, cerradas y semicerradas.
-aprovecha los recursos y ventajas estratégicos en la fase inicial del juego
-reconoce la apertura española
-entiende y aplica la estrategia de la apertura española
¬-reconoce la apertura italiana
- entiende y aplica la estrategia de la apertura italiana
-adapta el concepto de gambito
-adhiere los planes concebidos en las aperturas de gambito rey y de dama para fortalecer no solo su repertorio si no recursos tácticos
-interpreta de manera objetiva y subjetiva los mejores recursos defensivos
-personaliza una o varias aperturas según su estilo
LOGRO 4
Utilizar de manera adecuada los recursos tecnológicos
INDICADORES
-pone en consideración sus partidas con ayuda de los programas
-compara sus decisiones con las opciones propuestas por la maquina
-Participa en partidas online
-Optimiza su juego por medio del auto crítico
-Trabaja posiciones críticas con ayuda del computador

NIVEL PERFECCIONAMIENTO
UNIDAD 1

ANALISIS POSICIONAL

TEMARIO
- principios de estrategia ajedrecista
- elementos y fundamentos de una posición
- el motivo o tema táctico
- la táctica en ajedrez: su importancia y aplicación
- clases de combinaciones

- el ataque de mate
- combinaciones para ganar material II
- la combinación posicional
- la combinación de tablas
- la amenaza: sus características
- el error en la partida
- clases de partidas de ajedrez

LOGRO 1
Interpretar los principios generales de la estrategia ajedrecista y detectar motivos tácticos

INDICADORES

-El estudiante reconoce, analiza y pone en práctica los principios estratégicos basados en su estilo
-comprende todos y cada uno de los elementos que describen las posiciones particulares
-aprovecha los diversos temas tácticos que se le presentan, haciendo caso a los términos impuestos por los tiempos de ejecución
-indica, repasa y organiza los temas tácticos previstos, además plantea una o más soluciones sacando ganancia luego de una combinación
- tiene en cuenta las variantes necesarias para llegar a posiciones ganadoras previamente estudiadas
-interpreta los senderos de las variantes que conllevan a la ganancia de material
-entiende que los tipos de combinación crean grandes ventajas estratégicas
-combina la estrategia y la táctica de manera adecuada
-aplica los recursos utilizados para una conclusión de jaque perpetuo
-mantiene la amenaza hasta su punto máximo de presión
-aprende de sus errores transformándolos en fortalezas futuras
-maximiza sus niveles de cuidado en la toma de decisiones
-visualiza y propone conclusiones en partidas de alto nivel
-expone sus puntos de vista desde la crítica de partidas
-colabora con sus compañeros tratando de contribuir con la elevación del nivel grupal

UNIDAD 2
VALORACION POSICIONAL

- relaciones entre elementos de diferentes posiciones
- ventajas constantes y ventajas variables
- clases de centro
- conformación de peones centralizados
- el peón central en 5
- propiedades del peón aislado
- el esqueleto de peones como base
- estrategia de la partida
- la casilla o punto débil
- propiedades de las líneas abiertas
- el desarrollo inarmónico de las piezas
- la jugada: clases
- la jugada: características
- la defensa activa y el contraataqué

LOGRO 2

Deducir las relaciones existentes entre los elementos que constituyen una posición dada sacando provecho de ella.
INDICADORES
-el estudiante se encuentra en el dilema de ventajas parciales y asume con éxito la toma de decisiones
-encuentra casillas fuertes que dan ventajas constantes
-propone variantes que prometen ventajas constantes
- diferencia ventajas constantes y ventajas variables presentes en una posición.
-plantea diversos caminos donde halla ventaja en el centro
-explota su ventaja del dominio del centro
-entiende la importancia de la estructura central de peones
-revisa poniendo en práctica partidas con el tema del Peón en e5
-sacrifica en e5 obteniendo clara ventaja posicional
-sacrificios temáticos en pro de ventaja absoluta
-examina las diferentes ventajas y debilidades de peones aislados
-estudia las posiciones estructurales de los peones sin piezas
-construye una estrategia optima
-desarrolla sus partidas teniendo en cuenta la mejor estrategia y combinándola con medios tácticos
-toma como centro de ataque los puntos débiles enemigos
-interpone temas tácticos en líneas abiertas
-comprende la armonía de las piezas en el ataque y la defensa
-evita la no armonía en sus piezas
-concluye la importancia de una jugada en la practica
-entiende el valor de la toma de una decisión en una partida compleja
-interpreta que el enroque puede pasar a un segundo plano
-combina de manera apropiada la táctica y la estrategia estando listo para el ataque o la defensa.

UNIDAD 3
PLANEACION Y CALCULO DE VARIANTES
TEMARIO

- el plan de juego: etapas
- el plan de juego: categorías
- el plan mono escalonado: características
- el plan multi-escalonado: características
- el cambio de piezas: criterios
- la simplificación/ liquidación
- el ataque sobre el enroque
- la obstrucción
- el desvió
- la atracción
- el calculo
- el cálculo de variantes
- el árbol analítico

LOGRO 3
Formular planes de juego con base en la valoración de posiciones determinadas
INDICADORES
- categoriza planes de juego de acuerdo con el número de etapas que los conforman
- determina el plan de juego desde las primeras jugadas

- comprende y elabora planes mono-escalonados
- comprende y elabora planes multi-escalonados
- selecciona adecuadamente las piezas que serán cambiadas o conservadas en el ulterior desarrollo de la partida.
-adopta el concepto de simplificación legado por el gran maestro José Raúl Capablanca.
-se apropia de la simplificación para relucir su ventaja conseguida
-resuelve problemas sobre diversos temas
-plantea ataques sobre el enroque
- interpreta como atacar en enroques opuestos
-halla la importancia de la obstrucción en la resolución de partidas
-entiende y aplica los recursos de la desviación en la partida
-combina recursos en pro de atraer al ejército enemigo a la destrucción
-comprende los tiempos donde se debe calcular de manera superficial.
-reconoce los tiempos donde se debe calcular de manera profunda.
-crea un árbol de ideas y posibles variantes ganadoras
-participa en torneos temáticos
-refuerza sus conocimientos reevaluando sus actuaciones en diversos torneos
- el alumno estará en capacidad de exhibir las habilidades y destrezas, mínimo necesarias que le permitan participar con mayores probabilidades de éxito en el ajedrez de torneos
- inicia en el arduo camino de la maestría ajedrecista.

LOGROS ACTITUDINALES

Generar un espacio exclusivo de aprendizaje de habilidades sociales, el cual servirá para reforzar COMO EJE TRANSVERSAL los aspectos cognitivos, actitudinales y procedimentales del individuo.

- Propicia la adquisición de destrezas comunicativas y actitudes asertivas en frente a diferentes situaciones que se le plantean, tanto dentro como fuera de la actividad curricular.
- Comprende y aprovechan los tiempos tradicionalmente ociosos por horas libres que mediante el juego se afiancen estrategias cognitivas y actitudes que tienen que ver con la competencia no agresiva, respeto por las normas desde lo lúdico.
- Ayuda a consolidar la cohesión grupal, tanto a nivel áulico como institucional.
- Contribuye a disminuir las situaciones de conflicto y a resolverlas asertivamente en caso de suscitarse.
- Disminuye las conductas destructivas en el aula, fuente frecuente de conflicto y de gran incidencia en el rendimiento escolar de los alumnos.
- Ayudar a mantener la buena convivencia escolar que presenta la escuela y fuera de ella.

Como fomentar una cultura y una serie de habilidades cognitivas y perspectivas
Por medio de la práctica de ajedrez en los estudiantes de primaria y secundaria en el departamento

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL INICIACIÒN

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
AJEDREZ	INICIACION	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	RASGOS CUALITATIVOS DEL MOVIMIENTO	COORDINACION	COORDINA MOVIMIENTOS PARCIALES DEL CUERPO ENTRE SI, EN RELACION DEL MOVIMIENTO TOTAL DE LA TECNICA DEL AJEDREZ.
						RITMO	EJECUTA LOS MOVIMIENTOS OBSERVANDO SU MECANICA NATURAL, DIFERENCIANDO LOS SONIDOS, ACENTOS, PAUSAS, COMPASES, ASI COMO LA RELACION TENSION(TRABAJO) Y DISTENSION(DESCANSO).
						EQUILIBRIO	EJECUTA MOVIMIENTOS CONTROLADO LAS DIFERENTES POSTURAS, YA SEA EN EQUILIBRIO ESTATICO, DINAMICO O REEQUILIBRIO.
						FLUIDEZ	LOGRA DETERMINAR MOVIMIENTOS DEL CUERPO EN EL ESPACIO Y EL TIEMPO SEGÚN LA POSICION EN LA QUE SE ENCUENTRE LA PARTIDA.
						LA PRECISION	EJECUTA EL MOVIMIENTO DELIMITANDO EL FIN Y LA META A ALCANZAR, UTILIZANDO CORRECTAMENTE LA PREPARACION PARA LA ACCION, DESARROLLANDO ACCIONES CON SEGURIDAD Y EXACTITUD OBTENIENDO OPTIMOS RESULTADOS
				2	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	LOGRA DESPLAZARSE DE UN LUGAR A OTRO, EN UN MOVIMIENTO ARMONICO DE LA MARCHA.
						CORRER	LOGRA DESPLAZARSE DE UN LUGAR A OTRO A UNA MAYOR VELOCIDAD, ES LA MANERA MAS RAPIDA DE DESPLAZAMIENTO.
						SALTAR	LOGRA HACER FLEXION DE TOBILLO, RODILLA Y CADERA PARA LUEGO HACER EXTENSION Y LOGRAR DESPEGAR SU CUERPO DE LA SUPERFICIE DE APOYO A LA MAYOR ALTURA POSIBLE.
				1	RESISTENCIA	AEROBICA	LOGRA REALIZAR ESFUERZO DE LARGA DURACION Y POCA INTENSIDAD.
				2	VELOCIDAD	REACCION	LOGRA RESPONDER A UN ESTIMULO EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE.
		TECNICO	DESTREZAS	1	DINAMICA DE LAS PIEZAS	PIEZAS DE LARGO ALCANCE	RECONOCE LA DAMA, LA TORRE Y EL ALFIL COMO PIEZAS DE LARGO ALCANCE Y RESUELVE LOS EJERCICIOS PLANTEADOS, DE MANERA ADECUADA.
				2		PIEZAS DE CORTO ALCANCE	RECONOCE AL REY, CABALLO Y PEON COMO PIEZAS DE CORTO ALCANCE Y RESUELVE LOS EJERCICIOS PLANTEADOS, DE MANERA ADECUADA.
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	ORIGEN	CONOCE EL ORIGEN DEL AJEDREZ, SUS PRIMERAS FORMAS DE JUEGO, POR MEDIO DE VIDEOS Y TUTORIALES INSTRUCTIVOS.
						HISTORIA	CONOCE LA HISTORIA DEL AJEDREZ, TANTO INTERNACIONAL COMO A NIVEL NACIONAL Y SU NACIMIENTO, POR MEDIO DE MEDIOS AUDIOVISUALES.
						EVOLUCION	CONOCE LA EVOLUCION DEL AJEDREZ, DESDE SU ORIGEN HASTA NUESTRO DIAS, POR MEDIO DE AYUDAS AUDIOVISUALES Y RECREATIVAS.
				2	REGLAMENTACION	MEDIDAS DEL TABLERO	CONOCE LAS MEDIADAS REGLAMENTARIAS DEL CAMPO DE PRACTICA, POR MEDIO DE JUEGOS Y AYUDADES DIDACTICAS.
						NOTACION ALGEBRAICA	IDENTIFICA CADA CORDENADA DEL TABLERO Y LA RECONOCE POR SU NOMBRE.
						REGLAS DE JUEGO	CONOCE LAS REGLAS ESPECIFICAS Y MAS RELEVANTES DEL AJEDREZ POR MEDIO DE FORMAS JUGADAS, Y ACTIVIDADES DE PERCEPCION Y LÓGICA.
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	BUEN USO IMPLEMENTACION DEPORTIVA	CONOCE Y HACE BUEN USO DE LA IMPLEMENTACION DEPORTIVA DISPUESTA POR LOS ENTES ADMINISTRATIVOS O EL INSTRUCTOR.
						BUEN USO DE ESCENARIOS DEPORTIVOS	HACE BUEN USO DE LOS ESCENARIOS DEPORTIVOS, ANTES, DURANTE Y DESPUES DE CADA SESION DE ENTRENAMIENTO.
						CULTURA CIUDADANA	HACE BUEN USO DE LA CULTURA CIUDADANA, RELACIONANDOSE Y COMPORTANDOSE DE LA MEJOR MANERA CON LOS DEMAS DEPORTISTAS Y PERSONAS DEL COMUN.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	RESPETO	ES RESPETUOSO CON CADA UNO DE SUS COMPAÑEROS, CON EL INSTRUCTUOR Y CON CADA UNA DE LAS PERSONAS VINCULADAS A LA PRACTICA DEPORTIVA.
						LEALTAD	LOGRA SER UNA PERSONA FIEL A LOS PRINCIPIOS MORALES, LOGRA ESTABLECER LASOS DE AMISTAD Y COMPAÑERISMO, ES COMPROMETIDO CON SI MISMO Y SUS SEMEJANTES
						TOLERANCIA	LOGRA REACCIONAR SIEMPRE DE LA MEJRO MANERA A TODAS LAS SITUACIONES QUE SE PUEDAN PRESENTAR, SIN LASTIMA FISICA NI PSICOLOGICAMENTE A NINGUNO DE SUS SEMEJANTES.
						COMPAÑERISMO	LOGRA TENER UNA RELACION AMISTOSA DE COLABORACION Y SOLIDARIDAD ENTRE COMPAÑEROS.
						AMISTAD	LOGRA TENER EMPATIA, CONFIANZA, Y SE PRESTA PARA SER LA PERSONA QUE ESTA DISPUESTA A AYUDAR SIEMPRE.
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	HACE BUEN USO DE LOS IMPLEMENTOS DE ASEO, SE PRESENTA AL SITIO DE ENTRENAMIENTO CON UNA BUENA IMAGEN Y DE FORMA ASEADA.
						ALIMENTACIÓN	LOGRA LLEVAR UNA ALIMENTACION BALANCEADA, ACORDE A LOS REQUERIMIENTO PARA LA PRACTICA DEPORTIVA, LLEVA SU RESPECTIVA HIDRATACION A CADA SESION DE ENTRENAMIENTO.
						PRESENTACION PERSONAL	SE PRESENTA SIEMPRE A LA SESION DE ENTRENAMIENTO CON UNA ROPA ADECUADA Y LIMPIA.
						DESCANSO Y SUEÑO	LOGRA HACER LAS HORAS DE DESCANSO ADECUADAS EN CADA SESION DE ENTRENAMIENTO LOGRANDO ASI LA RECUPERACION MUSCULAR INDICADA, EVITANDO LESIONES O COMPLICACIONES FISICAS.
						EJERCICIO FISICO	LOGRA HACER EL EJERCICIO FISICO INDICADO, SIN SOBRE PASAR LOS LIMITES PERMITIDOS
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	SE PRESENTA SIEMPRE CON LA MEJOR ACTITUD A CADA SESION DE CLASE, SIN IMPORTAR LAS ADVERSIDADES QUE SE PUEDAN PRESENTAR SIEMPRE RESPONDE CON LA MEJOR ACTITUD.
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	LOGRA SUPERAR TODAS LA ADVERSIDADES QUE SE LE PRESENTAN, HACE SU MAYOR ESFUERZO SUPERANDO BARRERAS FISICAS Y COGNITIVAS.
						ESTIMULOS	LOGRA RESPONDER A ESTIMULOS MOTIVACIONALES DADOS POR EL ENTRENADOR.
						OBJETIVOS Y METAS	LOGRA ESTABLECER OBJETIVOS Y METAS CLARAS PARA SER LLEVADAS A CABO DE LA MEJOR MANERA POSIBLE.
						PROCESO DE CRECIMIENTO DEPORTIVO	LOGRA ESTABLECER PROCESOS DE CRECIMIENTO DEPORTIVO, LLEVANDO SU CUERPO Y CONOCIMIENTO A UN CONTINUO AVANCE Y FOTALECIMIENTO.
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	LOGRA ATENDER A ORDENES DEL ENTRENADOR EJECUTANDOLAS DE LA MEJOR MANERA,
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	ESTABLECE UNA BUENA RELACION DEPORTIVA CON SUS COMPAÑEROS Y CON SU ENTRENADOR, PERMITIENDO ESPACIOS ARMONICOS DE APRENDIZAJE.
						DETERMINACION	LOGRA TOMAR DECISIONES ACERTADAS EN CADA JUGADA, SE HACE RESPONSABLE DE SUS ACTOS Y ASUME EL LIDERAZIO.
						TOMA DE DECISIONES	TIENE LA INICIATIVA DE TOMA DE DECISIONES Y ASUME RESPONSABILIDAD POR LAS MISMAS.
						MANEJO DE EMOCIONES	REACCIONA DE FORMA ADECUADA CUANDO SE PRESENTAN ADVERSIDADES EN EL
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	PARQUES	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
						RONDAS	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
						PREDEPORTIVOS	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
						TRANSVERSALES	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
				2	JUEGOS TRADICIONALES	RANA	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
						PARQUES	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
						YERMIS	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
						CUADRO	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	REPRESENTACIONES	DISPUESTOS PARA FORTALECER LA FORMACION PSICOSOCIAL.
						TEATRO DE SOMBRAS	DISPUESTOS PARA FORTALECER LA FORMACION PSICOSOCIAL.
						BAILES	DISPUESTOS PARA FORTALECER LA FORMACION PSICOSOCIAL.
						CANTOS Y REPRESENTACIONES ARTISTICAS	RECONOCE Y PARTICIPA DE ACTIVIDADES TRANSVERSALES, PARTICIPA DE LOS ESPACIOS RECREATIVOS DISPUESTOS PARA FORTALECER LA FORMACION PSICOSOCIAL.
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	CIRCUITO DE HABILIDADES TECNICAS	LOGRA PARTICIPAR DEL CIRCUITO DE HABILIDADES TECNICAS, EJECUTANDO LAS ACCIONES REQUERIDAS EN CADA ESTACION.
						CIRCUITO DE HABILIDADES MOTRICES	LOGRA PARTICIPAR DEL CIRCUITO DE HABILIDADES MOTRICES, EJECUTANDO LAS ACCIONES REQUERIDAS EN CADA ESTACION.
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	ENCUENTROS DEPORTIVOS	POR LA BUENA PARTICIPACION DEL EQUIPO.
						FESTIVALES CON OTRAS ESCUELAS	PARTICIPA ACTIVAMENTE EN LOS ENCUENTROS DEPORTIVOS, ADICIONAL A ESO SE HACE RESPONSABLE POR LA BUENA PARTICIPACION DEL EQUIPO.
						CELEBRACIONES TRADICIONALES	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE TODAS LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS PROPUESTAS POR LOS ENTES ADMINISTRATIVOS, EN LAS CELEBRACIONES TRADICIONALES.

FECHA DE ENTREGA	3 de marzo de 2022
NOMBRES Y APELLIDOS DEL MONITOR	JOSE ARIEL PINEDA AREVALO
MUNICIPIO	VENECIA



"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL FUNDAMENTACIÓN

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
AJEDREZ	FUNDAMENTACION	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	RASGOS CUALITATIVOS DEL MOVIMIENTO	COORDINACION	COORDINA MOVIMIENTOS PARCIALES DEL CUERPO ENTRE SI, EN RELACION DEL MOVIMIENTO TOTAL DE LA TECNICA DEL AJEDREZ
						RITMO	EJECUTA LOS MOVIMIENTOS OBSERVANDO SU MECANICA NATURAL, DIFERENCIANDO LOS SONIDOS, ACENTOS, PAUSAS, COMPASES, ASI COMO LA RELACION TENSION(TRABAJO) Y DISTENSION(DESCANSO).
						EQUILIBRIO	EJECUTA MOVIMIENTOS CONTROLADO LAS DIFERENTES POSTURAS, YA SEA EN EQUILIBRIO ESTATICO, DINAMICO O REEQUILIBRIO.
						LATERALIDAD	EL NIÑO EJECUTA EL MOVIMIENTO CON CLARIDAD EN LA POSICION ESPACIAL DE SU CUERPO, SUS PARTES Y LA RELACION DE ESTAS CON SU CUERPO, DEFINIENDO SU CARÁCTER ZURDO O DERECHO.
				2	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	LOGRA DESPLAZARSE DE UN LUGAR A OTRO, EN UN MOVIMIENTO ARMONICO DE LA MARCHA.
						CORRER	LOGRA DESPLAZARSE DE UN LUGAR A OTRO A UNA MAYOR VELOCIDAD, ES LA MANERA MAS RAPIDA DE DESPLAZAMIENTO.
						SALTAR	LOGRA HACER FLEXION DE TOBILLO, RODILLA Y CADERA PARA LUEGO HACER EXTENSION Y LOGRAR DESPEGAR SU CUERPO DE LA SUPERFICIE DE APOYO A LA MAYOR ALTURA POSIBLE.
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	RESISTENCIA	AEROBICA	LOGRA REALIZAR ESFUERZO DE LARGA DURACION Y POCA INTENSIDAD.
				2	VELOCIDAD	REACCION	LOGRA RESPONDER A UN ESTIMULO EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE.
		TECNICO	DESTREZAS	1	LAS PIEZAS	ORDEN EN EL TABLERO	LOGRA RECONOCER EN QUE CASILLA VA CADA PIEZA Y ORDENNA EL TABLERO PARA EL INICIO DE LA PARTIDA.
						CINETICA PIEZAS DE CORTO ALCANCE	REALIZA EL MOVIMIENTO Y CAPTURA DE CADA UNA DE LAS PIEZAS DE CORTO ALCANCE DE MANERA CORRECTA.
						CINETICA PIEZAS DE LARGO ALCANCE	REALIZA EL MOVIMIENTO Y CAPTURA DE CADA UNA DE LAS PIEZAS DE LARGO ALCANCE DE MANERA CORRECTA.
				2	JAQUE Y JAQUE MATE	LOS 3 PRINCIPIOS DEL JAQUE	COMPRENDE LOS 3 PRINCIPIOS PARA EVALUAR EL TIPO DE JAQUE Y SU CON SIGUIENTE RESPUESTA.
						JAQUE MATE PASILLO Y BESO DE LA MUERTE	COMPRENDE LA TECNICA PARA LOGRAR EL JAQUE MATE EN UN FINAL CON 2 TORRES Y CON DAMA Y REY.
						JAQUE MATE ALFILES Y CABALLOS	COMPRENDE LA TECNICA PARA LOGRAR EL JAQUE MATE EN UN FINAL CON 2 ALFILES Y CON CABALLOS.
						REDES DE MATE EN 1 Y 2 JUGADAS	LORA COMRENDER LAS GRAFICAS Y RECONOCE LOS PATRONES QUE LLEVAN AL JAQUE MATE INDEPENDIENTEMENTE DE LA VARIACION DE CADA POSICION.
				3	DESARROLLO DE LAS PIEZAS	PRINCIPIO DEL CENTRO	VISUALIZA QUE EL TABLERO DE AJEDREZ ES UN CAMPO DE BATALLA Y POR TANTO LAS PIEZAS MENORES DEBEN IR DIRECCIONADAS HACIA EL CENTRO PARA UNA MAYOR MOVILIDAD.
						LOS ANILLOS DEL TABLERO	COMPRENDE LA IMPORTANCIA TANTO DE LOS ANILLOS EXTERNOS, COMO DE LOS INTERNOS Y DIFERENCIA LA ACTIVIDAD QUE TIENEN LAS PIEZAS EN CADA UNO DE ESOS ANILLOS.
						PIEZAS MENORES PRIMERO	LOGRA DESARROLLAR LAS PIEZAS MENORES EN LA PRIMERA INSTANCIA Y EN LAS CASILLAS EN LAS QUE PUEDEN OBTENER UNA MAYOR ACTIVIDAD
						EL ENROQUE	COMPRENDE QUE ESTA JUGADA ES IMPORTANTE Y QUE DEBE EVALUAR EL MEJOR MOMENTO PARA REALIZARLA DEPENDIENDO DEL TIPO DE APERTURA QUE SE JUEGUE.
						APERTURA	DESDE UNA DE LAS APERTURAS MAS FAMOSAS SE AFIANZAN LOS PRINCIPIOS DE LA APERTURA.
						LOGICA Y ORDEN EN EL DESARROLLO.	ANALIZA LAS JUGADAS DEL CONTRINCANTE Y EN BASE A ELLO RESPONDE CON UN DESARROLLO Y JUGADAS COHERENTES CON LA PARTIDA.
						PRACTICA	EJECUTA EL CONOCIMIENTO ADQUIRIDO EN LA PRACTICA (CON O SIN RELOJ) EN LA MAYORIA DE LAS SESIONES.
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	ORIGEN	CONOCE EL ORIGEN DEL AJEDREZ, SUS PRIMERAS FORMAS DE JUEGO, POR MEDIO DE VIDEOS Y TUTORIALES INSTRUCTIVOS.
						HISTORIA	CONOCE LA HISTORIA DEL AJEDREZ, TANTO INTERNACIONAL COMO A NIVEL NACIONAL Y SU NACIMIENTO, POR MEDIO DE MEDIOS AUDIOVISUALES.
						EVOLUCION	CONOCE LA EVOLUCION DEL AJEDREZ, DESDE SU ORIGEN HASTA NUESTRO DIAS, POR MEDIO DE AYUDAS AUDIOVISUALES Y RECREATIVAS.
				2	REGLAMENTACION	MEDIDAS DEL TABLERO	CONOCE LAS MEDIADAS REGLAMENTARIAS DEL CAMPO DE PRACTICA, POR MEDIO DE JUEGOS Y AYUDADES DIDACTICAS.
						NOTACIÓN ALGEBRAICA	IDENTIFICA CADA CORDENADA DEL TABLERO Y LA RECONOCE POR SU NOMBRE.
						REGLAS DE JUEGO	CONOCE LAS REGLAS ESPECIFICAS Y MAS RELEVANTES DEL AJEDREZ POR MEDIO DE FORMAS JUGADAS, Y ACTIVIDADES DE PERCEPCION Y LÓGICA.
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	BUEN USO IMPLEMENTACION DEPORTIVA	CONOCE Y HACE BUEN USO DE LA IMPLEMENTACION DEPORTIVA DISPUESTA POR LOS ENTES ADMINISTRATIVOS O EL INSTRUCTOR.
						BUEN USO DE ESCENARIOS DEPORTIVOS	HACE BUEN USO DE LOS ESCENARIOS DEPORTIVOS, ANTES, DURANTE Y DESPUES DE CADA SESION DE ENTRENAMIENTO.
						CULTURA CIUDADANA	HACE BUEN USO DE LA CULTURA CIUDADANA, RELACIONANDOSE Y COMPORTANDOSE DE LA MEJOR MANERA CON LOS DEMAS DEPORTISTAS Y PERSONAS DEL COMUN.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	RESPETO	ES RESPETUOSO CON CADA UNO DE SUS COMPAÑEROS, CON EL INSTRUCTUOR Y CON CADA UNA DE LAS PERSONAS VINCULADAS A LA PRACTICA DEPORTIVA.
						LEALTAD	LOGRA SER UNA PERSONA FIEL A LOS PRINCIPIOS MORALES, LOGRA ESTABLECER LASOS DE AMISTAD Y COMPAÑERISMO, ES COMPROMETIDO CON SI MISMO Y SUS SEMEJANTES
						TOLERANCIA	LOGRA REACCIONAR SIEMPRE DE LA MEJRO MANERA A TODAS LAS SITUACIONES QUE SE PUEDAN PRESENTAR, SIN LASTIMA FISICA NI PSICOLOGICAMENTE A NINGUNO DE SUS SEMEJANTES.
						COMPAÑERISMO	LOGRA TENER UNA RELACION AMISTOSA DE COLABORACION Y SOLIDARIDAD ENTRE COMPAÑEROS.
						AMISTAD	LOGRA TENER EMPATIA, CONFIANZA, Y SE PRESTA PARA SER LA PERSONA QUE ESTA DISPUESTA A AYUDAR SIEMPRE.
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	HACE BUEN USO DE LOS IMPLEMENTOS DE ASEO, SE PRESENTA AL SITIO DE ENTRENAMIENTO CON UNA BUENA IMAGEN Y DE FORMA ASEADA.
						ALIMENTACIÓN	LOGRA LLEVAR UNA ALIMENTACION BALANCEADA, ACORDE A LOS REQUERIMIENTO PARA LA PRACTICA DEPORTIVA, LLEVA SU RESPECTIVA HIDRATACION A CADA SESION DE ENTRENAMIENTO.
						PRESENTACION PERSONAL	SE PRESENTA SIEMPRE A LA SESION DE ENTRENAIENTO CON UNA ROPA ADECUADA Y LIMPIA.
						DESCANSO Y SUEÑO	LOGRA HACER LAS HORAS DE DESCANSO ADECUADAS EN CADA SESION DE ENTRENAMIENTO LOGRANDO ASI LA RECUPERACION MUSCULAR INDICADA, EVITANDO LESIONES O COMPLICACIONES FISICAS.
						EJERCICIO FISICO	LOGRA HACER EL EJERCICIO FISICO INDICADO, SIN SOBRE PASAR LOS LIMITES PERMITIDOS POR SU CUERPO, VA A CORDE A SU DESARROLLO CORPORAL, FORTALECIENDO SUS CAPACIDADES FISICAS CON CADA SESION DE ENTRENAMIENTO.
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	SE PRESENTA SIEMPRE CON LA MEJOR ACTITUD A CADA SESION DE CLASE, SIN IMPORTAR LAS ADVERSIDADES QUE SE PUEDAN PRESENTAR SIEMPRE RESPONDE CON LA MEJOR ACTITUD.
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	LOGRA SUPERAR TODAS LA ADVERSIDADES QUE SE LE PRESENTAN, HACE SU MAYOR ESFUERZO
						ESTIMULOS	LOGRA RESPONDER A ESTIMULOS MOTIVACIONALES DADOS POR EL ENTRENADOR.
						OBJETIVOS Y METAS	LOGRA ESTABLECER OBJETIVOS Y METAS CLARAS PARA SER LLEVADAS A CABO DE LA MEJOR MANERA POSIBLE.
						PROCESO DE CRECIMIENTO	LOGRA ESTABLECER PROCESOS DE CRECIMIENTO DEPORTIVO, LLEVANDO SU CUERPO Y
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	LOGRA ATENDER A ORDENES DEL ENTRENADOR EJECUTANDOLAS DE LA MEJOR MANERA,
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	ESTABLECE UNA BUENA RELACION DEPORTIVA CON SUS COMPAÑEROS Y CON SU ENTRENADOR,
						DETERMINACION	LOGRA TOMAR DECISIONES ACERTADAS EN CADA JUGADA, SE HACE RESPONSABLE DE SUS ACTOS Y ASUME EL LIDERAZGO.
						TOMA DE DECISIONES	TIENE LA INICIATIVA DE TOMA DE DECISIONES Y ASUME RESPONSABILIDAD POR LAS MISMAS.
						MANEJO DE EMOCIONES	REACCIONA DE FORMA ADECUADA CUANDO SE PRESENTAN ADVERSIDADES EN EL
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	PARQUES	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
						RONDAS	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
						PREDEPORTIVOS	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
						TRANSVERSALES	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
				2	JUEGOS TRADICIONALES	RANA	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
						PARQUES	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
						YERMIS	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
						CUADRO	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	REPRESENTACIONES	DISPUESTOS PARA FORTALECER LA FORMACION PSICOSOCIAL.
						TEATRO DE SOMBRAS	DISPUESTOS PARA FORTALECER LA FORMACION PSICOSOCIAL.
						BAILES	DISPUESTOS PARA FORTALECER LA FORMACION PSICOSOCIAL.
						CANTOS Y REPRESENTACIONES ARTISTICAS	RECONOCE Y PARTICIPA DE ACTIVIDADES TRANSVERSALES, PARTICIPA DE LOS ESPACIOS RECREATIVOS DISPUESTOS PARA FORTALECER LA FORMACION PSICOSOCIAL.
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	CIRCUITO DE HABILIDADES TECNICAS	LOGRA PARTICIPAR DEL CIRCUITO DE HABILIDADES TECNICAS, EJECUTANDO LAS ACCIONES REQUERIDAS EN CADA ESTACION.
						CIRCUITO DE HABILIDADES MOTRICES	LOGRA PARTICIPAR DEL CIRCUITO DE HABILIDADES MOTRICES, EJECUTANDO LAS ACCIONES REQUERIDAS EN CADA ESTACION.
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	ENCUENTROS DEPORTIVOS	LA BUENA PARTICIPACION DEL EQUIPO.
						FESTIVALES CON OTRAS ESCUELAS	LA BUENA PARTICIPACION DEL EQUIPO.
						CELEBRACIONES TRADICIONALES	ADMINISTRATIVOS, EN LAS CELEBRACIONES TRADICIONALES.

FECHA DE ENTREGA	3 de marzo de 2022
NOMBRES Y APELLIDOS DEL MONITOR	JOSE ARIEL PINEDA AREVALO
MUNICIPIO	VENECIA



"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL PERFECCIONAMIENTO

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
AJEDREZ	PERFECCIONAMIENTO	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	RASGOS CUALITATIVOS DEL MOVIMIENTO	COORDINACION	COORDINA MOVIMIENTOS PARCIALES DEL CUERPO ENTRE SI, EN RELACION DEL MOVIMIENTO TOTAL DE LA TECNICA DEL AJEDREZ.
						RITMO	EJECUTA LOS MOVIMIENTOS OBSERVANDO SU MECANICA NATURAL, DIFERENCIANDO LOS SONIDOS, ACENTOS, PAUSAS, COMPASES, ASI COMO LA RELACION TENSION(TRABAJO) Y DISTENSION(DESCANSO).
						EQUILIBRIO	EJECUTA MOVIMIENTOS CONTROLADO LAS DIFERENTES POSTURAS, YA SEA EN EQUILIBRIO ESTATICO, DINAMICO O REEQUILIBRIO.
						LATERALIDAD	EL NIÑO EJECUTA EL MOVIMIENTO CON CLARIDAD EN LA POSICION ESPACIAL DE SU CUERPO, SUS PARTES Y LA RELACION DE ESTAS CON SU CUERPO, DEFINIENDO SU CARÁCTER ZURDO O DERECHO.
				2	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	LOGRA DESPLAZARSE DE UN LUGAR A OTRO, EN UN MOVIMIENTO ARMONICO DE LA MARCHA.
						CORRER	LOGRA DESPLAZARSE DE UN LUGAR A OTRO A UNA MAYOR VELOCIDAD, ES LA MANERA MAS RAPIDA DE DESPLAZAMIENTO.
						SALTAR	LOGRA HACER FLEXION DE TOBILLO, RODILLA Y CADERA PARA LUEGO HACER EXTENSION Y LOGRAR DESPEGAR SU CUERPO DE LA SUPERFICIE DE APOYO A LA MAYOR ALTURA POSIBLE.
						RODAR	LOGRA HACER UN DESPLAZAMIENTO CORPORAL ALREDEDOR DE SU EJE HORIZONTAL O VERTICAL SOBRE UNA SUPERFFICIE.
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	RESISTENCIA	AEROBICA	LOGRA REALIZAR ESFUERZO DE LARGA DURACION Y POCA INTENSIDAD.
				2	VELOCIDAD	REACCION	LOGRA RESPONDER A UN ESTIMULO EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE.
		TECNICO	DESTREZAS	1	APERTURA	APERTURAS ITALIANA, GAMBITO DE DAMA Y SISTEMA LONDRES	COMPRENDE CUALES SON LOS PATRONES DE ESTE TIPO DE APERTURAS, LAS DIFERENTES POSICIONES Y FINALES A LAS QUE LLEVA CADA APERTURA.
						DEFENSA FRANCESA Y SICILIANA	DEFINE CON CLARIDAD LA ESTRATEGIA DE CADA APERTURA Y LA PONE EN PRACTICA EN LOS TORNEOS DE LA LIGA DE CUNDINAMARCA DE MANERA ADECUADA
						OBJETIVOS ESTRATEGICOS	LOGRA DOMINAR EL CENTRO DE MANERA RAPIDA Y UBICA A US PIEZAS DE CORTO Y LARGO ALCANCE EN POSICIONES OFENSIVAS MIENTRAS SU REY ESTA BIEN PROTEGIDO.
						ERRORES TIPICOS	COMPRENDE QUE EL NO CUMPLIR CON LOS PRINCIPIOS DE LA APERTURA LO LLEVARA A CAER EN TRAMPAS POSICIONALES Y POR CONSIGUIENTE A LA PERDIDA DE LA PARTIDA.
				2	MEDIO JUEGO	PRINCIPIO DE OPOSICION	CAPTA LA IMPORTANCIA DEL REY EN EL FINAL COMO PIEZA DE ATAQUE
						MOTIVOS TACTICOS COMBINATORIOS	COMPRENDE LA IMPORTANCIA DE UBICAR SUS PIEZAS EN LAS CASILLAS FUERTES Y RECONOCER LAS CASILLAS DEBILES EN EL CAMPO ENEMIGO.
						ATAQUE DESCUBIERTO	LOGRA ENCONTRAR LOS ATAQUES DESCUBIERTOS QUE PUEDEN SE A UNA PIEZA O AL REY.
						ATAQUE DESCUBIERTO CON JAQUE DOBLE	LORA ENCONTRAR LOS ATAQUE DESCUBIERTOS CON JAQUE DOBLE QUE PUEDEN SER AL REY Y A VARIAS PIEZAS AL MISMO TIEMPO, ESTE ATAQUE TIENE OPCION DE MATE.
						EL BLOQUEO	ANALIZA CUALES SON LAS CASILLAS A LAS QUE QUIERE LLEGAR EL CONTRINCANTE Y UBICA SUS PIEZAS PRIMERO PARA EVITAR QUE EL CONTRINCANTE CONSIGA ESPACIO.
				3	FINAL	PRINCIPIO DE OPOSICION	LOGRA IMPACTAR EL BALON CON LA SUFUCICIENTE FUERZA, HACIENDO EL GESTO TECNICO DE LA MEJOR MANERA, UBICANDOLO EN EL SITIO INDICADO POR EL ENTRENADOR.
						MOTIVOS TACTICOS COMBINATORIOS	LOGRA UBICAR EL BALON EN LOS SITIOS INDICADOS POR EL ENTRENADOR, RESPONDIENDO A ESTIMULOS AUDITIVOS, TACTICOS Y VISUALES.
						FINALES BASICOS	LOGRA HACER UNA EJECUCION DE SERVICIO DE MANERA ACERTADA, HACIENDO LA SECUENCIA DE MOVIMIENTO DE FORMA ARMONICA.
					PRACTICA	PRACTICA	EJECUTA EL CONOCIMIENTO ADQUIRIDO EN LA PRACTICA (CON O SIN RELOJ) EN LA MAYORIA DE LAS SESIONES.
		TACTICO		1	COMBINACIONES	TIJERAS CON DAMA	COMPRENDE LA IMPORTANCIA DE VISUALIZAR LAS TIJERAS DE DAMA Y COMO SACAR PROVEHO DE ELLAS.
						DAMA JAQUE Y PREMIO	LOGRA SACAR PROVECHO DE LA TIJERA DE DAMA PERO EN ESTA OCASIÓN EL REY ESTA EN ATAQUE POR TANTO TENEMOS VENTAJA DE TOMAR UNA PIEZA GRATIS.
						TIJERAS CON TORRE	COMPRENDE LA IMPORTANCIA DE VISUALIZAR LAS TIJERAS DE TORRE Y COMO SACAR PROVEHO DE ELLAS.
						TORRE JAQUE Y PREMIO	LOGRA SACAR PROVECHO DE LA TIJERA DE TORRE PERO EN ESTA OCASIÓN EL REY ESTA EN ATAQUE POR TANTO TENEMOS VENTAJA DE TOMAR UNA PIEZA GRATIS.
						TIJERAS CON ALFIL, CABALLO, PEON Y REY.	IDENTIFICA Y PONE EN PRACTICA TODOS LOS POSIBLES ATAQUES RELACIONADOS CON EL TEMA DE LA TIJERAS.
						PRINCIPIOS DE LA DEFENSA	RECONOCE Y APLICA LA FORMA ADECUADA DE DEFENDERSE EN UNA SITUACION ESPECIFICA.
				2	ATAQUE	PRINCIPIOS GENERALES	LOGRA PONER EN PRACTICA LOS PRINCIPIOS DEL ATAQUE, CALCULA LOS ATAQUES QUE EL CONTRINCANTE VA A REALIZAR Y LOS CONTRARESTA.
						ATAQUE AL ENROQUE	LOGRA INFILTRAR SUS PIEZAS EN EL FLANCO EN QUE SE ENCUENTRA EL ENROQUE CON EL FIN DE PROVOCAR UNA RED DE MATE.
						COLUMNAS ABIERTAS	UBICA LAS PIEZAS DE LARGO ALCANCE EN LAS COLUMNAS ABIERTAS DE MANERA COHERENTE CON EL ATAQUE QUE SE ESTA REALIZANDO.
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	ORIGEN	CONOCE EL ORIGEN DEL AJEDREZ, SUS PRIMERAS FORMAS DE JUEGO, POR MEDIO DE VIDEOS Y TUTORIALES INSTRUCTIVOS.
						HISTORIA	CONOCE LA HISTORIA DEL AJEDREZ, TANTO INTERNACIONAL COMO A NIVEL NACIONAL Y SU NACIMIENTO, POR MEDIO DE MEDIOS AUDIOVISUALES.
						EVOLUCION	CONOCE LA EVOLUCION DEL AJEDREZ, DESDE SU ORIGEN HASTA NUESTRO DIAS, POR MEDIO DE AYUDAS AUDIOVISUALES Y RECREATIVAS.
				2	REGLAMENTACION	MEDIDAS DEL TABLERO	CONOCE LAS MEDIADAS REGLAMENTARIAS DEL CAMPO DE PRACTICA, POR MEDIO DE JUEGOS Y AYUDADES DIDACTICAS.
						NOTACION ALGEBRAICA	IDENTIFICA CADA CORDENADA DEL TABLERO Y LA RECONOCE POR SU NOMBRE.
						REGLAS DE JUEGO	CONOCE LAS REGLAS ESPECIFICAS Y MAS RELEVANTES DEL AJEDREZ POR MEDIO DE FORMAS JUGADAS, Y ACTIVIDADES DE PERCEPCION Y LÓGICA.
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	BUEN USO IMPLEMENTACION DEPORTIVA	CONOCE Y HACE BUEN USO DE LA IMPLEMENTACION DEPORTIVA DISPUESTA POR LOS ENTES ADMINISTRATIVOS O EL INSTRUCTOR.
						BUEN USO DE ESCENARIOS DEPORTIVOS	HACE BUEN USO DE LOS ESCENARIOS DEPORTIVOS, ANTES, DURANTE Y DESPUES DE CADA SESION DE ENTRENAMIENTO.
						CULTURA CIUDADANA	HACE BUEN USO DE LA CULTURA CIUDADANA, RELACIONANDOSE Y COMPORTANDOSE DE LA MEJOR MANERA CON LOS DEMAS DEPORTISTAS Y PERSONAS DEL COMUN.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	RESPETO	HACE USO DEL VALOR DEL RESPETO CON CADA UNO DE SUS COMPAÑEROS, CON EL INSTRUCTUOR Y CON CADA UNA DE LAS PERSONAS VINCULADAS A LA PRACTICA DEPORTIVA.
						LEALTAD	LOGRA SER UNA PERSONA LEAL CON SUS PRINCIPIOS, LOGRA ESTABLECER LASOS DE AMISTAD Y COMPAÑERISMO, SE PRESTA COMO BUEN AMIGO, ES INCONDICIONAL EN EL MOMENTO DE REQUERIRSE DE SU APOYO.
						TOLERANCIA	LOGRA REACCIONAR SIEMPRE DE LA MEJOR MANERA A TODAS LAS SITUACIONES QUE SE PUEDAN PRESENTAR, SIN LASTIMAR FISICA NI PSICOLOGICAMENTE A NINGUNO DE SUS SEMEJANTES.
						COMPAÑERISMO	LOGRA SER UN BUEN COMPAÑERO EN TODO MOMENTO, ES UN DEPORTISTA INTEGRO, Y SE RECONOCE COMO UN BUEN APOYO PARA TODO EL EQUIPO.
						AMISTAD	LOGRA SER UN BUEN AMIGO, EN EL CUAL SE PUEDE CONFIAR, Y SE PRESTA PARA SER LA PERSONA QUE ESTA DISPUESTA A AYUDAR SIEMPRE.
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	HACE BUEN USO DE LOS IMPLEMENTOS DE ASEO, SE PRESENTA AL SITIO DE ENTRENAMIENTO CON UNA BUENA IMAGEN Y DE FORMA ASEADA.
						ALIMENTACIÓN	LOGRA LLEVAR UNA ALIMENTACION BALANCEADA, ACORDE A LOS REQUERIMIENTO PARA LA PRACTICA DEPORTIVA, LLEVA SU RESPECTIVA HIDRATACION A CADA SESION DE ENTRENAMIENTO.
						PRESENTACION PERSONAL	SE PRESENTA SIEMPRE A LA SESION DE ENTRENAMIENTO CON UNA ROPA ADECUADA Y LIMPIA.
						DESCANSO Y SUEÑO	LOGRA HACER LAS HORAS DE DESCANSO ADECUADAS EN CADA SESION DE ENTRENAMIENTO LOGRANDO ASI LA RECUPERACION MUSCULAR INDICADA, EVITANDO LESIONES O COMPLICACIONES FISICAS.
						EJERCICIO FISICO	LOGRA HACER EL EJERCICIO FISICO INDICADO, SIN SOBRE PASAR LOS LIMITES PERMITIDOS POR SU CUERPO, VA A CORDE A SU DESARROLLO CORPORAL, FORTALECIENDO SUS CAPACIDADES FISICAS CON CADA SESION DE ENTRENAMIENTO.
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	SE PRESENTA SIEMPRE CON LA MEJOR ACTITUD A CADA SESION DE CLASE, SIN IMPORTAR LAS ADVERSIDADES QUE SE PUEDAN PRESENTAR SIEMPRE RESPONDE CON LA MEJOR ACTITUD.
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	LOGRA SUPERAR TODAS LA ADVERSIDADES QUE SE LE PRESENTAN, HACE SU MAYOR ESFUERZO SUPERANDO BARRERAS FISICAS Y COGNITIVAS.
						ESTIMULOS	LOGRA RESPONDER A ESTIMULOS MOTIVACIONALES DADOS POR EL ENTRENADOR.
						OBJETIVOS Y METAS	LOGRA ESTABLECER OBJETIVOS Y METAS CLARAS PARA SER LLEVADAS A CABO DE LA MEJOR MANERA POSIBLE.
						PROCESO DE CRECIMIENTO DEPORTIVO	LOGRA ESTABLECER PROCESOS DE CRECIMIENTO DEPORTIVO, LLEVANDO SU CUERPO Y CONOCIMIENTO A UN CONTINUO AVANCE Y FOTALECIMIENTO.
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	LOGRA ATENDER A ORDENES DEL ENTRENADOR EJECUTANDOLAS DE LA MEJOR MANERA, REACCIONA DE FORMA CONCRETA, LLEVANDO A FELIZ TERMINO EL APRENDIZAJE.
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	ESTABLECE UNA BUENA RELACION DEPORTIVA CON SUS COMPAÑEROS Y CON SU ENTRENADOR, PERMITIENDO ESPACIOS ARMONICOS DE APRENDIZAJE.
						DETERMINACION	LOGRA TOMAR DECISIONES ACERTADAS EN CADA JUGADA, SE HACE RESPONSABLE DE SUS ACTOS Y ASUME EL LIDERAZGO.
						TOMA DE DECISIONES	TIENE LA INICIATIVA DE TOMA DE DECISIONES Y ASUME RESPONSABILIDAD POR LAS MISMAS.
						MANEJO DE EMOCIONES	REACCIONA DE FORMA ADECUADA CUANDO SE PRESENTAN ADVERSIDADES EN EL ENTRENAMIENTO O EN UNA SESION DE JUEGO.
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	PARQUES	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
						RONDAS	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
						PREDEPORTIVOS	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
						TRANSVERSALES	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
				2	JUEGOS POPULARES	RANA	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
						PARQUES	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
						YERMIS	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
						CUADRO	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS TRANSVERSALES PROPUESTAS POR EL ENTRENADOR.
				3	CIRCUITOS RECREATIVOS	CIRCUITO DE HABILIDADES TECNICAS	LOGRA PARTICIPAR DEL CIRCUITO DE HABILIDADES TECNICAS, EJECUTANDO LAS ACCIONES REQUERIDAS EN CADA ESTACION.
						CIRCUITO DE HABILIDADES MOTRICES	LOGRA PARTICIPAR DEL CIRCUITO DE HABILIDADES MOTRICES, EJECUTANDO LAS ACCIONES REQUERIDAS EN CADA ESTACION.
				4	FESTIVALES RECREATIVOS	ENCUENTROS DEPORTIVOS	PARTICPA ACTIVAMENTE EN LOS ENCUENTROS DEPORTIVOS, ADICIONAL A ESO SE HACE RESPONSABLE POR LA BUENA PARTICIPACION DEL EQUIPO.
						FESTIVALES CON OTRAS ESCUELAS	PARTICPA ACTIVAMENTE EN LOS ENCUENTROS DEPORTIVOS, ADICIONAL A ESO SE HACE RESPONSABLE POR LA BUENA PARTICIPACION DEL EQUIPO.
						CELEBRACIONES TRADICIONALES	PARTICIPA ACTIVAMENTE DE TODAS LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS PROPUESTAS POR LOS ENTES ADMINISTRATIVOS, EN LAS CELEBRACIONES TRADICIONALES.

FECHA DE ENTREGA	3 de marzo de 2022
NOMBRES Y APELLIDOS DEL MONITOR	JOSE ARIEL PINEDA AREVALO
MUNICIPIO	VENECIA

OBLIGACION #3 Desarrolle las actividades propuestas en la malla curricular, el plan pedagógico y el plan diario, realizando las sesiones del presente mes de DICIEMBRE en las tres categorías en el casco urbano y en las diferentes veredas.

Iniciación.






Fundamentación.



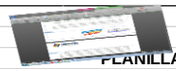



Perfeccionamiento.





OBLIGACION #4 Diligencié el formato de asistencia y grupo poblacional, con los niños del casco urbano y de las veredas en las tres categorías.



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

BENEFICIADOS	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Masculino	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
6 AÑOS	3			3											3
7 AÑOS	6	3	3	3		3									9
8 AÑOS	4		1	3											4
9 AÑOS	5	5		5		5									10
10 AÑOS	2	2	1	1	1	1									4
11 AÑOS	1			1											1
12 AÑOS															0
13 AÑOS	2			2											2
14 AÑOS		1			1										1
15 AÑOS															0
16 AÑOS															0
17 AÑOS															0
TOTALES	23	11													34

Control de asistencia INICIACION.



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

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	Evelin Saray Castellanos	3223952529	1					1	1	1					1	0	1					1	1	0										10	8	2	80%
2	Santiago Pardo Pardo	3214340019	0					0	1	1					1	1	1					1	1	1										10	8	1	80%
3	Miguel Angel Orjuela	3214734767	1					1	0	1					0	0	1					1	1	0										10	6	4	60%
4	Pablo Smith Baquero	3208106594	1					1	0	0					1	1	1					0	1	1										10	7	3	70%
5	Sharit Yurley Alvarez	3133940904	1					1	1	0					1	1	1					1	1	0										10	8	2	80%
6	Tania Mora Arias	3222476690	1					1	1	1					1	0	1					1	1	0										10	8	2	80%
7	Anderson David Quiroga	3228497933	1					1	1	1					1	0	1					1	1	0										10	8	2	80%
8	Julian Esteban Diaz	3213619937	1					1	1	1					1	0	1					1	0	1										10	8	2	80%
9	Duver Ibañez	3175908918	1					1	1	1					0	1	1					1	0	1										10	8	2	80%
10	Thiago Villareal	3213290354	1					1	1	1					1	1	1					1	0	1										10	9	1	90%
11	Dylan Saavedra Romero	3222476690	0					1	1	1					0	1	1					1	1	1										10	8	1	80%
12	Juan David Galindo	3208106594	0					1	0	1					1	1	1					0	1	1										10	7	2	70%

FUNDAMENTACION.



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

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	Juan Estiven Baquero	3213732241	1					1	0	1					1	0	1					1	1	1										10	8	0	80%
2	Samuel Alejandro Cortez	3202051665	1					1	1	1					1	0	1					1	1	0										10	8	0	80%
3	Deivid Martin Vargas	3132551936	0					1	1	0					1	0	1					0	1	1										10	6	1	60%
4	Jordy David Garcia	3232874797	1					0	1	0					1	0	1					1	1	1										10	7	0	70%
5	Sol Sharit Morales	3232304741	1					1	1	1					1	0	1					1	1	1										10	9	0	90%
6	Angela Yulieth Hernandez	3113352771	1					1	1	1					1	0	1					1	1	1										10	9	0	90%
7	Angela Sofia Ñangua	3206825849	1					1	1	1					0	0	1					1	1	1										10	8	0	80%
8	Jhoan Sebastian Ibañez	3133107190	0					1	1	1					1	0	1					1	1	0										10	7	0	70%
9	Oscar Andres Castellanos	3214340019	1					1	1	1					1	0	0					1	1	1										10	8	0	80%
10	Juan Sebastian Pinzon	3223881306	1					1	1	1					1	1	1					1	1	1										10	10	0	100%
11	Thael Parra	3133940904	1					1	1	1					1	0	0					1	1	1										10	8	0	80%
12	Natalia Franco	3174929171	1					1	1	1					0	1	0					1	1	0										10	7	0	70%
13	Anderson felipe Cubillos	3144385146	1					1	1	1					1	1	1					1	0	0										10	8	1	80%
14	Josue Cardenas Bonilla	3177226765	1					1	0	1					0	1	1					1	0	1										10	7	1	70%
15	Ana Gabriela Ospina	3227592038	1					1	0	0					1	0	1					0	1	1										10	6	0	60%
16	Angel Samic Lopez	3183875119	0					1	1	0					0	1	0					1	0	1										10	5	1	50%
17	Yury Lizeth Parra	3212822580	1					1	0	0					0	1	0					1	1	1										10	6	0	60%
18	Kevin David Hernandez	3124320805	0					1	1	1					0	1	0					1	1	0										10	6	0	60%
19	Robinson Aponte	3214389937	1					1	1	1					1	0	1					1	1	1										10	9	0	90%

PERFECCIONAMIENTO.



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

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	Nicolas Urrea Sanchez	3123508709	1					1	0	1					0	1	1					1	1	1										10	8	2	80%
2	Pedro Pablo Ramirez	3138515625	1					1	0	1					1	0	1					1	1	1										10	8	1	80%
3	Mariana Mendez	3133244169	1					0	0	1					1	1	0					1	1	1										10	7	1	70%

OBLIGACION #5 Porto con decoro las prendas institucionales y se hace de buen uso de las imagen institucional de Indeportes Cundinamarca.



OBLIGACION #6 Diseñe y ejecute las sesiones de clase con las temáticas propuestas en cada nivel.
INICIACION.

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha:	**1/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 07:00 am a 09:00 am**	**N° de sesión:119**	**N° de semana: 40**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA				**N° de deportistas:**		**Edades:6-7-8**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General: Ejercitar recursos defensivos

Objetivo Especifico: Analizar la defensa simple

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Convivencia	x	Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	
1. Ludica aprestamiento	juego de integración		4	**MATERIALES Y RECURSO**
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. juego rompe hielo	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90	
1. Explicacion del recurso defensivo	Fuerza	Maxima			**Tablero de ajedrez y piezas.**
2..Practica dirigida, identificando los		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Cordinacion			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	Actividad	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios		2	CORRECCIONES Y	
4. Tareas en casa y recomendaciones		1	RECOMENDACIONES	

FIRMA FORMADOR:	JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**6/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 07:00 am a 09:00 am**	**N° de sesión:120**		**N° de semana: 41**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA				**N° de deportistas:**			**Edades:6-7-8**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: Ejercitar recursos defensivos							
Objetivo Especifico: Analizar la defensa simple 2							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**x**	Convivencia	x	Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Ludica aprestamiento	juego de integración		4	
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. juego rompe hielo	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**		
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90			
1. Explicacion del recurso defensivo	Fuerza	Maxima			**Tablero de ajedrez y piezas.**		
2..Practica dirigida, identificando los		Explosiva					
3.	Resistencia	Aerobica					
4.		Anaerobica					
5.	Velocidad	Maxima					
6.		Desplazamiento					
7.		Reacciòn					
8.	Flexibilidad	Estatica					
9.		Dinamica					

ACTIVIDADES	**Capacidades**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Cordinacion			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	Actividad	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios		2	CORRECCIONES Y	
4. Tareas en casa y recomendaciones		1	RECOMENDACIONES	

FIRMA FORMADOR: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha:	**7/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 07:00 am a 09:00 am**	**N° de sesión:121**	**N° de semana: 41**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA				**N° de deportistas:**		**Edades:6-7-8**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: Ejercitar recursos defensivos						
Objetivo Especifico: Practicar la defensa por jaque en situaciones determinadas						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**x**	Convivencia	x	Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Ludica aprestamiento	juego de integración		4	
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. juego rompe hielo	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90	
1. Explicacion del recurso defensivo	Fuerza	Maxima			**Tablero de ajedrez y piezas.**
2..Practica dirigida, identificando los		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Cordinacion			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	Actividad	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios		2	CORRECCIONES Y	
4. Tareas en casa y recomendaciones		1	RECOMENDACIONES	

FIRMA FORMADOR:	JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**8/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 07:00 am a 09:00 am**	**N° de sesión:122**	**N° de semana: 41**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA				**N° de deportistas:**		**Edades:6-7-8**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: Ejercitar recursos defensivos y contraataques						
Objetivo Especifico: Desarrollar de manera adecuada la defensa por clavada						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**x**	Convivencia	x	Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	
1. Ludica aprestamiento	juego de integración		4	**MATERIALES Y RECURSO**
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. juego rompe hielo	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90	
1. Explicacion del recurso defensivo	Fuerza	Maxima			**Tablero de ajedrez y piezas.**
2..Practica dirigida, identificando los		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Cordinacion			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	
1.				**MATERIALES Y RECURSO**
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	Actividad	
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	**MATERIALES Y RECURSO**
2.Retroalimentaciòn de la clase		2	RECORDAR LOS VALORES	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios		2	CORRECCIONES Y	
4. Tareas en casa y recomendaciones		1	RECOMENDACIONES	

FIRMA FORMADOR: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**13/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 07:00 am a 09:00 am**	**N° de sesión:123**	**N° de semana: 42**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA				**N° de deportistas:**		**Edades:6-7-8**

INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**			

Objetivo General: Ejercitar recursos defensivos y contraataques 2

Objetivo Especifico: ejecutar el ataque a una pieza mas importante identificando el momento justo.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**x**	Convivencia	x	Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Ludica aprestamiento	juego de integración		4	
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. juego rompe hielo	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**	
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90		
1. Explicacion del recurso defensivo	Fuerza	Maxima			**Tablero de ajedrez y piezas.**	
2..Practica dirigida, identificando los		Explosiva				
3.	Resistencia	Aerobica				
4.		Anaerobica				
5.	Velocidad	Maxima				
6.		Desplazamiento				
7.		Reacciòn				
8.	Flexibilidad	Estatica				
9.		Dinamica				

ACTIVIDADES	**Capacidades**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Cordinacion			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	Actividad	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios		2	CORRECCIONES Y	
4. Tareas en casa y recomendaciones		1	RECOMENDACIONES	

FIRMA FORMADOR:	JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**14/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 07:00 am a 09:00 am**	**N° de sesión:124**	**N° de semana: 42**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA				**N° de deportistas:**		**Edades:6-7-8**

INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**			
Objetivo General: Ejercitar recursos defensivos, contraataques y celadas							
Objetivo Especifico: Identificar temas de jaque mate como recurso defensivo							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**x**	Convivencia	x	Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Ludica aprestamiento	juego de integración		4	
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. juego rompe hielo	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90	
1. Explicacion del recurso defensivo	Fuerza	Maxima			**Tablero de ajedrez y piezas.**
2..Practica dirigida, identificando los		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Cordinacion			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	Actividad	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios		2	CORRECCIONES Y	
4. Tareas en casa y recomendaciones		1	RECOMENDACIONES	

FIRMA FORMADOR:	JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha:	**15/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 07:00 am a 09:00 am**	**N° de sesión:125**	**N° de semana: 42**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA				**N° de deportistas:**		**Edades:6-7-8**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: Ejercitar recursos defensivos						
Objetivo Especifico: Analizar la defensa simple 2						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**x**	Convivencia	x	Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Ludica aprestamiento	juego de integración		4	
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. juego rompe hielo	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90	
1. Explicacion del recurso defensivo	Fuerza	Maxima			**Tablero de ajedrez y piezas.**
2..Practica dirigida, identificando los		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Cordinacion			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	Actividad	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios		2	CORRECCIONES Y	
4. Tareas en casa y recomendaciones		1	RECOMENDACIONES	

FIRMA FORMADOR:	JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIV

Fecha:	**20/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 07:00 am a 09:00 am**	**N° de sesión:126**	**N° de semana: 43**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA				**N° de deportistas:**		**Edades:6-7-8**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: Ejercitar recursos defensivos contraataque						
Objetivo Especifico: Analizar la defensa simple						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**x**	Convivencia	x	Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Ludica aprestamiento	juego de integración		4	
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. juego rompe hielo	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90	
1. Explicacion del recurso defensivo	Fuerza	Maxima			**Tablero de ajedrez y piezas.**
2..Practica dirigida, identificando los		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Cordinacion			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	Actividad	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios		2	CORRECCIONES Y	
4. Tareas en casa y recomendaciones		1	RECOMENDACIONES	

FIRMA FORMADOR:	JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**21/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 07:00 am a 09:00 am**	**N° de sesión:127**	**N° de semana: 43**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA				**N° de deportistas:**		**Edades:6-7-8**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: Ejercitar recursos defensivos						
Objetivo Especifico: Analizar la defensa compleja						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**x**	Convivencia	x	Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Ludica aprestamiento	juego de integración		4	
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. juego rompe hielo	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90	
1. Explicacion del recurso defensivo	Fuerza	Maxima			**Tablero de ajedrez y piezas.**
2..Practica dirigida, identificando los		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Cordinacion			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	Actividad	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios		2	CORRECCIONES Y	
4. Tareas en casa y recomendaciones		1	RECOMENDACIONES	

FIRMA FORMADOR:	JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIV

Fecha:	**22/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 07:00 am a 09:00 am**	**N° de sesión:128**	**N° de semana: 43**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA				**N° de deportistas:**		**Edades:6-7-8**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		

Objetivo General: Ejercitar practica

Objetivo Especifico: Analizar diversas aperturas

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**x**	Convivencia	x	Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Ludica aprestamiento	juego de integración		4	
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. juego rompe hielo	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90	
1. Explicacion del recurso defensivo	Fuerza	Maxima			**Tablero de ajedrez y piezas.**
2..Practica dirigida, identificando los		Explosiva			
3.	Resistencia	Aerobica			
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Cordinacion			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	Actividad	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios		2	CORRECCIONES Y	
4. Tareas en casa y recomendaciones		1	RECOMENDACIONES	

FIRMA FORMADOR:	JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

FUNDAMENTACION.

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA PLAN DIARIO DE CLASE ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA							
Fecha:	**1/12/2022**	**Lugar:** Veredas	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 10:00 am a 12:00 m**	**N° de sesión:119**		**N° de semana: 40**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				**N° de deportistas:**			**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**			
Objetivo General: Estandarizar los conceptos basicos para poder hacer una practica efectiva							
Objetivo Especifico: Repasar los conceptos basicos en la cinetica de las piezas y normas de juego.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							
VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**x**	Convivencia		Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo	**x**	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	
DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE							
PARTE INICIAL							
ACTIVIDADES					**Tiempo 20 MIN**		
1. Breve explicacion de la clase		Introduccion a la clase			4	**MATERIALES Y RECURSO**	
2. saludo y verificacion del listado		llamado a lista			2		
3. movilidad articular dirigida		Movilidad Articular			8		
4. ejercicios de aprestamiento nivel basico		Calentamiento			6		
PARTE CENTRAL-PARTE 1							
ACTIVIDADES		**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**	
	Capacidad	**Manifestaciòn**			90		
1. Dinamica de las piezas de corta y larga distancia.	Fuerza	Maxima				**PLATOS**	
2. Reglamentación		Explosiva				**CONOS**	
3. Practica	Resistencia	Aerobica					
4.		Anaerobica					
5.	Velocidad	Maxima					
6.		Desplazamiento					
7.		Reacciòn					
8.	Flexibilidad	Estatica					
9.		Dinamica					
ACTIVIDADES		**Capacidades Coordinativas**			**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**	
1.		Acoplamiento					
2.		Ritmo					
3.		Equilibrio					
4.		Orientación					
5.		Diferenciación					
6.		Reacción					
7.		Adaptación					
8.		Patrones Basicos de Movimiento					
PARTE CENTRAL-PARTE 2							
ACTIVIDADES	**Tècnico**		**Tactico**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**	
PARTE FINAL							
ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**				
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR				
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES VISTOS			**MATERIALES Y RECURSO**	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		2	CORRECCIONES Y CONSEJOS				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		1	RECOMENDACIONES GENERALES				
FIRMA FORMADOR:			JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**6/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 10:00 am a 12:00 m**	**N° de sesión:120**	**N° de semana: 41**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				**N° de deportistas:**		**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Estandarizar los conceptos basicos para poder hacer una practica efectiva

Objetivo Especifico: Repasar los conceptos basicos en la cinetica de las piezas y normas de juego.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Convivencia		Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo	x	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	
1. Breve explicacion de la clase	Introduccion a la clase		4	**MATERIALES Y RECURSO**
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. ejercicios de aprestamiento nivel	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**		
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90			
1. Dinamica de las piezas de corta y larga distancia.	Fuerza	Maxima			**PLATOS**		
2. Jugadas especiales, peon al paso y enroque		Explosiva			**CONOS**		
3. Practica: BLITZ ajedrez rapido con reloj	Resistencia	Aerobica					
4.		Anaerobica					
5.	Velocidad	Maxima					
6.		Desplazamiento					
7.		Reacciòn					
8.	Flexibilidad	Estatica					
9.		Dinamica					

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**		

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	**MATERIALES Y RECURSO**
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES VISTOS	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		2	CORRECCIONES Y CONSEJOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		1	RECOMENDACIONES GENERALES	

FIRMA FORMADOR:	JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**7/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 10:00 am a 12:00 m**	**N° de sesión:121**	**N° de semana: 41**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				**N° de deportistas:**		**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Comprender la forma en que acaba una partida de ajedrez, jaque mate.

Objetivo Especifico: Recoonocer el jaque, las tres formas de solucion y el jaque mate.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Convivencia		Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo	x	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	
1. Breve explicacion de la clase	Introduccion a la clase		4	**MATERIALES Y RECURSO**
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. ejercicios de aprestamiento nivel basico	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**		
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90			
1. Principios del jaque	Fuerza	Maxima			**PLATOS**		
2. Tres soluciones al jaque		Explosiva			**CONOS**		
3. Jaque mate	Resistencia	Aerobica					
4. Apertura: desarrollo de piezas menores		Anaerobica					
5. practica	Velocidad	Maxima					
6.		Desplazamiento					
7.		Reacciòn					
8.	Flexibilidad	Estatica					
9.		Dinamica					

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**		

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES VISTOS	**MATERIALES Y RECURSO**
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		2	CORRECCIONES Y CONSEJOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		1	RECOMENDACIONES GENERALES	

FIRMA FORMADOR: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha:	**8/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 10:00 am a 12:00 m**	**N° de sesión:122**		**N° de semana: 41**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				**N° de deportistas:**			**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: Reconocer y aplicar la captura del rey (jaque mate)							
Objetivo Especifico: Desarrollar ejercicios de mate en 1 jugada, libro Lazlo Polgar.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina		Participaciòn	X
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
Compañerismo	X	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. Breve explicacion de la clase	Introduccion a la clase		4	
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	**MATERIALES Y RECURSO**
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. ejercicios de aprestamiento	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**		
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90			
1. Principios del mate	Fuerza	Maxima					
2. Redes de mate		Explosiva					
3. Mate en una jugada	Resistencia	Aerobica					
4. Apertura, ataque al centro		Anaerobica					
5.Practica	Velocidad	Maxima					
6.		Desplazamiento					
7.		Reacciòn					
8.	Flexibilidad	Estatica					
9.		Dinamica					
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**			**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**		
1.	Coordinacion						
2.	Ritmo						
3.	Equilibrio						
4.	Lateralidad						
5.	Diferenciación						
6.	Patrones Basicos de Movimiento						

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	
1.				
2.				**MATERIALES Y RECURSO**
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES VISTOS	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		2	CORRECCIONES Y CONSEJOS	**MATERIALES Y RECURSO**
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		1	RECOMENDACIONES GENERALES	

FIRMA FORMADOR:	JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**13/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 10:00 am a 12:00 m**	**N° de sesión:123**	**N° de semana: 42**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				**N° de deportistas:**		**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: Realizar de manera adecuada el jaque mate en una jugada						
Objetivo Especifico: Desarrollar los ejercicios planteados comprendiendo el concepto de jaque mate						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
Compañerismo	X	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	
1. Breve explicacion de la clase	Introduccion a la clase		4	**MATERIALES Y RECURSO**
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. ejercicios de aprestamiento	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**		
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90			
1. Repaso general del jaque mate	Fuerza	Maxima					
2. Redes de mate 2		Explosiva					
3. Mate en una jugada segunda parte	Resistencia	Aerobica					
4. Apertura, la seguridad del rey		Anaerobica					
5.Practica	Velocidad	Maxima					
6.		Desplazamiento					
7.		Reacciòn					
8.	Flexibilidad	Estatica					
9.		Dinamica					
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**			**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**		
1.	Coordinacion						
2.	Ritmo						
3.	Equilibrio						
4.	Lateralidad						
5.	Diferenciación						
6.	Patrones Basicos de Movimiento						

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES VISTOS	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios		2	CORRECCIONES Y CONSEJOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones		1	RECOMENDACIONES GENERALES	

FIRMA FORMADOR:	JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**14/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 10:00 am a 12:00 m**	**N° de sesión:124**	**N° de semana: 42**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				**N° de deportistas:**		**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: Reconocer las amenazas del contrario y efectuar la mejor defensa en cuanto al rey						
Objetivo Especifico: Estar atentos a cada moviiento del contrario						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
Compañerismo	X	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	
1. Breve explicacion de la clase	Introduccion a la clase		4	**MATERIALES Y RECURSO**
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. ejercicios de aprestamiento	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**		
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90			
1. identifica y huye del jaque	Fuerza	Maxima					
2. valor relativode las piezas de ajedrez		Explosiva					
3. aplica en general los fundamentos de la apertura	Resistencia	Aerobica					
4. Las piezas torpes		Anaerobica					
5.Las piezas activas	Velocidad	Maxima					
6. practica		Desplazamiento					
7.		Reacciòn					
8.	Flexibilidad	Estatica					
9.		Dinamica					

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**		
1.	Coordinacion					
2.	Ritmo					
3.	Equilibrio					
4.	Lateralidad					
5.	Diferenciación					
6.	Patrones Basicos de Movimiento					

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	**MATERIALES Y RECURSO**
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES VISTOS	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		2	CORRECCIONES Y CONSEJOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones		1	RECOMENDACIONES GENERALES	

FIRMA FORMADOR:	JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha:	**15/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 10:00 am a 12:00 m**	**N° de sesión:125**	**N° de semana: 42**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				**N° de deportistas:**		**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: Realizar mates basicos teniendo en cuenta los conceptos aprendidos						
Objetivo Especifico: Efectuar el mate de la escalera y beso de la muerte de manera adecuada						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
Compañerismo	X	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	
1. Breve explicacion de la clase	Introduccion a la clase		4	**MATERIALES Y RECURSO**
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. ejercicios de aprestamiento	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**		
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90			
1. Mate de la escalera, dama torre.	Fuerza	Maxima					
2. mate de la escalera dos torres		Explosiva					
3. mate con dama (beso de la muerte)	Resistencia	Aerobica					
4. rey ahogado		Anaerobica					
5.practica	Velocidad	Maxima					
6.		Desplazamiento					
7.		Reacciòn					
8.	Flexibilidad	Estatica					
9.		Dinamica					

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**		
1.	Coordinacion					
2.	Ritmo					
3.	Equilibrio					
4.	Lateralidad					
5.	Diferenciación					
6.	Patrones Basicos de Movimiento					

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES VISTOS	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios		2	CORRECCIONES Y CONSEJOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones		1	RECOMENDACIONES GENERALES	

FIRMA FORMADOR:	JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha:	**20/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 10:00 am a 12:00 m**	**N° de sesión:126**	**N° de semana: 43**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				**N° de deportistas:**		**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: practicar ejercicios de atención y concentración						
Objetivo Especifico: Descubrir cuales son las intenciones de los movimientos del rival y aplicar la mejor respuesta.						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
Compañerismo	X	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	
1. Breve explicacion de la clase	Introduccion a la clase		4	**MATERIALES Y RECURSO**
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. ejercicios de aprestamiento	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**		
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90			
1. ejercicio de las 8 damas	Fuerza	Maxima					
2. el rey contra el mundo		Explosiva					
3. apertura, sabotear la apertura deñ enemigo.	Resistencia	Aerobica					
4.practica		Anaerobica					
5.	Velocidad	Maxima					
6.		Desplazamiento					
7.		Reacciòn					
8.	Flexibilidad	Estatica					
9.		Dinamica					
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**			**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**		
1.	Coordinacion						
2.	Ritmo						
3.	Equilibrio						
4.	Lateralidad						
5.	Diferenciación						
6.	Patrones Basicos de Movimiento						

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES VISTOS	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios		2	CORRECCIONES Y CONSEJOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones		1	RECOMENDACIONES GENERALES	

FIRMA FORMADOR:	JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**21/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 10:00 am a 12:00 m**	**N° de sesión:127**	**N° de semana: 43**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				**N° de deportistas:**		**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**		
Objetivo General: Repasar los conceptos aprendidos y aplicarlos por medio de la notacion algebraica						
Objetivo Especifico: Desarrollar el juego de una manera adecuada(apertura)						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
Compañerismo	X	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	
1. Breve explicacion de la clase	Introduccion a la clase		4	**MATERIALES Y RECURSO**
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. ejercicios de aprestamiento	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**		
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90			
1. ejercicios de mates en una jugada	Fuerza	Maxima					
2. repaso de los cuatro conceptos basicos de la apertura		Explosiva					
3. normas de la modalidad blitz.	Resistencia	Aerobica					
4.notación algebráica		Anaerobica					
5. práctica	Velocidad	Maxima					
6.		Desplazamiento					
7.		Reacciòn					
8.	Flexibilidad	Estatica					
9.		Dinamica					
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**			**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**		
1.	Coordinacion						
2.	Ritmo						
3.	Equilibrio						
4.	Lateralidad						
5.	Diferenciación						
6.	Patrones Basicos de Movimiento						

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	
1.				**MATERIALES Y RECURSO**
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	**MATERIALES Y RECURSO**
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES VISTOS	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		2	CORRECCIONES Y CONSEJOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		1	RECOMENDACIONES GENERALES	

FIRMA FORMADOR: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha:	**22/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 10:00 am a 12:00 m**	**N° de sesión:128**	**N° de semana: 43**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				**N° de deportistas:**		**Edades: 9-10-11-12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	

Objetivo General: Reconocer temas combinatorios

Objetivo Especifico: observar las piezas mal ubicadas del enemigo para aplicar los temas combinatorios.

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia		Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
Compañerismo	X	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	
1. Breve explicacion de la clase	Introduccion a la clase		4	**MATERIALES Y RECURSO**
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. ejercicios de aprestamiento	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**		
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90			
1. temas combinatorios	Fuerza	Maxima					
2. piezas en el aire		Explosiva					
3. pieas encerradas	Resistencia	Aerobica					
4.caballo triste		Anaerobica					
5. notacion algebraica	Velocidad	Maxima					
6. mates en una jugada		Desplazamiento					
7.practica		Reacciòn					
8.	Flexibilidad	Estatica					
9.		Dinamica					

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**		
1.	Coordinacion					
2.	Ritmo					
3.	Equilibrio					
4.	Lateralidad					
5.	Diferenciación					
6.	Patrones Basicos de Movimiento					

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.				
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	**MATERIALES Y RECURSO**
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES VISTOS	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios		2	CORRECCIONES Y CONSEJOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones		1	RECOMENDACIONES GENERALES	

FIRMA FORMADOR:	JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

PERFECCIONAMIENTO.

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA							
INDEPORTES CUNDINAMARCA							
PLAN DIARIO DE CLASE							
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA							
Fecha:	**1/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 12:00 am a 2:00 pm**	**N° de sesión:119**	**N° de semana: 40**	
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				**N° de deportistas:**		**Edades: 13-14-15-16-17**	
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	**x**	
Objetivo General: Asegurar que todos los estudiantes tengan el nivel basico de juego							
Objetivo Especifico: Realizar un test de conocimientos previos.							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Reforzar los conocimientos basicos de todos los estudiantes							
VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**x**	Convivencia		Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo	**x**	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	
DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE							
PARTE INICIAL							
ACTIVIDADES					**Tiempo 20 MIN**	**MATERIALES Y RECURSO**	
1. Breve explicacion de la clase		Introduccion a la clase			4		
2. saludo y verificacion del listado		llamado a lista			2		
3. movilidad articular dirigida		Movilidad Articular			8		
4. ejercicios de aprestamiento nivel medio.		Calentamiento			6		
PARTE CENTRAL-PARTE 1							
ACTIVIDADES		**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**	
		Capacidad	**Manifestaciòn**		90		
1. Reglamentación		Fuerza	Maxima				
2. peon al paso			Explosiva				
3. enroque		Resistencia	Aerobica				
4. sistema algebraico			Anaerobica				
5.Practica		Velocidad	Maxima				
6.			Desplazamiento				
7.			Reacciòn				
8.		Flexibilidad	Estatica				
9.			Dinamica				
ACTIVIDADES		**Capacidades Coordinativas**			**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**	
1.		Acoplamiento					
2.		Ritmo					
3.		Equilibrio					
4.		Orientación					
5.		Diferenciación					
6.		Reacción					
7.		Adaptación					
8.		Patrones Basicos de Movimiento					
PARTE CENTRAL-PARTE 2							
ACTIVIDADES		**Tècnico**	**Tactico**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**	
PARTE FINAL							
ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**			**MATERIALES Y RECURSO**	
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR				
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES VISTOS				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		2	CORRECCIONES Y CONSEJOS				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		1	RECOMENDACIONES GENERALES				
FIRMA FORMADOR:			JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**6/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 12:00 am a 2:00 pm**	**N° de sesión:120**	**N° de semana: 41**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				**N° de deportistas:**		**Edades: 13-14-15-16-17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	**x**
Objetivo General: Asegurar que todos los estudiantes tengan el nivel basico de juego						
Objetivo Especifico: Realizar un test de conocimientos previos.						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Compartir los conceptos basicos de la apertura						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	Convivencia		Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo	x	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	
1. Breve explicacion de la clase	Introduccion a la clase		4	**MATERIALES Y RECURSO**
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. ejercicios de aprestamiento nivel medio.	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90	
1. Reglamentación	Fuerza	Maxima			
2. El jugador de ajedrez		Explosiva			
3. conceptos basicos de la apertura	Resistencia	Aerobica			
4. sistema algebraico		Anaerobica			
5.Practica	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Acoplamiento			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**		

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	**MATERIALES Y RECURSO**
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES VISTOS	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		2	CORRECCIONES Y CONSEJOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		1	RECOMENDACIONES GENERALES	

FIRMA FORMADOR: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha:	**7/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 12:00 am a 2:00 pm**	**N° de sesión:121**	**N° de semana: 41**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				**N° de deportistas:**		**Edades: 13-14-15-16-17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	**x**
Objetivo General: Reconocer y ejecutar los mates en una jugada y temas combinatorios						
Objetivo Especifico: Ejecutar de manera adecuada mates y ejecutar los temas combinatorios basicos.						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): casillas debiles y fuertes						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	Convivencia		Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo	x	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	
1. Breve explicacion de la clase	Introduccion a la clase		4	**MATERIALES Y RECURSO**
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. ejercicios de aprestamiento nivel medio.	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**		60	
1. Mates en una jugada	Fuerza	Maxima			
2. Temas combinatorios		Explosiva			
3. Avance de peones	Resistencia	Aerobica			
4. Casillas debiles y fuertes		Anaerobica			
5.Practica	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Coordinacion			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Lateralidad			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**		
1. mejoramiento de las piezas			**15**			
2. reconocimiento de piezas mal ubicadas			**15**			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	**MATERIALES Y RECURSO**
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES VISTOS	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		2	CORRECCIONES Y CONSEJOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		1	RECOMENDACIONES GENERALES	

FIRMA FORMADOR: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**8/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 12:00 am a 2:00 pm**	**N° de sesión:122**	**N° de semana: 41**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				**N° de deportistas:**		**Edades: 13-14-15-16-17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	**x**
Objetivo General: Reconocer la ventaja de material para obtener la victoria						
Objetivo Especifico:Adecuar el valor relativo de las piezas de manera coherente en el proceso de la partida						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Aprender cuales son los errores tipicos en la apertura						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	Convivencia		Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo	x	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	
1. Breve explicacion de la clase	Introduccion a la clase		4	**MATERIALES Y RECURSO**
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. ejercicios de aprestamiento nivel	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**		60	
1. Mates en una y dos jugadas	Fuerza	Maxima			
2. Ventaja material		Explosiva			
3. Erores tipicos	Resistencia	Aerobica			
4.Practica		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Coordinacion			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Lateralidad			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**		
1. sub desarrollo			**15**			
2. violacion a los fundamentos de la apertura			**15**			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	**MATERIALES Y RECURSO**
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES VISTOS	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		2	CORRECCIONES Y CONSEJOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		1	RECOMENDACIONES GENERALES	

FIRMA FORMADOR: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**13/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 12:00 am a 2:00 pm**	**N° de sesión:123**	**N° de semana: 42**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				**N° de deportistas:**		**Edades: 13-14-15-16-17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	**x**
Objetivo General: Reforzar los conceptos estudiados						
Objetivo Especifico: Profundizar en las ideas por medio de la practica						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Reforzar lo aprendido en temas combinatorios y ganancia de material						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	Convivencia		Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo	x	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	
1. Breve explicacion de la clase	Introduccion a la clase		4	**MATERIALES Y RECURSO**
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. ejercicios de aprestamiento nivel	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**		60	
1. Mates en una y dos jugadas	Fuerza	Maxima			
2. Temas combinatorios ventaja de material		Explosiva			
3. Ganancia de material	Resistencia	Aerobica			
4.Practica		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Coordinacion			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Lateralidad			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**		
1. Errores en la apertura			**15**			
2. Casillas debiles y fuertes			**15**			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	**MATERIALES Y RECURSO**
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES VISTOS	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		2	CORRECCIONES Y CONSEJOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		1	RECOMENDACIONES GENERALES	

FIRMA FORMADOR: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha:	**14/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 12:00 am a 2:00 pm**	**N° de sesión:124**	**N° de semana: 42**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				**N° de deportistas:**		**Edades: 13-14-15-16-17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	**x**
Objetivo General: Estudiar los conceptos basicos de las aperturas abiertas						
Objetivo Especifico: Desarrollar los conceptos adquiridos en las aperturas para la jugada 1, e4						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Conocer la jugada clavada absoluta.						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	Convivencia		Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo	x	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	
1. Breve explicacion de la clase	Introduccion a la clase		4	**MATERIALES Y RECURSO**
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. ejercicios de aprestamiento nivel medio.	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**		60	
1. Conceto general, aperturas abiertas	Fuerza	Maxima			
2.Apertura Italiana		Explosiva			
3. Apertura Española	Resistencia	Aerobica			
4.Practica		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**			**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Coordinacion				
2.	Ritmo				
3.	Equilibrio				
4.	Lateralidad				
5.	Diferenciación				
6.	Reacción				
7.	Adaptación				
8.	Patrones Basicos de Movimiento				

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1. clavada absoluta			**15**	
2. pieza inmovilizada			**15**	

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	**MATERIALES Y RECURSO**
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES VISTOS	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		2	CORRECCIONES Y CONSEJOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		1	RECOMENDACIONES GENERALES	

FIRMA FORMADOR: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha:	**15/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 12:00 am a 2:00 pm**	**N° de sesión:125**	**N° de semana: 42**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				**N° de deportistas:**		**Edades: 13-14-15-16-17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	**x**
Objetivo General: Reconocer el conncepto de gambito en las aperturas						
Objetivo Especifico: Plantear diferentes tipos e aperturas abiertas						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Conocer la jugada clavada relativa						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Convivencia		Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo	x	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	
1. Breve explicacion de la clase	Introduccion a la clase		4	**MATERIALES Y RECURSO**
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. ejercicios de aprestamiento nivel	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**		60	
1. Conceto general, aperturas abiertas	Fuerza	Maxima			
2.Apertura Escocesa		Explosiva			
3. Apertura gambito de rey	Resistencia	Aerobica			
4.Practica		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Coordinacion			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Lateralidad			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**		
1. clavada relativa			**15**			
2. defensa de las clavadas absoluta y relativa			**15**			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	**MATERIALES Y RECURSO**
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES VISTOS	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		2	CORRECCIONES Y CONSEJOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		1	RECOMENDACIONES GENERALES	

FIRMA FORMADOR: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha:	**20/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 12:00 am a 2:00 pm**	**N° de sesión:126**	**N° de semana: 43**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				**N° de deportistas:**		**Edades: 13-14-15-16-17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	**x**
Objetivo General: Reconocer el tipo de jueego que se da con las aperturas cerradas						
Objetivo Especifico: Plantear diferentes tipos de aperturas cerradas						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Conocer el tema tactico ventaja de material por meduio de la clavada						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	Convivencia		Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo	x	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	
1. Breve explicacion de la clase	Introduccion a la clase		4	**MATERIALES Y RECURSO**
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. ejercicios de aprestamiento nivel	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**		60	
1. Conceto general, aperturas cerradas	Fuerza	Maxima			
2.Peon dama, jugada 1: d4		Explosiva			
3. El desarrollo en las aperturas cerradas	Resistencia	Aerobica			
4.El fiancheto		Anaerobica			
5.Practica	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Coordinacion			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Lateralidad			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**		
1. ventaja de material por medio de las clavadas			**15**			
2. ataque a la pieza inmovilizada			**15**			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	**MATERIALES Y RECURSO**
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES VISTOS	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		2	CORRECCIONES Y CONSEJOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		1	RECOMENDACIONES GENERALES	

FIRMA FORMADOR: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**21/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 12:00 am a 2:00 pm**	**N° de sesión:127**	**N° de semana: 43**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				**N° de deportistas:**		**Edades: 13-14-15-16-17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	**x**

Objetivo General: Reconocer y aplicar de manera coherente el gambito y la defensa semieslava en las aperturas cerradas

Objetivo Especifico: Entender la diferencia del desarrollo de piezas de una apertura abierta a una apertura cerrada

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Conocer la tijera de dama

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Convivencia		Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo	x	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	
1. Breve explicacion de la clase	Introduccion a la clase		4	**MATERIALES Y RECURSO**
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. ejercicios de aprestamiento nivel medio.	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90	
1. Conceto general, aperturas cerradas	Fuerza	Maxima			
2. Gamito de dama		Explosiva			
3. Defensa semieslava	Resistencia	Aerobica			
4.Practica		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Coordinacion			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Lateralidad			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**		
1.tijera de dama, pieza mal ubicada			**15**			
2. Jaque y premio			**15**			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	**MATERIALES Y RECURSO**
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES VISTOS	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		2	CORRECCIONES Y CONSEJOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		1	RECOMENDACIONES GENERALES	

FIRMA FORMADOR: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha:	**22/12/2022**	**Lugar: Veredas**	**Municipio: VENECIA**	**Hora: 12:00 am a 2:00 pm**	**N° de sesión:128**	**N° de semana: 43**
Nombre del Formador: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO				**N° de deportistas:**		**Edades: 13-14-15-16-17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**	**x**
Objetivo General: Ejecutar los sistemas defensivos para las negras.						
Objetivo Especifico: Aprender el sistema erizo						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): Reconocer y efectuar la tjera de dama sin jaque						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	Convivencia		Autodisciplina		Participaciòn	
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
compañerismo	x	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	
1. Breve explicacion de la clase	Introduccion a la clase		4	**MATERIALES Y RECURSO**
2. saludo y verificacion del listado	llamado a lista		2	
3. movilidad articular dirigida	Movilidad Articular		8	
4. ejercicios de aprestamiento nivel	Calentamiento		6	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90**	**MATERIALES Y RECURSO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**		90	
1. Recursos defensivos	Fuerza	Maxima			
2. Sistema erizo		Explosiva			
3. Sistemas alternos	Resistencia	Aerobica			
4.Practica		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**
1.	Coordinacion			
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Lateralidad			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción			
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

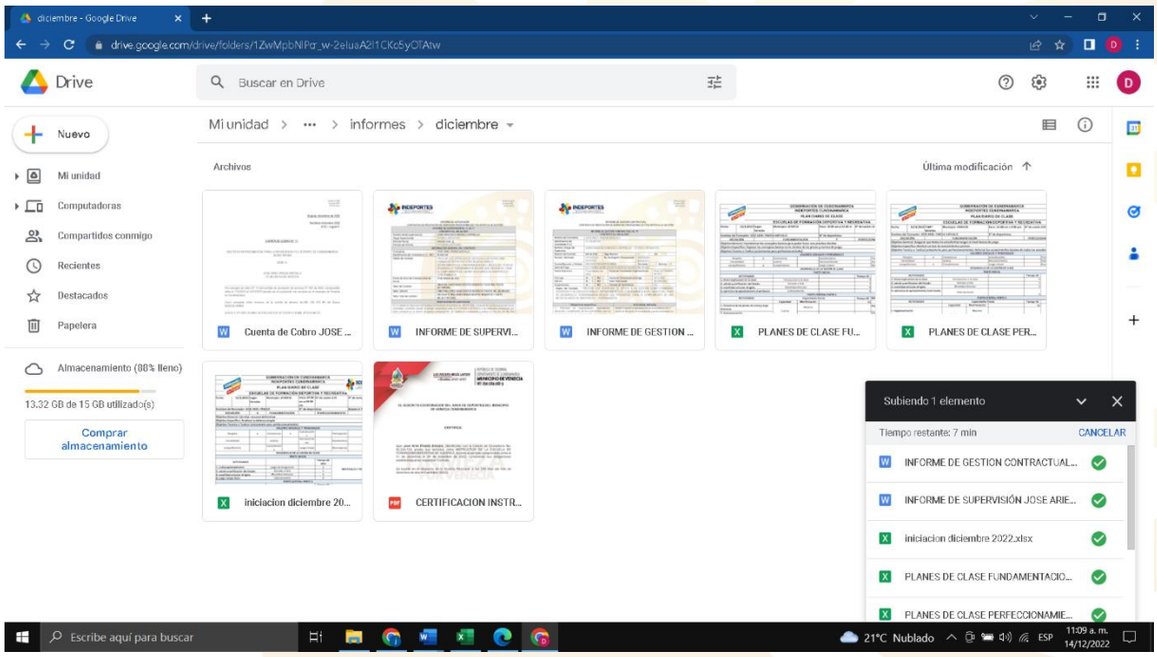
ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**MATERIALES Y RECURSO**		
1.ataque de dama sin jaque			**15**			
2. ataque a dos piezas y captura de una			**15**			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	
1.Estiramiento		5	ELONGACION MUSCULAR	**MATERIALES Y RECURSO**
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		2	RECORDAR LOS VALORES VISTOS	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		2	CORRECCIONES Y CONSEJOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales		1	RECOMENDACIONES GENERALES	

FIRMA FORMADOR: JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

OBLIGACION #7 Desarrollé y subí al Drive institucional la información del mes de DICIEMBRE con los archivos correspondientes a la escuela de ajedrez.



OBLIGACION #8 se entrega el plan mensual con componentes técnicos, capacidades y valores en el mes de DICIEMBRE

INICIACION, FUNDAMENTACION Y PERFECCIONAMIENTO.

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**DICIEMBRE**		**MUNICIPIO: VENECIA/CUNDINAMARCA**				
LUGAR				**VEREDAS**		**HORARIO DE PRACTICA:**		**DE 07:00 AM. A 04:30 P.M.**		
NIVEL				**INICIACIÒN**	**X**	**FUNDAMENTACIÒN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	**X**	
CLASES				**DICIEMBRE**		**DICIEMBRE**		**DICIEMBRE**		
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	X		X				
			RESPONSABILIDAD	X						
			COMPAÑERISMO	X		X		X		
			JUSTICIA					X		
			COOPERACION					X		
			LEALTAD			X		X		
			TRABAJO EN EQUIPO	X						
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD							
			OBEDIENCIA			X				
			AUTODISCIPLINA	X		X		X		
			PARTICIPACIÒN			X		X		
			PERSEVERANCIA					X		
			AUTODOMINIO	X		X		X		
			RECOMPENSA			X				
	PARTE INICIAL	INICIO	INTRODUCCION	X						
			MOVILIDAD ARTICULAR	X				X		
			CALENTAMIENTO	X		X		X		
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	RITMO			X		X		
			EQUILIBRIO					X		
			COORDINACION	X						
			LATERALIDAD	X						
			PRESICION					X		
		ELEMENTOS TEORICOS	ORIGEN DEL AJEDREZ			X		X		
			HISTORIA DEL AJEDREZ	X		X		X		
			MEDIDAS DEL TABLERO							
			REGLAS DE JUEGO	X						
			NOTACION ALGEBRAICA	X		X		X		
			BUEN USO DE IMPLEMENTACION	X		X		X		
		ELEMENTOS TÉCNICOS	DINAMICA DE LAS PIEZAS	X				X		
			CINETICA DE LAS PIEZAS	X		X		X		
			PRINCIPIOS DEL JAQUE			X				
			DESARROLLO DE LAS PIEZAS							
			PRACTICA			X				
			RED DE MATE EN 1 JUGADA	X				X		
			APERTURA	X				X		
		ELEMENTOS TACTICOS	MOTIVOS TACTICOS COMBINATORIOS			X		X		
			FINALES BASICOS	X		X				
			COMBINACIONES			X		X		
		PSICOSOCIAL VOLUTIVO	ATENCION Y CONCENTRACION	X		X		X		
			TOMA DE DECISIONES	X						
			MANEJO DE EMOCIONES			X		X		
		RECREODEPORTIVO	JUEGOS DE INTEGRACION							
			CIRCUITOS RECREATIVOS	X		X		X		
			FESTIVALES RECREATIVOS			X		X		
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO					X		
			RETROALIMENTACIÒN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	X		X		X		

FIRMA FORMADOR:	JOSE ARIEL PINEDA AREVALO

OBLIGACION #9Realice las tomas de los test, quedando de tal forma atento al análisis por parte de los metodólogos y preparado para realizar la segunda toma de datos según indicaciones.

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.
	JOSE PINEDA AJEDREZ 34								
1	DUVER IBAÑEZ GARCIA	8	24/09/2014	AJEDREZ	25	126	95,5	125	58
2	ANDERSON DAVID QUIROGA APONTE	8	9/08/2014	AJEDREZ	22	122	95	119,5	59,5
3	EVELIN SARAY CASTELLANOS	7	12-nov	AJEDREZ	25	121	93	122	61
4	PABLO SMITH BAQUERO	6	11/10/2015	AJEDREZ	16	107	86	104	55
5	MIGUEL ANGEL ORJUELA	7	29/07/2105	AJEDREZ	21	124,5	96,5	129	58
6	SHARIT YURLEY ALVAREZ CORTEZ	7	7/12/2014	AJEDREZ	21	119	37	117	53
7	JUAN DAVID RODRIGUEZ GALINDO	7	13/02/2015	AJEDREZ	30	131	96,5	136	61
8	TANIA MORA ARIAS	7	23-ene	AJEDREZ	22	122	91,5	127	57
9	SANTIAGO PARDO	7	25/06/2015	AJEDREZ	26	128	96	130	61,5
10	THIAGO VILLAREAL	8	2/07/2014	AJEDREZ	26	129	94,5	135,5	61
11	DILAN SAVEDRA ROMERO	7	24/01/2015	AJEDREZ	30	130	96	128	70
12	JUAN SEBASTIAN PINZON	8	15/08/2012	AJEDREZ	28	135	98	135	61
13	JULIAN ESTEBAN DIAZ	7	20/12/2014	AJEDREZ	22	123,5	95	128	57
14	FRANKLIN STIV ARIAS	12	1/12/2009	AJEDREZ	31	137,5	107,5	142	66
15	DANIEL ALEXANDER RODRIGUEZ	12	21/03/2010	AJEDREZ	45	153	118	148	72
16	HECTOR ALEXIS GAMBOA	10	31/03/2012	AJEDREZ	38	148	110	142	71,5
17	ANDERSON FELIPE CUBILLOS SARMIENTO	10	2/07/2012	AJEDREZ	28	136	108	136	63
18	JHON EDUAR MARTINEZ	13	24/11/2007	AJEDREZ	50	157	117	157	74
19	SEBASTIAN SUAREZ	10	3/04/2012	AJEDREZ	26	132	105	137	65
20	ROBINSON APONTE MORA	11	2/01/2011	AJEDREZ	37	156	116	157	64
21	JOSUE BONILLA	9	12/11/2012	AJEDREZ	35	145	111	145	63
22	TAEL NAYARA PARRA PEÑALOZA	9	13/03/2014	AJEDREZ	41	160	119	157	65
23	MAUREN DAYANA GALVIS SANCHEZ	12	28/04/2010	AJEDREZ	45	155	121	155	67
24	YANITZA ESTEFANI HERNANDEZ	9	10/12/2013	AJEDREZ	25	131	105	130	59
25	JORDY DAVID GARCIA MOLINA	9	24/06/2013	AJEDREZ	30	146,5	107,5	135,5	65
26	CRISTIAN BAQUERO	12	20/12/2010	AJEDREZ	45	152	113	146	73
27	ANGELA YULIETH HERNANDEZ	9	16/01/2013	AJEDREZ	26	132	107	133	53
28	CRISTIAN JAIR FRANCO	11	2/03/2011	AJEDREZ	37	154	114	157	70
29	SHARICK FRANCO	9	13/05/2012	AJEDREZ	39	155	117	155	64,5
30	SOL SHARIT MORALES	9	21/11/2012	AJEDREZ	43	155	120	154	66
31	SAMUEL ALEJANDRO CORTES	9	20/01/2012	AJEDREZ	32	145,7	108	144	65
32	OSCAR ANDRES CASTELLANOS	9	5/10/2012	AJEDREZ	38	145	109	142	72
33	NICOLAS URREA SANCHEZ	12	30/12/2009	AJEDREZ	45	157	121	156	68
34	ANGEL SAMIC ROMERO	11	25/07/2011	AJEDREZ	38	153	113,5	154	64

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 (5,5) 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 (5,5) 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			1 INTENTO	2 INTENTO		
	JOSE PINEDA AJEDREZ 13																			
1	DUVER IBAÑEZ GARCIA	8	24/09/2014	AJEDREZ	6,87	6,87	126	125		128	184	186		186	15,1	15,1	8	9		8
2	ANDERSON DAVID QUIROGA APONTE	8	9/08/2014	AJEDREZ	5,18	5,18	101	102		102	175	172		175	15,48	15,48	14	13		13
3	EVELIN SARAY CASTELLANOS	7	12-nov	AJEDREZ	5,19	5,19	101	107		107	171,5	172		172	17,54	17,54	21	8		8
4	PABLO SMITH BAQUERO	6	11/10/2015	AJEDREZ	5,48	5,48	92	88		92	151,5	149		151,5	20,57	20,57	17	24		17
5	MIGUEL ANGEL ORJUELA	7	29/07/2105	AJEDREZ	5,3	5,3	110	91		110	174	175		175	16,45	16,45	27	30		27
6	SHARIT YURLEY ALVAREZ CORTEZ	7	7/12/2014	AJEDREZ	5,2	5,2	98	111		111	171	172		172	17,19	17,19	22	15		15
7	JUAN DAVID RODRIGUEZ GALINDO	7	13/02/2015	AJEDREZ	5,6	5,6	106	107		107	187	192		192	15,2	15,2	27	17		17
8	TANIA MORA ARIAS	7	23-ene	AJEDREZ	5,77	5,77	74	72		74	166	170		170	16,37	16,37	37	15		15
9	SANTIAGO PARDO	7	25/06/2015	AJEDREZ	6,69	6,69	117	110		117	186	186		186	15,72	15,72	24	12		12
10	THIAGO VILLAREAL	8	2/07/2014	AJEDREZ	6,91	6,91	136	143		143	188	188		188	13,25	13,25	7	0		0
11	DILAN SAVEDRA ROMERO	7	24/01/2015	AJEDREZ	5,5	5,5	104	113		113	179	182		182	16,3	16,3	38	27		27
12	JUAN SEBASTIAN PINZON	8	15/08/2012	AJEDREZ	6,91	6,91	74	106		106	193	194		194	13,51	13,51	31	21		21
13	JULIAN ESTEBAN DIAZ	7	20/12/2014	AJEDREZ	6,26	6,26	140	147		147	182	183		183	13,06	13,06	23	13		13

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO
SEGUNDO SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

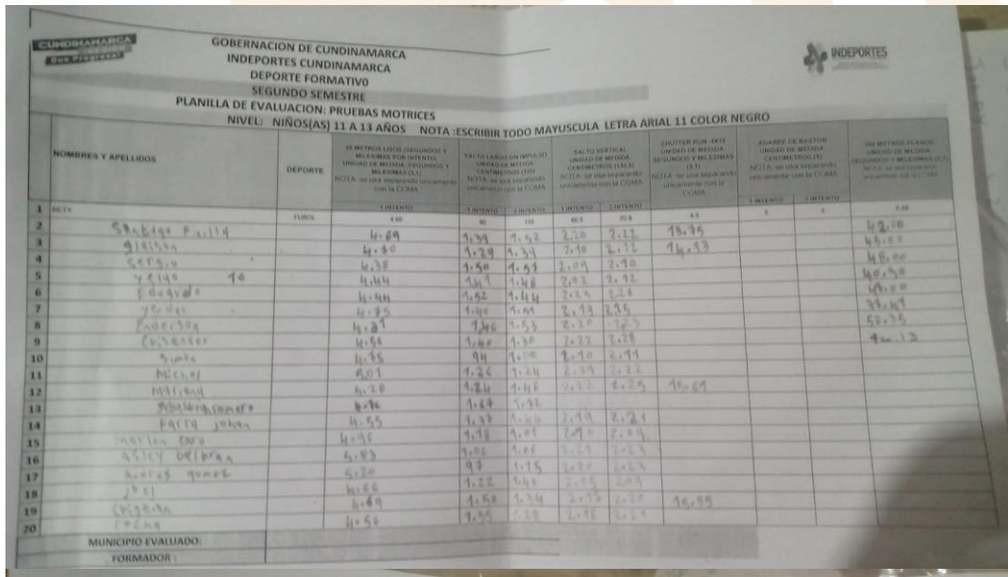
NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA 9 A 10 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

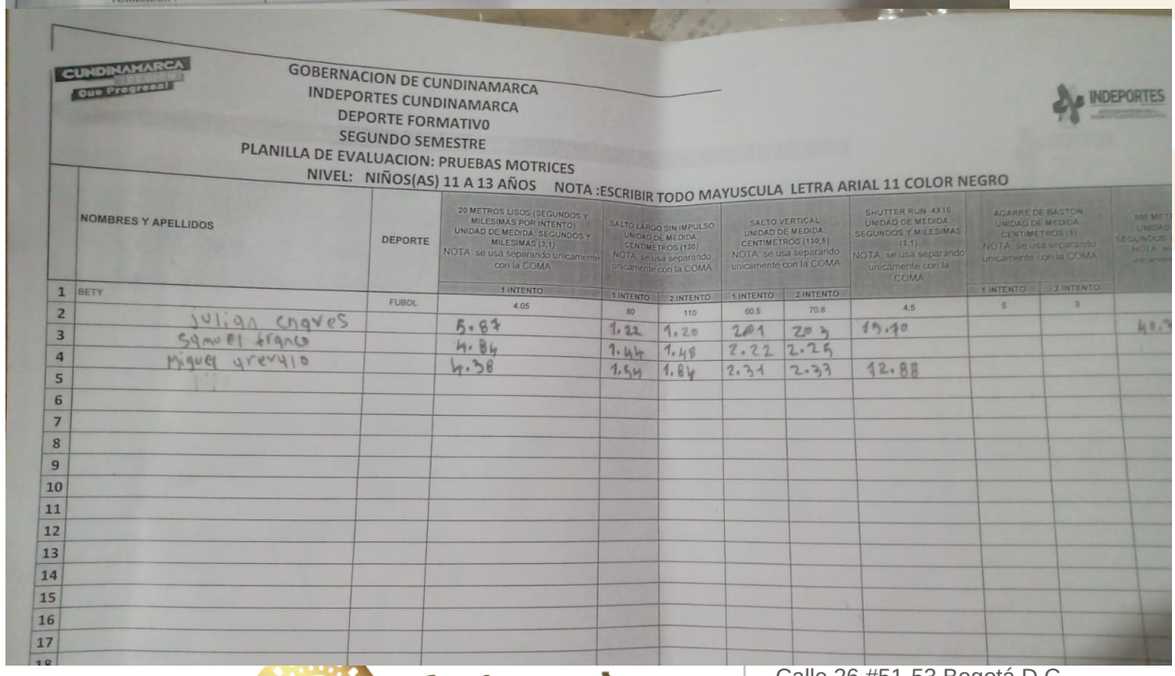
	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	20 METROS LISOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (120) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGUN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGUN 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 SEGUN LOS 2 INTENTOS
	NOMBRES Y APELLIDOS				1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO						1 INTENTO	2 INTENTO		
					JOSE PINEDA AJEDREZ 12																
1	HECTOR ALEXIS GAMBOA	10	31/03/2012	AJEDREZ	4,55	4,55	126	129		126	210	216		216	13,78	13,78	12	17		12
2	ANDERSON FELIPE CUBILLOS SARMIENTO	10	2/07/2012	AJEDREZ	4,65	4,65	123	119		123	200	204		204	10,11	10,11	17	21		17
3	SEBASTIAN SUAREZ	10	3/04/2012	AJEDREZ	4,98	4,98	150	154		154	192	195		195	10,05	10,05	20	25		20
4	JOSUE BONILLA	9	12/11/2012	AJEDREZ	3,98	3,98	113	141		141	220	230		230	12,9	12,9	22	11		11
5	YAEL NAYARA PARRA PEÑALOZA	9	11/03/2014	AJEDREZ	4,72	4,72	145	142		145	189	189		189	13,05	13,05	20	15		15
6	YANITZA ESTEFANI HERNANDEZ	9	10/12/2013	AJEDREZ	4,3	4,3	167	175		187	218	222		222	14,03	14,03	14	29		14
7	JORDY DAVID GARCIA MOLINA	9	14/06/2013	AJEDREZ	4,84	4,84	116	127		127	200	201		201	13,74	13,74	16	12		12
8	SHARICK FRANCO	9	12/05/2012	AJEDREZ	4,36	4,36	127	137		137	224	226		226	13,6	13,6	32	25		25
9	SOL SHARIT MORALES	9	21/11/2012	AJEDREZ	4,83	4,83	120	145		145	224	228		228	13,72	13,72	34	20		20
10	SAMUEL ALEJANDRO CORTES	9	20/01/2012	AJEDREZ	5,2	5,2	107	100		107	180	180		180	13,76	13,76	25	17		17
11	OSCAR ANDRES CASTELLANOS	9	3/10/2012	AJEDREZ	5,1	5,1	95	90		95	187	187		187	13,92	13,92	16	17		16
12	ANGELA YULIETH HERNANDEZ	9	16/01/2013	AJEDREZ	4,63	4,63	126	132		132	212	220		220	14,33	14,33	13	21		13

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO
SEGUNDO SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

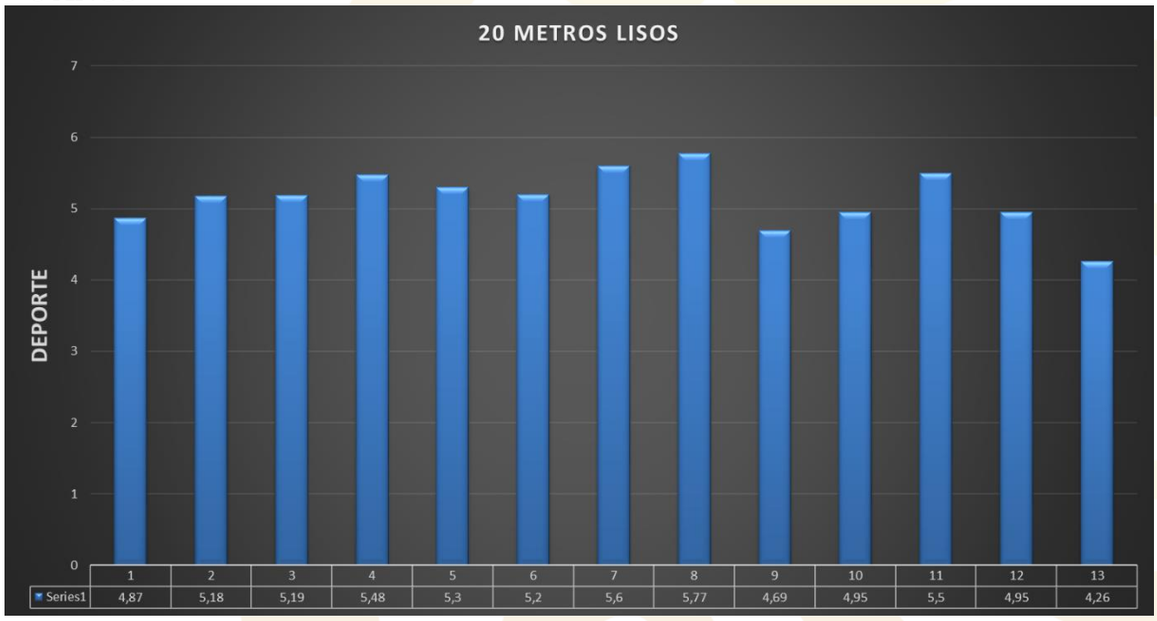
NIVEL: NIÑOS(AS) 11 A 13 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	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 (120) 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 (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGUN 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 SEGUN 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			
					JOSE PINEDA AJEDREZ																	
1	FRANKLIN STIV ARIAS	12	4/12/2009	AJEDREZ	4,05	4,05	80	110		110	60,5	70,8		70,8	12,1	12,1	5	3		3	0	126,00
2	JHON EDGAR MARTINEZ	13	9/01/2007	AJEDREZ	5,08	5,08	109	103		103	184	186		186	13,76	13,76	37	35		35	128,13	125,13
3	NICOLAS URREA SANCHEZ	12	30/12/2009	AJEDREZ	5,02	5,02	102	118		118	180,3	180		190	13,8	13,8	32	34		25	140,5	140,5
4	ANGEL SAMIC ROMERO	11	20/07/2011	AJEDREZ	4,65	4,65	122	118		122	200	202		200	10,11	10,11	16	21		16	162,35	162,35
5	CRISTIAN JAIR FRANCO	11	4/02/2011	AJEDREZ	4,72	4,72	145	142		145	188	188		188	13,05	13,05	20	15		15	158,8	158,8
6	CRISTIAN BAQUERO	12	26/12/2010	AJEDREZ	4,3	4,3	167	175		187	218	222		222	14,03	14,03	14	29		14	142,38	142,38
7	MAUREN DAYANA GALVIS SANCHEZ	12	28/06/2010	AJEDREZ	4,84	4,84	116	127		127	200	201		201	13,74	13,74	16	12		12	138,9	138,9
8	ROBINSON APONTE MORA	11	27/11/2011	AJEDREZ	4,36	4,36	127	137		137	224	226		226	13,6	13,6	32	25		25	166,22	166,22
9	DANIEL ALEXANDER RODRIGUEZ	12	15/05/2010	AJEDREZ	5,2	5,2	104	100		104	174	180		180	13,76	13,76	24	17		17	148,1	148,1



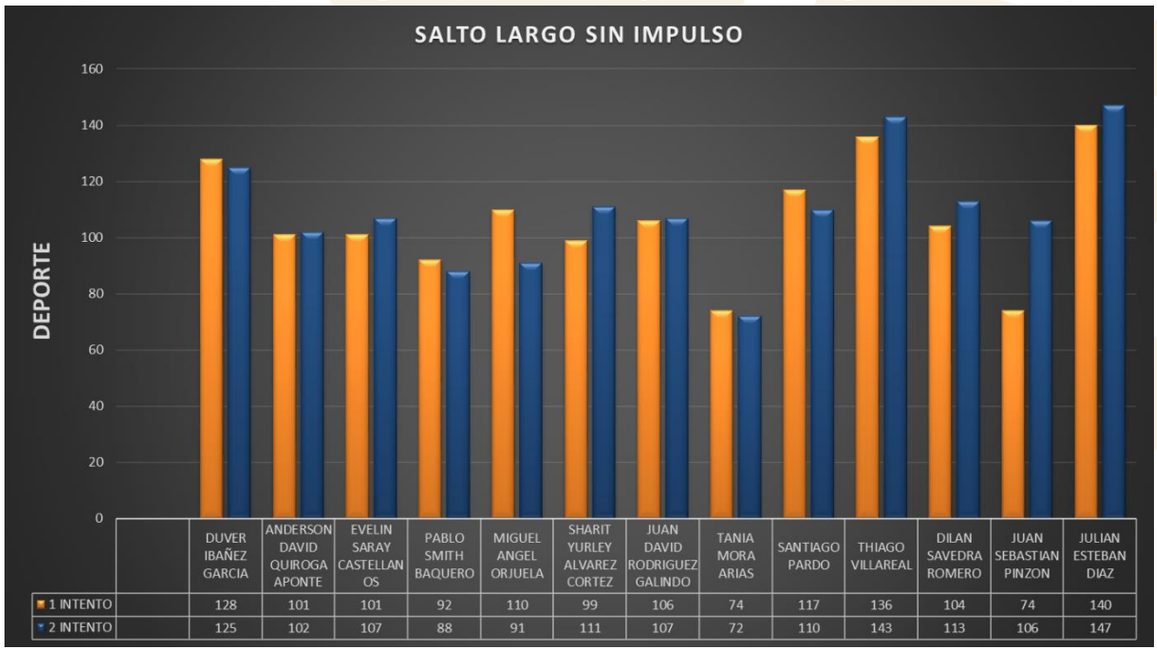


ANALISIS CUALITATIVO ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE AJEDREZ DE VENECIA, CUNDINAMARCA.
< 8 AÑOS

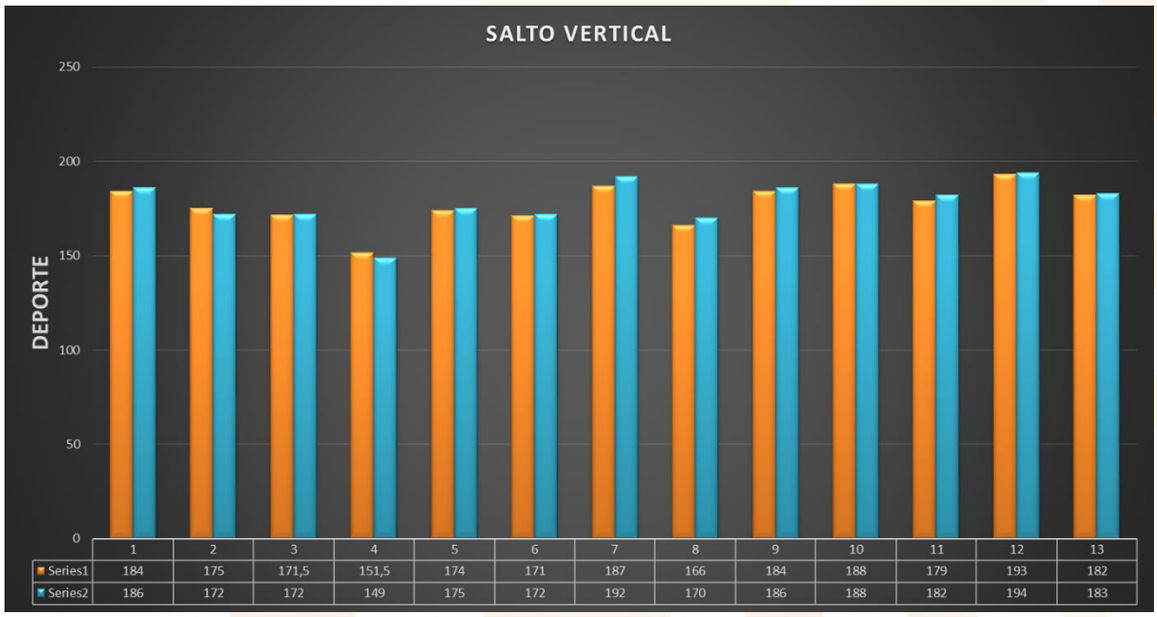


De la prueba 20 metros lisos se puede identificar que los chicos con menor tiempo fueron el 13 Juan Esteban Díaz con 4,26 seg y el 9 Santiago Pardo con 4,69 seg. Por otro lado, los tiempos más altos fueron 8 Tania Mora Arias con un tiempo de 5,77 seg y 11 Dilan Saavedra Romero con un tiempo de 5,5.
El promedio en la toma de esta prueba fue de 5,14.

De la prueba salto largo sin impulso (tomando el mejor resultado) se puede identificar que los



chicos con mayor potencia en tren inferior fueron Juan Esteban Díaz con un salto de 147 cm y Thiago Villareal con un salto de 143 cm, así mismo podemos observar que la deportista con menor potencia en tren inferior es Tania Mora Arias con un salto de 74 cm.
El promedio en la toma de esta prueba fue de 112,07.



De la prueba salto Vertical (tomando el mejor resultado) se puede identificar que los chicos con mayor potencia en tren inferior y que alcanzaron una mayor altura fueron el 12 Juan Sebastián Pinzón con un salto de 194 cm y el 7 Juan David Rodríguez Galindo con un salto de 192 cm, de la misma manera tenemos que el deportista que tuvo la menor altura fue el 4 Pablo Smith Baquero con un salto de 151,5

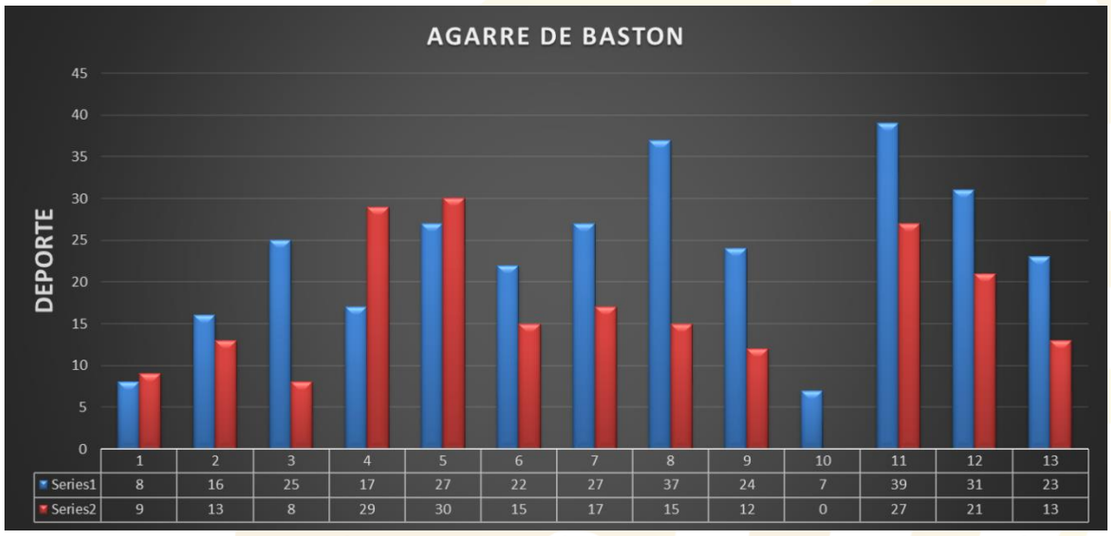
También se puede identificar que la mayoría de los deportistas tuvieron un mejor rendimiento en el segundo salto a excepción del 2 y el 4, que tuvieron un mejor salto en el primer intento.

El promedio en la toma de esta prueba fue de 178,96.



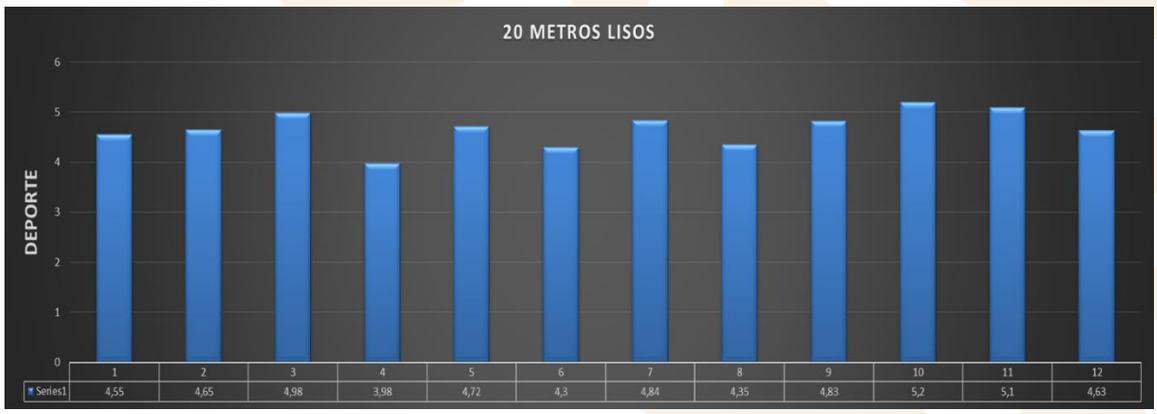
De la prueba shuttle run 4x10 se puede identificar con el menor tiempo (mejor aptitud física) al deportista 13 Juan Esteban Díaz con un tiempo de 13,06 seg y el deportista con mayor tiempo (baja aptitud física) 4 Pablo Smith Baquero con un tiempo de 20,57 seg.

El promedio en la toma de esta prueba fue de 15,84 seg.

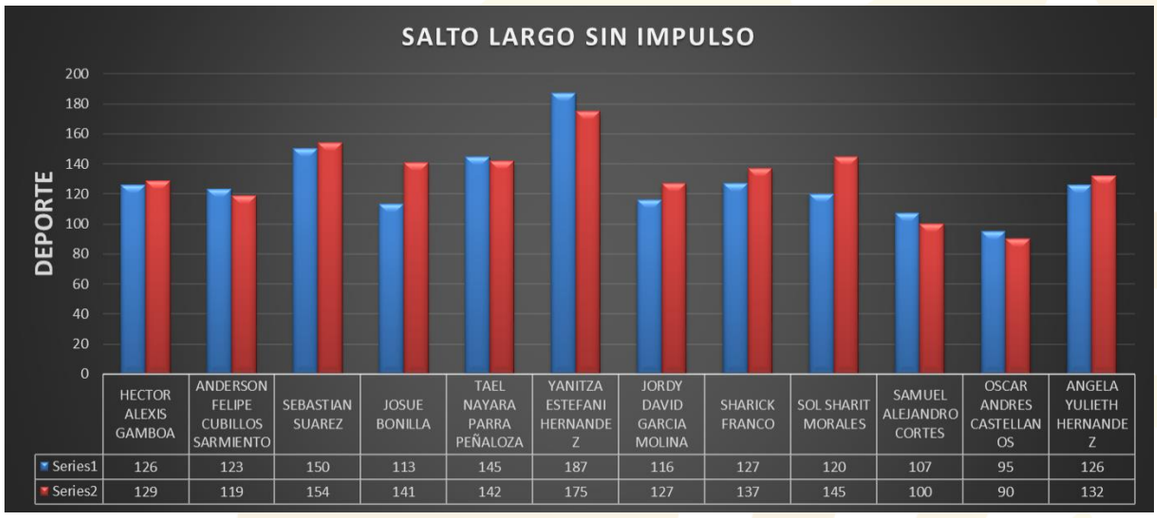


De la prueba agarre de bastón se puede identificar con la mejor velocidad de reacción al deportista 10 Thiago Villareal con un resultado de 0 cm y con el resultado mayor a los deportistas 5 Miguel Angel Orjuela y 11 Dilan Saavedra Romero ambos con un resultado de 27 cm.
En la toma de esta prueba podemos observar que la mayoría de los chicos mejoraron en su segundo intento a excepción del 1, 4 y 5 que obtuvieron el mejor resultado en el primer intento.
El promedio en la toma de esta prueba fue de 14,84 cm.

9 a 10 años

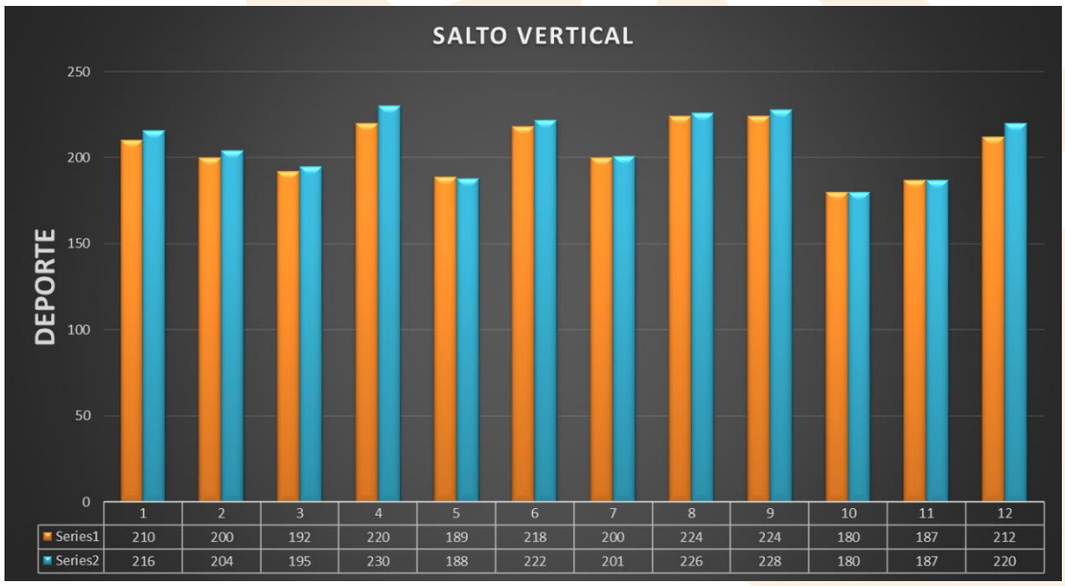


De la prueba 20 metros lisos se puede identificar que el deportista con menor tiempo fue el 4 Josue Bonilla con un tiempo de 3,98 seg y los tiempos más altos fueron 10 Samuel Alejandro Cortez con un tiempo de 5,2 seg y 11 Oscar Andrés Castellanos con un tiempo de 5,1.
El promedio en la toma de esta prueba fue de 4,67 seg.



	HECTOR ALEXIS GAMBOA	ANDERSON FELIPE CUBILLOS SARMIENTO	SEBASTIAN SUAREZ	JOSUE BONILLA	TAEL NAYARA PARRA PEÑALOZA	YANITZA ESTEFANI HERNANDEZ	JORDY DAVID GARCIA MOLINA	SHARICK FRANCO	SOL SHARIT MORALES	SAMUEL ALEJANDRO CORTES	OSCAR ANDRES CASTELLANOS	ANGELA YULIETH HERNANDEZ
Series1	126	123	150	113	145	187	116	127	120	107	95	126
Series2	129	119	154	141	142	175	127	137	145	100	90	132

De la prueba salto largo sin impulso (tomando el mejor resultado) se puede identificar que los chicos con mayor potencia en tren inferior fueron Yanitza Estefani Hernández con un salto de 187 cm y Sebastián Suarez con un salto de 154 cm, así mismo podemos observar que el deportista con menor potencia en tren inferior es Oscar Andrés Castellanos con un salto de 95 cm.
El promedio en la toma de esta prueba fue de 135,16.

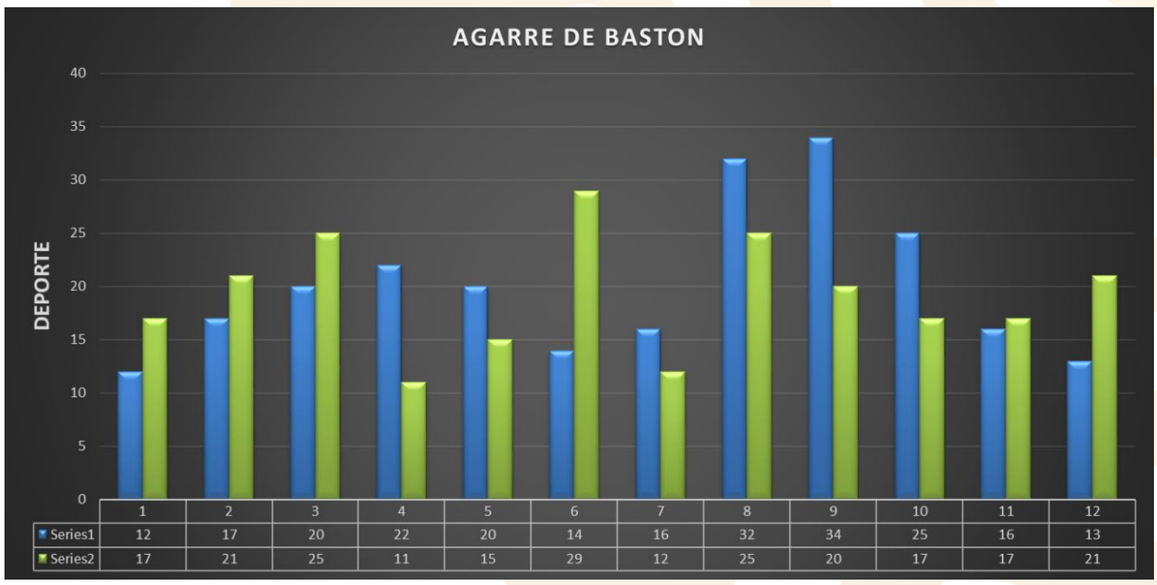


	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Series1	210	200	192	220	189	218	200	224	224	180	187	212
Series2	216	204	195	230	188	222	201	226	228	180	187	220

De la prueba salto Vertical (tomando el mejor resultado) se puede identificar que los chicos con mayor potencia en tren inferior y que alcanzaron una mayor altura fueron el 4 Josue Bonilla con un salto de 230 cm y el 9 Sol Sharit Morales con un salto de 228 cm, de la misma manera tenemos que el deportista que tuvo la menor altura fue el 10 Samuel Alejandro Cortez con un salto de 180 cm.
También se puede identificar que la mayoría de los deportistas tuvieron un mejor rendimiento en el segundo salto.
El promedio en la toma de esta prueba fue de 208,16.

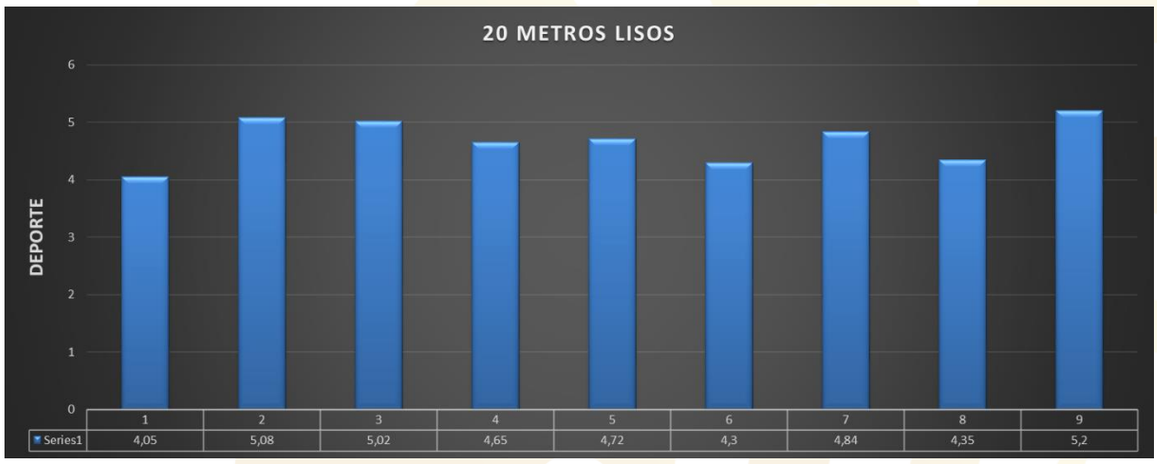


De la prueba shuttle run 4x10 se puede identificar con el menor tiempo (mejor aptitud física) a los deportistas 2 Anderson Felipe Cubillos con un tiempo de 10,11 seg y 3 Sebastián Suarez con un tiempo de 10,06 seg. También tenemos con mayor tiempo (baja aptitud física) 12 Ángela Yulieth Hernández con un tiempo de 14,33 seg.
El promedio en la toma de esta prueba fue de 13,08 seg.

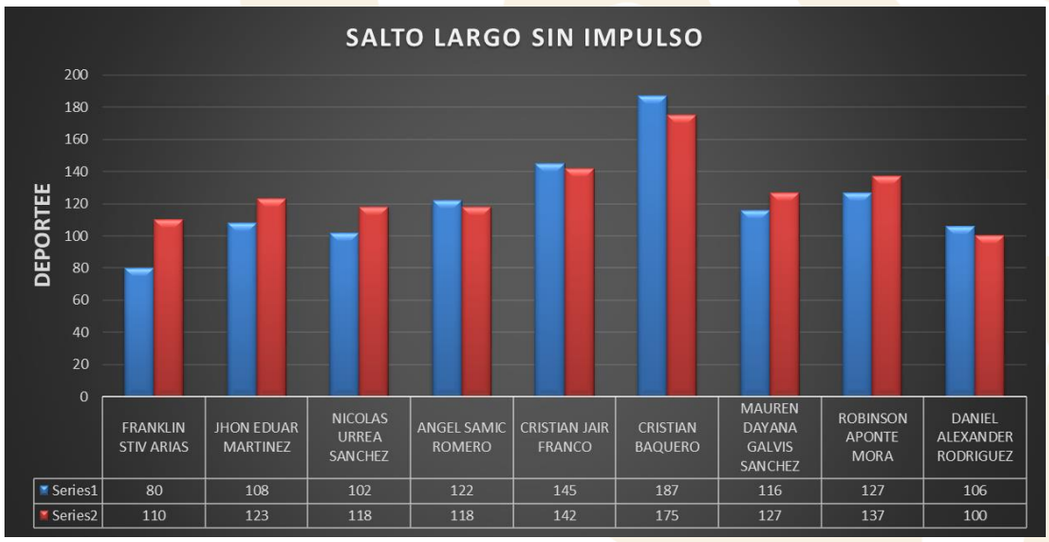


De la prueba agarre de bastón se puede identificar con la mejor velocidad de reacción al deportista 4 Josue Bonilla con un resultado de 11 cm y con el resultado mayor a los deportistas 3 Sebastián Suarez y 8 Sharick Franco ambos con un resultado de 25 cm.
En la toma de esta prueba podemos observar que la mitad de los deportistas tuvieron un buen resultado en el primer intento y la otra mitad mejoro sus resultados en el segundo intento.
El promedio en la toma de esta prueba fue de 16 cm.

11 a 13 años



De la prueba 20 metros lisos se puede identificar que los chicos con menor tiempo fueron el 1 Franklin Stiv Arias con un tiempo de 4,05 seg y el 6 Cristian Baquero con un tiempo de 4,3 seg. Por otro lado, los tiempos más altos fueron 9 Daniel Alexander Rodríguez con un tiempo de 5,2 seg y 2 Jhon Eduar Martínez con un tiempo de 5,08 seg.
El promedio en la toma de esta prueba fue de 4,69 seg.
De la prueba salto largo sin impulso (tomando el mejor resultado) se puede identificar que el



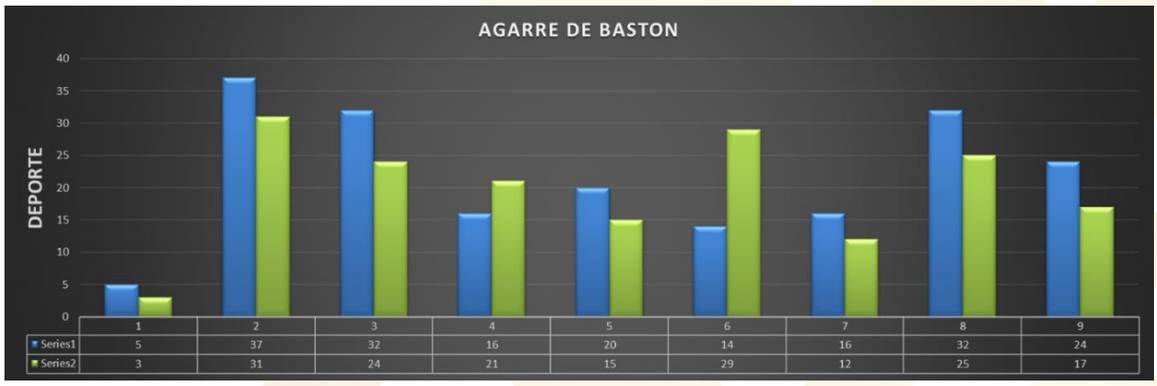
deportista con mayor potencia en tren inferior fue Cristian Baquero con un salto de 187 cm, así mismo podemos observar que el deportista con menor potencia en tren inferior es Daniel Alexander Rodríguez con un salto de 106 cm.
El promedio en la toma de esta prueba fue de 130,55.



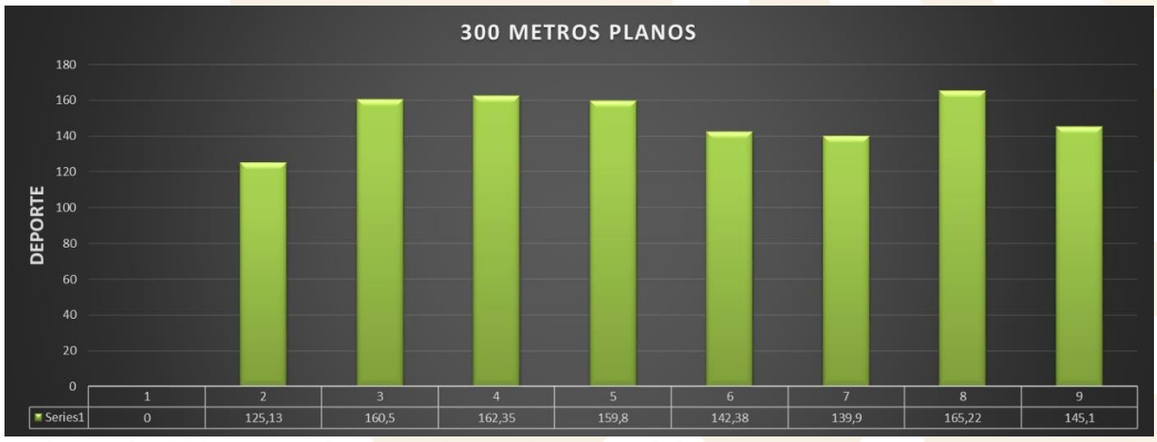
De la prueba salto Vertical (tomando el mejor resultado) se puede identificar que los chicos con mayor potencia en tren inferior y que alcanzaron una mayor altura fueron el 8 Robinson Aponte Mora con un salto de 226 cm y el 6 Cristian Baquero con un salto de 222 cm, de la misma manera tenemos que el deportista que tuvo la menor altura fue el 1 Franklin Stiv Arias con un salto de 70,8 cm.
También se puede identificar que la mayoría de los deportistas tuvieron un mejor rendimiento en el segundo salto a excepción del 3 y el 5, que tuvieron un mejor salto en el primer intento.
El promedio en la toma de esta prueba fue de 185,36.



De la prueba Shuttle run 4x10 se puede identificar con el menor tiempo (mejor aptitud física) al deportista 4 Angel Samic Romero con un tiempo de 10,11 seg y con mayor tiempo (baja aptitud física) 6 Cristian Baquero con un tiempo de 14,03 seg.
El promedio en la toma de esta prueba fue de 13,15 seg.



De la prueba agarre de bastón se puede identificar con la mejor velocidad de reacción al deportista 1 Franklin Stiv Arias con un resultado de 3 cm y con el resultado mayor a los deportistas 2 Jhon Eduar Martínez con un resultado de 31 cm y 8 Robinson Aponte Mora con un resultado de 25 cm.
En la toma de esta prueba podemos observar que la mayoría de los chicos mejoraron en su segundo intento a excepción del 4 y 6 que obtuvieron el mejor resultado en el primer intento.
El promedio en la toma de esta prueba fue de 17,4 cm.



En la prueba 300 metros planos, podemos descartar al deportista 1 que no presento esta prueba, y tenemos que el deportista con mayor resistencia a la velocidad y que logro el menor tiempo fue el 2 Jhon Eduar Martínez con un resultado de 125,13 y el resultado más alto lo tuvo el deportista 8 Robinson Aponte Mora con un resultado de 165,22.

En conclusión, tenemos en el grupo de < 8 años, que los resultados son similares debido al rango de edad de los deportistas, de este grupo se destaca a Juan Esteban Díaz quien tuvo el mejor rendimiento en la mayoría de las pruebas y el que tuvo el rendimiento más bajo fue Pablo Smith Baquero.

En el grupo 9 a 10 años, vemos que se puede mejorar la velocidad de reacción y tenemos a Josue Bonilla como el deportista con mejores resultados en la mayoría de las pruebas.

11 a 13 años, en este grupo la mayoría de los chicos tuvieron resultados similares y los deportistas que mejores resultados tuvieron, son Cristian Baquero y Franklin Stiv Arias.

Estos resultados corresponden a deportistas de la disciplina de ajedrez por tanto las pruebas físicas no son evidencia del avance cognoscitivo que puedan adquirir los deportistas que practican esta disciplina.

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

INICIACION






FUNDAMENTACION





INICIACION

perfeccionamiento







OBLIGACION #10
Anexe la correspondiente certificación de las actividades realizadas por parte de la alcaldía de Venecia Cundinamarca.

COMPROMISO Y FIRMEZA POR VENECIA

LUZ ARELYS ARIZA LAITON
Alcaldesa 2020-2023

REPÚBLICA DE COLOMBIA.
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
MUNICIPIO DE VENECIA
NIT: 890.680.088-3

EL SUSCRITO COORDINADOR DEL AREA DE DEPORTES DEL MUNICIPIO DE VENECIA CUNDINAMARCA

CERTIFICA:

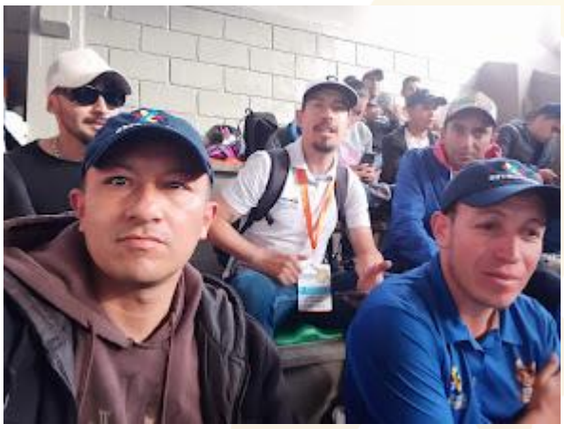
Que **José Ariel Pineda Arévalo**, identificado con la Cédula de Ciudadanía No. 80.028.154, presto sus servicios como INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE AJEDREZ, durante el período comprendido entre el 01 de diciembre al 24 de diciembre de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas ensu respectivo Contrato.

Se expide en el despacho de la Alcaldía Municipal, a los (26) días del mes de diciembre de dos mil veintidós (2022).

EDUAR ARBELAEZ ROMERO
Coordinador de Deportes

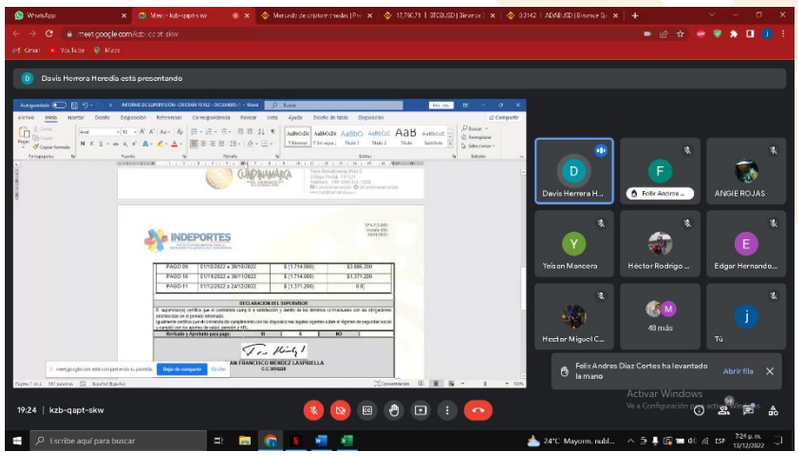
OBLIGACION #11

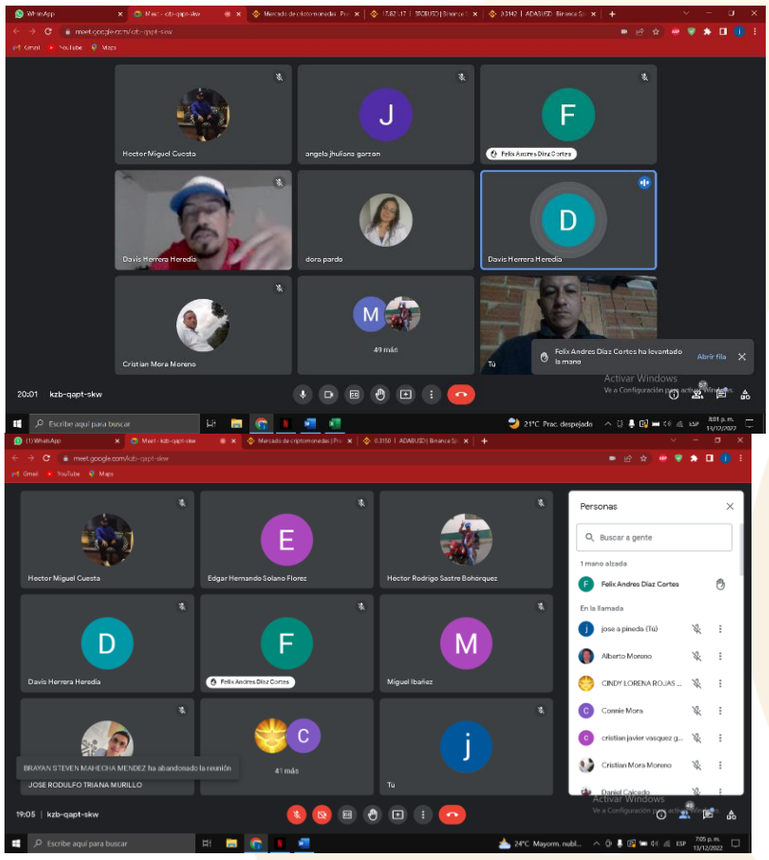
Realice el respectivo apoyo en el municipio de CHIA en la inauguración de los juegos según las indicaciones dadas.





OBLIGACION #12 Asistí a las diferentes jornadas de capacitación propuestas por Indeportes Cundinamarca y el supervisor de la provincia del Sumapaz (capacitación virtual).





OBLIGACION #13

Estuve y estaré atento a la forma en que se debe diligenciar el documento cuando mi supervisor lo indique.

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

ENTIDAD PRODUCTORA:

UNIDAD ADMINISTRATIVA:

OFICINA PRODUCTORA :

OBJETO:

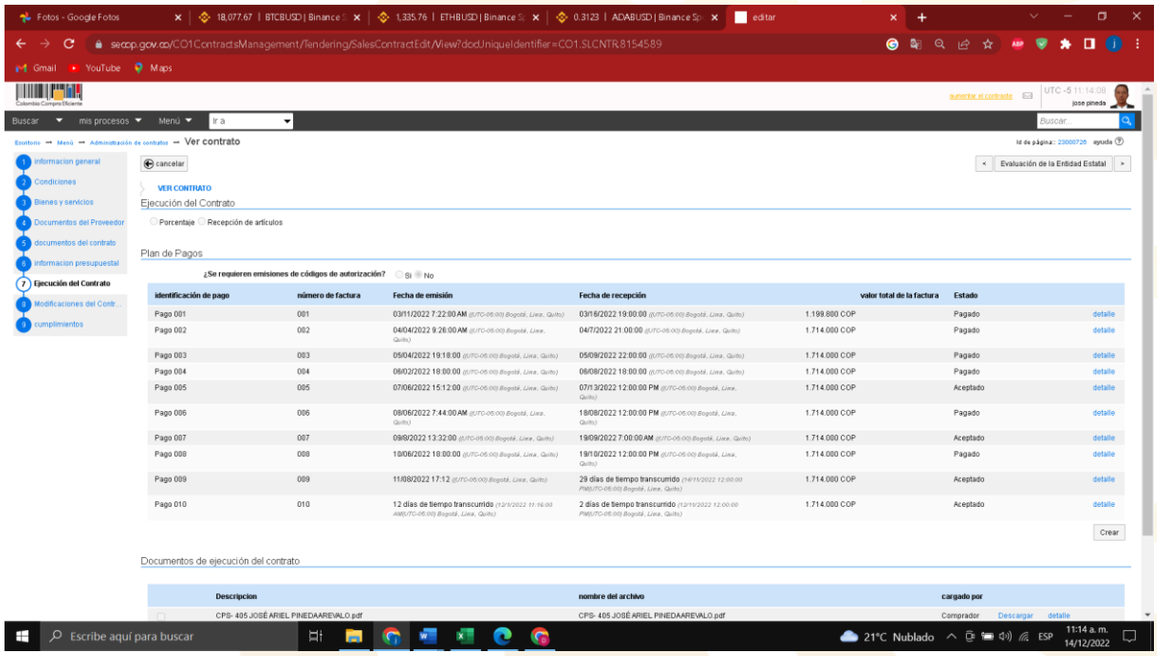
REGISTRO DE ENTRADA			
AÑO	MES	DIA	NT
NT= Numero de transferencia			

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

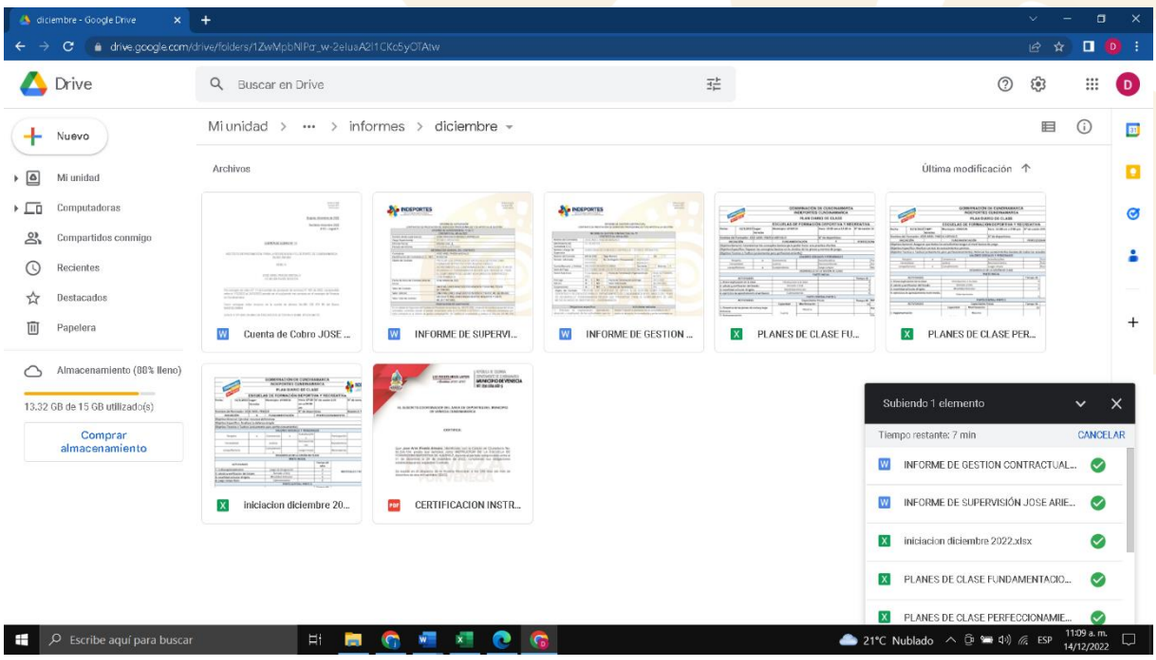
Elaborado por: _____ Cargo_____ Firma_____

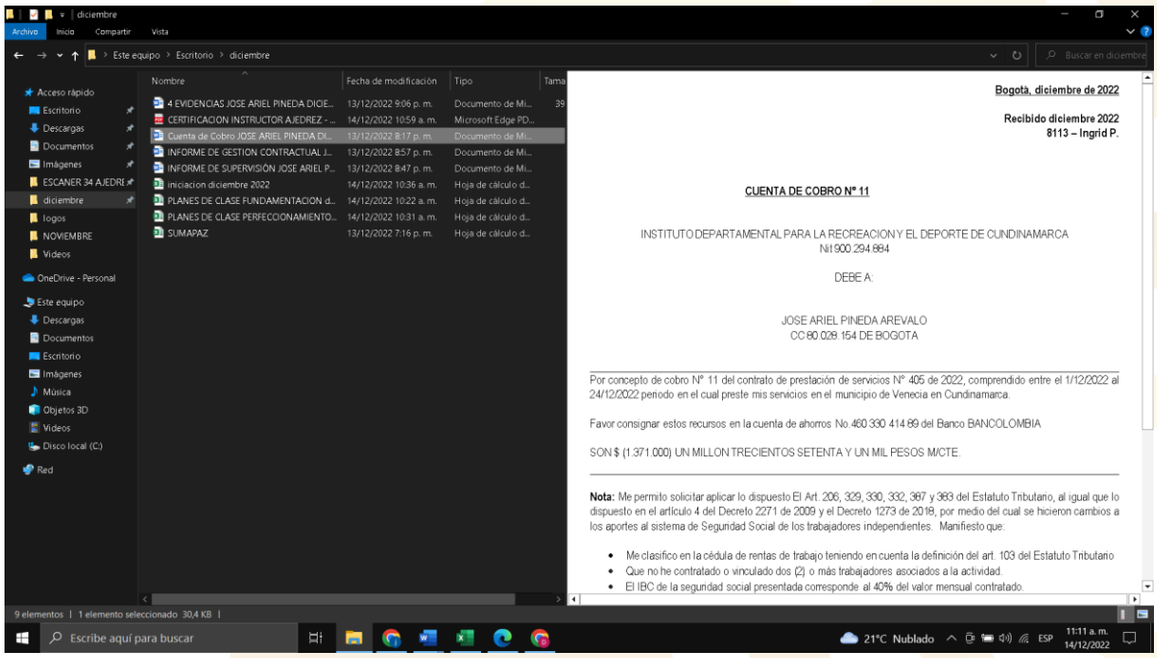
Recibido por: _____ Cargo_____ Firma_____

OBLIGACION #14
Realice la respectiva revisión y creación de los formatos y documentos solicitados por el supervisor en la plataforma del SECOP II



OBLIGACION #15
Entregue los documentos solicitados a través del DRIVE para el mes de diciembre





diciembre

Archivo Inicio Compartir Vista

Este equipo > Escritorio > diciembre

Buscar en diciembre

Acceso rápido
Escritorio
Descargas
Documentos
Imágenes
ESCANER 34 AJEDRE
diciembre
logos
NOVIEMBRE
Videos
OneDrive - Personal
Este equipo
Descargas
Documentos
Escritorio
Imágenes
Música
Objetos 3D
Videos
Disco local (C:)
Red

Nombre	Fecha de modificación	Tipo	Tama
4 EVIDENCIAS JOSE ARIEL PINEDA DICIE...	13/12/2022 9:06 p. m.	Documento de Mi...	39
CERTIFICACION INSTRUCTOR AJEDREZ - ...	14/12/2022 10:59 a. m.	Microsoft Edge PD...	
Cuenta de Cobro JOSE ARIEL PINEDA DI...	13/12/2022 8:17 p. m.	Documento de Mi...	
INFORME DE GESTION CONTRACTUAL J...	13/12/2022 8:57 p. m.	Documento de Mi...	
INFORME DE SUPERVISIÓN JOSE ARIEL P...	13/12/2022 8:47 p. m.	Documento de Mi...	
iniciacion diciembre 2022	14/12/2022 10:36 a. m.	Hoja de cálculo d...	
PLANES DE CLASE FUNDAMENTACION d...	14/12/2022 10:22 a. m.	Hoja de cálculo d...	
PLANES DE CLASE PERFECCIONAMIENTO...	14/12/2022 10:31 a. m.	Hoja de cálculo d...	
SUMAPAZ	13/12/2022 7:16 p. m.	Hoja de cálculo d...	

Bogotá, diciembre de 2022

Recibido diciembre 2022
8113 – Ingrid P.

CUENTA DE COBRO N° 11

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA
Nit 900.294.884

DEBE A:

JOSE ARIEL PINEDA AREVALO
CC 80.029.154 DE BOGOTA

Por concepto de cobro N° 11 del contrato de prestación de servicios N° 405 de 2022, comprendido entre el 1/12/2022 al 24/12/2022 periodo en el cual preste mis servicios en el municipio de Venecia en Cundinamarca.

Favor consignar estos recursos en la cuenta de ahorros No.460 330 414 89 del Banco BANCOLOMBIA

SON $ (1.371.000) UN MILLON TRECIENTOS SETENTA Y UN MIL PESOS M/CTE.

Nota: Me permito solicitar aplicar lo dispuesto El Art. 206, 329, 330, 332, 387 y 393 del Estatuto Tributario, al igual que lo dispuesto en el artículo 4 del Decreto 2271 de 2009 y el Decreto 1273 de 2018, por medio del cual se hicieron cambios a los aportes al sistema de Seguridad Social de los trabajadores independientes. Manifiesto que:

- Me clasifico en la cédula de rentas de trabajo teniendo en cuenta la definición del art. 103 del Estatuto Tributario
- Que no he contratado o vinculado dos (2) o más trabajadores asociados a la actividad.
- El IBC de la seguridad social presentada corresponde al 40% del valor mensual contratado.

9 elementos | 1 elemento seleccionado 30,4 KB

Escribe aquí para buscar

21°C Nublado ESP 11:11 a. m. 14/12/2022