EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS	
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS N° 1074 DE 2022	
CONTRATISTA	GABRIEL BEJARANO LINARES
MUNICIPIO / ESCENARIO	SIBATE/ EL PROGRESO- ESTADIO 28 DE NOVIEMBRE
DEPORTE	FUTBOL
MES	DICIEMBRE

OBLIGACION # 1
Convocatoria a escuela de formación en el municipio.



OBLIGACION # 2
Entrega de mallas pedagógicas tenis de campo unificado para el año 2.022

INTRODUCCIÒN

A continuación, se desarrolla una propuesta para la escuela de formación de futbol en el área rural y urbana en el municipio de Granada Cundinamarca, teniendo en cuenta que se van a realizar tres grupos los cuales van a estar divididos en iniciación, fundamentación y perfeccionamiento, estos tres grupos estarán ubicados en el municipio de Granada en la cancha de la vereda Sabaneta , por lo que los procesos de formación estarán a la medida de las capacidades de cada deportista.

Garantizándoles el óptimo desarrollo de sus habilidades, realizando actividades recreativas sin dejar atrás los aspectos tácticos, técnicos y físicos, llevando que el deportista mejore sus habilidades, sin dejar atrás la parte humana para que el practicante sea una persona integral, fortaleciendo los valores, la auto estima, el trabajo con los compañeros y el respeto por sí mismo.

Es por esto que se realiza un plan de trabajo diario y mensual para el desarrollo de las clases teniendo en cuenta las características y las necesidades de los tres grupos realizados.

JUSTIFICACION

La búsqueda de alternativas del buen uso del tiempo libre, fomentando costumbres, para una convivencia sana y la práctica del deporte, teniendo en cuenta que a través de la escuela de formación se puede desarrollar la parte humana de los deportistas del municipio de Granada por medio de la escuela de formación de futbol, brindándoles espacios de participación y liderazgo.

Cabe destacar que las actividades están dirigidas de acuerdo con sus habilidades motrices, con ayuda del juego siendo esta una parte fundamental en las categorías de iniciación y fundamentación teniendo en cuenta que en la categoría de perfeccionamiento se evidencia la técnica en el deporte siendo el juego un poco más superficial.

Por lo que se realiza una malla curricular donde se evidencia, el trabajo por categorías las actividades que se van a desarrollar durante las sesiones de entrenamiento, la duración de cada entrenamiento y los objetivos de cada clase.

Con la escuela de formación se quiere que el deportista sea integro dentro y fuera del juego, que se desenvuelva de manera individual y grupal teniendo una personalidad propia para que pueda afrontar y resolver problemas que se puedan presentar durante el juego, teniendo en cuenta que esto no sea solo en el espacio deportivo sino también en el diario vivir.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

1. Fortalecer un grupo de deportistas que sean capaces de utilizar sus conocimientos adquiridos en los entrenamientos de futbol aplicando lo técnicos, tácticos, físicos y psicológicos dentro y fuera del campo.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Formar al niño donde obtenga la capacidad necesaria para desenvolverse en un deporte de carácter individual o grupal.

2. Desarrollar sentido de pertenencia mediante ejercicios específicos de un deporte para garantizar el óptimo aprendizaje de este.

3. Brindarle al niño espacios donde se evidencie el liderazgo los valores para una sana convivencia dentro de los entrenamientos y fuera de ellos

4. Estimular el sentido de pertenencia con el cuidado del escenario deportivo sus materiales durante los entrenamientos y fuera de ellos.

MARCO LEGAL

Las Escuelas Deportivas como programa institucional a nivel Nacional, tiene el respaldo legal que debe garantizar su ejecución en cada uno de los municipios del Departamento, como alternativa para mejorar la calidad de vida en la población y desarrollar la base deportiva de Cundinamarca para los próximos años.

- Este marco legal es el siguiente:
  - Constitución Política de 1991
  - Ley 115 o Ley General de Educación
  - Decreto 2845 de 1984
  - Decreto 2225 de 1985
  - Acuerdo 058 de 1991
  - Resolución 001909 de 1991
  - Ley 181 o Ley del Deporte

DEFINICIÓN.

Las Escuelas Deportivas son un programa educativo extracurricular que contribuye a la formación integral del niño y el joven Cundinamarqués, utilizando como medio el gusto y la inclinación por la práctica deportiva, con el propósito de orientar y promover futuros ciudadanos con alta calidad de vida y condiciones que nos permitan alcanzar óptimos niveles de competencia.

POBLACION OBJETIVO Y COBERTURA

Este plan pedagógico está dirigido a los niños, niñas y jóvenes del área rural y urbana del Municipio de Silvania específicamente en la inspección de Subía, y en el casco urbano. Cada grupo estará conformado mínimo con 20 deportistas, cada categoría tendrá tres cesiones de clase a la semana con una duración de dos horas cada cesión, las cuales distribuiré de la siguiente manera:(20) minutos de preparación, hora y treinta (1:30) minutos de formacion y diez (10) minutos de cierre

METODOLOGIA.

Las escuelas de formación de futbol están dirigidas a niños, niñas y jóvenes entre los 6 y 17 años que manifiesten su interés por la práctica deportiva, en el municipio de Silvania Cundinamarca, es por esto que se realizan 3 grupos de acuerdo con las edades de cada deportista con esto se realizan las categorías de iniciación de 6 a 8 años, fundamentación 9 a 12 años y perfeccionamiento 13 a 17 años. de acuerdo con cada categoría se realizará un plan de trabajo acorde a la edad y a necesidad deportiva.

FUTBOL

El fútbol es un deporte en el que dos equipos compuestos por once jugadores se enfrentan entre sí. Cada equipo, que dispone de diez jugadores que se mueven por el campo y de un portero (también conocido como arquero o guardameta), tratará de lograr que la pelota (balón) ingrese en el arco (portería) del equipo rival, respetando diversas reglas.

CACTERISTICAS:

- Este deporte se practica con una pelota esférica (de cuero u otro material con una circunferencia no mayor a 70 cm y no inferior a 68 cm, y un peso no superior a 450 g y no inferior a 410 g.
- Comúnmente se juegan dos tiempos de 45 minutos, con un tiempo adicional según lo determine en juez del encuentro.
- Se juega en un campo de césped sintético o pasto convencional, el área está determinada por un largo de 105 mts y un ancho de 70 mts, delimitado por una circunferencia en la mitad del campo que indica el punto de partida y unas líneas alrededor del arco delimitando la zona de penalti.
- Se juega comúnmente con unos zapatos que poseen unos taches en la planta o suela, que a su vez permiten un mejor agarre y ergonomía en el movimiento, también se utilizan por obligación unas protecciones a nivel de la tibia para prevenir cualquier tipo de fractura o golpe.
- Ambos equipos deben estar totalmente identificados con un color de prenda o uniforme que los distinga de su adversario o rival, en este caso hablamos de una pantaloneta, una camisa y un par de medias que deben estar situados por encima del tobillo.

TABLA No. 1

	Iniciación	**Fundamentación**	**Perfeccionamiento**
Técnico	Al niño se le enseña cómo debe desplazarse en el terreno de juego coordinando los movimientos de una forma armoniosa Se le enseñara a manipular el material como es el balón para que tenga una adaptación con el elemento de trabajo Que explore diferentes formas de golpear el balón de futbol con las superficies del pie	Al niño se le enseñara toda la acción a través de gestos técnicos con y si balón, buscando una eficaz comunicación con los jugadores.	Al niño se le enseñaran los gestos técnicos destinados a la óptima utilización del balón, con el propósito de predominar en el juego buscando una comunicación técnica con sus compañeros.
Táctico	El deportista realizara ajustes corporales del deporte, de forma intencionada para que adquiera una perspectiva del juego.	El futbol es un deporte en conjunto por lo que al niño se le debe enseñar las reglas, haciendo énfasis en fundamentos ofensivo y defensivo.	El deportista desarrolla las capacidades de desplazamiento, pases, remates y conducción siendo estos fundamentos básicos en el futbol
Físico	Se efectuarían actividades en forma jugada adaptándolas al futbol para que el deportista involucre sus capacidades de forma general.	Se realizan trabajos enfocados a la **flexibilidad**: estos se realizarán al inicio de las clases y al finalizar de las mismas. **Velocidad**: se realizarán trabajos de reacción, de desplazamiento para una adaptación a la hora del juego	Teniendo en cuenta que el desarrollo de las capacidades del deportista, se realizan trabajos específicos que permitan un mejor desempeño en los entrenamientos y el campo de juego

		Resistencia: se realizarán trabajos de resistencia individual, grupal, con material y sin el mismo.	
Psicológico	Motivar al deportista durante en los entrenamientos realizando trabajos grupales e individuales.	fortalecer el espíritu deportivo sobre llevando situaciones que se encuentre en desventaja. tolerar el error como método de aprendizaje para que el deportista aprenda de este mismo y no afecte su rendimiento deportivo motivar al deportista en los entrenamientos para su participación de estos mismos	Trabajar para el mejoramiento de las relaciones interpersonales y de grupo. Fortalecer el espíritu de competencia en el deportista. Reforzar el espíritu deportivo para que le ayude a sobrellevar situaciones en las cuales se encuentre en desventaja.

TABLA No. 2

COMPONENTE O COMPETENCIA	INICIACIÓN	FUNDAMENTACIÓN	PERFECCIONAMIENTO
MOTRIZ	Realiza movimientos a través de actividades lúdica con el fin de mejorar su capacidad física	Desarrollar destrezas motrices que le permitan mejorar su interacción con el entorno y un mejor desenvolvimiento.	Realiza desplazamientos con seguridad en diversas actividades predeportivos con el fin de mejorar sus habilidades motrices
TEMPORO - ESPACIALES	Ubica su cuerpo en el espacio sin invadir el de los compañeros por medio Saltos, trote Fortaleciendo la coordinación viso-manual con objetos ajenos a su cuerpo	Realiza desplazamientos armónicos y económicos el en menor tiempo posible, ubicándose de manera óptima en el espacio.	Se mescla con el entorno de manera precisa y acorde a la práctica realizada, utilizándola como un medio de desplazamiento en tiempo y espacio
TÉCNICO - DEPORTIVAS	Realiza ajustes corporales, golpes, lanzamientos a través de actividades lúdicas y deportivas	Realiza flexiones y extensiones apropiados para garantizar movimientos fluidos y efectivos.	Ejecuta de manera óptima lanzamientos, atrapadas, saltos, pases y manipulación de objetos externos.
LÚDICO - RECREATIVAS	Aplica juegos tradicionales y deportivos para dar un uso diferente al tiempo libre, mejorando la autoestima y la parte emocional	Utiliza los deportes o actividades predeportivas de conjunto como un medio lúdico para generar espacios y ambientes armónicos dentro de la clase	Es consciente de la seguridad de cada juego realizado en su acción de movimiento
AXIOLÓGICAS Y/O SOCIOAFECTIVAS	Genera espacios donde fortalece las emociones, autoestima y la convivencia con los demás por medio del movimiento	Por medio del juego y actividades predeportivas, el deportista comprende el trabajo en equipo y la formación de valores	Trabaja en grupo logrando un cuidado y una confianza de las actividades propuestas

TOPICOS Y DESEMPEÑOS

TABLA No. 3

GRUPOS	TÓPICO GENERATIVO	DESEMPEÑOS
INICIACIÓN	**FUTBOL** • Juegos de persecución • Juegos de reacción • Lanz. pelota • Pruebas básicas • pases y saques • Predeportivos • Desplazamientos con balón	Efectúa desplazamientos en distintas velocidades por diferentes espacios, mejorando la velocidad de reacción y de desplazamiento mejorando sus tiempos por medio de pruebas.
FUNDAMENTACIÓN	• juegos de velocidad • 100 metros • Relevos • Lanzamiento de pelota • Juegos simplificados • Trabajo de resistencia • Circuitos con balón • Juego 11 vs 11	Utiliza el futbol como medio de fortalecer y comprender el trabajo cooperativo e inteligencia en tácticas deportivas colectivas e individual.
PERFECCIONAMIENTO	• Pases • Remates • Saques • Trabajo físico • Trabajo táctico • Conducción de balón con obstáculos • Juego 11 vs 11	Articula coherentemente en un contexto natural, los sistemas de orientación y comunicación con acciones motrices básicas, liderazgo y óptimo trabajo colectivo

LOGROS E INSTRUMENTOS DE SEGUIMIENTO

1. Test de entrada habilidades motrices de base
2. Observación directa e individual
3. Competencias

CONTROL Y EVALUACION DE LAS UNIDADES TEMATICAS A DESARROLLAR

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

FUNDAMENTACION DEPORTIVA:

OBJETIVO GENERAL

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

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Contribuir a la construcción y formación integral de la niñez del departamento por medio del deporte
- Organizar un plan de acción para la consolidación de los fundamentos propios del deporte especifico el cual de forma lúdica y recreativa en la niñez del área rural del municipio de Granada

UNIDADES TEMATICAS

1. Reforzamiento motor
2. Fundamentación técnica
3. Preparación física
4. Preparación teórica
5. Preparación psicológica
6. Competencias

METODOLOGIA

Consolidación de los fundamentos básicos del deporte específico (futbol) por medio de la creación de nociones propias del juego involucradas en las diferentes sesiones de entrenamiento, además de la estimulación y preparación física necesaria para afrontar los nuevos desafíos en los encuentros deportivos a realizarse en diferentes momentos en el desarrollo deportivo de cada jugador.

- Conducción o dribling
- Regate
- Fintas
- Saques
- Remates
- Tiro al arco

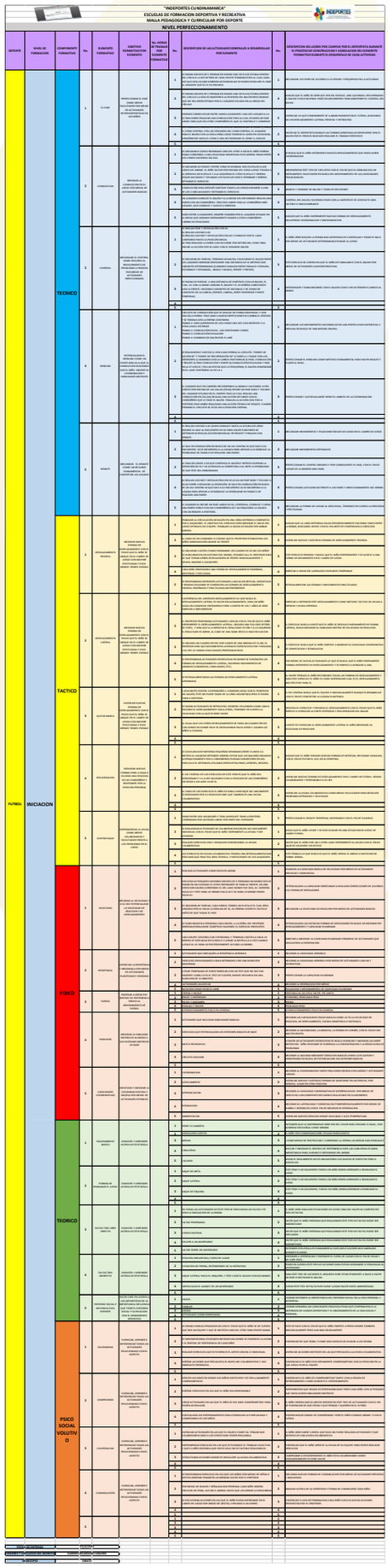
"INDEPORTES CUNDINAMARCA"
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA
MALLA PEDAGOGICA Y CURRICULAR POR DEPORTE
NIVEL INICIACIÓN

DEPORTE	NIVEL DE FORMACIÓN	COMPONENTE FORMATIVO	No.	ELEMENTO FORMATIVO	OBJETIVO FORMATIVO POR ELEMENTO	No. HORAS DE TRABAJO POR ELEMENTO FORMATIVO	No.	DESCRIPCION DE LAS ACTIVIDADES GENERALES A DESARROLLAR POR ELEMENTO	No.	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ADMINISTRACION DEL ELEMENTO FORMATIVO DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
FUTBOL	INICIACION	TECNICO	1	EL BALÓN	ADAPTACIÓN AL PASO CONSCIENTE DEL BALÓN		1	EL ESPACIO ES LIBERTAD DE ACUERDO AL EN QUE ESTAMOS EL PAPEL DE BALÓN ES CLAVE. DEMOSTRAR LA UNIÓN QUE ES HACER HACIENDO PASES ENTRE LOS MISMOS HASTA REALIZAR CORTO CAMINOS DE TOQUES QUE EL PROFESOR PUEDA CONTROLAR CON LA PELOTA ACTIVAR QUE EST EL BALÓN, INTERACTUANDO EL PASE PARA LUEGO LLEGAR REALIZAR PASES CON LOS MISMOS.	1	IDENTIFICAR EL PASE COMO MEDIO FACTIBLE DE LLEGAR Y CREAR CONTROL DE JUEGO EN EL PARTIDO
							2	LOCUMBOS DE PAREJAS Y CUESTIONAR UN BALÓN, CÓNICO, CUAL ENTRENAMIENTO DE SUPERVISOR DE CONTACTO PARA, BUENO ACTIVIDAD, BUENO CENTRAL, PARTIDAS, TALÓN Y PULSO DEL PIE.	2	REFORZAMIENTO DE NUEVOS FORMAS DE PASE, RECUERDO A LIBRE EXPRESIVO Y MOVIMIENTO SIN UN EFECTO ESTÁTICO DETERMINADO
							3	SOBRE PAREJA DE DIFERENCIAS, A MOVIMIENTO, ESTUDIO DEL ENTRENA PASOTE PUES CON EL PIE SUMAMENTE ESTA AL SUPERVISOR DE CONTACTO CON EL PROFESOR. SANO CIRCUNSCRIBIR	3	REALIZAR EL EJERCICIO, BUSCANDO QUE EL NIÑO DIFERENCIE CON QUE SUPERVISE DE CONTACTO Y REALICE EL DE MANERA MAS OPTIMA EL PASE
							4	PARTIDAS DELIMITADAS Y PERSONAS EN DONDE UNO DE ELLOS ESTARÁ DIRECTO DEL CIRCULO A LO DEBIDO DE LA PELOTA, PARA QUE NO SEA INTERCEPTADA POR EL ASIGNADOR SITUADO EN LA MITAD DEL CÍRCULO.	4	REALIZAR QUE EL NIÑO SE DISTINGA Y ACTIVA PARTIDA, UNA, DISTANCIA, RECONOCIENDO EL BALÓN Y QUE ALCANCE PASES FUNDAMENTANTE PARA MANTENER EL CONTROL EN EL BALÓN
							5	PARTIDAS CADA CÍRCULO DE UNO LARGO LOCALIZADO, UNA VEZ LOCALIZADO A LA ACTIVA PASES DE UNO A UNO CONSECUTIVO CON LA LÍNEA DE UNO MAS ADELANTE QUE LOS ANTERIORES PARA LA CONSECUCIÓN DE LA META.	5	INSPIRAR EN QUE CUALQUIERA DE LA LLAMA PARADOS EN EL PUTRAL, ALCANZAS LAS UN ENTRENAMIENTO ULTIMA PELOTA A TRAVESADA
			1	LA COMUNICACIÓN	EXPERIMENTAR LA COMUNICACIÓN EN EL APOYO CON ACTIVIDADES DE MANERA BASICA		1	EL PROFESOR HABLARA CONMIGO A DIFERENTES DISTANCIAS CADA NIÑO TENDRA UN BALÓN, Y DEBERA IR Y DEVOLVER LOS BALONES AL BALÓN PREDETERMINADO COMO PUEDA TRASLADARSE EL BALÓN, NO DEPENDERA PUESTO QUE SE QUE PUEDAN Y MANDA	1	REALIZAR QUE EL ASIGNADOR EVIDENCIE EL DIFERENCIAS QUE SUPERVISE DE CONTACTO Y DE QUE TENGA QUE DEVOLVER MEDIR PUNTO, DONCEL
							2	MOVIMIENTO INICIAR LA CONDUCCIÓN DE BALÓN DESDE EL CONO 1, HACIA EL CONO CENTRAL 3 EN LAS DIFERENCIAS DEL CONO CENTRAL EL ASIGNAR PARA EL BALÓN CON LA IZQUIERDA Y DERECHA LUEGO REGRESE EL CONO CENTRAL 3 HACIA EL CONO 2 Y LUEGO AL CONO 1 DE MANERA CONSECUTIVA. EN LAS DIRECCIONES, EL ASIGNAR DIFERENTE HACIA EL CONO 4 RECOGIENDO EL CONO 3, CON UN CAMBIO DE DIRECCIÓN, EL ASIGNAR DIFERENTE HACIA EL CONO 5 RECOGIENDO EL CONO 4, CON UN CAMBIO DE DIRECCIÓN, EL ASIGNAR DIFERENTE HACIA EL CONO 1 RECOGIENDO EL CONO 5, FINALMENTE Y CONCLUYENDO EL EJERCICIO DE CONDUCCIÓN EN EL CONO 1, EL EJERCICIO CONTINUA, CADA ASIGNADO HACIA CAMBIO EL COMPAÑERO HA ASIGNADO AL CONO 4	2	FACITO QUE EL DEPORTISTA ALCANZAR LAS FORMAS APROPIADA DE DESPLAZARSE CON EL BALÓN POR EL ESPACIO ALCANZAR REALIZAR EL TRABAJO EXPOSITIVO
							3	EN DIFERENCIAS PARA DISPUESTO CONTRA TODOS LOS CONOS DAMOSEAR A UNO DE LOS CUBOS ALEGRES Y BOTANDO EL EJERCICIO	3	MANEJO Y RECONOCE DE BALÓN Y TENIA DE DIFICULTADES
			4				4	EL ASIGNADOR CONSIGUE EL BALÓN Y A LA MITAD DEL RECORRIDO REALIZA UNA PARED CON UN COMPAÑERO PARA DESPUES PASAR EL CUARTO PARA ASIGNAR, QUE CONSIGUE Y LLEVA A CAMPEAR.	4	CONTROL DEL BALÓN, HACIENDO PARTICIPAR LA SUPERVISE DE CONTACTO AMA FACTIBLE Y AMA ACOMPAÑO Y
			5				5	PARTE ENTRE 2 ASIGNADOS. GRUPPO TRAZANDO PEPE EL ASIGNAR ESTUDIO DE LA ARTE QUE ESPUNDO REPRESENTE PASANDO A OTRO COMPAÑERO. CAMBIO DE POSICIONES.	5	REALIZAR QUE EL NIÑO REPRESENTE MAYORES FORMAS DE DESPLAZAMIENTO INCLUYENDO COORDINACIÓN Y DISTRIBUCIÓN
			1	CONDUCCIÓN	EXPERIMENTAR LA CONDUCCIÓN EN EL APOYO CON ACTIVIDADES DE MANERA BASICA		1	1 TERRENO PARA 1 APROXIMACIÓN DE LA PELOTA UN PASO A LA DERECHA UN PASO A LA IZQUIERDA Y LUEGO EL PASO DE LA PELOTA ENTRE LOS PIES. SEGUIDO DE LA PELOTA CON EL PIE DERECHO.	1	EL NIÑO DEBE REALIZAR LA FORMA MAS APROPIADA DE CONSTRUIR Y PASAR EL BALÓ POR MEDIO DE ACTIVIDADES DIFERENCIADAS EVASIVA AL APOYO
			2				2	EL NIÑO DEBE REALIZAR LA FORMA MAS APROPIADA DE CONSTRUIR Y PASAR EL BALÓ POR MEDIO DE ACTIVIDADES DIFERENCIADAS EVASIVA AL APOYO Y FORMACIÓN DE EQUIPOS	2	ESPECIFICAR Y CONTROLARLOS, PASO CAMO MEJORA FACILITADOR DEL FUTBOL COMO MEDIO DE ACTIVIDADES DIFERENCIADAS EVASIVA AL APOYO Y FORMACIÓN DE EQUIPOS
			3				3	EL ASIGNADOR DEBE REALIZAR LA FORMA TRIANGULAR DE PASAR EL BALÓN, LOS CONTINUOS ATRÁS DEMOSTRADO	3	CONTROLAR EL BALÓN POR MEDIO DE ACTIVIDADES DIFERENCIADAS EVASIVA AL APOYO MEJORAMIENTO EQUIPOS DEL PASE
			4				4	ACTIVIDADES DE EQUIPOS FORMANDO UN TRIÁNGULO, REALIZAR UNA DUCCIÓN DE CONTINUOS Y PASES ASIGNADO A LOS ASIGNADOS DE DIFERENCIAR AL DE SITIO AL QUE CONOCE EL BALÓN, REALIZAR EL EJERCICIO EN LA MISMA POSICIÓN	4	ACTIVIDAD EN LA DISTINCIÓN ULTIMA ACTIVA POR MEDIO DE FORMAS DE ESTIMULANDO Y DIFERENTE
			5				5	EL REALIZA UN PASE RASO A EL 42. REALIZA UN CONTROL CONSTRUCCIÓN Y CERA PARA PASAR A EL 43. EL 43 REALIZA UN CONTROL Y PASE RASO A EL 44 QUE REALIZA UN CONTROL Y DISTRIBUCIÓN DE LA MISMA POSICIÓN DONDE SE INICIARÓ EL EJERCICIO EN EL CENTRO CONTRARIO.	5	REPRESENTAR DE DISTINTAS FORMAS DE PASES Y DIRECCIONAMIENTO EN EL ESPACIO.
			1	DRIBLAR	ADAPTACIÓN AL DRIBLAR CON EL BALÓN CONTROLADO EN EL APOYO CON ACTIVIDADES DE MANERA BASICA QUE ANTICIPACIÓN CON DIFERENCIAS DE DIRECCIÓN Y VELOCIDAD CON EL APOYO FUNDAMENTO MOTRICO		1	EL ASIGNADOR DEBE REALIZAR LA FORMA TRIANGULAR DE PASAR EL BALÓN, LOS CONTINUOS ATRÁS DEMOSTRADO	1	EL EJERCICIO REALIZA QUE EL NIÑO INVOLUCRE DIFERENCIAS, MEJORAS, CONTROL DE BALÓN EN BASES DE DIFICULTADES APROPIADAS Y FORMACIÓN
			2				2	EL ASIGNADOR DEBE REALIZAR LA FORMA TRIANGULAR DE PASAR EL BALÓN, LOS CONTINUOS ATRÁS DEMOSTRADO	2	EJERCICIO QUE EL NIÑO REFORZANDO MAYORES DIFERENCIAS DE DIRECCIÓN Y VELOCIDAD
			3				3	EL ASIGNADOR DEBE REALIZAR LA FORMA TRIANGULAR DE PASAR EL BALÓN, LOS CONTINUOS ATRÁS DEMOSTRADO	3	EL NIÑO REALIZA QUE EL NIÑO ANTICIPACIÓN MAYORES DIFERENCIAS DE DIRECCIÓN Y VELOCIDAD
			4				4	EL ASIGNADOR DE CONO Y PATRÓ CONO DE APOYAR, HASTA ESTA PUESTO A LOS CUERPOS DEL MISMO, EL NIÑO SALDRÁ POR ENCIMA DEL CONO CARLOS Y DE ABAJO A LA DERECHA DE PUESTO Y A LA IZQUIERDA AL ULTIMO PUESTO Y DERECHA EQUIPO SALTANDO Y TOCANDO LOS PUESTOS HASTA TERMINAR Y DERIVA DE TODAS EL EJERCICIO.	4	IMPLEMENTAR ESTE TIPO DE CIRCUITOS CON EL FIN DE QUE EL DRIBLING SEA UN ENTRENAMIENTO PLATICANTE EN BUSCA DEL MEJORAMIENTO DE LAS CARACTERISTICAS DE BALÓN AL
			5				5	EL ASIGNADOR DE CONO Y PATRÓ CONO DE APOYAR, HASTA ESTA PUESTO A LOS CUERPOS DEL MISMO, EL NIÑO SALDRÁ POR ENCIMA DEL CONO CARLOS Y DE ABAJO A LA DERECHA DE PUESTO Y A LA IZQUIERDA AL ULTIMO PUESTO Y DERECHA EQUIPO SALTANDO Y TOCANDO LOS PUESTOS HASTA TERMINAR Y DERIVA DE TODAS EL EJERCICIO.	5	
			1	CAMBIO DE	EMPEZAR A USE EL CUERPO EN EL APOYO CON ACTIVIDADES DE MANERA BASICA QUE FUNDAMENTE EL TANTO EFERENTE COMO AFERENTE		1	CADA NIÑO TENDRA UN BALÓN Y DEBERA LANZARLO HACIA ARRIBA Y ESPERA CUERPO CON LAS MANOS, SE PROPICIAR DEL DRIBLANDO A QUE ACTUARA POR QUE TIENDA LANZARLA AL BALÓN.	1	ESTE EJERCICIO BUSCA QUE EL NIÑO SE VARIE DE UNAQUE TEMPORIZE/ESPACIALMENTE Y MEJORE SU DIFERENCIACIÓN CUALIDAD AL APOYO DE ACUERDO A SU ACTIVIDAD
			2				2	ESTIRAMIENTO AL EJERCICIO ANTERIOR CADA NIÑO CONSTA HACIA ARRIBA LANZARLA A UNA ALTURA QUE NO SE LEVANTE POR SU CUENTA, EL DEBERA LANZARLA Y CUIDER EL BALÓN CON LAS MANOS, ESTO ESTARÁ POR CADA VEZ MAS ALTO	2	EJERCICIO QUE EL NIÑO PUEDA LANZAR CADA PERSONAS EL MEDIO Y EL NIVEL CONSIGNO COMPAÑAS A LA VEZ DE CAMBIARLAS DE BALÓN
			3				3	EN UBICADAS DE PARTIDAS, TRIÁNGULAR BALÓN, COLOCANDO EL BALÓN DENTRO LOS LANZARÁ DERECHA CON LA IZQUIERDA Y LA IZQUIERDA CON LA DERECHA, DE MANERA CONSECUTIVA, EL ASIGNADO DEBERA REALIZAR LA MISMA ACTIVIDAD PERO CONTRARIA, ESTANDO Y ESTANDO, SALTANDO Y SALTANDO, PUESTO Y PUESTO.	3	ESTE EJERCICIO SE CENTRA EN QUE EL NIÑO SE FAMILIARICE CON EL BALÓN POR MEDIO DE ACTIVIDADES DIFERENCIADAS EVASIVA
			4				4	EN UBICADAS DE PARTIDAS, EL ASIGNADO DE LA METÓDICA CON UN BALÓN EL CUAL ACUERDA MANEJO, EL BALÓN Y A LA DERECHA, CAMBIANDO A UNA A PUESTO, HACIENDO ESTANDO Y ESTANDO, Y DE CONTACTO DE LA CABEZA. (FRENTE, CADERA, PUESTO HACIENDO Y PUESTO TRABAJANDO)	4	ENTRENDIENDO Y FAMILIARIZARSE CON EL BALÓN COMO FIN DE PERDER EL MIEDO AL MISMO
			5				5	EN UBICADAS DOS CONOS A UNA DISTANCIA DE 10 METROS, CON UN BALÓN, CADA JUGADOR SE PARA EN UN CONO Y DESDE ALLÍ LANZA EL BALÓN HACIA EL OTRO CONO, EL NIÑO DEBERA RECIBIR EL BALÓN CUIDERCIENDO Y DEVOLVER A LANZA DE LA CABEZA CUIDERCIEN	5	EL NIÑO BUSCARA UBICARSE TEMPORIZE/ESPACIALMENTE ADAPTANDO EVOLUCIONANDO DISTINTAS FORMAS DE CABEZAS
		TACTICO	1	ESTABLECIMIENTO PRIMERA	ENFRENTAR NUEVAS FORMAS DE ESTABLECIMIENTO CON EL FIN DE QUE EL NIÑO SE ADAPTE EN EL CAMPO DE JUEGO PARA LOGRAR EL OBJETIVO PLANTEADO Y EL EL APOYO TIEMPO POSIBLE		1	SOBRE LAS ACTIVIDADES DE 2012 RECIBIDAS REALIZARA BUENA DISTINCIÓN GRUPAL	1	EL ASIGNADOR DEBE REALIZAR TEMPORALIZA, MEDIO PARA FINALIZAR GRUPAL EVOLUCIONAR PROGRAMA DIFERENCIAS
			2				2	EL CAMPO DE LAS CONVENCIONES ESTARÁ DIVIDIDO EN MEDIANTE ESTABLECIDAS LAS AMBOS CONTRARIAS ESPACIALMENTE DE ENGAÑO	2	EVITAR LAS NUEVAS Y DISTINTAS FORMAS DE DESPLAZAMIENTO PRIMERA
			3				3	EL APOYO CON CUATRO CONOS FORMANDO UN CUADRO DE 10 MEJOR AMBOS DE HABILIDADES EN UN CUERPO DE 5 JUGADORES, EL NIÑO ALA DE LA DERECHA, EL NIÑO A LA IZQUIERDA, EL NIÑO CENTRAL Y EL NIÑO CONTRARIO. EL NIÑO CENTRAL DEBERA ESTABLECER EL BALÓN EN CUALQUIERA DE LOS CUATRO CONOS Y DE LA MISMA MANERA A CUIDERCIEN.	3	EVITA DIFERENCIAS PRIMERAS Y ADAPTACIÓN DE LAS NUEVAS FORMAS DE DESPLAZAMIENTO, EL NIÑO DEBERA REALIZAR LA FORMA CORRECTA PARA LOS DIFERENTES ESPACIOS DE ENGAÑO
			4				4	ADA NIÑO PROPICIARA UNA FORMA DE ESTABLECIMIENTO Y PARTIDAS, HASTA PARA Y ESTUTADA.	4	REPASAR EL CRUCE DE LA ESTRATEGIA ENTONARÁ TEMPORIZAR
			5				5	EL PROFESORADA DIFERENTE ACTIVIDADES LOGICA ESCRITURAL ESTRATEGIA Y FORMAS EN DONDE SE ESPERA EL LAS FORMAS DE ESTABLECIMIENTO PRIMERA, EVENTUALMENTE PRACTICADAS ANTERIORMENTE.	5	ESTRUCTURA METODICA LAS ACTIVIDAS Y MOVIMIENTOS PRACTICADOS.
			1	ESTABLECIMIENTO LATERAL	ENFRENTAR NUEVAS FORMAS DE ESTABLECIMIENTO CON EL FIN DE QUE EL NIÑO SE ADAPTE EN EL CAMPO DE JUEGO PARA LOGRAR EL OBJETIVO PLANTEADO Y EL EL APOYO TIEMPO POSIBLE		1	LA DIFERENCIA DEL ANOTADOR DEPENDIENDOTE EL QUE BUSCA EL ESTABLECIMIENTO LATERAL ES FACETA ESCALONADAMENTE, PARA UNA NIÑO QUICK EN CUANTO EL ENTRENADOR O PERO LA PARTE DE LAS 7 LARGAS DE SUAS AMPLIAR A AMPLIANDOSE	1	IMPRIMIR A ENTENDER ESTE ESTABLECIMIENTO COMO METODO TACTICO DE APOYO A PERSONA Y APOYO APOYADA
			2				2	EL PROFESOR PROGRAMA ACTIVIDADES LUDICAS DIVERTIDAS EN TRE DE QUE EL NIÑO EXPERIMENTE EL ESTABLECIMIENTO LATERAL, LUEGADA UNA PUA UNO ANTRAS DE OTRO, Y UNA QUE A LA DERECHA EL ENTRENADOR Y LA IZQUIERDA EL REPLICANTE EL LUGAR DE UNA PARA ENTRE EL REALIZACIÓN.	2	EL EJERCICIO BUSCA A PARTE QUE EL NIÑO SE DESPLACE RAPIDAMENTE DE FORMA LATERAL, BUSCA ADAPTARSE AL TERRENO DE JUEGO Y DE LOS DIFERENTES ESPACIOS
			3				3	EN UBICADAS UN CUADRO METIDO POR CONOS DE UNA MEDIDA DE 10 MAS, EL PROFESOR DARA QUE ANTAMENTE LA ATRAVES PUESTA EN ACCIÓN Y REALIZAR A SU VEZ, LO TAMBIA CON CONOS PARTICULARIZADO	3	EL EJERCICIO BUSCA QUE EL NIÑO EMPIECE A ANDARSE SU CAPACIDAD COORDINATIVA DE ORIENTACIÓN Y ATENDIENDO
			4				4	EL PROFESORADA ACTIVIDADES DIFERENTES EN DONDE SE ESPERA EL LAS FORMAS DE ESTABLECIMIENTO PRIMERA, EVENTUALMENTE PRACTICADAS ANTERIORMENTE.	4	ESTE EJERCICIO SE CENTRA EN ACTIVIDADES LO QUE EL NIÑO SE ADAPTE AL TERRENO LO QUE EL NIÑO EXPERIMENTE FORMAS DIFERENTES DE ESTABLECIMIENTO Y DE DISTINTOS Y ATENDER A OTRA
			5				5	EL METODOLOGÍA DE LA FORMA DE ESTABLECIMIENTO LATERAL APRENDIDAS.	5	EL NIÑO TENDRA EL NIÑO DESARROLLO TEMPORAL, FORMA DE APRENDIZAJE Y FORMA PARA APRENDIZAJE
			1	ESTABLECIMIENTO LATERAL	ENFRENTAR NUEVAS FORMAS DE ESTABLECIMIENTO CON EL FIN DE QUE EL NIÑO SE ADAPTE EN EL CAMPO DE JUEGO PARA LOGRAR EL OBJETIVO PLANTEADO Y EL EL APOYO TIEMPO POSIBLE		1	EL APOYO CON PERSONITO Y STAMPATICOS EN PUESTO ESTABLECIMIENTO DE FORTEZA INICIATIVA, NO VAYA	1	BUSCA ADAPTACIÓN DE LAS NUEVAS FORMAS DE ESTABLECIMIENTO
			2				2	EL NIÑO ACTIVIDADES DE RETRASTRAS, ANDANDO UTILIZANDO CONO UNAS EL RECURSO EL ESTABLECIMIENTO PUESTO DE TRES, TENIENDO PACTANTE LA UTILIZACIÓN CON LA QUE SE DEBE HACER.	2	BUSCA EL EJERCICIO Y PROBEZA EL ENTRENAMIENTO CON EL FIN DE QUE EL NIÑO EMPIECE A PONERSE EN PUESTO DEFENSIVO Y RECUPERACIÓN DEL BALÓN
			3				3	EL CAMA QUE LA ACTIVIDAD ESTABLECIMIENTO EL NIÑO LAS CUATRO MENOS CON CONCEPTO EN DONDE SE ESPECIFICARÁN HACIA ACTIVA Y ANDANDO LOS MENOS A CUIDADO	3	EL NIÑO SE ADAPTE AL DESPLAZAMIENTO LATERAL EL NIÑO MEJORARA SU VELOCIDAD DE REACCIÓN
			4				4	REALIZAR ACTIVIDADES EN EQUIPO EL NIÑO ENTRENAMIENTO EL ESTABLECIMIENTO HACIA ACTIVA TODO NO LARGA EN DISTINTAS	4	EL NIÑO SE ADAPTE DEFENSIVA DEL EQUIPO INCLINADO CON EL DESPLAZAMIENTO Y RESISTIO CALIFAL Y ENTRENAMIENTO
			1	EDUCACIÓN	ENFRENTAR NUEVAS FORMAS DE ESTABLECIMIENTO CON EL FIN DE QUE EL NIÑO SE ADAPTE EN EL CAMPO DE JUEGO PARA LOGRAR EL OBJETIVO PLANTEADO Y EL EL APOYO TIEMPO POSIBLE		1	CADA NIÑO SE PARA EN SU UBICACIÓN DE CARÁCTER ORIENTACIÓN, MEDIO CUALQUIERA, EL ESPACIO TRATADO QUE EL PROFESOR LE INDICA EN EL PROTOCOLO EL NIÑO DE LA UNA ACCIÓN CÍRCULADO PERO LA CAMBIO ORIENTATIVAMENTE EN UBICACIÓN INICIAL	1	REALIZAR LA VELOCIDAD DE REACCIÓN Y DE DESPLAZAMIENTO
			2				2	A LA CENTRAL DE LOS CUBOS QUE DE ESTE TIPO DE QUE EL NIÑO RESPONSABLE Y A LA VEZ SUCESIVO ESTABLECIMIENTO, EN UNA DE LAS CUBOS DE EL	2	ADAPTAR LAS NUEVAS FORMAS DE DESPLAZAMIENTO EN EL CAMPO DE FUTBOL. TENNIS COLABORADOR Y APOYO DE FUNCIÓN DE APOYO EMPLEANDO UNA FORMA A LAS CUBOS DE EL
			3				3	EL CAMO DE LOS EJERCICIOS EL NIÑO SE EMPLEA CUBOS QUE NO ORIENTARÁ EL ESTABLECIMIENTO SU POSICIONAMIENTO QUE TAMBIEN DE UNA UNA EN CUADRADO	3	REALIZAR LA ATENCIÓN COLABORATIVA COMO MEDIO FACILITADOR PARA RECULAR PROBABAS DIFERENCIAS DE APOYO
			4				4	EL NIÑO ANTICIPACIÓN MAYORES FORMAS DE COLABORACIÓN SEN UNOS A UNO O SEN A UNO EN EL DIRECTO NO	4	EL PROFESOR ESTE TIPO DE ACTIVIDADES CONSTA EN DE QUE EL NIÑO SE DE CUENTA QUE EL EQUIPO Y POSICIONAMIENTO EN UNOS Y TODOS TIENE UNA FACTIBLE QUE NECESARIAMENTE
			5				5		5	
			1	APOYO COLABORATIVA	ENTRENAMIENTO DE LA APOYO COMO MEDIO COLABORADOR PARA MEJORAR PUNTOS A LA PROBLEMÁTICA EN EL APOYO		1	EN EL ESPACIO ACTIVIDADES DE COLABORACIÓN DE APOYO EL NIÑO ENTRENA Y ESTABLECE EN EL CAMPO DE JUEGO, EL NIÑO ATACANTE Y EL NIÑO DEFENSOR	1	BUSCA QUE EL NIÑO APOYO Y SE APOYE EN UNA FORMA DE COLABORACIÓN DONDE LOS CAMPOS FUTBOL
			2				2	EL EJERCICIO CONSTA EN Y ESTABLECE EN ENTRENAMIENTO EN UNA FORMA DE COLABORACIÓN	2	REALIZAR EJERCICIOS QUE LA FORMA DE COLABORACIÓN PERMITAN EL APOYO PARA EL NIÑO
			3				3	EN UN APOYO DE ACTIVIDADES RECONOCIDAS EN EJERCICIOS BUSCA QUE EL NIÑO PROPICIE SU COLABORACIÓN	3	EL EJERCICIO BUSCA QUE EL NIÑO ENTRENAR Y PERMITA EN PRIMERA PLANO QUE LA APOYO
			4				4	LA CONSTRUCCIÓN DE APOYO COLABORATIVAS TIENEN UNA ACTIVIDAD MAYORES PARA NIÑOS QUE PRACTICA ESTA FORMA, TRANSFORMANTE DE LOS JUGADORES	4	ESTE PERMITA EN QUE BUSCA EL NIÑO ESTRUCTURA Y APOYO EN UNA FORMA EL NIÑO ESTRUCTURA EL NIÑO ESTRUCTURA DE FORMA LIBRE,
			5				5		5	
			1	VELOCIDAD	MEJORAR LA VELOCIDAD Y EL DE LOS ACTIVIDADES DE REACCIÓN Y DESPLAZAMIENTO		1	REALIZAR ACTIVIDADES PARA MEJORAR LA VELOCIDAD	1	REALIZAR LA VELOCIDAD DE REACCIÓN POR MEDIO DE ACTIVIDADES
			2				2	EL ACTIVIDAD DE REACCIÓN PARA MEJORAR LA VELOCIDAD Y EL DE LOS ACTIVIDADES DE REACCIÓN Y DESPLAZAMIENTO	2	REALIZAR EL EJERCICIO BUSCA QUE EL NIÑO ENTRENAMIENTO DE REACCIÓN POR MEDIO DE ACTIVIDADES
			3				3	EL APOYO CON EL CUBOS DE 5 PERSONAS, Y TRAERAN A BOTELLA HACIA LA DERECHA DE TANTO HACIA EN EL BUEN CAMBIO DE BOTELLA A LA IZQUIERDA, EL NIÑO ANTICIPACIÓN MAYORES DE LA VELOCIDAD DE REACCIÓN	3	EL EJERCICIO BUSCA QUE EL NIÑO ENTRENAMIENTO DE REACCIÓN POR MEDIO DE ACTIVIDADES
			4				4	EL CUBOS DE 5 PERSONAS, Y TRAERAN A BOTELLA HACIA LA DERECHA DE TANTO HACIA EN EL BUEN CAMBIO DE BOTELLA A LA IZQUIERDA, EL NIÑO ANTICIPACIÓN MAYORES DE LA VELOCIDAD DE REACCIÓN	4	APRENDER LAS DISTINTAS FORMAS DE DESPLAZARSE EN LA BUSCA DE MEJORAR POR MEDIO ACTIVIDADES Y APRENDER PASAMANOS
			5				5		5	REALIZAR LA VELOCIDAD DE REACCIÓN Y LA CAPACIDAD PULMONAR PEDIENDO DE ACTIVIDADES QUE ENVOLUCRA LA RESPIRACIÓN
			1	RESISTENCIA	CENTRO DE LA RESISTENCIA Y MEJORARLA POR MEDIO DE ACTIVIDADES Y ENTRENAR LA CAPACIDAD AERÓBICA		1		1	
			2				2	EJERCICIOS PROLONGADOS A BAJA INTENSIDAD CON UNA DURACIÓN MODERADA	2	REALIZAR LA CAPACIDAD AERÓBICA POR MEDIO DE ACTIVIDADES LOGICAS Y RECREATIVAS
			3				3	CADA TRAPEZADO ATHLETISMO EMPEZAR CON UNA TEST QUE NO DEL TAN RAPIDOR CORRELACIÓN EL TEST QUE EQUIPO, HASTA ESTARÁ EN UNA DURACIÓN DE 10 MINUTOS	3	REALIZAR LA CAPACIDAD PULMONAR
			4				4	ACTIVIDADES ATLETICAS	4	REALIZAR LA ESTIMULACIÓN DEL APOYO
			5				5	ACTIVIDADES RECREATIVAS	5	REALIZAR LA RESPIRACIÓN DEL APOYO
			6				6	ACTIVIDADES DE RESISTENCIA	6	REALIZAR LA CAPACIDAD PULMONAR
			7				7	RELEVOS	7	REALIZAR LA CAPACIDAD AERÓBICA
			8				8	TENIS Y BALONES	8	
			9				9	RELEVOS Y RELEVOS	9	
			10				10	ACTIVIDADES RECREATIVAS	10	
			11				11	CARRERAS DE RELEVOS EN GRUPPAL	11	
			1	FUERZA	EMPEZAR LA REALIZAR EL BUEN PLAN DE RESISTENCIA A LA FUERZA Y LA VELOCIDAD EN LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS		1		1	
			2				2		2	
			3				3		3	
			4				4		4	
			5				5		5	
			1	HABILIDAD	MEJORAR LA HABILIDAD MOTRIZ EN EL APOYO CON ACTIVIDADES RECREATIVAS HASTA FACTO DE QUE EL		1		1	REALIZAR LA ESTIMULACIÓN DEL APOYO EN LA VELOCIDAD DE REACCIÓN, DE LA RESPIRACIÓN Y DE LA CAPACIDAD PULMONAR
			2				2		2	
			3				3		3	
			4				4		4	
			5				5		5	
			1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	BASICO CON Y MEJORAR LA COORDINACIÓN EN EL APOYO CON ACTIVIDADES RITMICAS		1		1	
			2				2		2	
			3				3		3	
			4				4		4	
			5				5		5	
		TEORICO	1	EQUIPAMIENTO BASICO	CONOCER Y APRENDER ACERCA DE ESTE REGLA		1		1	
			2				2		2	
			3				3		3	
			4				4		4	
			5				5		5	
			1	FORMAS DE REUNIRSE EL APOYO	CONOCER Y APRENDER ACERCA DE ESTE REGLA		1		1	
			2				2		2	
			3				3		3	
			4				4		4	
			5				5		5	
			1	FACTACTICO LIBRE DIRECTO	CONOCER Y APRENDER ACERCA DE ESTE REGLA		1		1	
			2				2		2	
			3				3		3	
			4				4		4	
			5				5		5	
			1	FACTACTICO INDIRECTO	CONOCER Y APRENDER ACERCA DE ESTE REGLA		1		1	
			2				2		2	
			3				3		3	
			4				4		4	
			5				5		5	
			1	REGLAMENTACIÓN Y ACTUALIZACIÓN NUEVOS DEL FUTBOL	CONOCER Y PROFUNDIZAR CADA UNO DE LAS REGLAS QUE INDICAN EL FUTBOL PAN		1		1	
			2				2		2	
			3				3		3	
			4				4		4	
			5				5		5	
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	1	SOCIALIZACIÓN	VIVENCIAR, APRENDER E INTERACTUAR TODAS LAS ACTIVIDADES QUE CONSOL. ASERCTO		1	EL PRIMERA CHARLAS PEDAGOGICAS CON EL FIN DE QUE EL NIÑO SE DE CUENTA QUE SON UN EQUIPO Y QUE SE ACTIVA CADA UNO, OTRO PARA PODER CAMAR	1	EL NIÑO SE DEBE REALIZAR LA PRESCRIPCIÓN Y PARA NIÑO ALCANZARÁ PERO REALIZANDO ALGUNOS PERO
			2				2	EL ENTENDIENDO PARA ACTIVIDADES RECREATIVAS SIENDO DE EVIDENCIA LA ATENCIÓN Y EL SENTIDO DE PERTENENCIA DE CADA NIÑO	2	ENDENTENDER EN QUE PIENSA Y COMO SERA

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA
MALLA PEDAGOGICA Y CURRICULAR POR DEPORTE

NIVEL FUNDAMENTACIÓN

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	No.	ELEMENTO FORMATIVO	OBJETIVO FORMATIVO POR ELEMENTO	No. HORAS DE TRABAJO POR ELEMENTO FORMATIVO	No.	DESCRIPCION DE LOS ACTIVIDADES GENERALES A DESARROLLAR POR ELEMENTO	No.	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DEL ELEMENTO FORMATIVO DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
FUTBOL	INICIACION	TECNICO	1	EL PASE	CONTROLAR EL PASE COMO MEDIO FACILITADOR POR MEDIO DE ACTIVIDADES LUDICAS PARA EL DESARROLLO DEL NIÑO		1	SE DIVIDEN LOS JUGADORES POR TECHO, LOS JUGADORES SE DETALLAN LIBREMENTE POR EL TERRENO DE JUEGO CON EL BALON EN LOS PIES, EL JUGADOR QUE TENGA EL BALON DEBE PASARLO A UN COMPAÑERO QUE ESTE CERCA DE EL, EL JUGADOR, QUEDA CON LA LIBRE METODO QUE CONTINUAR CON EL SI QUE PREVIAMENTE REALIZO UN DESMARQUE	1	IMPLEMENTAR LA ECONOMIA EN MOVIMIENTO
							2	SE UTILIZA EL CONOS EN PERIFERICO HACIA LA ATRAZO DE JUGADORES, SALIENDO UNA BALON DE CADA UNO LOS JUGADORES DEBEN PASAR EL BALON ENTRE LOS CONOS Y RECIBIRLO EN LA PARTE DE ATRAS A UNO DE LOS EXTREMOS Y LUEGO TRASLADARSE CON UN PASE HACIA LA PAX CONTRARIA DE LA QUE SALIO	2	EFECTUAR DISTINTAS FORMAS DE CONDUCCION CON LAS DIFERENTES SUPERFICIES DE CONTACTO DEL PIE
							3	PARTICIPANDO ATRAVES DE PARTIDOS FORMADOS POR VARIOS JUGADORES, UNO SE ENCARGARA EL RESTO DE LOS JUGADORES SE DIVIDIRAN EN DOS EQUIPOS AL IGUAL, EN DOS CUERPOS DE ATTAQUE PERMITE TODAS CLASE DE DESCANSOS TODOS PUEDEN TOCAR EL BALON CON TODAS	3	APLICAR LA COORDINACION Y LA PRECISION MEDIANTE EJERCICIOS CON MAY PEQUEÑA COMPLEJIDAD
							4	SE DIVIDIRAN LOS EQUIPOS EN DOS GRUPOS, EL PRIMERO SE COLOCA UNA VALLA BAJA (SECUELAS LOS JUGADORES DEBEN PASAR EL BALON POR EL ARE A LA OTRA PARTE DEL CAMPO Y REPRESENTE SALTAR LA VALLA CON LOS PIES LUEGO DEVOLVERLE AL EMAL DE LA PRIMERA PARTE DEL EJERCICIO	4	MEJORAR LA APLICACION DE DIRECCION Y EL ACCIONAMIENTO POR MEDIO DE ACTIVIDADES QUE REALICEN INTERACCION
							5	PARA EL ENCUESO HAY UNA INTERROGACION QUE INTENTA TOCAR A UN JUGADOR SIN BALON, LOS JUGADORES DEL EQUIPO DE PASARAN EL BALON CONTINUAMENTE	5	BUSCA MEJORAR LA AGILIDAD INCLUYENDO VOLVO CAMBIO DE DIRECCION POR MEDIO DE ACTIVIDADES RECREATIVAS
			1	CONDUCCION	ENTRENAMIENTO DE LA CONDUCCION EN EL JUEGO POR MEDIO DE ACTIVIDADES BASICAS		1	TRABAJANDO POR TECHO Y CON DOS CONOS COLOCADOS EN DIAGONAL REALIZAR ACCIONES TECNICAS TRAS CONDUCCION QUE EL CONOS ENTRE Y ENTREGUE CAMBIO DE DIRECCION CON ALTURAS Y TALON, INCLUIDAS, DRIBBLING, PIES PASE CONVENIENTE PIE CON CONO UNA DE LAS PARADAS	1	EL EJERCICIO APUNTA A HABILIDAD COMO ESE CENTRAL PROPUESTO EL CONTROL DIRIGIDO
							2	EQUIPOS A DE PARES CUADRADO A 2 EQUIPO CUANDO CON DIFICULTAD, A DOS TIQUETA, RESTO DE ACCIONES CUANDO EL BALON LOGA A SE REALIZA UNA ACCION DE PASE CON OPOSICION (1 Y 2 CONTRA OPOSICION DE 3) EL EJERCICIO SE REALIZA EN UN CAMPO DE 20 X 20 METROS APROXIMADAMENTE, CAMBIAR EN DIVERSOS DEL EJERCICIO PARA TRABAJAR CON AMBOS PIERNAS	2	MEJORAR LA PRECISION Y EMPEZAR A ANTICIPAR LA PERSONA POR PARES
			3	CONVENCION	EXPERIMENTAR LA CONDUCCION EN EL JUEGO POR MEDIO DE ACTIVIDADES BASICAS		3	LOS JUGADORES SE DISPONEN EN FORMACION "V" LOS JUGADORES REALIZAN UNA COMBINACION DE PASES CON FINALIZACION EN CONDUCCION, AL REALIZA PARES CON EL PASE A EL EXTREMO Y HASTA LA POSICION INICIAL, LA SEGUNDA PAREJA REALIZA LA MISMA ACCION CUANDO LA PRIMERA PAREJA ESTE A LA POSICION INICIAL, LOS JUGADORES CAMBIARAN DE ACCION POR EL LADO CONTRARIO AL QUE TRABAJARON	3	EL ME CENTRAL DE ESTA ACTIVIDAD ES LA VISION PERIFERICA PLATFORMA ESTAS ATRATOS EN AREAS BAJAMOS Y ESTA ENTRELAZAMIENTO PASE CONDUCCION BALON
			4				4	LOS JUGADORES SE TRAZAN EL BALON ENTRE ELLOS MIENTRAS QUE LOS 2 JUGADORES SITUADOS DENTRO TRES CLARA INTERCEPTAR LOS PASES, LOS PASES DEBERAN HACER SOLAMPE POR DENTRO DEL CUADRADO.	4	EL EJERCICIO SE CENTRA EN ENFRENTAR LA PRESION EN JUEGO Y MEJORAR LA ATENCION DE LOS PASES
			5				5	LOS JUGADORES REALIZAN DENTRO UNA RONDA CON EL JUGADOR SITUADO DENTRO DEL ROMBO Y REALIZAN UN PASE CONTINUO A LOS JUGADORES QUE ESTAN EN LOS VERTICES DEL ROMBO, EL JUGADOR DEBERA MOVERSE DE UN VERTICE A OTRO PARA QUE EL PASE CONTINUO SE REALICE AL PARES. EL JUGADOR INTERIOR UNA VEZ SE PASE A SU COMPAÑERO QUE LA SUGUIENTE POSTE DE SPASE A LA POSICION DE APOYO INTERIOR. REALIZAR UN AMBOS SENTIDOS	5	EFECTUAR EJERCICIO BUSCA QUE LA PRECION SE LOS PASES Y EL DESPLAZAMIENTO DE INTERCEPCION DE PASES
			1	CONTROL	REFORZAR EL CONTROL CON EL BALON EN LOS PIES POR MEDIO DE ACTIVIDADES DIRECCIONADAS		1	COMBINACION ENTRE 3 JUGADORES CON TRES CONOS, SE COMBINACION UNA CONDUCCION PARA UN PASE PARA UN COMPAÑERO QUE ESTE EN POSICION DE APOYO Y UNA RECEPCION PARA UN PASE FINAL AL TERCERO, LOS JUGADORES DEBEN ESTAR EN POSICIONES DE APOYO, LOS JUGADORES DEBEN ESTAR EN POSICIONES DE APOYO, LOS JUGADORES DEBEN ESTAR EN POSICIONES DE APOYO, LOS JUGADORES DEBEN ESTAR EN POSICIONES DE APOYO	1	EL AIRE GENERAL FORTALECER QUE UNA BUENA FORMA DE COLECTIVO DE LOGRAR, POR MEDIO DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS PARA MEJORAR EL CONTROL TANTO INDIVIDUAL Y LA PRACTICACION
			2				2	LOS JUGADORES CONDUCE HACIA LA MITAD DE CAMPO DONDE DISPUESTOS RODEADO A UN PIVOTE DARA UN PASE EN PROFUNDIDAD PARA QUE EL BALON LLEGUE A LA PAX CONTRARIA DE LA QUE SALIO. TRAS UNA RECEPCION CONDUCCION TRAS A POSTERIOR, DISPARO CON LA JUGADA POR PARES LUEGO.	2	ADAPTAR LOS JUEGOS A EFECTUAR MIENTRAS EL PARES ESTA APRENDIENDO Y MEJORANDO EL CONTROL DIRIGIDO POR MEDIO DE UN TRABAJO CONSTANTE
			3				3		3	
			4				4		4	
			5				5		5	
			1	DRIBLAR	EXPERIMENTAR EL DRIBLING COMO UN PUNTO MAS AUN QUE LA CONDUCCION PUES AHORA QUE ES NECESARIO LA PRESENCIA DE UN Y VARIOS JUGADORES		1	JUEGOS CONDUCCIONES ENTRE VARIOS JUGADORES, UNA VEZ ESTABLECIDO A LA ESTRATEGIA ENTRE DOS JUGADORES, TRAS LA CUAL SE DARA UN PASE LARGO PARA QUE SEA UTILIZADO DIRIBLANDO EL QUE LA CONTINUE Y CONDUCCION	1	BUSCAR QUE MEJORE MEDIO POR MEDIO ACTIVIDADES Y EJERCICIOS ESTABLECIDOS Y ESTRATEGIAS PARA EL PROPIOS
			2				2	SE DISTRIBUYE EN POSTES A LA MITAD DEL RECORRIDO APROXIMADO UNA PARES CON UN CUADRADO, PARA TRAZADO DE UNO CONOS SUPERIOR LOS PARES LUEGO PARA QUE CONTINUE Y EL EJERCICIO DE TRATEN JUGADOR	2	EFECTUAR EN EN RELACION AL BARRO EN EL ENCUENTRO DE LOS QUE HACE PUEDA EL EJERCICIO, EL BARRO DE DUDOSO A EL QUE NO
			3				3	PARA ENTRE 2 JUGADORES, PARA TRAS DISTRIBUIR LOS CONOS EN MANERA DIVERSA, UNO DE LOS JUGADORES DEBE DE PASAR EL BALON POR ENCIMA DE DISTRIBUIDOR DE TRAYECTORIA Y DISTRIBUIR, TRAS DE UN TERCER JUGADOR PARA CONTROLAR Y FINALIZAR LA ACCION.	3	BUSCAR QUE EL NIÑO DEL CONOCIMIENTO DE QUE SE QUIEN DE ATRAS QUE HACIA Y EN LO QUE ENTRENAMIENTO ESTA HACIENDO EN EL EJERCICIO
			4				4		4	
			5				5		5	
			1	REMATE	PARTICIPAR A UNA EL CUERCITO CONCLUIR EN EJERCICIO TRANSFORMATIVO TANTO OFENSIVO COMO DEFENSIVO		1	UN JUGADOR CONDUCE HACIA LA MITAD DE CAMPO DONDE DISPUESTOS RODEADO A UN PIVOTE DARA UN PASE EN PROFUNDIDAD PARA QUE EL BALON LLEGUE A LA PAX CONTRARIA DE LA QUE SALIO. TRAS UNA RECEPCION CONDUCCION TRAS A POSTERIOR, DISPARO CON LA JUGADA.	1	BUSCAR QUE EL NIÑO ALCANCE SU PERFIL Y PUEDAS JE CONCRETO DE REALIZAR UN PASE EN BUSCA PARA FINALIZAR INTENCION
			2				2	LA CONDUCCION AUMENTARA DE UNA ZONA PARA DISPARO TRAS A PUERTA LUEGA JUGADOR TRABAJA UN BARRERO SEGUIDO DE UNA ZONA PREVENIDA AL DRIBLOR PRACTICA LOS JUGADORES CONDUCTAN EL BALON CUANDO CLAN DISPUESTO NUMERO UN NUMERO ESTA DARRA REACCION A POSTERIA	2	EFECTUAR LA MAYORIA DE LOS PASES PRACTICADOS EN BUSCA DE GANTIZA EL GOL
			3				3	TRABAJA LUCHA ENTRE TRES JUGADORES CON UN CENTRO LATERAL Y REMATE AL REALIZA UN PASE DEVOLUCION CON EL QUE SE ENCUENTRA EN LA ZONA CENTRAL, LOS JUGADORES DEBEN ESTAR EN POSICIONES DE APOYO, EL CENTRO AL AREA, EL CLUB ENCONTRARA AL REMATE DARA AL PRIMER BALON A LA ZONA AL SEGUNDO Y FINALIZARA AL SEGUNDO, REALIZAR LA ACCION POR JAMAS BANDA	3	ACCION Y ENTENDER QUE DE LA MANERA MAS EFECTIVA PARA GATEAR AL ARCO RIVAL ES MATENDO PARTICIPACIONES Y CONTUNDENTE
			4				4	UN JUGADOR CONDUCE HACIA LA MITAD DE CAMPO DONDE DISPUESTOS RODEADO A UN PIVOTE DARA UN PASE EN PROFUNDIDAD PARA QUE EL BALON LLEGUE A LA PAX CONTRARIA DE LA QUE SALIO. TRAS UNA RECEPCION CONDUCCION TRAS A POSTERIOR, DISPARO CON LA JUGADA POR PARES LUEGO EL QUE ESTRATA A POSTERIA.	4	APLICAR EN BUSCA DE UN PRO DESARROLLO PERSONAL Y COLECTIVO
			5				5	LA FALTA DE PASO ENTRE LOS JUGADORES PARA REALIZAR CON UN PASE Y UN DISPARO JUGADOR. TRAS UNA RECEPCION CONDUCCION TRAS A POSTERIA, DISPARO CON LA JUGADA POR PARES LUEGO.	5	REALIZAR LA MAYORIA DE LOCOHERS CON MAYOR EFICIENCIA Y LO MAS RAPIDO POSIBLE
		TACTICO	1	DESPLAZAMIENTO PELVICAL	APRENDER NUEVAS FORMAS DE DESPLAZAMIENTO CON EL FIN DE QUE EL NIÑO SE ADAPTE CADA VEZ MAS A LOS DIFERENTES TIPOS DE TERRENO DE JUEGO		1	TODOS LAS ACTIVIDADES SE DESEN EN BUSCA DE LA QUEDA CUESTAS	1	BUSCAR QUE EL NIÑO APRENDA A REALIZAR SU PROPIO CALENTAMIENTO
			2				2	EL CAMP DE UN CUADRADO EL CONOS QUE EL PIVOTEAR ESTOS BALON A LOS PARES Y DERRIBAR SOPLAMOS DE PRIMER	2	EFECTUAR MUCHAS Y DISTINTAS FORMAS DE DESPLAZAMIENTO PELVICAL
			3				3	LOS JUEGOS CUATRO CONOS FORMANDO UN CUADRO DE 10 X 10 CADA LOS LADOS DE MEDIA DE UN CENTRO DEL BARRO, SITUADO A LA EL PIVOTEAR SOLA DE QUE TIENEN DEBEN EVOLUCIONAR UN TRAYECTO INDIVIDUALMENTE Y EQUIPO, MISMOS A JUGADORES.	3	EFECTUAREJERCICIOS PRACTICAS Y BUSCAS QUE EL NIÑO EXPERIMENTE Y SE ADECUE A UNA FORMAS DE MOVIMIENTO EN EL CAMPO DE JUEGO
			4				4	CADA NIÑO PRUEBA UNA FORMA DE DESPLAZAMIENTO DIVERSAS, MOSTRADO Y CADA UNOS	4	EMPEZAR LA CREAR ESE LIBERACION EN EQUIPO TEMPRANAS
			5				5	EL PSICOLOGICAL DEPENDE DE LA PERSONALIDAD, CARACTERISTICAS Y REPERCUSIONES DE ESTAS EN LA FORMACION DE DESPLAZAMIENTO PELVICAL, EMOTIVIDAD Y PRACTICAS ANTIDESPLAZAMIENTO	5	ESTRUCTURAMIENTO LAS FORMAS Y MOVIMIENTOS PARA TRABAJO
			1	DESPLAZAMIENTO LATERAL	APRENDER NUEVAS FORMAS DE DESPLAZAMIENTO CON EL FIN DE QUE EL NIÑO SE ADAPTE CADA VEZ MAS A LOS DIFERENTES TIPOS DE TERRENO DE JUEGO, PARA LOGRAR UNA MAYOR EFICACIA TACTICA Y PELVICAL AMBOS TIEMPO POSIBLE		1	SUPERVISA EL DEL ACTIVIDAD ESTA DESPLAZAMIENTO QUE BUSCA EL DESPLAZAMIENTO LATERAL EN MAYOR EFICACIA Y EFICIENCIA, PARA LA NIÑO QUIEN SEA CONAPAZ DE ENFRENTARSE AL TERRENO DE JUEGO CAMPO DE JUEGO CON MAYOR EFICACIA TACTICA Y PELVICAL AMBOS TIEMPO POSIBLE	1	EMPEZAR A ENTENDER ESTE DESPLAZAMIENTO COMO METODO TACTICO DE ATAQUE A PRESION Y LINEA DEFENSIVA
			2				2	EL PROFESOR PROPONDRA ALTERNANDO LUGAR DOS EN PIE QUE EL NIÑO EXPERIMENTE EL DESPLAZAMIENTO LATERAL, UNA LINEA UNA FILA UNA DISTANCIA DE 2 PIES, Y UNA QUE A LA DERECHA EL RETAU TIEMPO Y LA QUE EQUIPOS EL RESULTADO ES MENOR, AL CABO DE UNA SUMA ESTO ES UNA FALSACION	2	EL EJERCICIO BUSCA LA PARTE QUE EL NIÑO SE DESPLAZA FUNDAMENTE DE FORMA LATERAL, BUSCA MEJORAR SU HABILIDAD METRICO DE VELOCIDAD DE PRESICION
			3				3	EL PROFESOR PROPONDRA ALTERNANDO LUGAR DOS EN PIE QUE EL NIÑO EXPERIMENTE EL DESPLAZAMIENTO LATERAL, UNA LINEA UNA FILA UNA DISTANCIA DE 2 PIES, Y UNA QUE A LA DERECHA EL RETAU TIEMPO Y LA QUE EQUIPOS EL RESULTADO ES MENOR, AL CABO DE UNA SUMA ESTO ES UNA FALSACION	3	EL EJERCICIO BUSCA QUE EL NIÑO EMPIECE A MANEJAR SU CONCIENCIA COORDINATIVA DE ORIENTACION Y INTENCION
			4				4	EL PROFESIONAL ALTERNANDO EN REACTIVACION DONDE SE ENCUENTRA LAS FORMAS DE DESPLAZAMIENTO LATERAL, LOS DIFERENTES MOVIMIENTOS DE LA MEDIDA EL PIES	4	ESTUDIOS DE DESPLAZAMIENTOS Y SU IMPORTANCIA EN EL JUEGO
			5				5	LA ACTIVIDAD PARA CONAL LAS FORMAS DE DESPLAZAMIENTO LATERAL APRENDIDAS	5	
			1	DESPLAZAMIENTO ATRAS	APRENDER NUEVAS FORMAS DE DESPLAZAMIENTO CON EL FIN DE QUE EL NIÑO SE ADAPTE CADA VEZ MAS A LOS DIFERENTES TIPOS DE TERRENO DE JUEGO CAMPO DE JUEGO CON MAYOR EFICACIA TACTICA Y PELVICAL AMBOS TIEMPO POSIBLE		1	LOS EJERCICIOS PRIVATIZO Y POSTURATO CON ESTE DESPLAZAMIENTO SE ENFATIZA HACIA EL RETLIRO DOTENIDO	1	BUSCA IMPLEMENTAR UN RETLIRO PROFUNDAMO LA PARTE DEFENSIVA
			2				2	EN PARES ACTIVIDADES DE RETROCESO, INDEPEDO UTILIZANDO CESAR UNAZ RECURSO EL DESPLAZAMIENTO HACIA ATRAS, TENIENDO EN CUENTA LA VELOCIDAD CON LA QUE SE DEBE HACER	2	EL EJERCICIO PRACTICA EL DESPLAZAMIENTO QUE BUSCA EL NIÑO EMPIECE A ENTENDER LA IMPORTANCIA DE LA PARTE DEFENSIVA Y RECUPERACION DEL BALON
			3				3	EL JUEGO QUE CELESTIZA ESTE DESPLAZAMIENTO ES UNA DE CUIDAD HACIAS CON CONOS EN DONDE ESQUE SE ENTRELAZARAN HACIA ATRAS Y ADELANTE CON AMBAS LA CODIGAS	3	EL PARTE DE EJERCICIO ES DESPLAZAMIENTO LATERAL EL NIÑO MEJORARA EN VELOCIDAD DE REACCION
			4				4	REALIZAR LA ACTIVIDAD EN EQUIPO EL NIÑO ENFRENTANTE EL DESPLAZAMIENTO HACIA ATRAS COMO ESTE NIÑO ANDO RECORRIENDO LA LA HOYA DE DISTANTE	4	EJERCICIO LA PARTE DEFENSIVA DEL EQUIPO INCLUSIVO CONO DE DESPLAZAMIENTO Y MOVIMIENTOS ESPECIAL Y MODIFICAL
			5				5		5	
			1	ESCAPACION	APLICANDO NUEVAS FORMAS PARA DESPLAZAMIENTO CON EL FIN DE LOGRAR UNA MAYOR EFICACIA DE LOS JUGADORES Y MOVIMIENTOS POR LA POSICION PERSONAL		1	CADA NIÑO SE HARA EN LA ABRICACION DE JUEGO DEL ARTERIORES, MEDIO O DESARROLLO, EL EJERCICIO TRATA EN QUE A CADA NIÑO SE LE PROPONE EL NIÑO EN LA PROTECCION STRU AREA PRO AL CUMBRE DEFENSIVO PARTE DE UNA SOLUCION DEL	1	APLICAR LA UTILIZACION DE DIRECCION Y DE DESPLAZAMIENTO
			2				2	A LA VEZ CENTRAL DE LOS EJERCICIOS EL NIÑO ESTARA EQUIPO EL NIÑO SEA RESPONSABLE Y LA LA VEZ SOLUBARA CON LA POSICION DE UN COMPAÑERO UNA DEBER A UNA LUEGO LA SITU.	2	APRENDER NUEVAS FORMAS DE DESPLAZAMIENTO EN EL CAMPO DE FUTBOL SENDO COLABORADOR Y RESPONSABLE A SU VEZ
			3				3	EL CAMP DE LOS EJERCICIOS EL NIÑO SE DARA CUERPO EQUIPO NIÑO ENFRENTE UNA DEBER A UNA LUEGO LA SITU.	3	APRENDER LA APLICACION DE LOS DIFERENTES TIPOS DESPLAZAMIENTOS COMO AMBOS TACTICAMENTE PARA RESOLVER PROBLEMAS DEFENSIVOS Y EN ATAQUE
			4				4	A NIÑO VIVENCIARA NUEVAS FORMAS DE COLABORACION EN EL JUEGO A UNO O DOS A UNO O TRES EN EFECTO NIÑO	4	
			5	ATAQUE COLABORATIVO	EXPERIMENTAR LA APLICACION DE NUEVAS FORMAS DE COLABORACION EN EL JUEGO, MEDIO COLABORACION Y ENTENDIMIENTO CON EL FIN DE PROFUNDIZAR EN EL JUEGO		1	EN PARES DISTRIBUYENDOSE DE COLABORACION EN EQUIPO, NO UNACOMPAÑO INDIVIDUAL CON EL FIN DE QUE EL NIÑO EXPERIMENTE LA UNIDAD Y EN GRUPO ANALIZADO	1	BUSCA QUE EL NIÑO ANALICE Y DESE ANALISIS EN UNA SITUACION DE JUEGO DE CAMPO FUTBOL
			2				2	REALIZAR EJERCICIOS CON Y SIN BALON INTERCAMBIO LA APLICACION COLABORATIVA	2	BUSCA QUE EL NIÑO POR UNA LA ETAO JUEGO EXPERIMENTE SU APLICA CON EL FIN DE QUE SUJUE EN APLICACION COLECTIVO
			3				3	CON MEDIO DE ACTIVIDADES DIVERSAS EL ESPACIO BUSCA QUE EL NIÑO PROPIO SU COLABORACION	3	EL EJERCICIO BUSCA QUE EL NIÑO EVIDENCIE Y ENTIENDA EN UN PRIMER PLANO QUE LA APLICACION COLABORATIVA ES FUNDAMENTAL PARA EL DESARROLLO EFICAZ Y APLICABLE
			4				4	LOS EJERCICIOS DE APLICACION COLABORATIVA TIENEN UNA INTRODUCIMENTACION POSE MAS QUE PRACTICA SERA EFICAZ EL FUNCIONAMIENTO DE LOS JUGADORES	4	ESTO PERMITE EL QUE BUSCA EN QUE EL NIÑO, PARTIDA EL MEDIO A PARTICIPAR DE FORMA GENERAL
			5				5		5	
		FISICO	1	VELOCIDAD	MEJORAR LA VELOCIDAD Y A SU EFECTIVO INCIDIR LA VELOCIDAD DE REACCION Y DE DESPLAZAMIENTO		1	EJECUTAR ACTIVIDADES HACIENDO GRUPOS DE 3 Y POSICIONADOS EN DONDE DOS DE HUMAN EN UN EXTREMO EL OTRO EXTREMO Y EL TERCERO EN EL CENTRO, EL QUE ESTA EN EL CENTRO DEBE DE TOCAR EL BALON Y SALIR A ALGUNO DE LOS EXTREMOS Y LUEGO VOLVER A LA MISMA PARTE DE LA ESTANDA Y LO MISMO CREADO HACIA EL OTRO	1	ACTIVIDADES DE ACTIVIDADES QUE REALICEN VELOCIDAD Y DESPLAZAMIENTO
			2				2	EN UN CAMPO DE FUTBOL, DIDA PARTES TRAZAN LAS PUISTAS EL CUAL ESTA LARGADO PARA UN HILO A LA ESTRELLA DE EL INTERNAL DESDE EL PUESTO A MITAD DE QUE TOQUE EL PAS	2	APLICAR LA APLICACION DE DIRECCION POR MEDIO DE ACTIVIDADES BASICAS
			3				3	EL FUNCIONAR EN ENTRENADO UNA GRUPO, A LA VEZ, DEL PROFESOR DARRAN DISPALIZADOR SONATRES NUCLEADOS, EJERCICIO PROPUESTO	3	APRENDIZAR UN DISTINTOS FORMAS DE DESPLAZAR EN BUSCA DE APLICAR DE DESPLAZAMIENTO Y LA APLICAR PLOMOMO
			4				4	CADA NIÑO CONTARA CON 3 PERSONAL Y TRAINAN A MITTAU HACIA EL EXTERNO DE TIER ADAPTA EN BUSCA Y LUEGO DE LA ESTRELLA LUEGO VA LO SUBE PUESTO PARA EL	4	APRENDIZAR A LA APLICACION DE LOS DIFERENTES PATRONES DE ACTIVIDADES QUE REALICEN LA INTERACCION
			5				5		5	
			1	RESISTENCIA	VIVENCIAR LA RESISTENCIA Y MECANISMOS POR MEDIO DE ACTIVIDADES QUE REALICEN SENSIBLE		1	ACTIVIDADES QUE APRENDIZAR LA RESISTENCIA APLICADA	1	APRENDIZAR LA APLICACION Y ACTIVIDAD
			2				2	EFECTUES PROLONGADOS A BAJA INTENSIDAD CON UNA DURACION MODERADA	2	APRENDIZAR LA CAPACIDAD APRENDIZAJE A POR MEDIO DE ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS
			3				3	LOS DE TEMPORADAS SE PUEDEN EMPEZAR CON UN TEST QUE NO SEA TAN EXIGENTE COMO LE 15/15, TEST DE COOPER, MAYOR DISTANCIA EN UNA DURACION DE 12 MINUTOS	3	APRENDIZAR LA CAPACIDAD PULMONAR
			4				4	ACTIVIDADES ACUATICAS	4	APRENDIZAR LA RESPIRACION MEDIO
			5				5	NATACION LIBRE, ESPALDA Y CRAWL	5	APRENDIZAJE Y ENTENDIMIENTO DE LA APLICACION PULMONAR
			1	FUERZA	EMPEZAR A CREAR ESE ESENCIAL DE FORTALEZA A TRAVES AL MEJORAMIENTO DE FUERZA		1	CARRERA Y NATACION	1	APRENDIZAJE Y ENTENDIMIENTO DE LA APLICACION PULMONAR
			2				2	NATACION Y ATLETISMO	2	CARRERAS DE VELOCIDAD DE CORTA
			3				3	NATACION Y ATLETISMO	3	NATACION Y ATLETISMO
			4				4	NATACION Y PESCAS	4	PASE BASE PIES
			5				5	ACTIVIDADES PARA PIES EN GENERAL	5	ACTIVIDADES PARA PIES EN GENERAL
			1	HABILIDAD	MEJORAR LA HABILIDAD MOTRIZ DE ACUERDO A LOS PATRONES MOTRICOS DE BASE		1	ACTIVIDADES QUE INCLUYAN HABILIDADES BASICAS	1	APLICAR LAS CAPACIDADES FISICAS BASICAS COMO LO ES LA VELOCIDAD DE REACCION, DE DESPLAZAMIENTO, PUEDA ADAPTACION Y
			2				2	JUEGOS QUE PESTINGUALICEN LOS PATRONES BASICOS DE BASE	2	MEJORAR LA COORDINACION, LA AGILIDAD, LA FORMA DE CARRERA, SALTO EN TIN DE SER MAS COMPLETA
			3				3	RACTA RECREATIVO	3	A PARTIR DE ACTIVIDADES RECREATIVAS DE BUSCA AYUDAR LAY MEJORAR LAS PARTE MOTRICES DEL NIÑO, EL NIÑO DEBERA DE EMPEZAR A LA CONSTRUCCION A LA PERFECCION BASE
			4				4	CIRCUITO ACTIVIDAD	4	MEJORAR LA AGILIDAD MEDIANTE EJERCICIOS BASICOS COMO LE ES ATLETISMO Y ARRASTRARSE EN BUSCA DE PATRONES BASICOS DE
			5				5		5	
			1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	EMPEZAR Y ENCUBRIR LA IMPORTANCIA DE LAS CAPACIDADES PUR ARTICULOS DE ACTIVIDADES RITMICAS		1	COORDINACION	1	MEJORAR LA COORDINACION TANTO PIES COMO GRUESA CON JUEGOS O ACTIVIDADES LUDICAS
			2				2	EQUILIBRIO	2	EFECTUAR NATURALES Y ADECUADAS PARA ADAPTARSE EN UN CENTRAL POR EJEMPLO, LUGAR DE UNA PISCINA
			3				3	DIFERENCIACION	3	APRENDIZAJE Y ENTENDIMIENTO COORDINATIVAS DE DIFERENCIACION POR MEDIO DE EJERCICIOS MAS COMPLETOS QUE APRENDIZ PARA LA APLICACION DEL MOVIMIENTO
			4				4	ORIENTACION	4	
			5				5	RITMICIDAD	5	MEJORAR SU UTILIZACION Y ORIENTACION TRANSFORMACIONES MOTRICES POR MEDIO DE RAMAS Y APARATOS CON EL FIN DE MEJORAR SU INTERACCION
			6				6	REACCION	6	APLICAR NUEVOS PROCEDIMIENTOS PARA EMPEZAR A ACTIVIDADES
		TEORICO	1	EQUIPAMIENTO BASICO	CREACION Y APRENDIZAJE ACERCA DEL DEPORTE ESCOLAR		1	PESO Y ESTATURA	1	ENTENDER QUE LA CONFORMIDAD SOMETIDO DEL CUERPO COMO MECANISMO Y SOCIAL CON LA APLICACION FORMAL COMO DEPORTE
			2				2	APRENDIZAJE CORRECTO	2	APRENDIZAJE Y ENTENDIMIENTO DE LA APLICACION FORMAL
			3				3	BALON	3	CONOCIMIENTO DE PROTECCION Y CUIDADO DE LA PISTAS LAS MEDIDAS ESPECIFICADAS
			4				4	UNIFORME	4	APLICAR Y MEMORIZAR EL SENTIDO DE PERTENENCIA A PUES LAS CAMISETAS PUEDA SUPORTARSE PARA CUIDADO Y MOTIVACION DEL MISMO
			5				5	CALZADO	5	MEDIDA, REGLAMENTO NO ES OBLIGATORIO LOS ELEMENTOS PUEDA EN TENIS O ZAPATILLAS
			1	REGLAS DE JUEGO	CREACION Y APRENDIZAJE ACERCA DEL DEPORTE ESCOLAR		1	SALIDA DE MITTA	1	ESTO ITEM Y LOS SIGUIENTES TODOS LOS NIÑO DEBEN APRENDER A REGRESAR EL JUEGO
			2				2	SALIDA LATERAL	2	ESTO ITEM Y LOS SIGUIENTES TODOS LOS NIÑO DEBEN APRENDER A REGRESAR EL JUEGO
			3				3	SALIDA DE PELOTAZAS	3	ESTO ITEM Y LOS SIGUIENTES, TODOS LOS NIÑO DEBEN APRENDER A REGRESAR EL JUEGO
			4				4		4	
			5				5		5	
			1	FALTAS TIRO LIBRE DIRECTO	CREACION Y APRENDIZAJE ACERCA DEL DEPORTE ESCOLAR		1	EN TODOS LOS ACTIVIDADES DE ESTE ITEM SE EXPLICARAN LAS FALTAS Y SE HARA LA SIMULACION DE LA MISMA	1	EL NIÑO DEBE REALIZAR ESTAS FORMAS DE JUEGO PARA INFORMAR EN COMPARTIR DEL TIRO DE FALTAS
			2				2	FALTAS TRABAJADAS	2	EL NIÑO QUE EL NIÑO ENTENDAS QUE REALIZANDO ESTE TIPO DE FALTAS PUEDE SER ANGARRADAS
			3				3	FALTAS DIRECTAS	3	EL NIÑO QUE EL NIÑO ENTENDAS QUE REALIZANDO ESTE TIPO DE FALTAS PUEDE SER APLICADAS
			4				4	EQUIPO A LA ADVERSARIO	4	EL NIÑO QUE EL NIÑO ENTENDAS QUE REALIZANDO ESTE TIPO DE FALTAS PUEDE SER ANGARRADAS
			5				5	FALTAS SOBRE UN ADVERSARIO	5	RETENDER ESTA REGLAS FUNDAMENTAL PUES SUELE SUCEDER MAY AMENUDO DURANTE JUEGO
			1	FALTAS TIRO INDIREC



"INDEPORTES CUNDINAMARCA"
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA
MALLA PEDAGOGICA Y CURRICULAR POR DEPORTE
NIVEL PERFECCIONAMIENTO

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	No.	ELEMENTO FORMATIVO	OBJETIVO FORMATIVO DEL ELEMENTO	No. HORAS DE TRABAJO POR ELEMENTO FORMATIVO	No.	DESCRIPCION DE LAS ACTIVIDADES ESENCIALES A DESARROLLAR POR ELEMENTO	No.	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DEL ELEMENTO FORMATIVO DIRIGIDO AL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
FUTBOL	INICIACION	TECNICO	1	FUTSAT	OBJETIVO FORMATIVO DEL ELEMENTO		1	EJERCICIOS DE ACT. FISICAS EN DONDE SEA NECESARIO QUE SE CLASIFIQUE EJERCICIOS DE LOCOMOCION, LOCOMOCION CON BALON, MANIPULACION, MANIPULACION CON BALON, EJERCICIOS DE EQUILIBRIO, EQUILIBRIO CON BALON, ESTIRAMIENTO EN CADA UNO DE LOS EJERCICIOS	A	APRENDER LOS PASOS DE ACUERDO A LA ETAPAS Y DIFICULTADES EN LA ACTIVIDAD
							2	EJERCICIOS DE ACT. FISICAS EN DONDE SEA NECESARIO QUE SE CLASIFIQUE EJERCICIOS DE LOCOMOCION, LOCOMOCION CON BALON, MANIPULACION, MANIPULACION CON BALON, EJERCICIOS DE EQUILIBRIO, EQUILIBRIO CON BALON, ESTIRAMIENTO EN CADA UNO DE LOS EJERCICIOS	B	ENTENDER QUE EL NIÑO SE ENFRENTA POR PRIMERA VEZ A UNA ACTIVIDAD, UNA CONTINUIDAD, ACTIVIDADES QUE SE REALIZAN EN CADA CLASE, ESTIRAMIENTO AL FINALIZAR LA CLASE, ENTENDER QUE ES LA ACTIVIDAD Y SUS BENEFICIOS PARA EL CUIDADO DE SU CUERPO EN LA ACTIVIDAD
							3	EJERCICIOS DE ACT. FISICAS EN DONDE SEA NECESARIO QUE SE CLASIFIQUE EJERCICIOS DE LOCOMOCION, LOCOMOCION CON BALON, MANIPULACION, MANIPULACION CON BALON, EJERCICIOS DE EQUILIBRIO, EQUILIBRIO CON BALON, ESTIRAMIENTO EN CADA UNO DE LOS EJERCICIOS	C	ENTENDER QUE EL NIÑO ESTA EN UNA ETAPA DE APRENDIZAJE DE LA MODALIDAD DEPORTIVA, TECNICAS BASICAS PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD, ESTIRAMIENTO AL FINALIZAR LA CLASE
							4	EJERCICIOS DE ACT. FISICAS EN DONDE SEA NECESARIO QUE SE CLASIFIQUE EJERCICIOS DE LOCOMOCION, LOCOMOCION CON BALON, MANIPULACION, MANIPULACION CON BALON, EJERCICIOS DE EQUILIBRIO, EQUILIBRIO CON BALON, ESTIRAMIENTO EN CADA UNO DE LOS EJERCICIOS	D	ENTENDER EL DEPORTISTA EN RELACION CON TERMINOS DEPORTIVOS DE METODOLOGIA, CONCEPTOS BASICOS PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD, TECNICAS BASICAS PARA EL TRABAJO INDIVIDUAL
							5			
			2	COORDINACION	OBTENER LA COORDINACION DE TODOS LOS MOVIMIENTOS DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA		1	EJERCICIOS DE COORDINACION DINAMICA GENERAL ESTOS A CRITERIO DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	A	EL NIÑO REALIZA LOS EJERCICIOS DE COORDINACION DINAMICA GENERAL
							2	EJERCICIOS DE EQUILIBRIO ESTATICO Y DINAMICO, ESTOS A CRITERIO DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	B	IMPLEMENTACION DE TIPOS DE EJERCICIOS CON EL FIN DE QUE EL APRENDIZAJE DE MOVIMIENTOS TECNICOS PARA EL DESARROLLO DEPORTIVO SEA MAS SENCILLO
							3	EJERCICIOS CON BALON, CONTINUO CONTROL ESTOS A CRITERIO DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	C	MANEJO DE BALONES, DE BALON Y TODAS LAS VARIANTES
							4	EJERCICIOS CORRELACIONADOS CON EL BALON Y EL CUERPO, ESTOS RELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	D	CONTROL DEL BALON, SALIENDO, PASES CON LA SUPERFICIE DE CONTACTO DEL PIE, CON LA PALMA Y MANO CORRELACIONADOS
							5	EJERCICIOS DE EQUILIBRIO, ESTOS A CRITERIO DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	E	MANEJO DE EL NIÑO, DIFERENCIAR DE LAS FORMAS DE APOYO ADAPTADOS DE CONTACTO, EQUILIBRIO CONSERVACION Y CONTINUIDAD DE	
			3	CONDITAL	MECANISMOS DE CONTROL DE LA CAPACIDAD DE APRENDIZAJE A LAS PRUEBAS PARA EL REFUERZO DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA		1	EJERCICIOS DE CONDICION FISICA GENERAL ESTOS A CRITERIO DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	A	EL NIÑO DEBE REALIZAR LA ETAPA DE UNA APRENDIZAJE QUE CONTROLAR Y PASAR EL BALO DE UNA MANERA DE LA ETAPA EN APRENDIZAJE DE ACUERDO
							2	EJERCICIOS DE TIEMPO DE REACCION, CON BALON Y SIN BALON, ESTOS A CRITERIO DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	B	ESTO CONSTA EN QUE SE CONSTRUYE EN QUE EL NIÑO CON TAMBIEN CON EL BALON PARA MEJORAR DE ACTIVIDADES CLASIFICADOS PASES
							3	EJERCICIOS DE TIEMPO DE REACCION, CON BALON Y SIN BALON, ESTOS A CRITERIO DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	C	INTERPRETACION Y TODAS DECIDIENDO CONSTA BALON CONTROL ITEM DE PRUEBAS EN AMBOS AL MISMO
							4			
							5			
			4	SPARLING	OBTENER EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FISICAS BASICAS QUE SE REQUIEREN EN LA ACTIVIDAD DEPORTIVA		1	EJERCICIOS DE CONDICION FISICA DE FUERZA, RESISTENCIA, VELOCIDAD, FLEXIBILIDAD, ESTOS A CRITERIO DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	A	APRENDER LOS MOVIMIENTOS FUNDAMENTALES EN UNA SITUACION CONTROLADOR ESTRATEGIA, A MEDIDAS EN BASE AL UNA SESION IDEAL
							2	EJERCICIOS DE FUERZA, RESISTENCIA, VELOCIDAD, FLEXIBILIDAD, ESTOS A CRITERIO DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	B	ENTRE LOS MAS EL VERSALLES, ESTOS METODOS FUNDAMENTALES, PARA PASO REALIZO Y CLARO AL TRIAL
							3	EJERCICIOS DE FUERZA, RESISTENCIA, VELOCIDAD, FLEXIBILIDAD, ESTOS A CRITERIO DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	C	ENTRE LOS MAS EL VERSALLES, ESTOS METODOS FUNDAMENTALES, PARA PASO REALIZO Y CLARO AL TRIAL
							4			
							5			
			5	BASICO	IMPLEMENTAR EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FISICAS BASICAS QUE SE REQUIEREN EN LA ACTIVIDAD DEPORTIVA		1	EJERCICIOS DE FUERZA, RESISTENCIA, VELOCIDAD, FLEXIBILIDAD, ESTOS A CRITERIO DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	A	APRENDER MOVIMIENTOS Y ETAPAS QUE PARA QUE LOS NIÑOS EN EL JUEGO EN LA ESCUELA
							2	EJERCICIOS DE FUERZA, RESISTENCIA, VELOCIDAD, FLEXIBILIDAD, ESTOS A CRITERIO DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	B	APRENDER MOVIMIENTOS DIFERENCIAS
							3	EJERCICIOS DE FUERZA, RESISTENCIA, VELOCIDAD, FLEXIBILIDAD, ESTOS A CRITERIO DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	C	ENTRE LOS MAS EL CUERPO DIRIGIDO Y POR CONSIGUIENTE EL PASE, LOS ALTOS TRIANGULOS EN LA MANERA MAS AMPLIA
							4	EJERCICIOS DE FUERZA, RESISTENCIA, VELOCIDAD, FLEXIBILIDAD, ESTOS A CRITERIO DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	D	ENTRE LOS MAS LA ETAPA DE TIRO EN EL JUEGO Y SIRVE CONSIGUIENTE DEL MISMO
							5	EJERCICIOS DE FUERZA, RESISTENCIA, VELOCIDAD, FLEXIBILIDAD, ESTOS A CRITERIO DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	E	APRENDER LA FORMA DE LANZAR AL ARCO FINAL, TENIENDO EN CUENTA LA PRECISION Y DISTANCIA
		TACTICO	1	APRENDIZAJE PROYECTO	OBTENER NUEVOS CONOCIMIENTOS QUE PERMITAN EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FISICAS BASICAS QUE SE REQUIEREN EN LA ACTIVIDAD DEPORTIVA		1	TRABAJAR EN LOS JUEGOS DE BALON EN DONDE SEA NECESARIO QUE SE CLASIFIQUE EJERCICIOS DE LOCOMOCION, LOCOMOCION CON BALON, MANIPULACION, MANIPULACION CON BALON, EJERCICIOS DE EQUILIBRIO, EQUILIBRIO CON BALON, ESTIRAMIENTO EN CADA UNO DE LOS EJERCICIOS	A	ENTENDER QUE LA UNIDAD DIFERENCIA CAUSA PRESENTE/OBJETIVO CONCRETO, CAUSA PASTO PARA LA UNIDAD, BUSCANDO APOYO CONOCIDO MEJOR QUE CONSTRUCCION Y OBSERVACION
							2	EL CAMPO DE LAS CUALIDADES DE CONDICIÓN QUE EL INSTRUCTOR DEBE DESARROLLAR	B	ENTENDER NUEVOS CONCEPTOS FORMAS DE APRENDIZAJE/PRACTICA
							3	EL NIÑO ADQUIERE CUATRO CLASES FUNDAMENTALES DE CUALIDADES DE LA CONDICIÓN FÍSICA: RESISTENCIA, FUERZA, VELOCIDAD Y FLEXIBILIDAD	C	ENTENDER QUE EL NIÑO ESTA EN UNA ETAPA DE APRENDIZAJE Y ESTA ACEPTA A UNA FORMA DE ACOMODARSE A ESTA, CUANDO LOS JUEGOS
							4	EJERCICIOS DE MOVIMIENTOS ESPECÍFICOS ACTIVIDADES CLARAS DE INTERACTUAR, APROPIADOS PARA LA EDAD,	D	ENTENDER QUE EL NIÑO ESTA EN UNA ETAPA DE APRENDIZAJE Y ESTA ACEPTA A UNA FORMA DE ACOMODARSE A ESTA, CUANDO LOS JUEGOS
							5			
			2	APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO	OBTENER NUEVOS CONOCIMIENTOS QUE PERMITAN EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FISICAS BASICAS QUE SE REQUIEREN EN LA ACTIVIDAD DEPORTIVA		1	ESTRATEGIAS DEL ASPECTOS APRENDIZAJE/PRACTICA QUE SEAN BUENOS PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	A	ENTENDER QUE EL NIÑO ESTA EN UNA ETAPA DE APRENDIZAJE Y ESTA ACEPTA A UNA FORMA DE ACOMODARSE A ESTA, CUANDO LOS JUEGOS
							2	EL NIÑO ADQUIERE CUATRO CLASES FUNDAMENTALES DE CUALIDADES DE LA CONDICIÓN FÍSICA: RESISTENCIA, FUERZA, VELOCIDAD Y FLEXIBILIDAD	B	ENTENDER NUEVOS CONCEPTOS FORMAS DE APRENDIZAJE/PRACTICA
							3	EL NIÑO ADQUIERE CUATRO CLASES FUNDAMENTALES DE CUALIDADES DE LA CONDICIÓN FÍSICA: RESISTENCIA, FUERZA, VELOCIDAD Y FLEXIBILIDAD	C	ENTENDER QUE EL NIÑO ESTA EN UNA ETAPA DE APRENDIZAJE Y ESTA ACEPTA A UNA FORMA DE ACOMODARSE A ESTA, CUANDO LOS JUEGOS
							4			
							5			
			3	APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO	OBTENER NUEVOS CONOCIMIENTOS QUE PERMITAN EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FISICAS BASICAS QUE SE REQUIEREN EN LA ACTIVIDAD DEPORTIVA		1	ESTRATEGIAS DEL ASPECTOS APRENDIZAJE/PRACTICA QUE SEAN BUENOS PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	A	ENTENDER QUE EL NIÑO ESTA EN UNA ETAPA DE APRENDIZAJE Y ESTA ACEPTA A UNA FORMA DE ACOMODARSE A ESTA, CUANDO LOS JUEGOS
							2	EL NIÑO ADQUIERE CUATRO CLASES FUNDAMENTALES DE CUALIDADES DE LA CONDICIÓN FÍSICA: RESISTENCIA, FUERZA, VELOCIDAD Y FLEXIBILIDAD	B	ENTENDER NUEVOS CONCEPTOS FORMAS DE APRENDIZAJE/PRACTICA
							3	EL NIÑO ADQUIERE CUATRO CLASES FUNDAMENTALES DE CUALIDADES DE LA CONDICIÓN FÍSICA: RESISTENCIA, FUERZA, VELOCIDAD Y FLEXIBILIDAD	C	ENTENDER QUE EL NIÑO ESTA EN UNA ETAPA DE APRENDIZAJE Y ESTA ACEPTA A UNA FORMA DE ACOMODARSE A ESTA, CUANDO LOS JUEGOS
							4			
							5			
			4	RECUPERACION	EMPLEAR NUEVOS CONOCIMIENTOS QUE PERMITAN EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FISICAS BASICAS QUE SE REQUIEREN EN LA ACTIVIDAD DEPORTIVA		1	ACTIVIDADES QUE SE APRENDEN NUEVOS FORMAS DE MOVERSE, RECONOCER APRENDIZAJE ANTES DE PASAR A OTRA ETAPA	A	ENTENDER QUE EL NIÑO APRENDE NUEVOS FORMAS DE MOVERSE, RECONOCER APRENDIZAJE ANTES DE PASAR A OTRA ETAPA
							2	EL DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FISICAS BASICAS QUE SE REQUIEREN EN LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	B	ENTENDER NUEVOS FORMAS DE MOVERSE, RECONOCER APRENDIZAJE ANTES DE PASAR A OTRA ETAPA
							3	EL NIÑO ADQUIERE CUATRO CLASES FUNDAMENTALES DE CUALIDADES DE LA CONDICIÓN FÍSICA: RESISTENCIA, FUERZA, VELOCIDAD Y FLEXIBILIDAD	C	ENTENDER QUE LA UNIDAD DIFERENCIA CAUSA PRESENTE/OBJETIVO CONCRETO, CAUSA PASTO PARA LA UNIDAD, BUSCANDO APOYO CONOCIDO MEJOR QUE CONSTRUCCION Y OBSERVACION
							4			
							5			
			5	CONTINUIDAD	CONTINUIDAD DE LAS CAPACIDADES FISICAS BASICAS QUE SE REQUIEREN EN LA ACTIVIDAD DEPORTIVA		1	EJERCICIOS DE CONTINUIDAD, ESTOS A CRITERIO DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	A	ENTENDER QUE EL NIÑO ESTA EN UNA ETAPA DE APRENDIZAJE Y ESTA ACEPTA A UNA FORMA DE ACOMODARSE A ESTA, CUANDO LOS JUEGOS
							2		B	
							3		C	
							4		D	
							5		E	
			1				1		A	
							2		B	
							3		C	
							4		D	
							5		E	
			2				1		A	
							2		B	
							3		C	
							4		D	
							5		E	
			3				1		A	
							2		B	
							3		C	
							4		D	
							5		E	
			4				1		A	
							2		B	
							3		C	
							4		D	
							5		E	
			5				1		A	
							2		B	
							3		C	
							4		D	
							5		E	
		FISICO	1	VELOCIDAD	DESARROLLAR LAS CAPACIDADES FISICAS BASICAS QUE SE REQUIEREN EN LA ACTIVIDAD DEPORTIVA		1	ACTIVIDADES EN PARQUEADEROS DESPLAZANDO DIFERENTES TIPOS DE VELOCIDAD, ESTOS A CRITERIO DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	A	APRENDER LOS PASOS DE ACUERDO A LA ETAPAS Y DIFICULTADES EN LA ACTIVIDAD
							2	EJERCICIOS DE VELOCIDAD DE REACCION, CON BALON Y SIN BALON, ESTOS A CRITERIO DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	B	ENTENDER QUE EL NIÑO SE ENFRENTA POR PRIMERA VEZ A UNA ACTIVIDAD, UNA CONTINUIDAD, ACTIVIDADES QUE SE REALIZAN EN CADA CLASE, ESTIRAMIENTO AL FINALIZAR LA CLASE, ENTENDER QUE ES LA ACTIVIDAD Y SUS BENEFICIOS PARA EL CUIDADO DE SU CUERPO EN LA ACTIVIDAD
							3	EJERCICIOS DE VELOCIDAD DE REACCION, CON BALON Y SIN BALON, ESTOS A CRITERIO DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	C	APRENDER LA VELOCIDAD QUE ESTABLECIDA POR MEDIO DE ACTIVIDADES BASICAS
							4	EJERCICIOS DE VELOCIDAD DE REACCION, CON BALON Y SIN BALON, ESTOS A CRITERIO DEL NIÑO CORRELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	D	ACTIVIDADES QUE SE APRENDEN NUEVOS FORMAS DE MOVERSE, RECONOCER APRENDIZAJE ANTES DE PASAR A OTRA ETAPA
							5		E	
			2	RESISTENCIA	DISEÑO DE LA RESISTENCIA MEDIANTE LA APLICACION DE ACTIVIDADES Y EJERCICIOS		1	ACTIVIDADES QUE IMPLICAN RESISTENCIA AEROBICA	A	APRENDER LA CONDICION AEROBICA
							2	EJERCICIOS ENCAMINADOS A BASE ACTIVIDADES CON UNA DURACION	B	APRENDER LA CONDICION AEROBICA POR MEDIO DE ACTIVIDADES CLARO QUE
							3	EJERCICIO "PARTIENDO DE TODO PUNTO EN CON UN TIEMPO QUE NO TEN CON UNA DURACION DE 3 MINUTOS"	C	ENTENDER LA CAPACIDAD PULMONAR
							4		D	
							5		E	
			3	FUERZA	DISEÑO DE ACTIVIDADES ENCAMINADAS A LA MEJORA DE LA FUERZA		1	ACTIVIDADES QUE IMPLICAN FUERZA MUSCULAR	A	APRENDER LA CAPACIDAD MUSCULAR
							2	EJERCICIOS ENCAMINADOS A BASE ACTIVIDADES CON UNA DURACION	B	APRENDER LA CONDICION AEROBICA POR MEDIO DE ACTIVIDADES CLARO QUE
							3	EJERCICIO "PARTIENDO DE TODO PUNTO EN CON UN TIEMPO QUE NO TEN CON UNA DURACION DE 3 MINUTOS"	C	ENTENDER LA CAPACIDAD PULMONAR
							4		D	
							5		E	
			4	VELOCIDAD	APRENDER LA CAPACIDAD MUSCULAR PARA MEJORAR LA VELOCIDAD		1	ACTIVIDADES QUE IMPLICAN FUERZA MUSCULAR	A	APRENDER LA CAPACIDAD MUSCULAR
							2	EJERCICIOS ENCAMINADOS A BASE ACTIVIDADES CON UNA DURACION	B	APRENDER LA CONDICION AEROBICA POR MEDIO DE ACTIVIDADES CLARO QUE
							3	BASICO DE VELOCIDAD	C	ENTENDER LA CAPACIDAD PULMONAR
							4		D	
							5		E	
			5	APRENDIZAJE Y DESARROLLO DE COORDINACION PARA MEJORAR LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	APRENDER LA COORDINACION PARA MEJORAR LA ACTIVIDAD DEPORTIVA		1	COORDINACION	A	APRENDER LA COORDINACION PARA MEJORAR LA ACTIVIDAD DEPORTIVA
							2	EJERCICIOS DE COORDINACION DINAMICA GENERAL DE ACUERDO A LA ETAPA	B	APRENDER LA COORDINACION DINAMICA GENERAL DE APRENDIZAJE EN UN GENERAL, POR
							3	EJERCICIOS DE COORDINACION	C	APRENDER LA COORDINACION CONTEMPORANEA DE ENTRENAMIENTO
							4		D	
							5		E	
		TEORICO	1	FOLLAMIENTO BASICO	CONOCER ALGUNOS BASICOS PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA		1		A	
							2		B	
							3		C	
							4		D	
							5		E	
			2	FORMAS DE ENTRENAMIENTO	CONOCER ALGUNOS BASICOS PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA		1		A	
							2		B	
							3		C	
							4		D	
							5		E	
			3	FACTOR TIPO LIBRE DIRECTO	CONOCER ALGUNOS BASICOS PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA		1		A	
							2		B	
							3		C	
							4		D	
							5		E	
			4	FACTOR TIPO INDIRECTO	CONOCER ALGUNOS BASICOS PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA		1		A	
							2		B	
							3		C	
							4		D	
							5		E	
			5	REGLAMENTO, ESCALA Y METODOLOGIA, ENTRENO	CONOCER ALGUNOS BASICOS PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA		1		A	
							2		B	
							3		C	
							4		D	
							5		E	
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	1	CONOCIMIENTO	APRENDIZAJE, APROPIACION Y METODOLOGIA PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA		1		A	
							2		B	
							3		C	
							4		D	
							5		E	
			2	COMPRENSION	APRENDIZAJE, APROPIACION Y METODOLOGIA PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA		1		A	
							2		B	
							3		C	
							4		D	
							5		E	
			3	COORDINACION	APRENDIZAJE, APROPIACION Y METODOLOGIA PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA		1		A	
							2		B	
							3		C	
							4		D	
							5		E	
			4	COMUNICACION	APRENDIZAJE, APROPIACION Y METODOLOGIA PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA		1		A	
							2		B	
							3		C	
							4		D	
							5		E	
			5				1		A	
							2		B	
							3		C	
							4		D	
							5		E	



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

DEPORTE / MODALIDAD:	FUTBOL
MUNICIPIO:	SIBATE
NOMBRE DEL FORMADOR:	GABRIEL BEJARANO LINARES

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	OBSERVACIONES
2:00 P.M. A 4 P.M.	GRUPO		FUNDAMENTACION		FUNDAMENTACION	FUNDAMENTACION	
	SEDE DE TRABAJO		PROGRESO		PROGRESO	PROGRESO	
4 P.M. A 6 P.M.	GRUPO	PERFECCIONAMIENTO		PERFECCIONAMIENTO		PERFECCIONAMIENTO	
	SEDE DE TRABAJO	ESTADIO		ESTADIO		ESTADIO	
5 P.M. A 6 P.M.	GRUPO						
	SEDE DE TRABAJO						



NOMBRE MONITOR GABRIEL BEJARANO LINARES

OBLIGACION # 3
Sesiones de entrenamiento y otras actividades del mes de diciembre.







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


CLUB LA
UVENTUS NBA



OBLIGACION # 4

Planilla de cobertura de población de acuerdo a los grupos etarios establecidos por Indeportes Cundinamarca.



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

NEFICIAD	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Masculino	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
6 AÑOS															0
7 AÑOS															0
8 AÑOS															0
9 AÑOS															0
10 AÑOS															0
11 AÑOS	2		2												2
12 AÑOS	14		14												14
13 AÑOS															0
14 AÑOS															0
15 AÑOS															0
16 AÑOS	19		19												19
17 AÑOS	19		19												19
TOTALES															54



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	JULIAN ANDRES MARTIN	3115970676	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1			13	13	0	100%
2	JONATHAN SMITH LINARES	3208962619	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1			13	13	0	100%
3	HAROLD STIVEN GONZALEZ	3204259542	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1			13	13	0	100%
4	MIGUEL ANGEL DIAZ	3114840944	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1			13	13	0	100%
5	JULIO CASTAÑEDA MARTIN	3204029336	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1			13	13	0	100%
6	SAMUEL ALEJANDRO CLAVIJO	3144558707	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1			13	13	0	100%
7	JUAN DAVID GONZALEZ	3213727070	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1			13	13	0	100%
8	JUAN PABLO PARRAGA	3022049393	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1			13	13	0	100%
9	DAVID SANTIAGO PEREZ	3112576670	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1			13	13	0	100%
10	LEWIS JAVIER MAYORGA	3123589011	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1			13	13	0	100%
11	DAWER ARLEY GARZON	3133628262	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1			13	13	0	100%
12	ANDRES FELIPE ZAPATA	3229094015	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1			13	13	0	100%
13	ANDRES FELIPE SUAZA	3223360622	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1			13	13	0	100%
14	SERGIO BEJARANO	3164995195	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1			13	13	0	100%
15	SAMUEL AMAYA	3213521028	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1			13	13	0	100%
16	ANDERSON CIFUENTES	3022225569	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1				1		1	1			13	13	0	100%
17																																		0	0	0	#¡DIV/0!
18																																		0	0	0	#¡DIV/0!
19																																		0	0	0	#¡DIV/0!
20																																		0	0	0	#¡DIV/0!



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	OSCAR SANTIAGO PARRA					1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
2	MAIKOL DAVID PLAZAS	3166905932				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
3	DANIEL JULIAN GONZALEZ	3215037454				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
4	DIEGO ALEJANDRO BENITEZ	3503934049				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
5	DAVID SANTIAGO GARCIA	3157759363				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
6	HAROLD ALEXANDER OYOLA	3107704969				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
7	JUAN CAMILO VARGAS	3158544125				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
8	BRAYAN HERNAN REYES	3204951694				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
9	DEMID STIK VASQUEZ	3106672741				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
10	JUAN DAVID RIOS	3124577412				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
11	MATEO MUÑOZ LIMAS	3214037124				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
12	CRISTIN DAVID MONTOYA	3124875214				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
13	JHOSEPH ESTEBAN SEGURA	3224587413				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
14	ADRIAN ANTONIO CARDENAS	3256980014				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
15	JOSE SANTIAGO QUINTERO	3005266547				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
16	SAMUEL REYES	3154220214				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
17	YEFRY ALEJANDRO BOLIVAR	3147852360				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
18	SANTIAGO BENITEZ MENDEZ	3503934049				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
19	PEDRO ANDRES MOGOLLON	3194323198				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
20	HANSSEN NICOLAS SOTELO	3132248917				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
21	LUIS FELIPE MENDOZA	3125633201				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
22	JUAN SEBASTIAN VILLARRAGA	3114586851				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
23	JEAN CARLO FONSECA	3222371202				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
24	LUIS YOHAN MUNEVAR	3121453632				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
25	STID SANTIAGO REYES	3112563021				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
26	ALEJANDRO MENDOZA	3158963202				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
27	JAVIER MAURICIO GONZALEZ	3152902563				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
28	JUAN DAVID QUINCHIA	3113587798				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
29	JHOSEPH SEBASTIAN HERRERA	3102544124				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
30	JUAN ESTEBAN FLOREZ	3134332631				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
31	JUAN ESTEBAN RAMIREZ	3107586214				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
32	CAMILO MARENTES	3132646526				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
33	MAICOL STIVEN MARTINEZ	3102566547				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
34	RAIAN STICK RAMIREZ	3214587548				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
35	ANDRES FELIPE PAREDES	3124587412				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
36	OSCAR LEGUISAMON	3223360600				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
37	JUAN SEBASTIAN BARRERA	3144091325				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%
38	FELIPE ROJAS	3004782561				1		1		1			1		1		1			1		1		1			1		1		1			12	12	0	100%

OBLIGACION # 5
Durante todas las actividades realizadas hice buen uso de su nombre e imagen.



OBLIGACIÓN # 6

Planes diarios correspondientes al mes de diciembre.

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**1/12/2022**	**Lugar: progreso**	**Municipio: sibate**	**Hora: 4A 6 PM**	**N° de sesión: 51**		**N° de semana: 16**
Nombre del Formador: Gabriel Bejarano Linares							**Edades: 9 a 12**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**			
Objetivo General: TRABAJO EN ESPACIO REDUCIDO							
Objetivo Especifico: FUTBOL CON DEFINICION POR TOQUES							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	Convivencia	x	Autodisciplina	X	Participaciòn	x
Honestidad	X	Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**SILBATO**
1. Introduccion con el grupo	Introduccion a la clase		5	**ESCENARIO DEPORTIVO**
2.	llamado a lista			
3. Movilidad articular distal a proximal	Movilidad Articular		5	
4. Movimientos para elevar la temperatura	Calentamiento		10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**BALONES**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. CADA JUGADOR VA CONDUCIENDO Y LLEGAN	Fuerza	Maxima		10	**PLATILLOS**
OTRO A MARCARLO EL OBJETVO ES TERMINAR					
2. CONDUCCION DE BALON Y PASE 2VS2 CON		Explosiva		10	
	Resistencia	Aerobica	**X**		
		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**BALONES**
1. SE REALIZARAN EJERCICIOS DE RESPUESTA AL	Acoplamiento		15	**PLATILLOS**
2. EL UNO DEBE DE COGER A EL DOS O EL DOS AL	Ritmo		15	**CONOS**
3.	Equilibrio			
4.	Orientación	X		
5.	Diferenciación			
6.	Reacción	X		
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**BALONES**
1. CONDUCCION DE BALON DICIENDO LOS	**CONDUCCION**		**10**	**CONOS**
2. CONDUCCION DE BALON Y PASE	**CONDUCCION**		**10**	
3. JUEGO SIN PORTERIAS LOS NIÑOS DEBEN DE	**CONDUCCION**		**15**	
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**ESCENARIO DEPORTIVO**
1.Estiramiento	X	5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	3	CHARLA	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	X	2	ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

CUNDINAMARCA ¡REGIÓN Que Progresa!

INDEPORTES

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**6/12/2022**	**Lugar: estadio**	**Municipio: sibate**	**Hora: 4 A 6PM**	**N° de sesión: 53**		**N° de semana: 17**
Nombre del Formador:Gabriel Bejarano Linares				**N° de deportistas:**			**Edades: 9 A 12**
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**			
Objetivo General: REALIZAR TRABAJOS DE PREVENCION DE LESIONES							
Objetivo Especifico: CIRCUITOS QUE INVOLUCREN ASPECTOS TECNICOS							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Convivencia	x	Autodisciplina	X	Participaciòn	x
Honestidad	X	Justicia	X	Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**SILBATO**
1. Introduccion con el grupo	Introduccion a la clase		5	**ESCENARIO DEPORTIVO**
2.	llamado a lista			
3. Movilidad articular distal a proximal	Movilidad Articular		5	
4. Movimientos para elevar la temperatura	Calentamiento		10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**BALONES**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**PLATILLOS**
1. 12 REPETICIONES X 5 SERIES DE PASOS DE GIGANTE CON BRAZOS ATRÁS	Fuerza	Maxima	**X**	20	**SILBATO**
2. 8 REPETICIONES X 5SERIES DE SENTADILLAS SOSTENIENDO BOTELLAS CON ARENA		Explosiva		20	**BOTELLAS CON ARENA**
3. 10 REPETICIONES X 5 SERIES DE SALTOS BIPODALES POR PLATILLOS UNICADOS EN FILA SEPARADOS A 50 CM Y AL LLEGAR AL ULTIMO SALE EN VELOCIDAD CON EL BALON EN CONDUCCION HASTA UN CONO UBICADO A 5 MTS	Resistencia	Aerobica		20	
4. 10 REPETICIONES X 5 SERIES DE SKIPING DE 5 SEGUNDOS Y SALIR CORRIENDO HACIA UN CONO UBICADO A 5 MTS TOMAR EL BALON Y CONDUCIRLO A LA SALIDA		Anaerobica	**X**		
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento	**X**		
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

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

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**BALONES**
1. REALIZAR PASES CON UN COMPAÑERO POR TODO EL CAMPO EN LOS INTERVALOS DE RECUPERACION ENTRE SERIES	**PASE**		**8**	
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**ESCENARIO DEPORTIVO**
1.Estiramiento	X	5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	3	CHARLA	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	X	2	ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

CUNDINAMARCA ¡REGIÓN Que Progresa!

INDEPORTES

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**8/12/2022**	**Lugar: progreso**		**Municipio:sibate**		**Hora: 4 A 6 PM**		**N° de sesión: 54**		**N° de semana: 17**	
Nombre del Formador:Gabriel Bejarano Linares						**N° de deportistas:**				**Edades: 9 A 12**	
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**				**PERFECCIONAMIENTO**					
Objetivo General: REALIZAR FUNDAMENTACION TECNICAINDIVIDUAL RECEPCION CONTROL Y PASE											
Objetivo Especifico: EFECTUAR EL MOVIMIENTO TÉCNICO ADECUADO											
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):											
VALORES SOCIALES Y PERSONALES											
Respeto	**x**	Convivencia	x	Autodisciplina	X	Participaciòn	x				
Honestidad	X	Justicia		Reconocimiento		Autodominio					
Trabajo en equipo		Cumplimiento	X	Juego Limpio		Recompensa					
DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE											
PARTE INICIAL											
ACTIVIDADES						**Tiempo 20 MIN**		**SILBATO**			
1. Introduccion con el grupo		Introduccion a la clase				5		**ESCENARIO DEPORTIVO**			
2.		llamado a lista									
3. Movilidad articular distal a proximal		Movilidad Articular				5					
4. Movimientos para elevar la temperatura		Calentamiento				10					
PARTE CENTRAL-PARTE 1											
ACTIVIDADES		**Capacidades Fisicas**				**Tiempo 90 MIN**		**BALONES**			
		Capacidad	**Manifestaciòn**					**CONOS**			
1. PREPARACION FISICA CON ENFASIS EN EL TRABAJO DE FORTALECIMIENTO DEL TREN INFERIOR.		Fuerza	Maxima			20		**PLATILLOS**			
2. TRABAJO TECNICO DIRECCIONADO AL			Explosiva	**X**		20					
3.		Resistencia	Aerobica	**X**							
4.			Anaerobica								
5.		Velocidad	Maxima								
6.			Desplazamiento								
7.			Reacciòn								
8.		Flexibilidad	Estatica								
9.			Dinamica								
ACTIVIDADES		**Capacidades Coordinativas**				**Tiempo**					
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**		**BALONES**			
1. POR PAREJAS UBICADOS DE FRENTE DEBERAN		**PASE**				**25**		**CONOS**			
2. COORDINACION: LOS PLATILLOS UBICADOS EN						**15**		**PLATILLOS**			
3.											
4.											
PARTE FINAL											
ACTIVIDADES			**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**				**ESCENARIO DEPORTIVO**			
1.Estiramiento		X	5	ELONGACION MUSCULAR							
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		X	3	CHARLA							
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		X	2	ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS							
4. Tareas en casa y recomendaciones generales											
FIRMA FORMADOR:											

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**9/12/2022**	**Lugar: progreso**		**Municipio: Sibate**		**Hora: 4 A 6PM**		**N° de sesión: 55**		**N° de semana: 17**	
Nombre del Formador: Gabriel Bejarano Linares						**N° de deportistas:**				**Edades: 9 A 12**	
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**						**PERFECCIONAMIENTO**			
Objetivo General: REALIZAR EJERCICIO DE CONDUCCION Y PASE PARA MEJORAR LA TECNICA											
Objetivo Especifico: CONTRIBUIR A LA BUENA EJECUCION DE LOS MOVIMIENTOS TECNICOS											
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):											
VALORES SOCIALES Y PERSONALES											
Respeto	**x**	Convivencia	x	Autodisciplina	X	Participaciòn	x				
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio					
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa					
DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE											
PARTE INICIAL											
ACTIVIDADES						**Tiempo 20 MIN**		**SILBATO**			
1. Introduccion con el grupo		Introduccion a la clase				5		**ESCENARIO DEPORTIVO**			
2.		llamado a lista									
3. Movilidad articular distal a proximal		Movilidad Articular				5					
4. Movimientos para elevar la temperatura		Calentamiento				10					
PARTE CENTRAL-PARTE 1											
ACTIVIDADES		**Capacidades Fisicas**				**Tiempo 90 MIN**		**BALONES**			
		Capacidad	**Manifestaciòn**					**PLATILLOS**			
1. JUEGO DEL BOBITO O TORITO		Fuerza	Maxima			10		**SILBATO**			
2. JUEGO LA LLEVA EN CADENA			Explosiva			10					
3. COORDINACION CON PLATILLOS		Resistencia	Aerobica	**X**		12					
4.			Anaerobica								
5.		Velocidad	Maxima								
6.			Desplazamiento								
7.			Reacciòn								
8.		Flexibilidad	Estatica								
9.			Dinamica								
ACTIVIDADES		**Capacidades Coordinativas**				**Tiempo**					
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**		**BALONES**			
1. FUTBOL CORRECTIVO		**CONDUCCION**				**20**		**PLATILLOS**			
2. JUEGO DE PASES DE GRUPOS DE A 4, DONDE SE REALIZARAN DOS FILAS UNA AL FRENTE DE LA OTRA Y EJECUTARA EL PASE E IRA A DONDE LO HIZO		**PASE**				**20**		**CONOS**			
3. JUEGO 3 VS 2 SIN ARCO SOLO SE COLOCARA UN CONO QUE DEBE DE SER TOCADO DESPUES DE QUE TODOS LOS TRES HAYAN TOCADO EL BALON		**DRBLING**				**20**					
4.											
PARTE FINAL											
ACTIVIDADES			**Tiempo 10 MIN**		**Actividad**			**ESCENARIO DEPORTIVO**			
1.Estiramiento		X	5		ELONGACION MUSCULAR						
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		X	3		CHARLA						
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		X	2		ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS						
4. Tareas en casa y recomendaciones generales											

FIRMA FORMADOR:

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

CUNDINAMARCA ¡REGIÓN Que Progresa!

PLAN DIARIO DE CLASE

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**13/12/2022**	**Lugar: progreso**		**Municipio: Sibate**		**Hora: 4 A 6PM**		**N° de sesión: 56**		**N° de semana: 18**	
Nombre del Formador: Gabriel Bejarano Linares						**N° de deportistas:**				**Edades: 9 A 12**	
INICIACIÓN	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**				**PERFECCIONAMIENTO**					
Objetivo General: EJERCICIOS COORDINATIVOS PARA TECNICA Y PASE											
Objetivo Especifico: INTERACTUAR CON IMPLEMENTOS DEPORTIVOS NUEVOS											
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):											
VALORES SOCIALES Y PERSONALES											
Respeto	x	Convivencia	x	Autodisciplina		Participaciòn	x				
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio					
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa					
DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE											
PARTE INICIAL											
ACTIVIDADES						**Tiempo 20 MIN**					
1. Introduccion con el grupo		Introduccion a la clase				5					
2.		llamado a lista									
3. Movilidad articular distal a proximal		Movilidad Articular				5					
4.		Calentamiento									
PARTE CENTRAL-PARTE 1											
ACTIVIDADES		**Capacidades Fisicas**				**Tiempo 90 MIN**					
		Capacidad	**Manifestaciòn**								
1. EJERCICIOS COORDINATIVOS		Fuerza	Maxima								
EJERCICIOS DE TECNICA INDIVIDUAL Y			Explosiva	**X**							
3.		Resistencia	Aerobica	**x**		60					
4.			Anaerobica								
5.		Velocidad	Maxima								
6.			Desplazamiento	**X**							
7.			Reacciòn								
8.		Flexibilidad	Estatica								
9.			Dinamica	X							
ACTIVIDADES		**Capacidades Coordinativas**				**Tiempo**					
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**					
1.											
2.											
3.											
4.											
PARTE FINAL											
ACTIVIDADES			**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**							
1.Estiramiento		X	5	ELONGACION MUSCULAR							
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		X	3	CHARLA							
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		X	2	ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS							
4. Tareas en casa y recomendaciones generales											

FIRMA FORMADOR:

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**1/12/2022**	**Lugar: progreso**	**Municipio: sibate**	**Hora: 2 A 4 PM**	**N° de sesión: 51**		**N° de semana: 16**
Nombre del Formador: Gabriel Bejarano Linares							**Edades: 9 a 12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**			
Objetivo General: TRABAJO EN ESPACIO REDUCIDO							
Objetivo Especifico: FUTBOL CON DEFINICION POR TOQUES							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**x**	Convivencia	x	Autodisciplina	X	Participaciòn	x
Honestidad	X	Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**SILBATO**
1. Introduccion con el grupo	Introduccion a la clase		5	**ESCENARIO DEPORTIVO**
2.	llamado a lista			
3. Movilidad articular distal a proximal	Movilidad Articular		5	
4. Movimientos para elevar la temperatura	Calentamiento		10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**BALONES**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. CADA JUGADOR VA CONDUCIENDO Y LLEGAN	Fuerza	Maxima		10	**PLATILLOS**
OTRO A MARCARLO EL OBJETVO ES TERMINAR					
2. CONDUCCION DE BALON Y PASE 2VS2 CON		Explosiva		10	
	Resistencia	Aerobica	**X**		
		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**BALONES**
1. SE REALIZARAN EJERCICIOS DE RESPUESTA AL	Acoplamiento		15	**PLATILLOS**
2. EL UNO DEBE DE COGER A EL DOS O EL DOS AL	Ritmo		15	**CONOS**
3.	Equilibrio			
4.	Orientación	X		
5.	Diferenciación			
6.	Reacción	X		
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**BALONES**
1. CONDUCCION DE BALON DICIENDO LOS	**CONDUCCION**		**10**	**CONOS**
2. CONDUCCION DE BALON Y PASE	**CONDUCCION**		**10**	
3. JUEGO SIN PORTERIAS LOS NIÑOS DEBEN DE	**CONDUCCION**		**15**	
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**ESCENARIO DEPORTIVO**
1.Estiramiento	X	5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	3	CHARLA	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	X	2	ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**2/12/2022**	**Lugar: progreso**	**Municipio: sibate**	**Hora: 2 A 4 PM**	**N° de sesión: 52**		**N° de semana: 16**
Nombre del Formador: Gabriel Bejarano Linares				**N° de deportistas:**			**Edades: 9 A 12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**			
Objetivo General: FORTLECER TECNICA Y TACTICA POR MEDIO DE JUEGOS CORRECTIVOS EN EL CAMPO							
Objetivo Especifico: CONTRIBUIR AL FORTALECIMIENTO FISICO POR MEDIO DEL JUEGO							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	**x**	Convivencia	x	Autodisciplina	X	Participaciòn	x
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**SILBATO** **ESCENARIO DEPORTIVO**
1. Introduccion con el grupo	Introduccion a la clase		5	
2.	llamado a lista			
3. Movilidad articular distal a proximal	Movilidad Articular		5	
4. Movimientos para elevar la temperatura	Calentamiento		10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**BALONES** **CONOS** **PLATILLOS**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. CARRERA CORTA DE 20 METROS AL SONIDO DEL SILBATO CON BALON Y SIN BALON	Fuerza	Maxima		15	
2.SALTOS DIRIGIDOS PODALES Y BIPODALES DESPLAZANDOSE POR EL CAMPO SALTANDO UNA		Explosiva	**X**	15	
3, CARRERA CON BALON IDA Y VUELTA LUEGO	Resistencia	Aerobica	**X**		
		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**
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**	**BALONES** **CONOS**
1.PRACTICAR RECORRIDOS CON BALON PLANTA PIE, BORDE INTERNO Y EXTERNO Y CON	**CONDUCCION**		**10**	
2. PARAR EL BALON CON EL PIE Y MUSLO PIERNA DERECHA Y LUEGO IZQUIERDA Y RECORRIDO CON	**CONTROL-CONDUCCION**		**10**	
3.JUEGO DE APLICACIÓN			**20**	
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**ESCENARIO DEPORTIVO**
1.Estiramiento	X	5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	3	CHARLA	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	X	2	ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR: 

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

CUNDINAMARCA ¡REGIÓN Que Progresa!

INDEPORTES

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**6/12/2022**	**Lugar: estadio**	**Municipio: sibate**	**Hora: 2 A 4PM**	**N° de sesión: 53**		**N° de semana: 17**
Nombre del Formador:Gabriel Bejarano Linares				**N° de deportistas:**			**Edades: 9 A 12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**			
Objetivo General: REALIZAR TRABAJOS DE PREVENCION DE LESIONES							
Objetivo Especifico: CIRCUITOS QUE INVOLUCREN ASPECTOS TECNICOS							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Convivencia	x	Autodisciplina	X	Participaciòn	x
Honestidad	X	Justicia	X	Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**SILBATO** **ESCENARIO DEPORTIVO**
1. Introduccion con el grupo	Introduccion a la clase		5	
2.	llamado a lista			
3. Movilidad articular distal a proximal	Movilidad Articular		5	
4. Movimientos para elevar la temperatura	Calentamiento		10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**BALONES** **PLATILLOS** **SILBATO** **BOTELLAS CON ARENA**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. 12 REPETICIONES X 5 SERIES DE PASOS DE GIGANTE CON BRAZOS ATRÁS	Fuerza	Maxima	**X**	20	
2. 8 REPETICIONES X 5SERIES DE SENTADILLAS SOSTENIENDO BOTELLAS CON ARENA		Explosiva		20	
3. 10 REPETICIONES X 5 SERIES DE SALTOS BIPODALES POR PLATILLOS UNICADOS EN FILA SEPARADOS A 50 CM Y AL LLEGAR AL ULTIMO SALE EN VELOCIDAD CON EL BALON EN CONDUCCION HASTA UN CONO UBICADO A 5 MTS	Resistencia	Aerobica		20	
4. 10 REPETICIONES X 5 SERIES DE SKIPING DE 5 SEGUNDOS Y SALIR CORRIENDO HACIA UN CONO UBICADO A 5 MTS TOMAR EL BALON Y CONDUCIRLO A LA SALIDA		Anaerobica	**X**		
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento	**X**		
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

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

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**BALONES**
1. REALIZAR PASES CON UN COMPAÑERO POR TODO EL CAMPO EN LOS INTERVALOS DE RECUPERACION ENTRE SERIES	**PASE**		**8**	
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**ESCENARIO DEPORTIVO**
1.Estiramiento	X	5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	3	CHARLA	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	X	2	ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**8/12/2022**	**Lugar: progreso**	**Municipio:sibate**	**Hora: 2 A 4 PM**	**N° de sesión: 54**		**N° de semana: 17**
Nombre del Formador:Gabriel Bejarano Linares				**N° de deportistas:**			**Edades: 9 A 12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**			
Objetivo General: REALIZAR FUNDAMENTACION TECNICAINDIVIDUAL RECEPCION CONTROL Y PASE							
Objetivo Especifico: EFECTUAR EL MOVIMIENTO TÉCNICO ADECUADO							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	Convivencia	x	Autodisciplina	X	Participaciòn	x
Honestidad	X	Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo		Cumplimiento	X	Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**SILBATO**
1. Introduccion con el grupo	Introduccion a la clase		5	**ESCENARIO DEPORTIVO**
2.	llamado a lista			
3. Movilidad articular distal a proximal	Movilidad Articular		5	
4. Movimientos para elevar la temperatura	Calentamiento		10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**BALONES**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**CONOS**
1. PREPARACION FISICA CON ENFASIS EN EL TRABAJO DE FORTALECIMIENTO DEL TREN INFERIOR.	Fuerza	Maxima		20	**PLATILLOS**
2. TRABAJO TECNICO DIRECCIONADO AL		Explosiva	**X**	20	
3.	Resistencia	Aerobica	**X**		
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**
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**	**BALONES**
1. POR PAREJAS UBICADOS DE FRENTE DEBERAN	**PASE**		**25**	**CONOS**
2. COORDINACION: LOS PLATILLOS UBICADOS EN			**15**	**PLATILLOS**
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**ESCENARIO DEPORTIVO**
1.Estiramiento	X	5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	3	CHARLA	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	X	2	ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**9/12/2022**	**Lugar: progreso**	**Municipio: Sibate**	**Hora: 2 A 4PM**	**N° de sesión: 55**		**N° de semana: 17**
Nombre del Formador: Gabriel Bejarano Linares				**N° de deportistas:**			**Edades: 9 A 12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**			
Objetivo General: REALIZAR EJERCICIO DE CONDUCCION Y PASE PARA MEJORAR LA TECNICA							
Objetivo Especifico: CONTRIBUIR A LA BUENA EJECUCION DE LOS MOVIMIENTOS TECNICOS							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):							

VALORES SOCIALES Y PERSONALES							
Respeto	x	Convivencia	x	Autodisciplina	X	Participaciòn	x
Honestidad		Justicia		Reconocimiento		Autodominio	
Trabajo en equipo		Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**SILBATO**
1. Introduccion con el grupo	Introduccion a la clase		5	**ESCENARIO DEPORTIVO**
2.	llamado a lista			
3. Movilidad articular distal a proximal	Movilidad Articular		5	
4. Movimientos para elevar la temperatura	Calentamiento		10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**BALONES**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			**PLATILLOS**
1. JUEGO DEL BOBITO O TORITO	Fuerza	Maxima		10	**SILBATO**
2. JUEGO LA LLEVA EN CADENA		Explosiva		10	
3. COORDINACION CON PLATILLOS	Resistencia	Aerobica	X	12	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**
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**	**BALONES**
1. FUTBOL CORRECTIVO	**CONDUCCION**		**20**	**PLATILLOS**
2. JUEGO DE PASES DE GRUPOS DE A 4, DONDE SE REALIZARAN DOS FILAS UNA AL FRENTE DE LA OTRA Y EJECUTARA EL PASE E IRA A DONDE LO HIZO	**PASE**		**20**	**CONOS**
3. JUEGO 3 VS 2 SIN ARCO SOLO SE COLOCARA UN CONO QUE DEBE DE SER TOCADO DESPUES DE QUE TODOS LOS TRES HAYAN TOCADO EL BALON	**DRBLING**		**20**	
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**ESCENARIO DEPORTIVO**
1.Estiramiento	X	5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	3	CHARLA	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	X	2	ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				

FIRMA FORMADOR:

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**13/12/2022**	**Lugar: progreso**		**Municipio: Sibate**		**Hora: 2 A 4PM**	**N° de sesión: 56**		**N° de semana: 18**
Nombre del Formador: Gabriel Bejarano Linares						**N° de deportistas:**			**Edades: 9 A 12**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**X**	**PERFECCIONAMIENTO**			
Objetivo General: EJERCICIOS COORDINATIVOS PARA TECNICA Y PASE									
Objetivo Especifico: INTERACTUAR CON IMPLEMENTOS DEPORTIVOS NUEVOS									
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):									

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**
1. Introduccion con el grupo	Introduccion a la clase		5
2.	llamado a lista		
3. Movilidad articular distal a proximal	Movilidad Articular		5
4.	Calentamiento		

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**
	Capacidad	**Manifestaciòn**		
1. EJERCICIOS COORDINATIVOS	Fuerza	Maxima		
EJERCICIOS DE TECNICA INDIVIDUAL Y		Explosiva	**X**	
3.	Resistencia	Aerobica	**x**	60
4.		Anaerobica		
5.	Velocidad	Maxima		
6.		Desplazamiento	**X**	
7.		Reacciòn		
8.	Flexibilidad	Estatica		
9.		Dinamica	X	

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**
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**
1.			
2.			
3.			
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**
1.Estiramiento	X	5	ELONGACION MUSCULAR
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	3	CHARLA
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	X	2	ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS
4. Tareas en casa y recomendaciones generales			

FIRMA FORMADOR:

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

Fecha:	**2/12/2022**	**Lugar: progreso**		**Municipio: Sibate**		**Hora: 4 A 6 PM**	**N° de sesión: 51**		**N° de semana: 16**
Nombre del Formador: Gabriel Bejarano Linares						**N° de deportistas:**			**Edades:13 A 17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**					**PERFECCIONAMIENTO**		**X**
Objetivo General: TRABAJOP CORRECTIVO DE TECNICA									
Objetivo Especifico: FUTBOL CORRECTIVO LIBRE									
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): INTELIGENCIA DEPORTIVA									
VALORES SOCIALES Y PERSONALES									
Respeto	**X**	Convivencia	X		Autodisciplina	X	Participaciòn	X	
Honestidad		Justicia	X		Reconocimiento		Autodominio	X	
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento			Juego Limpio		Recompensa		
DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE									
PARTE INICIAL									
ACTIVIDADES						**Tiempo 20 MIN**	**ESCENARIO DEPORTIVO**		
1. CHARLA CON EL GRUPO		Introduccion a la clase				5			
2.		llamado a lista							
DESPLAZAMIENTOS POR EL TERRENO DE		Movilidad Articular				5			
4. MOVIMIENTOS PARA ELEVAR LA TEMPERATU		Calentamiento				10			
PARTE CENTRAL-PARTE 1									
ACTIVIDADES		**Capacidades Fisicas**				**Tiempo 90 MIN**	**BALONES**		
		Capacidad	**Manifestaciòn**				**PLATILLOS**		
1. DOMINIO Y CONTROL		Fuerza	Maxima			10	**CONOS**		
JUEGO DE RECUPERACION DE PELOTA			Explosiva	**X**		15	**SILBATO**		
3. FUTBOL CORRECTIVO PARA MEJORAR LA		Resistencia	Aerobica			15			
4.			Anaerobica						
5.		Velocidad	Maxima						
6.			Desplazamiento	**X**					
7.			Reacciòn						
8.		Flexibilidad	Estatica						
9.			Dinamica						
ACTIVIDADES		**Capacidades Coordinativas**				**Tiempo**	**BALONES**		
1. DESPLAZAMIENTOS POR EL		Acoplamiento				10	**PLATILLOS**		
2.JUEGO VENENO, RECUPERAR Y MANTENER		Ritmo				10	**CONOS**		
3.CIRCUITO COORDINATIVO-ENFATIZANDO		Equilibrio		X		10	**SILBATO**		
4.		Orientación							
5.		Diferenciación							
6.		Reacción		X					
7.		Adaptación							
8.		Patrones Basicos de Movimiento							
PARTE CENTRAL-PARTE 2									
ACTIVIDADES		**Tècnico**	**Tactico**			**Tiempo**	**BALON**		
1. JUEGO APLICATIVO		**FUNDAMENTOS TECNICOS**	**UBICACIÓN EN EL CAMPO Y MOVILIDAD**			**20**	**SILBATO**		
2.							**PETOS**		
3.									
4.									
PARTE FINAL									
ACTIVIDADES			**Tiempo 10 MIN**		**Actividad**		**ESCENARIO**		
1.Estiramiento		X	5		ELONGACION MUSCULAR				
2.Retroalimentaciòn de la clase valores		X	3		CHARLA				
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos		X	2		ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS				
4. Tareas en casa y recomendaciones generales									

FIRMA FORMADOR:

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**5/12/2022**	**Lugar: progreso**	**Municipio: Sibate**	**Hora: 4 A 6 PM**	**N° de sesión: 52**		**N° de semana: 17**
Nombre del Formador: Gabriel Bejarano Linares				**N° de deportistas:**			**Edades:13 A 17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**
Objetivo General: PREPARACION FISICA POR MEDIO DEL JUEGO Y ATAQUES RAPIDOS							
Objetivo Especifico: EJERCICIOS DESEMPEÑO DEL DEPORTISTA EN SITUACION REAL DE JUEGO							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): IDENTIFICAR FORTALEZAS Y FALENIAS TACTICAS Y FISICAS DEL GRUPO							

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**ESCENARIO DEPORTIVO**
1. Introduccion con el grupo	Introduccion a la clase		5	
2.	llamado a lista			
3. Movilidad articular distal a proximal	Movilidad Articular		5	
4. Movimientos para elevar la temperatura	Calentamiento		10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**BALONES PLATILLOS CONOS SILBATO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.EL JUDAOR DEBERA TENER EL MAYOR	Fuerza	Maxima		15	
2. REMATE A PORTERIA CON COMPAÑEROS BALON EN MOVIMIENTO		Explosiva		15	
3. REMATE A PORTERIA BALON ESTATICO	Resistencia	Aerobica	**X**	15	
4FUTBOL Y GOL VALE DE REMATE DE CABEZA		Anaerobica		15	
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento	**X**		
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica	X		

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**
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**	**BALON SILBATO**
1. CONTRA ATAQUE -MARCACION EN ZONA -MARCACION IDIVIDUAL	**PASE, CONTROL, DRIBLING**	**SITUACIONES REALES DE JUEGO**	**30**	
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**ESCENARIO**
1.Estiramiento	X	5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	3	CHARLA	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	X	2	SPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVO	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				



FIRMA FORMADOR:

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**7/12/2022**	**Lugar: progreso**	**Municipio: Sibate**	**Hora: 4 A 6PM**	**N° de sesión: 53**		**N° de semana: 17**
Nombre del Formador: Gabriel Bejarano Linares				**N° de deportistas:**			**Edades:13 A 17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**
Objetivo General: JUEGOS PREDEPORTIVOS FISICOS							
Objetivo Especifico: EVIDENCIAR FALENCIAS Y FORTALEZAS EN LA APRTE TACTICA							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): CONTRIBUIR A LA INTELIGENCIA EN EL JUEGO							

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**ESCENARIO DEPORTIVO**
1. CHARLA CON EL GRUPO	Introduccion a la clase		5	
2.	llamado a lista			
DESPLAZAMIENTOS POR EL TERRENO DE	Movilidad Articular		5	
4. MOVIMIENTOS PARA ELEVAR LA TEMPERATU	Calentamiento		10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**BALONES PLATILLOS CONOS SILBATO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.JUEGO DE LAS PORTERIAS , SE UBICAN GRUPOS DE A 4 INTEGRANTES , EL OBJETIVO SERA PROTEGER Y ATACAR LAS PORTERIAS	Fuerza	Maxima		15	
2.EJERCICIO BALON MANO		Explosiva		15	
3. JUEGO DE ATACAR POR ZONAS DONDE CADA JUGADOR TIENE UN ESPACIO LIMITADO PARA CORRER Y RECUPERAR LA PELOTA	Resistencia	Aerobica	**X**	15	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento	**X**		
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**BALONES PLATILLOS CONOS SILBATO**
1.DESPLAZAMIENTOS POR EL	Acoplamiento		10	
2.JUEGO DEL BOBITO, RECUPERAR Y	Ritmo		10	
3. CIRCUITO COORDINATIVO-VELOCIDAD DE RE	Equilibrio	X		
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción	X		
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**BALON SILBATO PETOS**
1. JUEGO APLICATIVO	**FUNDAMENTOS**	**UBICACIÓN EN EL CAMPO Y MOVILIDAD**	**20**	
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**ESCENARIO**
1.Estiramiento	X	5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	3	CHARLA	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	X	2	ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				



FIRMA FORMADOR:

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**9/12/2022**	**Lugar: Progreso**	**Municipio: Sibate**	**Hora: 4 A 6 PM**	**N° de sesión:54**	**N° de semana: 17**
Nombre del Formador: Gabriel Bejarano Linares				**N° de deportistas:**		**Edades:13 A 17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		**X**

Objetivo General: EJERCICIOS DINAMICOS PARA RECUPERAR LA PELOTA MAS RAPIDAMENTE

Objetivo Especifico: CONTRIBUIR A LA BUENA EJECUCION DEL CONTROL Y EL PASE

Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): PERFECCIONAR LOS FUNDAMENTOS TECNICOS MEDIANTE LA REPETICION

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad		Justicia	X	Reconocimiento		Autodominio	X
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MIN**	**ESCENARIO DEPORTIVO**
1. CHARLA CON EL GRUPO	Introduccion a la clase		5	
2.	llamado a lista			
DESPLAZAMIENTOS POR EL TERRENO DE	Movilidad Articular		5	
4. MOVIMIENTOS PARA ELEVAR LA TEMPERATU	Calentamiento		10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**	**BALONES PLATILLOS CONOS SILBATO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1. CUADRADO, SE UBICA EN LA MITAD DEL CUADRO UN INTEGRANTE QUE DISTRIBUIRA EL BALON	Fuerza	Maxima		15	
2. COMPETENCIA POR TRIOS, LANZAMIENTOS DESDE DIFERENTES POSICIONES.,EVITAR QUE UNO DE LOS INTEGRANTES QUITE EL BALON.		Explosiva		15	
3. PASAR OBSTACULOS CON LA PELOTA	Resistencia	Aerobica	**X**	15	
4.		Anaerobica			
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento	**X**		
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

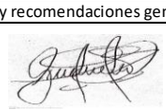
ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	
1. CIRCUITO COORDINATIVO-EQUILIBRIO,	Acoplamiento		10	
2. JUEGO DEL BOBITO, RECUPERAR Y	Ritmo		10	
3.	Equilibrio	X		
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción	X		
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**BALON SILBATO PETOS**
1. JUEGO DE CORRECCION	**FUNDAMENTOS**	**UBICACIÓN EN EL CAMPO Y MOVILIDAD**	**30**	
2.				
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**ESCENARIO**
1.Estiramiento	X	5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	3	CHARLA	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	X	2	ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				



FIRMA FORMADOR:

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**12/12/2022**	**Lugar: estadio**	**Municipio: Sibate**	**Hora: 4 A 6PM**	**N° de sesión: 55**	**N° de semana: 18**
Nombre del Formador: Gabriel Bejarano Linares				**N° de deportistas:**		**Edades:13 A 17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**		**PERFECCIONAMIENTO**		**X**
Objetivo General: MEJORAR LA CONDUCCION Y EL PASE EN EL FUTBOL CON MOVIMIENTOS RAPIDOS						
Objetivo Especifico: TRABAJR POR MEDIO DE EJERCICIOS LOS FUNDAMENTOS TECNICOS						
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): EJECUTAR LOS MOVIEMINTOS DE FORMA AGIL Y ACERTADA						

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	**X**	Convivencia	X	Autodisciplina	X	Participaciòn	X
Honestidad		Justicia	X	Reconocimiento		Autodominio	X
Trabajo en equipo	X	Cumplimiento		Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 20 MIN**	**ESCENARIO DEPORTIVO**
1. CHARLA CON EL GRUPO	Introduccion a la clase	5	
2.	llamado a lista		
DESPLAZAMIENTOS POR EL TERRENO DE	Movilidad Articular	5	
4. MOVIMIENTOS PARA ELEVAR LA TEMPERATU	Calentamiento	10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**Tiempo 90 MIN**
	Capacidad	**Manifestaciòn**		
1. FUTBOL 11 CON PAUSAS PARA REALIZAR	Fuerza	Maxima	**X**	
2.		Explosiva		
3.	Resistencia	Aerobica	**x**	
4.		Anaerobica		
5.	Velocidad	Maxima		
6.		Desplazamiento		
7.		Reacciòn	**X**	
8.	Flexibilidad	Estatica	**X**	
9.		Dinamica	X	

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**
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**
4.			

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**
1.Estiramiento	X	5	ELONGACION MUSCULAR
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	3	CHARLA
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	X	2	ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS
4. Tareas en casa y recomendaciones generales			



FIRMA FORMADOR:

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	**14/12/2022**	**Lugar: estadio**	**Municipio: Sibate**	**Hora: 4 A 6PM**	**N° de sesión: 56**		**N° de semana: 18**
Nombre del Formador: Gabriel Bejarano Linares				**N° de deportistas:**			**Edades:13 A 17**
INICIACIÓN		**FUNDAMENTACIÓN**			**PERFECCIONAMIENTO**		**X**
Objetivo General: PERFECCIONAR TECNICA INDIVIDUAL							
Objetivo Especifico: POTENCIAS LAS CAPACIDADES DE LOS DEPORTISTAS DE ALTO RENDIMIENTO							
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento): OPTIMIZAR LOS FUNDAMENTOS TACTICOS							

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

DESARROLLO DE LA SESIÒN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			**Tiempo 20 MI**	**ESCENARIO DEPORTIVO**
1. CHARLA CON EL GRUPO	Introduccion a la clase		5	
2.	llamado a lista			
DESPLAZAMIENTOS POR EL TERRENO DE	Movilidad Articular		5	
4. MOVIMIENTOS PARA ELEVAR LA TEMPERATU	Calentamiento		10	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	**Capacidades Fisicas**			**iempo 90 MI**	**BALONES PLATILLOS CONOS SILBATO**
	Capacidad	**Manifestaciòn**			
1.FUTBOL CORRECTIVO	Fuerza	Maxima		15	
2.COMPETENCIA POR PAREJAS, VELOCIDAD		Explosiva		15	
23. ESTIMULOS VISUALES , DESPLAZANDOSE	Resistencia	Aerobica		15	
4.		Anaerobica	**X**		
5.	Velocidad	Maxima			
6.		Desplazamiento			
7.		Reacciòn			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica			

ACTIVIDADES	**Capacidades Coordinativas**		**Tiempo**	**BALON SILBATO**
1. ESTIMULOS DE VELOCIDAD CON Y SIN EL	Acoplamiento		15	
2.	Ritmo			
3.	Equilibrio			
4.	Orientación			
5.	Diferenciación			
6.	Reacción	X		
7.	Adaptación			
8.	Patrones Basicos de Movimiento			

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	**Tècnico**	**Tactico**	**Tiempo**	**BALON SILBATO**
1. JUEGO CON TAREAS ESPECIFICAS , EN		**PRESION EN ATAQUE**	**30**	
2.				
3.				
4.				

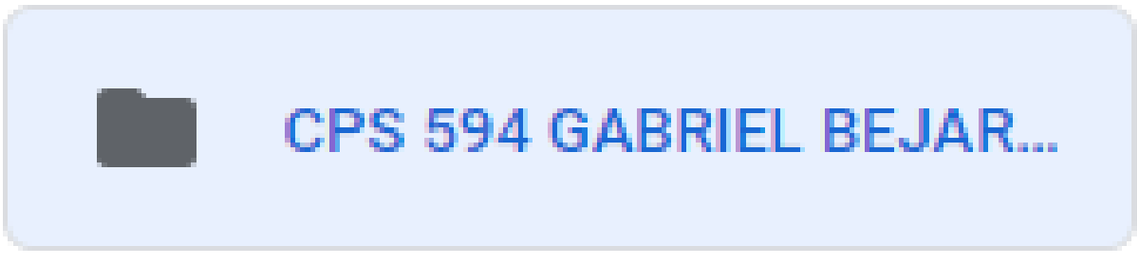
PARTE FINAL

ACTIVIDADES		**Tiempo 10 MIN**	**Actividad**	**ESCENARIO**
1.Estiramiento	X	5	ELONGACION MUSCULAR	
2.Retroalimentaciòn de la clase valores	X	3	CHARLA	
3.Retroalimentaciòn de ejercicios propuestos	X	2	ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVO	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales				



FIRMA FORMADOR:

OBLIGACION # 7
Carpeta en el drive del 2.022, según instrucción del gestor de la provincia.



OBLIGACION # 8

Entrega de plan mensual mes de DICIEMBRE.



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				**DICIEMBRE**		**MUNICIPIO: SIBATE**			
LUGAR:				PROGRESO - ESTADIO		**HORARIO DE PRACTICA:**		2 A 4 PM // 4 A 6 PM	
NIVEL				**INICIACION**		**FUNDAMENTACIÒN**	**X**	**PERFECCIONAMIENTO**	**X**
CLASES									
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO					X	
			RESPONSABILIDAD						
			COMPAÑERISMO						
			JUSTICIA			X			
			COOPERACION						
			LEALTAD						
			TRABAJO EN EQUIPO			X			
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD						
			OBEDIENCIA						
			AUTODISCIPLINA					X	
			PARTICIPACIÓN						
			PERSEVERANCIA						
			AUTODOMINIO					X	
			RECOMPENSA						
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCIPON						
			MOVILIDAD ARTICULAR						
			CALENTAMIENTO			X		X	
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO						
			RITMO			X			
			EQUILIBRIO						
			ORIENTACION						
			DIFERENCIACION						
			REACCIÓN					X	
			ADAPTACIÓN						
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA						
			VELOCIDAD					X	
			FLEXIBILIDAD			X			
			RESISTENCIA						
		ELEMENTOS TÉCNICOS	CONDUCCION						
			PASE			X		X	
			CONTROL			X		X	
			REMATE			X			
		ELEMENTOS TACTICOS				X			
						X			
						X			
						X			
						X			
						X			
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION			X			
			JUEGOS TRADICIONALES			X		X	
			ACTIVIDADES ARTISTICAS			X			
			CIRCUITOS RECREATIVOS			X			
			FESTIVALES RECREATIVOS			X			
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO			X		X	
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)			X		X	

FIRMA FORMADOR:

GABRIEL BEJARANO LINARES

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

OBLIGACION # 9

Resultados obtenidos en la toma de las pruebas técnicas y físicas realizadas durante el mes de octubre. Se relacionan a continuación: relación de resultados en respectivos formatos, evidencias fotográficas y análisis de los resultados obtenidos.

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 KG	ESTATURA DE PIE CMS.	ESTATURA SENTADO CMS.	ENVERGADURA CMS.	PERIMETRO DE CINTURA CMS.
1	DIEGO ALEJANDRO	7	15/08/2015	BALONCESTO	20	112	63	92	60
2	JOSEPH GEOVANNY SEGURA IBAÑEZ	7	11/08/2014	BALONCESTO	24	116	61	113	63
3	DILAN FERNANDO PUIDO BLANCO	8	23/04/2014	BALONCESTO	29	132	67.5	129	62
4	JUANITA MORA SALAZAR	6	6/05/2016	BALONCESTO	25	118	61	115	53
5	ALEJANDRA BAUTISTA PARRA	7	10/01/2015	BALONCESTO	35	132	71	130	67
6	DANIEL PRIETO FORERO	7	12/12/2015	BALONCESTO	33	134	71.5	110	60
7	MARIA PAULA MORA SALAZAR	9	1/12/2013	BALONCESTO	45	140	70	137	64
8	SARA NAHELA TIQUE BARRAGAN	10	27/10/2012	BALONCESTO	35	130	71	129	62
9	GISETH ARIANA GARZON RUIZ	9	13/04/2013	BALONCESTO	35	128	69	119	63
10	JESUS ADRIAN GARZON LOZANO	9	9/10/2013	BALONCESTO	23	129	66	127	56
11	DANIEL HERNANDO GARZON LOZANO	10	10/04/2012	BALONCESTO	28	140	67	132	53
12	LAUREN CAMILA GONZALEZ SALAZAR	10	3/01/2012	BALONCESTO	30	133	67	131	58
13	CAMILO ANDRES GOMEZ SUAREZ	10	1/10/2012	BALONCESTO	37	134	68	133	68
14	JHOAN FELIPE BELTRAAN ACUÑA	10	7/02/2012	BALONCESTO	31	132	69	130	64
15	ANDRES SEBASTIAN COCUNUBO	9	9/01/2013	BALONCESTO	32	131	66	132	61
16	JAIRO ESTEBAN CANO PACHON	10	20/11/2012	BALONCESTO	45	142	73	146	74
17	SAMUEL CORTEZ VEGA	10	21/09/2012	BALONCESTO	38	140	70	138	62
18	PAULA JULIANA MENDOZA RODRIGUEZ	11	6/12/2011	BALONCESTO	37	140	73		60
19	MIGUEL ANGEL MORALEZ GOMEZ	12	23/07/2010	BALONCESTO	43	146	70	145	66
20	LAURA VALENTINA RIOS RAMOS	11	18/08/2011	BALONCESTO	41	130	71	140	58
21	JUAN DAVID CLAVIJO BERNAL	12	4/06/2010	BALONCESTO	47	140	73	134	75
22	LIN ESTAFANI GOMEZ GARZON	12	3/04/2010	BALONCESTO	54	155			
23	EMILY YULINA CIFUENTES STELING	9		BALONCESTO	30	138			
24	SHARON STEFANY CONTENTO DAZA	13	20/12/2009	BALONCESTO	48	150	79	143	67
25	NICOL DAYANA CIFUENTES STERLING	13	18/07/2009	BALONCESTO	40	150	76		
26	GABRIELA GARZÓN LOZANO	13	10/02/2009	BALONCESTO	50	152	73		60
27	YOHANNES SAMUEL VILLARRAGA MONTERO	13	8/05/2009	BALONCESTO	48	159	77	165	68
28	JUAN JOSE RAMIREZ SANCHEZ	12	15/04/2009	BALONCESTO	35	150	73		63
29	SAMUEL AVILAN VILLAMIL	13	15/09/2009	BALONCESTO	51	161	75		67
30	JUAN DAVID GONZALES ORIGUA	13	1/12/2009	BALONCESTO	47	161	72	159	70
31	YULIANA HASBLEIDY PACHON MORENO	14	30/05/2008	BALONCESTO	55	155	82		70
32	HEILYN VALENTINA REYES MORENO	14	21/12/2008	BALONCESTO	44	150	76	151	63
33	MICHELL JULIANA CHAVEZ RODRIGUEZ	14	3/07/2008	BALONCESTO	55	154	80	153	69
34	PAULA JULIANA BAUTISTA PARRA	14	10/09/2008	BALONCESTO	70	160	84	161	880
35	VALERY NICOL LAZO ADAMES	15		BALONCESTO	46	163		161	80
36	LAURA DANIELA CAMACHO SALAZAR<	15	13/09/2007	BALONCESTO	55	161	88		73
37	DIEGO JAVIER SANCHEZ MUARROQUIN			BALONCESTO		1.75		171	
38	YEFRAY SEBASTIAN GONZALES RINCON	14	1/12/2008	BALONCESTO	49	155	77	161	66
39	JUAN PABLO MUÑOS RODRIGUEZ	14	29/10/2008	BALONCESTO	64	160		187	
40	NICOLAS PARRA MARENTES	14	27/01/2008	BALONCESTO	77	180	90		84
41	JUAN PABLO CAMACHO CASTELLANOS		26/02/2008	BALONCESTO	73	170	89	187	79
	DEPORTE VOLEYBOL, PROFESOR YINA PAOLA SANCHEZ CORDOBA DEPORTISTAS: 45								
1	IAN ALELANDRO BARAHONA JIMENEZ	6		VOLEIBOL	24.5	115	45	128	61
2	NIKOLAS ARBEY ALFONSO PUENTES	11	2/10/2011	VOLEIBOL	45.3	140	68	148	76
3	CATALINA ROJAS VASQUEZ	8	03/03/20014	VOLEIBOL	26.3	127	58	130	57
4	ANGEL RICARDO	11	30/09/2011	VOLEIBOL	40.5	141	63	148	79
5	VALENTINA MATIZ BALCERO	12	3/10/2010	VOLEIBOL	38	148	71	149	60
6	CAMILA BAQUERO MAECHA	12	29/07/2010	VOLEIBOL	40.5	150	71	148	60
7	CRISTIAN SNEIDER CRUZ MARTINEZ	12	30/05/2010	VOLEIBOL	39	135	59	137	62
8	DARLY XIOMARA DIAZ RODRIGUEZ	11	8/10/2010	VOLEIBOL	45.5	145	65	143	70
9	LAURA BAQUERO MAECHA	12	29/04/2009	VOLEIBOL	46.3	148	72	157	59
10	MIGUEL ANGEL BELTRAN LOZANO	13	4/04/2009	VOLEIBOL	52	164	79	168	78
11	JUAN ESTEBAN PEREZ MARTINEZ	17	23/05/2005	VOLEIBOL	56.5	178	86	176	68
12	IAN CAMILO GUTIERREZ TEQUIA	13	26/01/2009	VOLEIBOL	56.3	178	82	178	73
13	DANIEL ALEJANDRO MARENTES GONZALEZ	17	12/10/2005	VOLEIBOL	58	168	80	169	70
14	DANIELA HENAO SIERRA	15	8/03/2022	VOLEIBOL	60.1	159	81	161	76
15	ANDRES DAVID GONZALEZ RODRIGUEZ	15	17/03/2007	VOLEIBOL	46.3	168	75	167	73
16	KEVIN DAVID MOLANO RODRIGUEZ	17	23/05/2005	VOLEIBOL	55	172	76	171	80
17	FABIO NICOLAS VASQUEZ GONZALEZ	16	8/11/2005	VOLEIBOL	65.5	182	84	183	75
18	DIEGO ALEJANDRO TORRES BETANCUR	15	22/01/2007	VOLEIBOL	56	185	86	187	72
19	JOHAN DAVID BURGOS SANDOVAL	17	21/05/2005	VOLEIBOL	76	183	85	186	78
20	MONICA LIZET VASQUEZ MUNEVAR	17	21/12/2004	VOLEIBOL	59.8	165	82	164	78
21	LINA MICHELLE SALAZAR SANDOVAL	14	25/05/2008	VOLEIBOL	57.8	150	70	158	75
22	SHARIT DAYAN MOLANO RODRIGUEZ	15	5/06/2007	VOLEIBOL	63	155	72	162	85
23	BELLA GABRIELA MONROY FERNANDEZ	17	7/02/2005	VOLEIBOL	58.8	162	75.5	153	78
24	MARIA STEFANY VELASQUEZ RUA	16	8/06/2006	VOLEIBOL	57.6	158	77	157	74
25	PAULA ANGELICA PULIDO MOLINA	17	18/11/2004	VOLEIBOL	58	165	76	167	72
26	SHIRLEY KATHERINE FONSECA PAEZ	14	22/05/2008	VOLEIBOL	49.8	155	79	154	69
27	DAVID EDGARDO VILLARRAGA GONZALEZ	13	13/07/2008	VOLEIBOL	52.3	158	76	159	75
28	DANIELA MONRROY BAQUERO	17	17/01/2005	VOLEIBOL	57.4	160	81	164	72
29	DAVID ALEJANDRO CLAVIJO BURGOS	17	18/10/2004	VOLEIBOL	76.5	180	86	183	76
30	JULAN DAVID OLAYA PINEDA	16	22/03/2006	VOLEIBOL	65.5	178	84	180	80
31	SHERLLYN JANITH SEGURA MARENTES	17	18/06/2004	VOLEIBOL	59	158	80	158	79
32	DANIELA PEREZ ALVARADO	16	11/06/2006	VOLEIBOL	56	150	77	153	71
33	LUISA FERNANDA GONZALEZ DIAZ	14	21/03/2008	VOLEIBOL	63.4	154	75	156	83
34	MARIA CAMILA CORDOBA VELASQUEZ	16	23/05/2006	VOLEIBOL	46.6	167	85	162	64
35	MANUEL SNEIDER CHARRY MALAGON	16	29/01/2006	VOLEIBOL	54	171	80	173	73
36	MARIA NICOL RAMIREZ GARZON	14	26/06/2008	VOLEIBOL	55.5	152	74	149	76
37	LINA MARIA GUERRERO GANTIVAR	15	17/02/2007	VOLEIBOL	59.5	162	82	159	72
38	JERSON JULIAN MARTINEZ GONZALEZ	16	1/02/2006	VOLEIBOL	58.3	162	80	160	76
39	CRISTIAN DAVID SANDOVAL RODRIGUEZ	17	19/12/2005	VOLEIBOL	66.5	178	81	179	75
40	EDGAR ESTIVEN RIVAS PARRA	17	14/04/2004	VOLEIBOL	62.5	177	82	179	74
41	DANA GABRIELA GONZALEZ FUENTES	14	31/07/2008	VOLEIBOL	60.2	158	78	157	79
42	VALERI SOFIA HERNANDEZ MARIN	13	21/11/2008	VOLEIBOL	61.5	156	78	159	79
43	JUANA VALENTINA VASQUEZ RODRIGUEZ	13	7/01/2009	VOLEIBOL	46.1	150	74	153	69
44	NICOL VANESA BARAHONA CASTRO	13	26/12/2008	VOLEIBOL	60.2	160	76	167	82
45	VALERI ANTONELLA IBAÑEZ MASMELA	12	8/11/2009	VOLEIBOL	46.3	165	82	168	65
	PORRAS, PROFESOR JUAN DAVID GONZALES, TOTAL DEPORTISTAS:								
1	EBY VICTORIA RESTREPO MARTINEZ	7	14/04/2015	porrismo	35	1.34	71.5	128	78
2	ARIANA RODRIGUEZ MUÑOZ	8	18/04/2014	porrismo	28.2	131.8	72.4	127	62.8
3	SAMUEL ESMITH GONZALEZ RINCON	10	6/04/2012	porrismo	39	134.5	72.9	130.6	76.7
4	MARTIN ALEJANDRO GONZALEZ CHAVES	6	19/01/2016	porrismo	20	114	65.6	114	60.3
5	CATALINA VASQUEZ ROJAS	8	3/03/2014	porrismo	26.2	130.5	72.6	129	56.5
6	MARIANA ESCOBAR COBOS	8	7/11/2013	porrismo	27	127.9	68.6	126	65.8
7	LIAT MAQUEDA GONZALEZ HERNANDEZ	8	17/06/2014	porrismo	27	132.8	72.4	130	59.9
8	VALERI CAMILA MUNEVAR TACUMA	8	21/04/2014	porrismo	24	124.6	66.6	118.5	62.8
9	SARA SOFIA GONZALEZ RODRIGUEZ	7	4/05/2015	porrismo	27.37	126.7	67.9	123.5	68.3
10	SARA ISABELLA VASQUEZ SANCHEZ	9	10/11/2012	porrismo	37	154.2	75.8	142.6	68.9
11	MILA ALEJANDRA BAQUERO CACERES	11	11/12/2011	PORRISMO	48	147.6	80.4	146.7	76
12	BRENDA CAMILA VARGAS VILLALOBOS	9	22/12/2012	PORRISMO	31	137.2	76.5	134.5	63.6
13	VALERIA MASMELA RAMIREZ	12	1/04/2010	PORRISMO	50	154.6	86.7	150.1	69.9
14	ALISON KAMILA REYES BAQUERO	12	1/11/2009	PORRISMO	47	149.6	84.1	147.9	75.1
15	SARA VALENTINA GARZON CUERVO	12	22/07/2010	PORRISMO	33	148.4	78.3	145.9	67.5
16	HELLEN GERAY GARZON CUERVO	10	22/11/2011	PORRISMO	34	141.2	74.9	142.2	65.3
17	LUISA FERNANDA GONZALEZ RODRIGUEZ	12	21/10/2009	PORRISMO	50	152.8	80.2	158	81.8
18	MICHELL STEPHANY CONTRERAS MOLINA	11	13/08/2011	PORRISMO	33	144.2	77.6	149.4	69.7
19	CAROL DAYANA CRUZ ESPINOSA	13	23/10/2008	PORRISMO	48	163.4	85.6	162.3	79.8
20	ANGIE MARIANA CASTAÑEDA VARGAS	13	19/02/2009	PORRISMO	47	156.7	84.6	159.4	73.1
21	DANIELA GUTEIRREZ CELIS	10	3/07/2012	PORRISMO	37	140.3	75.2	141.4	68.6
22	AMI VALERIA JIMENEZ GOYECHE	11	24/04/2011	PORRISMO	53	155.1	78.3	155.8	80.5
23	MELANY SHARITH VILLADA DIAZ	13	9/02/2009	PORRISMO	50	154.7	81.6	153.3	78.4
24	SHARON SULAYN CHARRY	12	10/05/2010	PORRISMO	52	156.6	86.2	155.4	72.4
25	CLAUDIA MARCELA HERNANDEZ CACERES	16	8/05/2006	PORRISMO	50	149	83.7	154.9	83
26	NICOLAS SEBASTIAN BENAVIDES LEON	15	25/10/2006	PORRISMO	72	176.2	94.3	176.3	96.8
27	DANNA SOFIA GUERRERO RODRIGUEZ	15	4/03/2007	PORRISMO	54.8	162.8	90.3	161.4	75.8
28	GERALDIN VALENCIA ACEVEDO	15	13/01/2007	PORRISMO	55	158.6	88.9	159.4	80
29	SHIRY MELISA NIÑO MANCERA	16	1/10/2006	PORRISMO	42.5	145.8	81.4	150.2	68
30	YIRLEY YULIANA MOLANO PINILLA	15	7/11/2006	PORRISMO	55	150.8	88	150.3	85.9
31	INGRID LIZETH BELTRAN CONTRERAS	15	17/08/2007	PORRISMO	54	158.8	85.9	156.5	79.7
32	MARYANA RAMIREZ JUNCA	15	11/08/2007	PORRISMO	52	159.7	87.3	167.2	83.5
33	VALENTINA REYES ALZA	14	14/04/2008	PORRISMO	48	150	84.2	155.4	70
34	LORENA SALOME MONRROY LOPEZ	14	16/09/2008	PORRISMO	46	161.3	87.4	160.7	75.8
35	DANNA MICHELL NEGA BAQUERO	14	17/07/2008	PORRISMO	40	150	82.1	153.4	67.8
	TENIS DE CAMPO, PROFESORA DORA PARDO, TOTAL DEPORTISTAS: 33								
1	NICOL GABRIELA GARZON	8	3/03/2014	TENIS DE CAMPO	28.3	137	68	136	53
2	ISABELLA VILLARRAGA MONTOYA	8	20/03/2014	TENIS DE CAMPO	30.03	134	67	129	57
3	SERGIO IVAN UYABAN	8	31/10/2013	TENIS DE CAMPO	29.2	136	68	135	55
4	JUAN FELIPE BERMEDO	8	14/07/2014	TENIS DE CAMPO	26	128	63	127	52
5	MARIA JOSE SOLANO	11	29/10/2010	TENIS DE CAMPO	29.4	138	66	15	62
6	MARIAM MASMELA	9	30/10/2012	TENIS DE CAMPO	26	133	58	128	55
7	ESTEBAN MEJIA	9	2/01/2013	TENIS DE CAMPO	28	135	60	133	54
8	EVELYN MARIANA HERNANDEZ	9	2/12/2012	TENIS DE CAMPO	35.3	138	63	135	61
9	VALERY ALEJANDRA MORA	10	27/09/2012	TENIS DE CAMPO	30	142	67	140	58
10	SARA CAMILA RODRIGUEZ	10	7/05/2012	TENIS DE CAMPO	36.8	143	69	144	58
11	XIMENA VALENTINA RODRIGUEZ	12	8/08/2009	TENIS DE CAMPO	53.5	153	79	153	74
12	JILARY JAMABY TORRES	12	21/06/2011	TENIS DE CAMPO	56.9	148	72	148	87
13	GABRIELA GIRALDO	12	7/02/2011	TENIS DE CAMPO	48.9	156	73	156	61
14	MARIAM CONTENTO	11	23/07/2011	TENIS DE CAMPO	47	149	69	145	58
15	YIRLEY XIMENA PARDO	13	15/05/2009	TENIS DE CAMPO	52	156	78	155	61
16	ALISSON VALENTINA TORRES	13	2/05/2009	TENIS DE CAMPO	78.9	155	75	152	87
17	ANA MARIA OSORIO	14	12/10/2007	TENIS DE CAMPO	56	156	74	157	64
18	ANGEL SANTIAGO GONZALEZ	14	11/03/2008	TENIS DE CAMPO	54.7	169	88	165	72
19	BRYAN FELIPE AUSIQUE	14	13/03/2008	TENIS DE CAMPO	75.3	168	85	165	72
20	JHONIER DAVID FRANCO	15	13/02/2007	TENIS DE CAMPO	75.2	169	82	169	91
21	SEUDIEL ANDREY CASTILLO CASTBLANCO	16	23/07/2006	TENIS DE CAMPO	53.7	168	87	165	73
22	CRISTOPHER DAVID GUARIN	15	12/11/2006	TENIS DE CAMPO	74.6	170	67	179	93
23	YENSY ALEXANDRA PARDO MESA	15	10/10/2006	TENIS DE CAMPO	60	169	80	168	72
24	CRISTHIAN STEBAN BERNAL	15	24/10/2007	TENIS DE CAMPO	50.8	160	80	168	73
25	SEBASTIAN CAMILO ROJAS	14	16/22/2007	TENIS DE CAMPO	59.1	172	85	171	80
26	SARA DANIELA SOLANO	17	24/07/2005	TENIS DE CAMPO	67	157	75	157	72
27	DANIEL SANTIAGO SOLANO	15	4/03/2007	TENIS DE CAMPO	60.4	173	85	181	81
28	GISELLE MEDINA SAENZ	14	21/03/2008	TENIS DE CAMPO	67	165	80	163	75
29	MIGUEL ANGEL ESPINOSA	13	3/01/2009	TENIS DE CAMPO	51.1	170	82	167	73
30	EMANUEL NIETO	13	7/05/2009	TENIS DE CAMPO	59.9	165	76	165	71
31	DIEGO JAVIER SANCHEZ	14	10/04/2008	TENIS DE CAMPO	72	168	85	165	73
32	KAREN DAYANA MONTOYA	13	15/10/2008	TENIS DE CAMPO	58	154	70	152	68
33	TAILOR NICOL LOPEZ	14	19/08/2008	TENIS DE CAMPO	42.6	161	76.8	170	62

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

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

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	20 METROS LISOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGÚN LOS 2 INTENTOS
	NOMBRES Y APELLIDOS				1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO		
1	DIEGO ALEJANDRO	7	15/08/2015	BALONCESTO	6	6	88	110		110	16	15		16	14.5	14.5	38	40		38	
2	JOSEPH GEOVANNY SEGURA IBÁÑEZ	7	11/08/2014	BALONCESTO	6	6	78	94		94	10	17		17	16.5	16.5	34	13		13	
3	DILAN FERNANDO PUIDO BLANCO	8	23/04/2014	BALONCESTO	4.91	4.91	110	105		110	21	22		22	15.2	15.2	32	13		13	
4	JUANITA MORA SALAZAR	6	6/05/2016	BALONCESTO	5.35	5.35	93	86		93	22	25		25	16.8	16.8	35	22		22	
5	ALEJANDRA BAUTISTA PARRA	7	10/01/2015	BALONCESTO	6.12	6.12	63	65		65	16	12		16	16.5	16.5	37	30		30	
6	DANIEL PRIETO FORERO	7	12/12/2015	BALONCESTO	4.87	4.87	114	102		114	26	16		26	14.8	14.8	24	16		16	
1	IAN ALEJANDRO BARAHONA JIMENEZ	VOLEIBOL		VOLEIBOL	4.79	4.79	112	105.5		112	152	171		171	16.82	16.82	39	16		16	
2	CATALINA ROJAS VASQUEZ	VOLEIBOL	03/03/20014	VOLEIBOL	5.34	5.34	99.5	98		99.5	156	162		162	18.65	18.65	25	14		14	
1	EBY VICTORIA RESTREPO MARTINEZ	7	14/04/2015	porrismo	5.76	5.76	119.4	111		119.4	171.3	174.3		174.3	14.64	14.64	23	28		23	
2	ARIANA RODRIGUEZ MUÑOZ	8	19/04/2014	porrismo	5.95	5.95	99.4	95.3		99.4	189.8	188.9		189.8	14.48	14.48	14	9		9	
3	MARTIN ALEJANDRO GONZALEZ CHAVES	6	19/01/2016	porrismo																	
4	CATALINA VASQUEZ ROJAS	8	3/03/2014	porrismo																	
5	MARIANA ESCOBAR COBOS	8	7/11/2013	porrismo	5.75	5.75	93.8	99.9		99.9	175.2	176.3		176.3	14.2	14.2	22	15		15	
6	LIAT MAQUEDA GONZALEZ HERNANDEZ	8	17/06/2014	porrismo	5.45	5.45	94.8	100.5		100.5	164.1	166.9		166.9	14.87	14.87	23	12		12	
7	VALERI CAMILA MUNEVAR TACUMA	8	21/04/2014	porrismo	6.1	6.1	79.4	72.9		79.4	164.9	167.2		167.2	13.9	13.9	17	15		15	
8	SARA SOFIA GONZALEZ RODRIGUEZ	7	4/05/2015	porrismo																	
1	NICOL GABRIELA GARZON	8	3/03/2014	TENIS DE CAMPO	4.89	4.89	135	134		135	137	139		139	20.05	20.05	25	22		22	
2	ISABELLA VILLARRAGA MONTOYA	8	20/03/2014	TENIS DE CAMPO	5.03	5.03	128	135		135	129	132		132	23.75	23.75	34	23		23	
3	SERGIO IVAN UYABAN	8	31/10/2013	TENIS DE CAMPO	4.77	4.77	132	123		132	196	195		196	22.56	22.56	34	14		14	
4	JUAN FELIPE BERMEDO	8	14/07/2014	TENIS DE CAMPO	4.99	4.99	127	129		129	129	130		130	24.19	24.19	19	13		13	
1	NATALIA ENRIQUEZ RODRIGUEZ	4 AÑOS		P.ARTISTICO	6.82	6.82	67	73		73					17.24	17.24	35	22		22	
2	DANNA SALOME CAMACHO GALVIS	5 AÑOS		P.ARTISTICO	5.56	5.56	54	72		72					15.33	15.33	24	18		18	
3	MARIA SALOME DAZA RUBIO	5 AÑOS		P.ARTISTICO	5.37	5.37	75	97		97					15.61	15.61	16	14		14	
4	SHARON ELIANA REINOSO QUINTERO	5 AÑOS		P.ARTISTICO	6.88	6.88	76	62							17.76	17.76	36	29		29	
5	ANTONELLA GONZALEZ	6 AÑOS		P.ARTISTICO	5.63	5.63	81	79		81					14.89	14.89	34	23		23	
6	SOFIA RAMIREZ	6 AÑOS		P.ARTISTICO											15.13	15.13	34	21		21	
7	SAMUEL ESTEBAN RICO BOCANEGRA	6 AÑOS		P.ARTISTICO	5.32	5.32	107	110		110					17.64	17.64	26	17		17	
8	SCARLETT ROZO GARCIA	7 AÑOS		P.ARTISTICO	5.37	5.37	100	114		114					15.58	15.58	19	13		13	
9	MARIA CAMILA MERINO LOPEZ	7 AÑOS		P.ARTISTICO	5.79	5.79	82	79		82					14.18	14.18	22	14		14	
10	ARIANA GARCIA	7 AÑOS		P.ARTISTICO											15.63	15.63	14	5		5	
11	ISABELLA VILLARAGA GARCIA	8 AÑOS		P.ARTISTICO	5.37	5.37	74	83		83					14.03	14.03	35	22		22	
12	MARIA JOSE PEREZ SANCHEZ	8 AÑOS		P.ARTISTICO	4.71	4.71	101	92		101					12.88	12.88	20	11		11	
13	SARA PEÑALOZA	8 AÑOS		P.ARTISTICO											14.86	14.86	18	14		14	

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0
SEGUNDO SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES
NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA <8 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	20 METROS LISOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGÚN LOS 2 INTENTOS
	NOMBRES Y APELLIDOS				1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO		
1	DIEGO ALEJANDRO	7	15/08/2015	BALONCESTO	6	6	88	110		110	16	15		16	14.5	14.5	38	40		38	
2	JOSEPH GEOVANNY SEGURA IBÁÑEZ	7	11/08/2014	BALONCESTO	6	6	78	94		94	10	17		17	16.5	16.5	34	13		13	
3	DILAN FERNANDO PUIDO BLANCO	8	23/04/2014	BALONCESTO	4.91	4.91	110	105		110	21	22		22	15.2	15.2	32	13		13	
4	JUANITA MORA SALAZAR	6	6/05/2016	BALONCESTO	5.35	5.35	93	86		93	22	25		25	16.8	16.8	35	22		22	
5	ALEJANDRA BAUTISTA PARRA	7	10/01/2015	BALONCESTO	6.12	6.12	63	65		65	16	12		16	16.5	16.5	37	30		30	
6	DANIEL PRIETO FORERO	7	12/12/2015	BALONCESTO	4.87	4.87	114	102		114	26	16		26	14.8	14.8	24	16		16	
1	IAN ALEJANDRO BARAHONA JIMENEZ	VOLEIBOL		VOLEIBOL	4.79	4.79	112	105.5		112	152	171		171	16.82	16.82	39	16		16	
2	CATALINA ROJAS VASQUEZ	VOLEIBOL	03/03/20014	VOLEIBOL	5.34	5.34	99.5	98		99.5	156	162		162	18.65	18.65	25	14		14	
1	EBY VICTORIA RESTREPO MARTINEZ	7	14/04/2015	porrismo	5.76	5.76	119.4	111		119.4	171.3	174.3		174.3	14.64	14.64	23	28		23	
2	ARIANA RODRIGUEZ MUÑOZ	8	19/04/2014	porrismo	5.95	5.95	99.4	95.3		99.4	189.8	188.9		189.8	14.48	14.48	14	9		9	
3	MARTIN ALEJANDRO GONZALEZ CHAVES	6	19/01/2016	porrismo																	
4	CATALINA VASQUEZ ROJAS	8	3/03/2014	porrismo																	
5	MARIANA ESCOBAR COBOS	8	7/11/2013	porrismo	5.75	5.75	93.8	99.9		99.9	175.2	176.3		176.3	14.2	14.2	22	15		15	
6	LIAT MAQUEDA GONZALEZ HERNANDEZ	8	17/06/2014	porrismo	5.45	5.45	94.8	100.5		100.5	164.1	166.9		166.9	14.87	14.87	23	12		12	
7	VALERI CAMILA MUNEVAR TACUMA	8	21/04/2014	porrismo	6.1	6.1	79.4	72.9		79.4	164.9	167.2		167.2	13.9	13.9	17	15		15	
8	SARA SOFIA GONZALEZ RODRIGUEZ	7	4/05/2015	porrismo																	
1	NICOL GABRIELA GARZON	8	3/03/2014	TENIS DE CAMPO	4.89	4.89	135	134		135	137	139		139	20.05	20.05	25	22		22	
2	ISABELLA VILLARRAGA MONTOYA	8	20/03/2014	TENIS DE CAMPO	5.03	5.03	128	135		135	129	132		132	23.75	23.75	34	23		23	
3	SERGIO IVAN UYABAN	8	31/10/2013	TENIS DE CAMPO	4.77	4.77	132	123		132	196	195		196	22.56	22.56	34	14		14	
4	JUAN FELIPE BERMEDO	8	14/07/2014	TENIS DE CAMPO	4.99	4.99	127	129		129	129	130		130	24.19	24.19	19	13		13	
1	NATALIA ENRIQUEZ RODRIGUEZ	4 AÑOS		P.ARTISTICO	6.82	6.82	67	73		73					17.24	17.24	35	22		22	
2	DANNA SALOME CAMACHO GALVIS	5 AÑOS		P.ARTISTICO	5.56	5.56	54	72		72					15.33	15.33	24	18		18	
3	MARIA SALOME DAZA RUBIO	5 AÑOS		P.ARTISTICO	5.37	5.37	75	97		97					15.61	15.61	16	14		14	
4	SHARON ELIANA REINOSO QUINTERO	5 AÑOS		P.ARTISTICO	6.88	6.88	76	62							17.76	17.76	36	29		29	
5	ANTONELLA GONZALEZ	6 AÑOS		P.ARTISTICO	5.63	5.63	81	79		81					14.89	14.89	34	23		23	
6	SOFIA RAMIREZ	6 AÑOS		P.ARTISTICO											15.13	15.13	34	21		21	
7	SAMUEL ESTEBAN RICO BOCANEGRA	6 AÑOS		P.ARTISTICO	5.32	5.32	107	110		110					17.64	17.64	26	17		17	
8	SCARLETT ROZO GARCIA	7 AÑOS		P.ARTISTICO	5.37	5.37	100	114		114					15.58	15.58	19	13		13	
9	MARIA CAMILA MERINO LOPEZ	7 AÑOS		P.ARTISTICO	5.79	5.79	82	79		82					14.18	14.18	22	14		14	
10	ARIANA GARCIA	7 AÑOS		P.ARTISTICO											15.63	15.63	14	5		5	
11	ISABELLA VILLARAGA GARCIA	8 AÑOS		P.ARTISTICO	5.37	5.37	74	83		83					14.03	14.03	35	22		22	
12	MARIA JOSE PEREZ SANCHEZ	8 AÑOS		P.ARTISTICO	4.71	4.71	101	92		101					12.88	12.88	20	11		11	
13	SARA PEÑALOZA	8 AÑOS		P.ARTISTICO											14.86	14.86	18	14		14	

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

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 (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (9) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	300 METROS PLANOS UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO
					1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO					1 INTENTO	2 INTENTO					
1	JULIAN ANDRES MARTIN	13	0/0/2009	FUTBOL	2.5	2.5	95	79		95	150	150		150	11.5	11.5	24	20		24	480	1100	
2	JONATHAN SMITH LINARES	13	0/0/2009	FUTBOL	2.6	2.6	96	84		96	142	170		170	10.6	10.6	24	26		26	520	1260	
3	HAROLD STIVEN GONZALEZ	13	0/0/2009	FUTBOL	2.7	2.7	92	80		92	168	145		168	12.9	12.9	26	21		26	520	840	
4	MIGUEL ANGEL DIAZ	13	0/0/2009	FUTBOL	2.5	2.5	90	83		90	150	125		150	15.3	15.3	28	23		28	560	920	
5	JULIO CASTAÑEDA MARTIN	13	0/0/2009	FUTBOL	2.5	2.5	90	82		90	160	130		160	13.4	13.4	21	21		21	420	960	
6	SAMUEL ALEJANDRO CLAVIJO	13	0/0/2009	FUTBOL	2.9	2.9	85	79		85	140	120		140	12.5	12.5	23	24		24	480	840	
7	JUAN DAVID GONZALEZ	13	0/0/2009	FUTBOL	3.2	3.2	83	75		83	120	130		130	12.6	12.6	21	21		21	420	820	
8	JUAN PABLO PARRAGA	13	0/0/2009	FUTBOL	3	3	84	78		84	135	135		135	14.5	14.5	26	25		25	500	820	
9	DAVID SANTIAGO PEREZ	13	0/0/2009	FUTBOL	2.9	2.9	82	80		82	126	120		126	16.8	16.8	25	21		21	420	780	
10	LEWIS JAVIER MAYORGA	13	0/0/2009	FUTBOL	2.4	2.4	92	85		92	124	136		136	16.5	16.5	24	21		21	420	800	
11	DANIER ARLEY GARZON	13	0/0/2009	FUTBOL	2.1	2.1	81	80		81	160	135		160	11.8	11.8	25	25		25	500	820	
12	ANDRES FELIPE ZAPATA	13	0/0/2009	FUTBOL	2	2	80	80		80	142	130		142	13.4	13.4	26	20		20	400	840	
13	ANDRES FELIPE SUAZA	13	0/0/2009	FUTBOL	2	2	86	81		86	150	140		140	16.7	16.7	24	20		20	400	800	
14	SAMUEL AMAYA	13	0/0/2009	FUTBOL	2.1	2.1	84	84		84	170	145		170	13.7	13.7	25	21.5		21.5	430	800	
15	ANDERSON CIFUENTES	13	0/0/2009	FUTBOL	2.3	2.3	82	86		82	145	160		160	11.5	11.5	23	22.4		22.4	448	800	
16	SERGIO BEJARANO	13	0/0/2009	FUTBOL	2.5	2.5	85	81		85	125	140		140	13.4	13.4	21	29.8		29.8	596	1000	
17																							
18																							
19																							
20																							
21																							
22																							
23																							
24																							

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

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

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	20 METROS LISOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (9) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	COURSE NAVETTE 20 MTS NUMERO DE ETAPA LOGRADA	RESULTADO NUMERO DE RECTAS	COURSE NAVETTE 20 METROS DISTANCIA ACUMULADA DE RECTAS UNIDAD DE MEDIDA: NUMERO DE RECTAS X 20	RESULTADO
					1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO					1 INTENTO	2 INTENTO			ETAPA			
1	OSCAR SANTIAGO PINERA	17	0/0/2005	FUTBOL	24	24	169	178		169	320	229		320	11.5	11.5	24	20		24	9	90	1800	1100	
2	ANGEL DAVID PLAZA	16	0/0/2006	FUTBOL	25	25	162	148		162	325	288		325	10.6	10.6	24	26		26	10	85	1700	1050	
3	ANGEL JULIAN GONZALEZ	16	0/0/2006	FUTBOL	28	28	198	187		198	310	297		310	12.9	12.9	26	21		26	11	85	1700	840	
4	DIEGO ALEJANDRO BENITEZ	16	0/0/2006	FUTBOL	29	29	189	158		189	298	288		298	15.3	15.3	28	23		28	11	85	1700	920	
5	JUAN SANTIAGO GARCIA	16	0/0/2006	FUTBOL	27	27	188	158		188	288	298		288	13.4	13.4	21	21		21	11	90	1800	960	
6	HAROLD ALEXANDER OVALA	16	0/0/2006	FUTBOL	28	28	187	187		187	278	278		278	12.5	12.5	23	24		24	9	90	1800	840	
7	JUAN CARLOS VARGAS	16	0/0/2006	FUTBOL	35	35	189	162		189	252	298		352	12.6	12.6	21	21		21	9	84	1680	820	
8	JHOHAN ALFONSO REYES	16	0/0/2006	FUTBOL	32	32	189	188		189	321	245		321	14.5	14.5	26	25		25	12	85	1700	820	
9	DIEGO STIV VASQUEZ	16	0/0/2006	FUTBOL	32	32	188	187		188	328	298		328	16.8	16.8	25	21		21	11	80	1600	780	
10	JUAN DAVID RIOS	17	0/0/2006	FUTBOL	32	32	187	178		187	322	287		322	16.5	16.5	24	21		21	11	95	1900	800	
11	CARLOS ALEJO LAMA	16	0/0/2006	FUTBOL	29	29	196	187		196	324	288		324	11.8	11.8	25	25		25	10	85	1700	820	
12	DIEGO DAVID MONTOYA	16	0/0/2006	FUTBOL	29	29	189	187		189	325	287		325	13.4	13.4	26	20		20	10	90	1800	840	
13	JOSEPH ESTEBAN SEGURA	16	0/0/2006	FUTBOL	35	35	187	178		187	328	248		328	16.7	16.7	24	20		20	9	85	1700	800	
14	ISRAEL ALFONSO CARDENAS	16	0/0/2006	FUTBOL	32	32	198	148		198	331	298		331	13.7	13.7	25	21.5		21.5	9	85	1700	800	
15	JOSE SANTIAGO QUINTERO	16	0/0/2006	FUTBOL	21	21	150	187		150	328	287		328	11.5	11.5	23	22.4		22.4	9	85	1700	800	
16	ANGEL REYES	17	0/0/2006	FUTBOL	26	26	198	162		198	301	247		301	13.4	13.4	21	19.8		26.8	8	90	1800	1000	
17	KEVIN ALEJANDRO BOLIVAR	16	0/0/2006	FUTBOL	23	23	189	187		189	330	258		330	16.8	16.8	21	26		26	11	90	1800	1040	
18	SANTIAGO BAUTISTA MENDEZ	16	0/0/2006	FUTBOL	25	25	179	162		179	333	278		333	11.4	11.4	20	21		21	9	85	1700	1020	
19	PEDRO ANDRES MOSQUERA	16	0/0/2006	FUTBOL	34	34	188	184		188	334	300		334	11.5	11.5	30	25.5		25.5	11	90	1800	1360	
20	BASSEN NICOLAS ACEVILLO	16	0/0/2006	FUTBOL	38	38	189	175		189	335	258		335	11.5	11.5	30	21.8		21.8	9	90	1800	1220	
21	JUAN FELIPE MENDOZA	16	0/0/2006	FUTBOL	24	24	179	161		179	258	248		258	13.5	13.5	29	25		25	10	90	1800	1160	
22	JUAN SEBASTIAN VILLAMAGUA	16	0/0/2006	FUTBOL	26	26	169	167		169	210	257		210	12.7	12.7	24	26		26	10	85	1700	10880	
23	JUAN CARLOS PINEDA	16	0/0/2006	FUTBOL	26	26	167	174		167	268	258		268	16.4	16.4	26	21		21	10	85	1700	1020	
24	JUAN DAVID ALDEAMR	16	0/0/2006	FUTBOL	34	34	189	178		189	298	298		298	11.4	11.4	30	19		19	9	90	1800	1240	
25	JOSE SANTIAGO REYES	16	0/0/2006	FUTBOL	38	38	187	175		187	288	245		288	13.5	13.5	24	25		25	11	78	2160	1080	
26	ALEJANDRO MENDOZA	16	0/0/2006	FUTBOL	31	31	179	174		179	320	268		320	16.1	16.1	25	26		26	10	90	1800	1120	
27	JHOAN MAURICIO GONZALEZ	16	0/0/2006	FUTBOL	28	28	189	177		189	324	217		324	12.4	12.4	28	24		24	10	98	1960	1160	
28	JUAN DAVID QUINCHIA	16	0/0/2006	FUTBOL	26	26	188	188		188	358	265		358	11	11	30	25		25	9	70	1400	1080	
29	JOSEPH ESTEBTAN HERRERA	16	0/0/2006	FUTBOL	26	26	199	187		199	324	244		324	11.6	11.6	21	30		30	11	80	1600	1000	
30	JUAN ESTEBAN FLOREZ	16	0/0/2006	FUTBOL	34	34	178	142		178	320	277		320	12.7	12.7	21	24		24	9	80	1600	700	
31	JUAN ESTEBAN RAMIREZ	16	0/0/2006	FUTBOL	31	31	188	154		188	315	285		315	13	13	20	21		21	11	80	1600	1600	
32	PABLO MARIN PEÑA	16	0/0/2006	FUTBOL	28	28	178	187		178	298	285		298	14	14	28	26		26	10	90	1800	800	
33	NICOL STIVEN MARTINEZ	15	0/0/2006	FUTBOL	21	21	200	168		200	298	248		298	15	15	19	21		21	10	80	1600	780	
34	JUAN STICK RAMIREZ	16	0/0/2006	FUTBOL	26	26	2.5	188		2.5	298	300		298	14	14	20	20		20	11	90	1800	700	
35	ANDRES FELIPE PARDIGUES	16	0/0/2006	FUTBOL	27	27	2.1	192		2.1	352	264		352	12	12	26	30		30	11	90	1800	720	
36	OSCAR LEGUIZAMON	16	0/0/2006	FUTBOL	28	28	199	187		199	320	298		320	16	16	25	21		21	10	90	1800	760	
37	JUAN SEBASTIAN BARRERA	16	0/0/2006	FUTBOL	29	29	189	147		189	341	288		341	11.5	11.5	30	21		21	9	90	1800	780	
38	FELIPE ROJAS	16	0/0/2006	FUTBOL	35	35	187	185		187	315	298		315	12.7	12.7	21	22		22	9	85	1700	700	
39																							







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



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





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



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



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

INTERPRETACIÓN DE DATOS

Cualitativa:

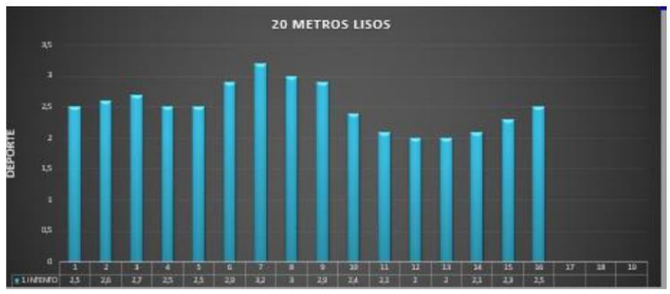
Conclusiones tentativas y revisiones que se van dando sobre la marcha del estudio, generalizaciones especulativas o no se producen generalizaciones. El análisis de la información es no estadístico.

Cuantitativo:

Las conclusiones y generalizaciones se formulan al concluir el estudio y se expresan con un grado predeterminado de certeza. El análisis de la información es estadístico. (en esta sección ubican las gráficas y sus conclusiones cuantitativas)

Análisis de cada uno de los test por nivel.

TEST DE 11 A 13 AÑOS, Realizado en Sibaté Cundinamarca por el profesor GABRIEL BEJARANO



Cualitativo: En la prueba de 20 metros lisos se observa que los deportistas de la escuela de futbol, en las edades de 11 a 13 años están sobre los 2 y 3.5 segundos, siendo 2 el mejor tiempo y 4 segundos el mayor.

Cuantitativo: Se evidencia que el 70% de los deportistas se encuentran entre 2.5 y 3 segundos, y el 30% de 3 a 4 segundos.



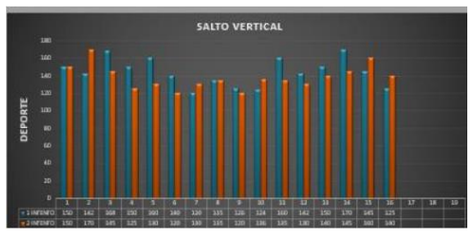
Cualitativo: En la prueba de agarre de bastón se observa que los deportistas de la escuela de futbol en las edades de 11 a 13 años tienen 2 intentos donde obtienen en el primero tienen un agarre menor de 20 cm siendo el menor y el mayor de 35 cm

Cuantitativo: se observa que el 85% tiene un agarre menor a los 25 cm y el 15% tiene un agarre mayor a los 28 cm en los 2 intentos.



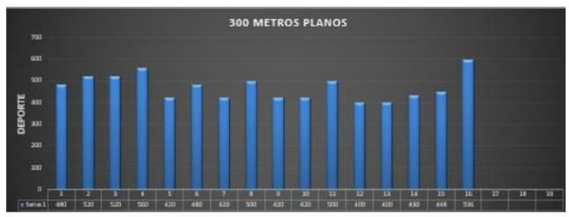
Cualitativo: En la prueba de salto largo sin impulso se observa que los deportistas de la escuela de futbol en las edades de 11 a 13 años tienen 2 intentos donde obtienen un salto mayor de 1m y el menor de 80 cm

Cuantitavtivo: se observa que el 5% tiene un salto mayor a 1m con 50cm, y el 95% tiene un salto menor a 1m, el 95% obtiene un mejo salto en el primer intento y el 5% en el segundo intento.



Cualitativo: En la prueba de salto vertical observa que los deportistas de la escuela de futbol en las edades de 11 a 13 años tienen 2 intentos donde obtienen un salto mayor de 1m con 70 cm y el menor de 1m con 30 cm

Cuantitativo: se observa que el 85% tiene un salto mayor a 1m con 50cm, y el 15% tiene un salto menor a 1m con, el 85% obtiene un mejo salto en el primer intento y el 15% en el segundo intento.



Cualitativo: En la prueba dede 300 metros plpanos que los deportistas de la escuela de futbol en las edades de 11 a 13 años tienen 1 intento donde obtienen 600 metros como máximo y un mínimo de 400 metross

Cuantitativo: se observa que el 85% tiene un promedio de mas de 400 metros y el 15% un promedio menor a 400 metros.



Cualitativo: En la prueba shuntter run 4 x 10 se observa que los deportistas de la escuela de futbol en las edades de 11 a 13 años tienen un tiempo mínimo de 9 segundos y un máximo de 18 segundos.

Cuantitativo: se observa que el 70% tiene un tiempo menor de 9 segundos y el 30% restante obtuvo un tiempo mayor de 18 segundos en un solo 1 intento que se realiza.

INTERPRETACIÓN DE DATOS

Cualitativa:

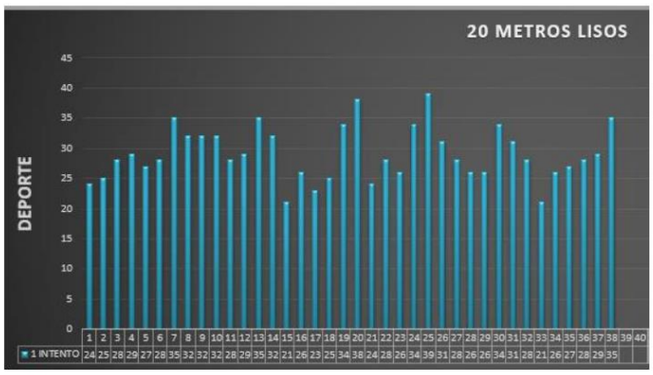
Conclusiones tentativas y revisiones que se van dando sobre la marcha del estudio, generalizaciones especulativas o no se producen generalizaciones. El análisis de la información es no estadístico.

Cuantitativo:

Las conclusiones y generalizaciones se formulan al concluir el estudio y se expresan con un grado predeterminado de certeza. El análisis de la información es estadístico. (en esta sección ubican las gráficas y sus conclusiones cuantitativas)

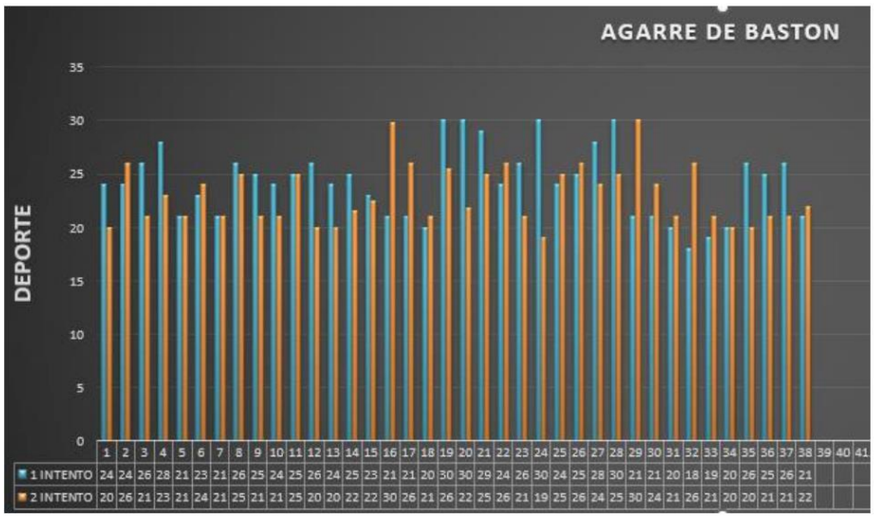
Análisis de cada uno de los test por nivel.

TEST DE14 A 17 AÑOS, Realizado en Sibaté Cundinamarca por el profesor Gabriel bejarano



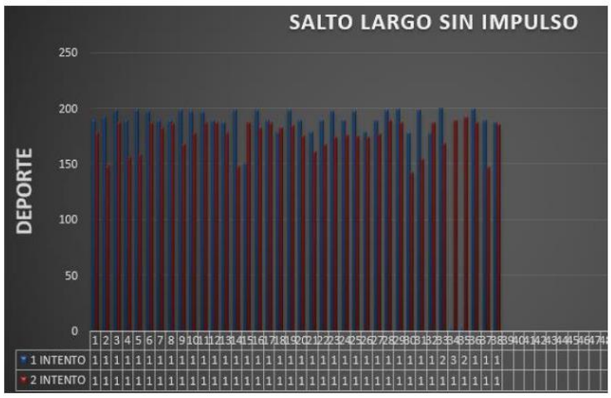
Cualitativo: En la prueba de 20 metros lisos se observa que los deportistas de la escuela de futbol, en las edades de 14 a 17 años están sobre los 2,5 y 4 segundos, siendo 2.5 el mejor tiempo y 4 segundos el mayor.

Cuantitativo: Se evidencia que el 70% de los deportistas se encuentran entre 2.5 y 3 segundos, y el 30% de 3 a 4 segundos.



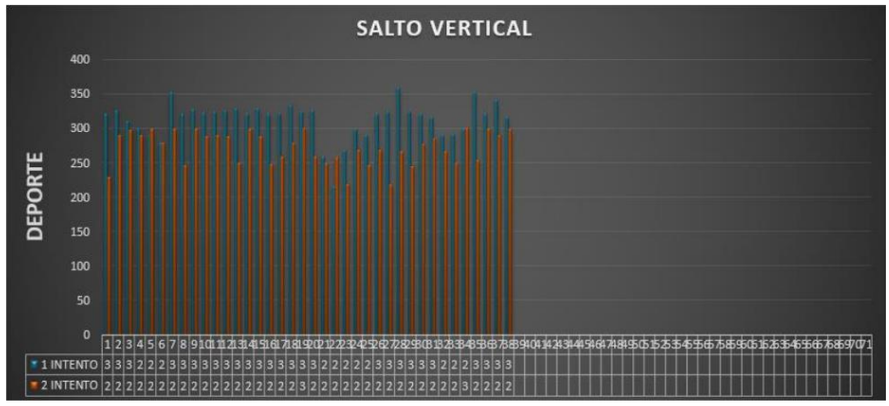
Cualitativo: En la prueba de agarre de bastón se observa que los deportistas de la escuela de futbol en las edades de 14 a 17 años tienen 2 intentos donde obtienen en el primero tienen un agarre menor de 18 cm siendo el menor y el mayor de 30 cm

Cuantitativo: se observa que el 85% tiene un agarre menor a los 25 cm y el 15% tiene un agarre mayor a los 25 cm en los 2 intentos.



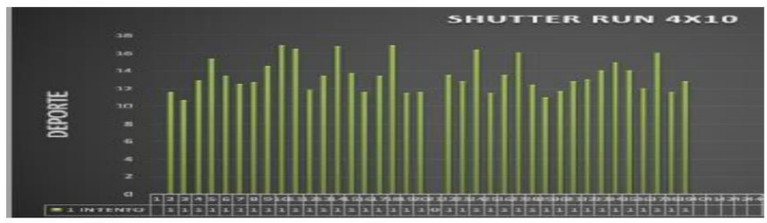
Cualitativo: En la prueba de salto largo sin impulso se observa que los deportistas de la escuela de futbol en las edades de 14 a 17 años tienen 2 intentos donde obtienen un salto mayor de 2m y el menor de 1m con 25 cm

Cuantitavtivo: se observa que el 85% tiene un salto mayor a 1m con 50cm, y el 15% tiene un salto menor a 1m con 50 cm, el 95% obtiene un mejo salto en el primer intento y el 5% en el segundo intento.



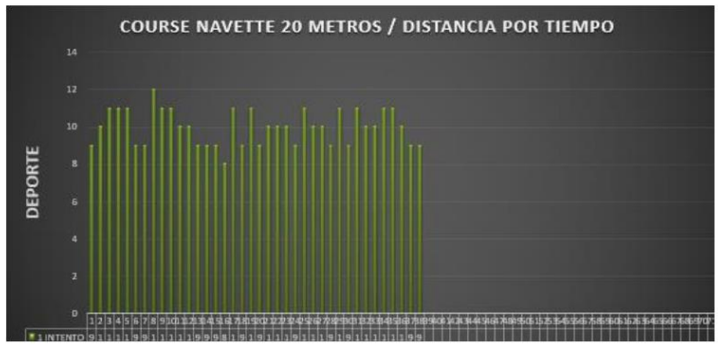
Cualitativo: En la prueba de salto vertical observa que los deportistas de la escuela de futbol en las edades de 14 a 17 años tienen 2 intentos donde obtienen un salto mayor de 3mcon 60 cm y el menor de 2m con 25 cm

Cuantitativo: se observa que el 85% tiene un salto mayor a 2m con 50cm, y el 15% tiene un salto menor a 2m con, el 85% obtiene un mejo salto en el primer intento y el 15% en el segundo intento.



Cualitativo: En la prueba shuntter run 4 x 10 se observa que los deportistas de la escuela de futbol en las edades de 14 a 17 años tienen un tiempo mínimo de 10 segundos y un máximo de 16 segundos.

Cuantitativo: se observa que el 70% tiene un tiempo menor de 12 segundos y el 30% restante obtuvo un tiempo mayor de 12 segundos en un solo 1 intento que se realiza.



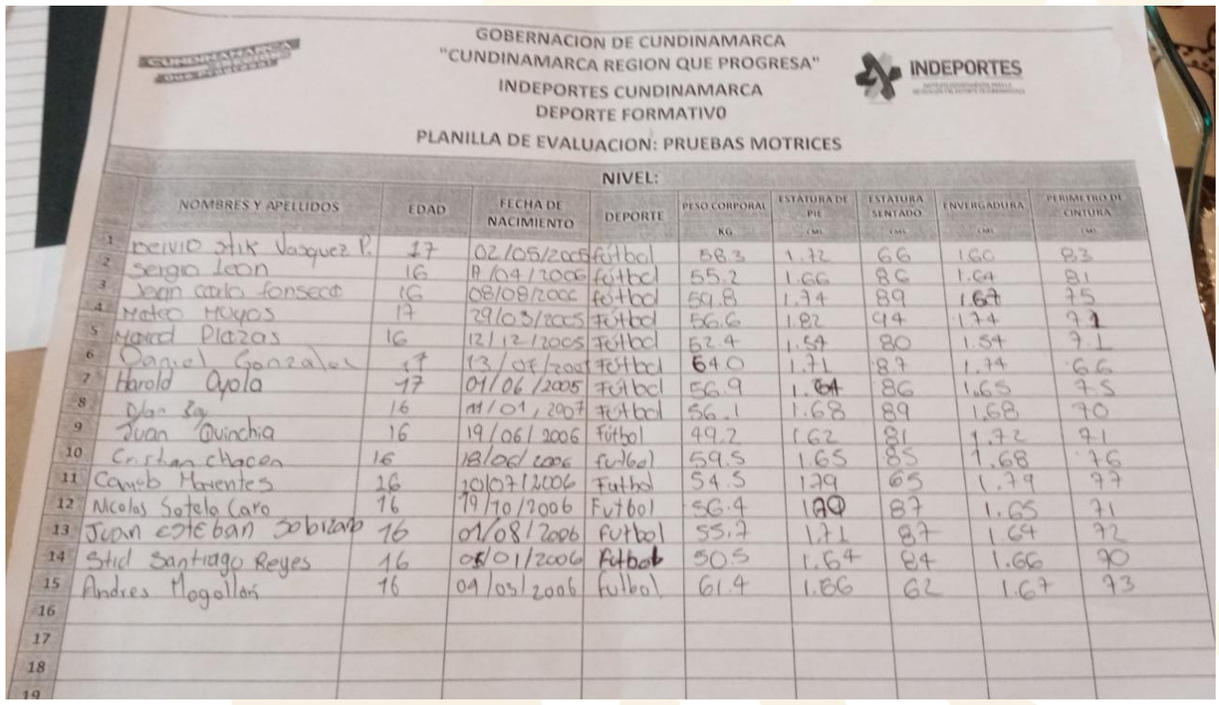
Cualitativo: En la prueba de course navette de 20 metros observa que los deportistas de la escuela de futbol en las edades de 14 a 17 años tienen 1 intento donde obtienen la menor distancia recorrida que fue de 800metros y la mayor fue de 1,200 metros y la mayor etapa alcanzada fue la 12

Cuantitativo: se observa que el 60% se encentran entre 800 m y 1.00 m el 20% se encuentra entre 1.000 y 1.100 metors y el 10% restante entre 1.100 metros y 1.200.



Cualitativo: En la prueba de course navette 20 metros por rectas tienen los siguientes resultados, la menor distancia recorrida fue 1.400 metros y la mayor distancia recorrida fue 1.900 metros

Cuantitativo: se observa que el 90% tiene la mayor distancia recorrida entre 1.500 y 1.800 metros y el 10% por ciento restantes con la mejor distancia entre 1.800 y 1.900



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

NIVEL:

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL KG	ESTATURA DE PIE CMS	ESTATURA SENTADO CMS	ENVERGADURA CMS	PERIMETRO DE CINTURA CMS
1	Delvio Stik Vazquez P.	17	02/05/2005	fútbol	58.3	1.72	66	1.66	83
2	Sergio Leon	16	11/04/2006	futbol	55.2	1.66	86	1.64	81
3	Jean carlo fonseca	16	08/08/2006	fotbol	59.8	1.74	89	1.67	75
4	Mateo Hoyos	17	29/03/2005	fútbol	56.6	1.82	94	1.74	71
5	Yarid Plazas	16	12/12/2005	Fútbol	52.4	1.54	80	1.54	71
6	Daniel Gonzalez	17	13/07/2005	Fútbol	64.0	1.71	87	1.74	66
7	Harold Ayola	17	01/06/2005	Futbol	56.9	1.64	86	1.65	75
8	Dan Sg	16	11/01/2007	Futbol	56.1	1.68	89	1.68	70
9	Juan Quinchia	16	19/06/2006	Fútbol	49.2	1.62	81	1.72	71
10	Cristian chacon	16	18/06/2006	futbol	59.5	1.65	85	1.68	76
11	Caleb Marentes	16	30/07/2006	Futbol	54.5	1.79	65	1.79	77
12	Nicolas Sotelo Caro	16	19/10/2006	Futbol	56.9	1.79	87	1.65	71
13	Juan esteban Sobrado	16	01/08/2006	Futbol	55.7	1.71	87	1.64	72
14	Stid Santiago Reyes	16	05/01/2006	Futbol	50.5	1.64	84	1.66	70
15	Andres Magallon	16	09/03/2006	futbol	61.4	1.86	62	1.67	73
16									
17									
18									
19									

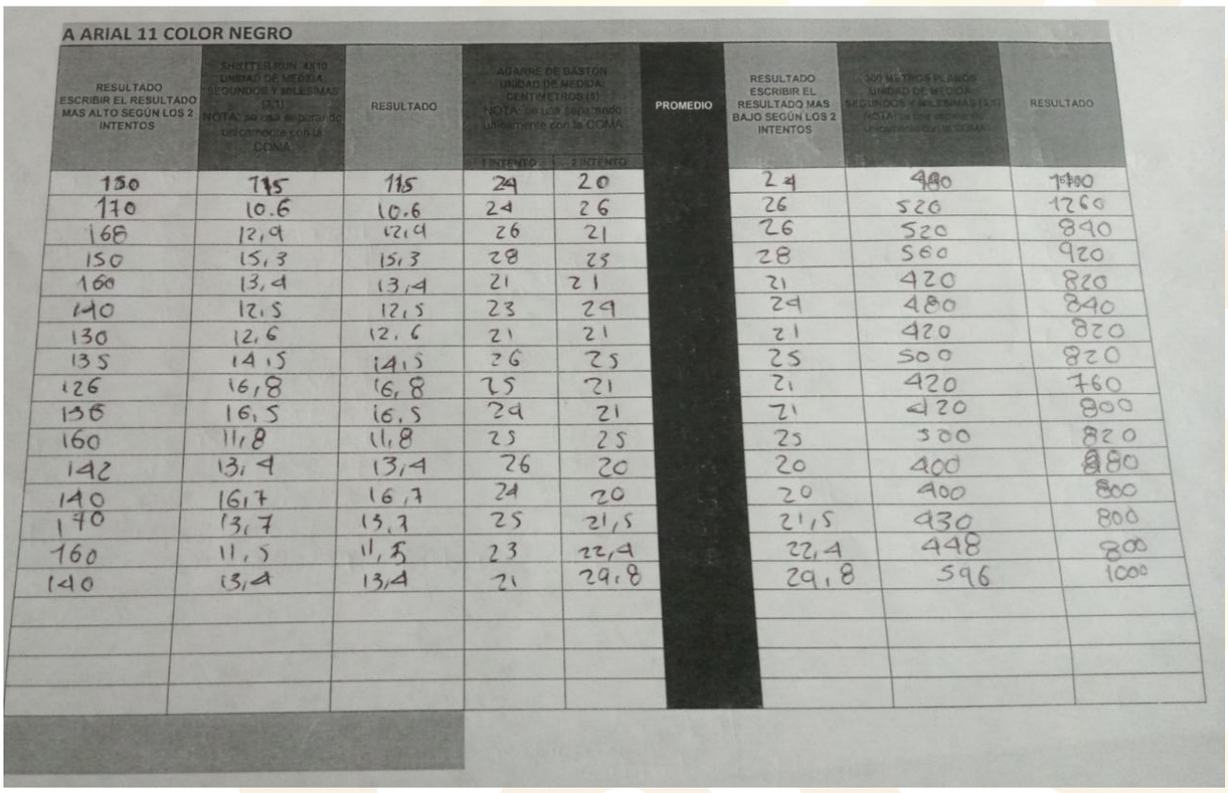


GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL:

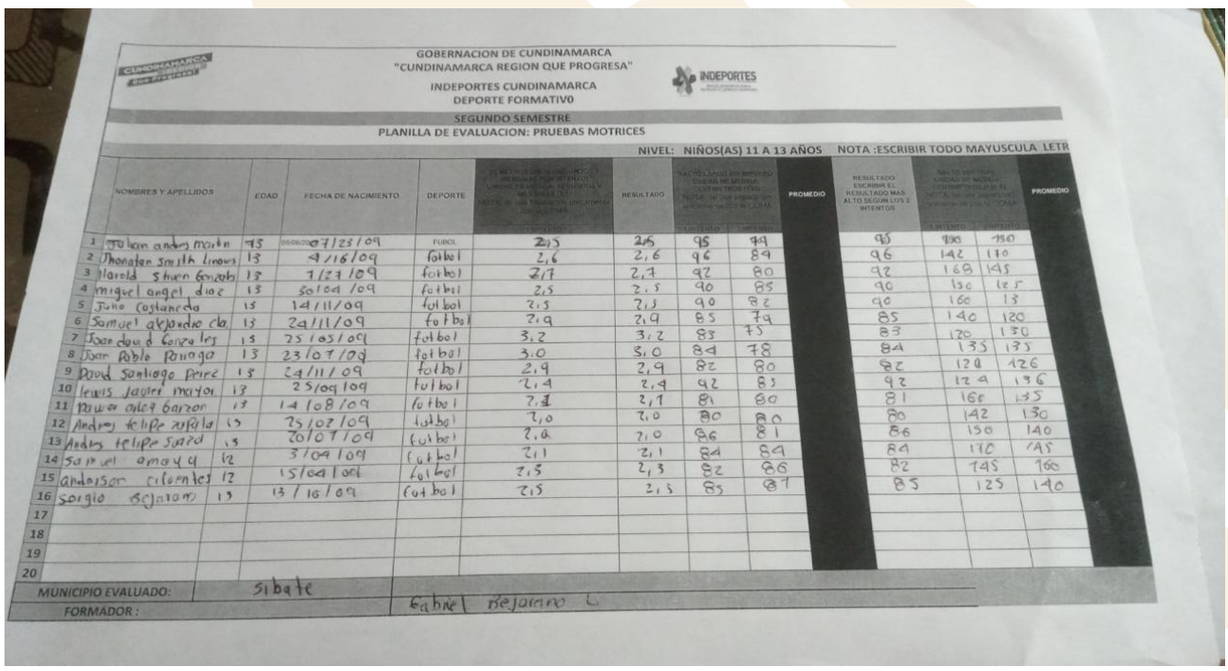
	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL KG	ESTATURA DE PIE CMS	ESTATURA SENTADO CMS	ENVERGADURA CMS	PERIMETRO DE CINTURA CMS
1	Javier andres martin	13	7/23/09	fotbol	36.8	146	74	146	63
2	Jordan smith Ramirez	13	4/16/09	"	36.2	144	74	148	63
3	Harold stiver Gonzalez	13	22/7/09	"	36.9	146	77	149	62
4	miguel angel Diaz	13	30/04/09	"	48.8	136	82	161	68
5	Julio Castiblanco Martin	13	11/14/09	"	32.4	138	72	128	63
6	Samuel alejandro clavijo	13	11/24/09	"	46.2	153	81	157	69
7	Juan david Gonzalez	13	5/25/09	"	48.6	154	89	160	75
8	Juan Pablo Arriaga	13	7/23/09	"	43.4	147	78	152	65
9	David Santiago Perez	13	11/24/09	"	50.2	152	70	154	73
10	Lewis javier mayorga	13	9/25/09	"	47.8	161	84	157	67
11	Dawer Arley Garzon	13	8/14/09	"	48.3	160	79	160	70
12	Andres felipe zapata	13	21/3/09	"	45.3	155	70	149	59
13	Andres felipe Suarez	13	7/20/09	"	48.5	154	68	149	58
14	Samuel arnaya	12	4/03/10	"	45.3	147	74	146	72
15	Anderson cifuentes	12	4/13/10	"	39.3	151	76	145	66
16	Sergio Bejarano	13	10/15/09	fotbol	49	158	76	149	69
17									
18									
19									
20									

MUNICIPIO EVALUADO: Sibate
FORMADOR: Gabriel Bejarano



A ARIAL 11 COLOR NEGRO

RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SHUTTLE RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa el separador únicamente con la COMA	RESULTADO	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA CENTIMETROS (S) NOTA: se usa separador únicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	300 METROS PLANOS UNIDAD DE MEDIDA SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa el separador únicamente con la COMA	RESULTADO
			1 INTENTO	2 INTENTO				
150	7,15	7,15	29	20		24	480	1480
170	10.6	10.6	24	26		26	520	1760
168	12,9	12,9	26	21		26	520	840
150	15,3	15,3	28	25		28	560	920
160	13,4	13,4	21	21		21	420	820
140	12,5	12,5	23	29		24	480	840
130	12,6	12,6	21	21		21	420	820
135	14,5	14,5	26	25		25	500	820
126	16,8	16,8	25	21		21	420	760
136	16,5	16,5	29	21		21	420	800
160	11,8	11,8	25	25		25	500	820
142	13,4	13,4	26	20		20	400	880
140	16,7	16,7	24	20		20	400	800
190	13,7	13,7	25	21,5		21,5	430	800
160	11,5	11,5	23	22,4		22,4	448	800
140	13,4	13,4	21	29,8		29,8	596	1000



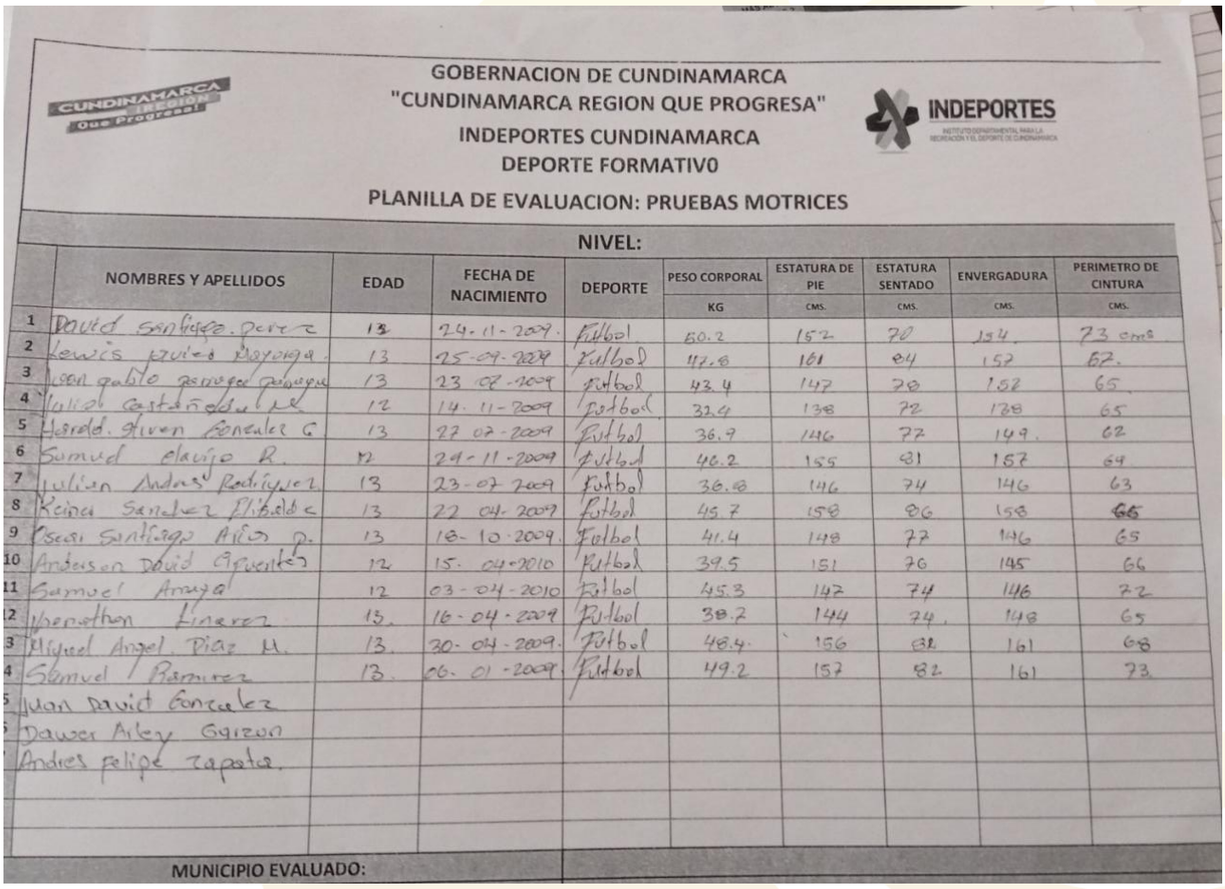
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO

SEGUNDO SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) 11 A 13 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETR

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE		RESULTADO			PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS			PROMEDIO
							1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO	
1	Johan andres martin	13	05/06/2007/25/09	FUBOL	2,5	2,5	95	79		95	130	130	
2	Thonaten smith Linares	13	4/16/09	futbol	2,6	2,6	96	84		96	142	110	
3	Harold Stiven Gonzalez	13	7/27/09	futbol	2,7	2,7	92	80		92	168	145	
4	miguel angel diaz	13	30/04/09	futbol	2,5	2,5	90	85		90	130	125	
5	Juan Castaneda	13	14/11/09	futbol	2,3	2,3	90	82		90	160	13	
6	Samuel alejandro cla	13	24/11/09	futbol	2,9	2,9	85	79		85	140	120	
7	Juan david Gonzalez	13	25/05/09	futbol	3,2	3,2	83	75		83	120	130	
8	Juan Pablo Pinzon	13	23/07/09	futbol	3,0	3,0	84	78		84	135	135	
9	David Santiago Perez	13	24/11/09	futbol	2,9	2,9	82	80		82	120	126	
10	Lewis Javier mayor	13	25/09/09	futbol	2,4	2,4	92	85		92	124	136	
11	Darwin ortiz barzon	13	14/08/09	futbol	2,1	2,1	81	80		81	160	135	
12	Andres felipe zapata	13	25/07/09	futbol	2,0	2,0	80	80		80	142	130	
13	Andres felipe Sand	13	20/07/09	futbol	2,0	2,0	86	81		86	150	140	
14	Samuel amaya	12	3/09/09	futbol	2,1	2,1	84	84		84	170	145	
15	Andersor cifuentes	12	15/04/06	futbol	2,3	2,3	82	86		82	145	160	
16	Sergio Bejarano	13	13/10/09	futbol	2,5	2,5	85	87		85	125	140	
17													
18													
19													
20													

MUNICIPIO EVALUADO: Sibate
FORMADOR : Gabriel Bejarano C.



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

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL:

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL KG	ESTATURA DE PIE CMS.	ESTATURA SENTADO CMS.	ENVERGADURA CMS.	PERIMETRO DE CINTURA CMS.
1	David Santiago Perez	13	24-11-2009	Futbol	50.2	152	70	154	73 cms
2	Lewis Julio Mayorga	13	25-09-2009	Futbol	47.8	161	84	157	62
3	Juan pablo garzon [illegible]	13	23-08-2009	Futbol	43.4	147	78	152	65
4	Julian Castañeda [illegible]	12	14-11-2009	Futbol	32.4	138	72	138	65
5	Harold Stiven Gonzalez G	13	27-07-2009	Futbol	36.9	146	77	149	62
6	Samuel Clavijo R.	12	29-11-2009	Futbol	46.2	155	81	157	64
7	Julian Andres Rodriguez	13	23-07-2009	Futbol	36.8	146	74	146	63
8	Reinel Sanchez Piñeldo	13	22-04-2009	Futbol	45.7	158	86	158	66
9	Oscar Santiago Arias P.	13	18-10-2009	Futbol	41.4	148	77	146	65
10	Andersen David Aguilera	12	15-04-2010	Futbol	39.5	151	76	145	66
11	Samuel Amaya	12	03-04-2010	Futbol	45.3	147	74	146	72
12	Yhonathan Linarez	13	16-04-2009	Futbol	38.7	144	74	148	65
13	Miguel Angel Diaz M.	13	30-04-2009	Futbol	48.4	156	82	161	68
14	Samuel Ramirez	13	06-01-2009	Futbol	49.2	157	82	161	73
15	Juan David Gonzalez								
16	Dawer Arley Garzon								
17	Andres felipe zapata								

MUNICIPIO EVALUADO:

OBLIGACION # 10
Certificación correspondiente al mes de **DICIEMBRE**

Instituto Municipal para Deporte y la Recreación de Sibaté
PBX: 725 1185
Email: indersibate@hotmail.com

CERTIFICACION

EL JEFE DEPORTIVO DEL INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACION DE SIBATÉ

HACE CONSTAR:

Que **GABRIEL BEJARANO LINARES**, identificada con la Cédula de Ciudadanía No**. 3.179.771 de Sibaté** presto sus servicios como FORMADOR DEPORTIVO EN LA MODALIDAD DE FÚTBOL, durante el período comprendido entre el 01 de diciembre al 15 de diciembre del 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato.

La presente se expide a los 15 días del mes de diciembre del 2022

LUIS NICOLAS EMAYUSA DUEÑAS
JEFE DEPORTIVO IMDERS

Coliseo Cubierto Xiua - Transversal 6 N0. 11 - 53 Sibaté

OBLIGACION # 11

Apoyo Inauguración deportivos y Paradeportivos de Cundinamarca



OBLIGACION # 13

Presentación de formato a diligenciar establecido por Indeportes Cundinamarca; en espera de indicaciones de diligenciamiento.

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			

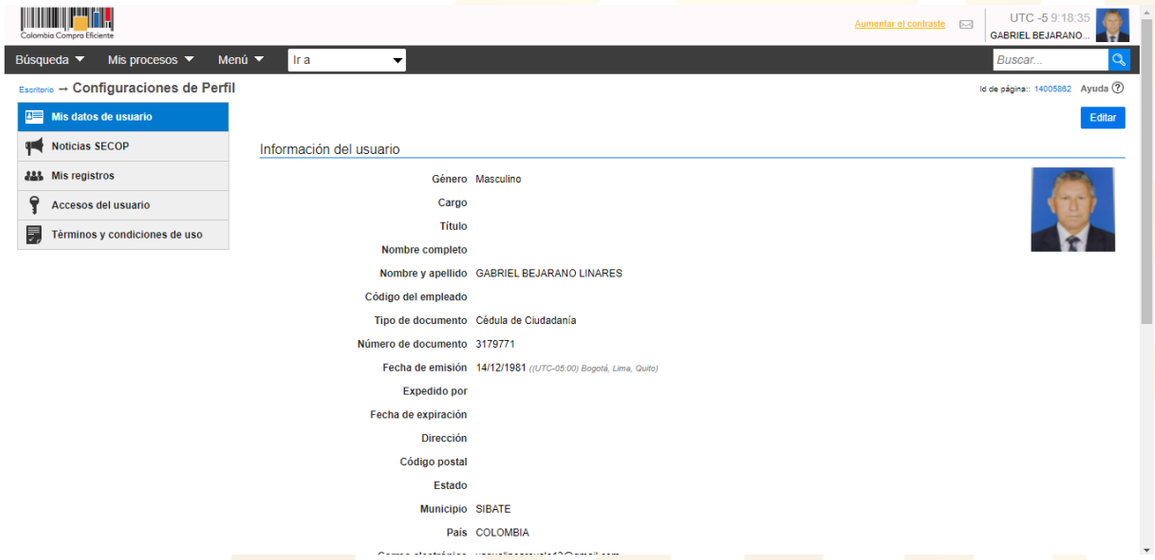
Nro. De orden	Código	Nombre de las series, subseries o asuntos	Fechas Extremas		Unidad de Conservación				Nro. De Folios	Soporte	Frecuencia de consulta	OBSERVACIONES
			Inicial	Final	Caja	Carpeta	Tomo	Otro				

Elaborado por: _____ Cargo_____ Firma_____

Recibido por: _____ Cargo_____ Firma_____

OBLIGACION # 14

Secop II.


Colombia Compra Eficiente
Aumentar el contraste
UTC -5 9:18:35
GABRIEL BEJARANO...
Búsqueda
Mis procesos
Menú
Ir a
Buscar...
Escritorio → Configuraciones de Perfil
Id de página:: 14005862
Ayuda
Editar
Mis datos de usuario
Noticias SECOP
Mis registros
Accesos del usuario
Términos y condiciones de uso
Información del usuario
Género Masculino
Cargo
Título
Nombre completo
Nombre y apellido GABRIEL BEJARANO LINARES
Código del empleado
Tipo de documento Cédula de Ciudadanía
Número de documento 3179771
Fecha de emisión 14/12/1981 ((UTC-05:00) Bogotá, Lima, Quito)
Expedido por
Fecha de expiración
Dirección
Código postal
Estado
Municipio SIBATE
País COLOMBIA

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

OBLIGACION # 15
Informe del mes de diciembre.

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

INFORME DE GESTIÓN CONTRACTUAL
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES Y DE APOYO A LA GESTIÓN

INFORME DE GESTIÓN CONTRACTUAL No .05 CONTRATO No. 1130 de 2022									
Nombre del Contratista	YEISON BENJAMIN MANCERA LEAL								
Identificación del Contratista(C.C./NIT)	1.069.748.865								
Nombre y Cargo del Supervisor	JUAN FRANCISCO MENDEZ LASPRIELLA – TECNICO OPERATIVO								
Número del Contrato	**1130 de 2022**		**Pago Número**		05	**De**	05		
Período Informado	01/12/2022 a 30/12/2022		**No. De Registro Presupuestal**		RES - 2022002894				
Cuenta Bancaria y Entidad	264-186404-98 Bancolombia				**Corriente**		**Ahorros**	X	
Valor del Pago	$($1' 714.000) UN MILLON SETECIENTOS CATORCE MIL PESOS								
Fecha Acta Inicio	16 de Agosto de2022		**Fecha de Terminación Vigencia Inicial**				30 de Diciembre de 2022		
Prórroga	**SI**		**NO**	x	**Fecha de Terminación prórroga**		N/A		
Adición	**SI**		**NO**	x	**Valor Adicionado**		N/A		
Suspensiones	**SI**		**NO**	x	**Periodo de Terminación**		N/A		
Objeto del Contrato: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO "CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA", PARA EL CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES – CUNDINAMARCA.									

Obligaciones específicas	**Actividades realizadas**
1. Efectuar la organización, planeación, dirección y realización de las actividades que se requieran para la consecución de mínimo 3 niveles de formación en el deporte, en los niveles de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento, en el municipio asignado por el supervisor. El contratista será la persona responsable de adelantar y gestar los procesos de convocatoria e inscripción en los mencionados niveles, a través de los medios necesarios, involucrando a las Juntas de Acción Comunal, Instituciones Educativas, Resguardos Indígenas, personas en condición de discapacidad, población diversa y demás comunidades que se puedan beneficiar con el programa.	Realice eventos de convocatoria y consecución para los 3 grupos de formación deportiva en el municipio de Tibacuy en el sector urbano, visite las diferentes instituciones educativas del municipio invitando a participaren la escuela de formación de Patinaje. Elabore una publicidad que se ha estado divulgando por medio de redes sociales del instructor y de las páginas oficiales de la secretaría de deportes y alcaldía municipal.
2. Presentar ante el supervisor del contrato, dentro de los 20 días calendario siguientes a la suscripción del acta de inicio, el Plan Pedagógico y Malla Pedagógica de todos los niveles de formación, en el formato indicado por parte de la Subgerencia Técnica, especificando horarios, sitios de práctica, y la demás información aplicable.	**16 de Agosto de 2022 :** Firme el acta de inicio Realicé la malla curricular y plan pedagógico pertinente a la ejecución del contrato, en el plazo dado por Indeportes Cundinamarca dando a conocer procesos pedagógicos a realizar con los diferentes niveles de formación en el municipio de Tibacuy Cundinamarca Especifiqué y di a conocer los horarios y sitios de trabajo en el formato establecido por Indeportes Cundinamarca
3. Desarrollar todas las actividades planteadas en el plan pedagógico y en la malla pedagógica, dejando las evidencias respectivas que den cuenta de los beneficiarios impactados con ellas.	Planifique y desarrolle las actividades en las diferentes sesiones de clase, teniendo en cuenta lo plasmado en el plan pedagógico y malla curricular.

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

4. Para deportes en conjunto, tener una cobertura mínima de 15 personas por grupo una cobertura global mínima de 45 beneficiados activos, sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los que se encuentren; y, para deportes individuales tener una cobertura mínima de 10 personas por grupo o mínimo una cobertura global de 30 beneficiados activos sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los que se encuentren. De todo lo anterior, deberá tener los soportes respectivos organizados por Sesiones, actividades y niveles de formación.	Consolide grupos en los tres niveles de formación logrando la meta para deportes de conjunto con un total de **70 beneficiarios** del programa. **Iniciación:** 19 deportistas **Fundamentación:** 35 deportistas **Perfeccionamiento:** 16 deportistas
5.Utilizar adecuadamente la imagen y nombres de Indeportes Cundinamarca en todo momento, en cualquiera de sus actividades, resaltando el decoro que las mismas implican, con las evidencias de su adecuada utilización.	Utilice de forma adecuada la imagen y el buen nombre de Indeportes Cundinamarca, tanto en redes sociales, como en las diferentes sesiones de clase y actividades deportivas. .
6. Preparar y ejecutar 9 sesiones de formación a la semana, mínimo 36 sesiones al mes, con las escuelas de formación a cargo. Cada sesión estará compuesta como mínimo por 2 horas, la distribución de las sesiones para cada nivel será concertado con el coordinador y/o supervisor del mismo.	Planifique y desarrolle las 36 sesiones de entrenamiento durante el mes de Diciembre para los tres grupos de formación, teniendo en cuenta el tiempo estipulado por Indeportes Cundinamarca para cada sesión.
7.Consolidar y mantener actualizada la información pertinente a través de la plataforma o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad.	Actualice la información y documentación en la plataforma drive indicada por parte de Indeportes Cundinamarca.
8. Presentar la planeación de las sesiones mensuales de clase antes del inicio de cada mes, al respectivo supervisor, describiendo los objetivos, aspectos físicos, técnicos y evaluativos a tener en cuenta, así como los métodos empleados en ellas.	Realice las respectivas planeaciones mensual de Diciembre e hice entrega de la misma a el gestor provincial el licenciado Deyvis herrera y la evidencie en el drive asignado por Indeportes Cundinamarca.
9. Presentar ante el Supervisor las evaluaciones técnicas, físicas y teóricas que le realice a los grupos de alumnos a su cargo, de acuerdo con los manuales y formatos que le sean entregados, las cuales deberán estar establecidas en el cronograma general. Los resultados obtenidos deberán ser entregados junto con el informe del respectivo periodo y un consolidado en el informe final.	Realice la planificación de las evaluaciones técnicas y fisicas a los diferentes deportistas en los niveles de formación según el cronograma dado por Indeportes Cundinamarca teniendo en cuenta los manuales y formatos implementados por los mismos..
10. El contratista deberá entregar una certificación por parte del organismo deportivo municipal en donde conste la realización de actividades mensuales relacionadas con las obligaciones contractuales en el municipio asignado.	Entregue la respectiva certificación realizada por parte de la oficina de cultura y deporte del municipio de Tibacuy.
11. Apoyar a los demás componentes en las diferentes actividades que realicen en los municipios asignados por la Subgerencia Técnica.	Participe de la actividad realizada por los gestores provinciales sobre deporte inclusivo, deporte formativo elaboración de los formatos.
12. Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.	Participe de las reuniones mensuales programadas por el coordinador provincial el licenciado Deyvis Herrera vía meet donde se desarrolló, dando a conocer temas fundamentales a desarrollaren el mes de Diciembre

CUNDINAMARCA EL DORADO ¡LA LEYENDA VIVE!
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

13. Entregar debidamente diligenciado al área de archivo de la Subgerencia Administrativa y Financiera el Formato Único de Inventario Documental (FUID) o su equivalente, cuando se requiera enviar y/o trasladar documentos al Archivo del Instituto.	Verifique el formato único de inventario documental y estuve atento a la capacitación para organizar y diligenciar cuando se requiera.
14. Consolidar y presentar a través de la plataforma SECOP II; informe de ejecución contractual con sus respectivos soportes y evidencias; de acuerdo con la forma de pago, condiciones técnicas y/o productos establecidos.	Realice entrega y cargue la información en el Secop II del informe mensual de Diciembre con los formatos y soportes, establecidos por Indeportes Cundinamarca..
15. Realizar la entrega al supervisor del contrato los documentos, estudios y demás productos elaborados durante la ejecución del contrato a la entrega del informe final del mismo en formato digital y modificable.	Entregue el informe del mes de Diciembre y el informe final según indicaciones.

DECLARACIÓNDELCONTRATISTA

Manifiesto que he cumplido con las obligaciones derivadas del contrato y que las actividades mencionadas en el presente informe corresponden a las efectivamente desarrolladas en el período indicado, declarando que seré responsable por las afirmaciones contenidas en el presente documento, que sirve como soporte para certificar el cumplimiento del objeto del contrato.

Igualmente, en calidad de contratista indico que las obligaciones con el sistema Seguridad social, salud y pensiones se ha n efectuado correctamente y declaro bajo la gravedad de juramento que las planillas fueron canceladas, de la siguiente manera:

Periodo	IBC	Salud	Pensión	ARL	Planilla
AGOSTO	1.000.000	$ 125.000	$ 160.000	$ 24.400	# 23856185
SEPTIEMBRE	1.000.000	$ 125.000	$ 160.000	$ 24.400	# 24227006
OCTUBRE	1.000.000	$ 125.000	$ 160.000	$ 24.400	#24708618
NOVIEMBRE	1.000.000	$ 125.000	$ 160.000	$ 24.400	#24715247
DICIEMBRE	1.000.000	$ 125.000	$ 160.000	$ 24.400	#24937388
Totales	**N/A**	**$ 625.000**	**$ 800.000**	**$ 122.000**	**N/A**

Yeison Mancera

YEISON BENJAMIN
MANCERALEAL
C.C.1.069.748.865

DEYVIS LEONARDO HERRERA HEREDIA
APOYO A LA SUPERVISION

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