PLAN PEDAGOGICO Y TECNICO ESCUELA DE NATACION

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Fomentar la práctica de la natación de los niños, niñas y jóvenes del municipio de manta Cundinamarca con el fin de promover el buen uso del tiempo libre, adquiriendo hábitos de respeto y disciplina desarrollando actitudes solidarias y tolerantes.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Incentivar a los niños, niñas y jóvenes a que se hagan participes de la escuela de formación de natación.

2. Promover la práctica deportiva en niños, niñas y jóvenes con motivo de poder representar al municipio en eventos regionales y Departamentales.

3. Inducir a los niños, niñas y jóvenes a que por medio de la práctica deportiva adquiriendo hábitos de respeto y responsabilidad por medio de la práctica de la natación

EVALUACION MOTRIZ Y TECNICA

La evaluación motriz y técnica se realizara por medio de tés específicos que serán aplicados al inicio y durante el proceso donde se quiere evaluar el desarrollo de la escuela de formación sus aportes al mejoramiento de la calidad de vida de sus participantes en las relaciones sociales.

POBLACIÓN OBJETIVO Y COBERTURA

La población objetivo que vamos a recibir y a formar en esta escuela de formación deportiva de natación son niños, niñas, jóvenes y adolescentes que se encuentren en las siguientes categorías una categoría infantil de 8años a 12 años de edad categoría pre- juvenil de 13años a 14 años y una categoría juvenil de 15 años a 17 años. Con el fin de hacerlos partícipes de esta nueva escuela de deporte formativo que implementaremos en el municipio de Manta Cundinamarca.

DESARROLLO TÉCNICO Y PEDAGÓGICO POR NIVELES

- **NIVEL DE INICIACION E IRRADIACION DEPORTIVA**

OBJETIVO GENERAL

Fundamentar al niño de 9 a 12 años participante en la disciplina Deportiva de Natación por medios juegos y formas jugadas para su aprendizaje de la disciplina misma.

CONTENIDOS

FISICO:

Flexibilidad
Resistencia aeróbica
Pliometria

TECNICOS:

Familiarización con el agua
Flotación
Respiración

TACTICO:

Importancia de la respiración
Importancia de la flotación.

TEORICO:

Conductas higiénicas
Beneficios de la actividad física
Soporte de todos los demás contenidos

PSICOLOGICO:

Trabajo en grupo
Humildad
Cortesía
Integridad
Perseverancia
Autocontrol
Ciencia
Amor

METODOLOGIA

Juegos simplificados, tácticas menores, juegos de entrada, juegos poli valentes. La actividad tendrá un gran contenido recreativo en la cuan serán planteadas como ocasiones para divertirse y aprender, juegos introductorios y juegos de aplicación

SEGUIMIENTO CONTROL Y EVALUACION

Se llevara un seguimiento un control y una evaluación por medio de algunos test adecuados para la categoría como objetivo de evaluar sus condiciones fiscas los test que se aplicaran son:

- Salto largo sin impulso
- Test de Léger
- Salto vertical

- **NIVEL DE FUNDAMENTACION**

OBJETIVO GENERAL

Preparar a los niños y niñas para que apliquen el conocimiento de las reglas de juego, competir formal mente Consolidar el aprendizaje de los medios colectivos básicos anteriores y ampliar el conocimiento de otros nuevos. Adquirir nociones teóricas sobre algunos factores implícitos en el juego deportivo.

CONTENIDOS

FISICOS:
Resistencia aeróbica
Velocidad de desplazamiento,
Velocidad de reacción,
Pliometria
Fuerza
Coordinación

TECNICOS:
Posición del cuerpo
Movimiento de brazos
Movimiento de piernas
Respiración

TACTICO:
Estilos
Importancia del braceo
Importancia del pateo

TEORICO
Conductas higiénicas
Beneficios de la actividad física

PSICOLOGICOS:
Trabajo en grupo
Humildad
Cortesía
Integridad
Perseverancia
Autocontrol
Ciencia

METODOLOGÍA

Se desarrollara por medio de juegos tácticos menores, juegos polivalentes, partidos de entrenamiento, modelajes. Todas las actividades serán realizadas con un gran contenido lúdico en los que se trabajara los juegos de opción motora lo mismo que ejercicios globales y analíticos.

SEGUIMIENTO CONTROL Y EVALUACION

Se llevara un seguimiento un control y una evaluación por medio de algunos test adecuados para la categoría como objetivo de evaluar sus condiciones fiscas los test que se aplicaran son:

- Salto largo sin impulso
- Test de Léger
- Salto vertical
- 50 Y 20 Metros lanzados
- 300 metros
- Shuttle run

- **NIVEL DE ESPEZIALIZACION**

  OBJETIVO GENERAL

Preparar a los niños y niñas para que apliquen el conocimiento adquirido, corrigiendo los errores más frecuentes de la disciplina y competir formal mente Consolidar el aprendizaje de los medios colectivos básicos anteriores y ampliar el conocimiento de otros nuevos. Adquirir nociones teóricas sobre algunos factores implícitos en el juego deportivo.

CONTENIDOS

FISICOS:
Resistencia aeróbica
Velocidad de desplazamiento,
Velocidad de reacción,
Pliometria
Fuerza
Coordinación

TECNICOS:
Poción del cuerpo
Movimiento de brazos
Movimiento de piernas
Respiración

TACTICO:
Estilos
Corrección de errores
Importancia del braceo
Importancia del pateo

TEORICO
Conductas higiénicas
Beneficios de la actividad física

PSICOLOGICOS:
Trabajo en grupo
Humildad
Cortesía
Integridad
Perseverancia
Autocontrol
Ciencia

METODOLOGÍA

Se desarrollara por medio de juegos tácticos menores, juegos polivalentes, partidos de entrenamiento, modelajes. Todas las actividades serán realizadas con un gran contenido lúdico en los que se trabajara los juegos de opción motora lo mismo que ejercicios globales y analíticos.

SEGUIMIENTO CONTROL Y EVALUACION

Se llevara un seguimiento un control y una evaluación por medio de algunos test adecuados para la categoría como objetivo de evaluar sus condiciones fiscas los test que se aplicaran son:

- Salto largo sin impulso
- Test de Léger
- Salto vertical
- 50 Y 20 Metros lanzados
- 300 metros
- Shuttle run

EL SUSCRITO SECRETARIO DE LA OFICINA DE BIENESTAR DESARROLLLO SOCIAL

C E R T I F I C A

Que DIEGO ALEJANDRO SORIANO MARTIN, identificada con C.C Nº 1069751314 de fusagasuga, prestó sus SERVICIOS COMO MONITOR DE LA ESCUELA DE LA ESCULA DE FORMACIÓN EN NATACIÓN durante el tiempo comprendido del doce (12) de marzo al treinta y uno (31) de marzo de dos mil diecinueve (2019).

La presente se expide en La secretaria de Bienestar y Desarrollo Social, a los veinticuatro (24) días del mes de abril de dos mil diecinueve (2019).

PABLO E. ESPINOSA HERNANDEZ
Secretaria de Bienestar y Desarrollo Social

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	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 ASIMILACION DEL ELEMENTO FORMATIVO DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
	INICIACION	TECNICO	1	POSICION DEL CUERPO	IRADIAR A LOS NIÑOS MEDIANTE ACTIVIDADES Y EJERCICIOS	8HORAS	1	se realizan actividades en las cuales el deportista	1	partisiva activa mente y ejecuta el ejercicio propuesto
							2	en flechita se desplasa sobre los costados boca arriba y boca abajo	2	partisiva activa mente y ejecuta el ejercicio propuesto
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			2	MOVIMIENTO DE BRAZOS	IRADIAR A LOS NIÑOS MEDIANTE ACTIVIDADES Y EJERCICIOS	8HORAS	1	desarrollar actividades que inbolucren los diferentes movimientos de brazos.	1	partisiva activa mente y ejecuta el ejercicio propuesto
							2	fuera del agua sobre una mesa acustado boca abajo se ejecuta el braceo.	2	partisiva activa mente y ejecuta el ejercicio propuesto
							3	dentro del agua en la posicion de pie flexionando el tron se ejecunta el braceo.	3	partisiva activa mente y ejecuta el ejercicio propuesto
							4		4	
							5		5	
			3	MOVIMIENTO DE PIERNAS	IRADIAR A LOS NIÑOS MEDIANTE ACTIVIDADES Y EJERCICIOS	8HORAS	1	se ejecuta el batido de piernas acostado sobre una mesa donde las piernas puedan realizar el pateo	1	partisiva activa mente y ejecuta el ejercicio propuesto
							2	en la piscina tomandose de el borde ejecuta el batido de piernas	2	partisiva activa mente y ejecuta el ejercicio propuesto
							3	sujetando la tabla en desplazamiento ejecuta el batido de piernas.	3	partisiva activa mente y ejecuta el ejercicio propuesto
							4		4	
							5		5	
			4	RESPIRACION	IRADIAR A LOS NIÑOS MEDIANTE ACTIVIDADES Y EJERCICIOS	8HORAS	1	se explica fuera del agua y se efectua la respiracion con el movimiento de brazos.	1	partisiva activa mente y ejecuta el ejercicio propuesto
							2	en la posicion de pie dentro de la piscina se ejecuta el movimiento de brazos y respiracion undiendo solo la cabeza.	2	partisiva activa mente y ejecuta el ejercicio propuesto
							3	en desplazamiento ejecuta la respiracion sin el momviento de brazos luego añado el momviento de brazos.	3	partisiva activa mente y ejecuta el ejercicio propuesto
							4		4	
							5		5	
			5				1		1	
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
		TACTICO	1	ESTILOS DE COMPETICION	IRADIAR A LOS NIÑOS MEDIANTE ACTIVIDADES Y EJERCICIOS	4HORAS	1	Ejercicios y actividades en las cuales intervengan todos los estilos de competicion.	1	ejecuta y participa activamente del ejercicio planteado
							2	desplazamientos convinando los estilos de competicion.	2	ejecuta y participa activamente del ejercicio planteado
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			2	IMPORTANCIA DE BRACEO	IRADIAR A LOS NIÑOS MEDIANTE ACTIVIDADES Y EJERCICIOS	4HORAS	1	actividades y ejercicios fortalecindo el movimiento de brazoz en desplazamiento en el medio acuatico	1	ejecuta y participa activamente del ejercicio planteado
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			3	IMPORTANCIA DE PATEO	IRADIAR A LOS NIÑOS MEDIANTE ACTIVIDADES Y EJERCICIOS	4HORAS	1	ejercios que fortalescan el movimiento de piernas cordinado.	1	ejecuta y participa activamente del ejercicio planteado
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			4				1		1	
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			5				1		1	
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
		FISICO	1	RESISTENCIA AEROBICA	IRADIAR AL NIÑO DEPORTISTA ATRAVES DE EJERCIOS	8HORAS	1	Se forman equipos de 3 0 4 estudiantes, cada equipo debe recorrer de forma conjunta la mayor distancia posible, en un determinado tiempo, golpeando a un globo con cualquier parte del cuerpo. Se pierde un punto por cada vez que el globo toque el suelo.	1	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							2	Se forman equipos de 3 0 4 estudiantes, cada equipo debe recorrer de forma continua en un área de 200 a 300 metros y durante un tiempo acordado (6 a 8 minutos) y al pasar por la meta el equipo debe hacerlo unido (todos al mismo tiempo, en caso necesario prestar ayuda a su compañero tomándolo de la mano) en cada una de las vueltas.	2	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							3	Se plantean actividades que intervengan la resistencia aerobica en formas jugadas.	3	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							4		4	
							5		5	
			2	PLIOMETRIA	IRADIAR AL NIÑO DEPORTISTA ATRAVES DE EJERCIOS	8HORAS	1	Saltos continuos a ½ Sentadillas, en movimiento y hacia delante.	1	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							2	Saltos en Sentadilla Semi profunda en Movimiento hacia delante y atrás.	2	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							3	Saltos normales con soga. (En el lugar).	3	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							4	Saltos normales con soga, a una pierna, hacia delante. (Cambio de piernas).	4	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							5		5	
			3	FUERZA	IRADIAR AL NIÑO DEPORTISTA ATRAVES DE EJERCIOS	8HORAS	1	Colócate en posición de plancha y ubica un balón por debajo de tus piernas en la parte inferior de las mismas. Realiza movimientos rápidos y rítmicos con tus piernas sobre el balón.Realiza de 3 a 4 series de 25 a 50 repeticiones.	1	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							2	Colócate al frente de la polea y toma con cada mano el extremo de la cuerda o banda.Realiza un movimiento en forma de cruz con tus brazos y trata de no encoger tus hombros.	2	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			4				1		1	
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			5				1		1	
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
		TEORICO	1	CONDUCTAS HIGIENICAS	INFORMAR E IRADIAR ESTOS CONOCIMIENTOS	2HORAS	1	MEDIANTE ACTIVIDADES JUGADAS DURANTE LOS ENTRENAMIENTOS DE CLASE Y PORMEDIO DE METODOS AUDIOVISUALES.	1	ESTA ATENTO Y ACATA LO EXPUESTO.
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			2	BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FISICA	INFORMAR E IRADIAR ESTOS CONOCIMIENTOS	2HORAS	1	MEDIANTE ACTIVIDADES JUGADAS DURANTE LOS ENTRENAMIENTOS DE CLASE Y PORMEDIO DE METODOS AUDIOVISUALES.	1	ESTA ATENTO Y ACATA LO EXPUESTO.
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			3				1		1	
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			4				1		1	
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			5				1		1	
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	1	HUMILDAD	INTEGARCION PARA DESARROLLO DE ABILIDADES PSICOLOGICAS	2HORAS	1	ACTIVIDADES GRUPALES EN FORMAS JUGADAS Y RONDASQUE DESARROLLEN ESTA HABILIDAD	1	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			2	CORTECIA	INTEGARCION PARA DESARROLLO DE ABILIDADES PSICOLOGICAS	2HORAS	1	ACTIVIDADES GRUPALES EN FORMAS JUGADAS Y RONDASQUE DESARROLLEN ESTA HABILIDAD	1	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			3	AMOR	INTEGARCION PARA DESARROLLO DE ABILIDADES PSICOLOGICAS	2HORAS	1	ACTIVIDADES GRUPALES EN FORMAS JUGADAS Y RONDASQUE DESARROLLEN ESTA HABILIDAD	1	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			4	AUTOCONTROL	INTEGARCION PARA DESARROLLO DE ABILIDADES PSICOLOGICAS	2HORAS	1	ACTIVIDADES GRUPALES EN FORMAS JUGADAS Y RONDASQUE DESARROLLEN ESTA HABILIDAD	1	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			5				1		1	
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	

FECHA DE ENTREGA	19/04/2019
NOMBRES Y APELLIDOS DEL MONITOR	DIEGO ALEJANDRO SORIANO MARTIN
MUNICIPIO	REGION ALMEIDAS

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	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 ASIMILACION DEL ELEMENTO FORMATIVO DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
NATACION	INICIACION	TECNICO	1	FAMILIARIZACION CON EL AGUA	SENSIBILIZAR EN EL NIÑO DEPORTISTA A TRAVES DE FORMAS JUGADAS LA INTERACCION CON EL AGUA	6 HORAS	1	EN LA PISCINA EN LA ZONA PANDA EL NIÑO SE SIENTA EN EL BORDE Y COMIENZA A MOJARSE EL MISMO, LUEGO MOJANDO A SUS COMPAÑERO DE AL LADO.	1	PARTICIPACION ACTIVA DEL DEPORTISTA Y ASIMILA Y APLICA
							2	EL NIÑO INGRESA A LA PISCINA EN LA ZONA PANDA CON UN COMPAÑERO TOMADOS DE LA MANO	2	PARTICIPACION ACTIVA DEL DEPORTISTA Y ASIMILA Y APLICA
							3	EN LA ZONA PANDA DE LA PISCINA EL NIÑO UNDE VARIAS VESES LA CABESA EN EL AGUA.	3	PARTICIPACION ACTIVA DEL DEPORTISTA Y ASIMILA Y APLICA
							4		4	
							5		5	
			2	FLOTACION	IRADIAR AL NIÑO DEPORTISTA ATRAVES DE FORMAS JUGADAS	8 HORAS	1	DENTRO DE LA PISCINA EN NIÑO DEPORTSTA TOMA BASTANTE AIRE EN SUS PULMONES Y SE DEJA UNDIR Y FLOTAR	1	PARTICIPACION ACTIVA DEL DEPORTISTA Y ASIMILA Y APLICA LA FLOTACION
							2	EN UNA ZONA DONDE EL AGUA NO CUBRA, EL ALUMNO SE SITUA DE PIE, EXTIENDE LOS BRAZOS HACIA DELANTE E INCLINA EL CUERPO HACIA ESA DIRECCION, MIESTRAS INSPIRA EL MAXIMO POSIBLE DE AIRE.	2	PARTICIPACION ACTIVA DEL DEPORTISTA Y ASIMILA Y APLICA LA FLOTACION
							3	ESTANDO DE PIE, SE DOBLA EL CUERPO HACIA ADELANTE, SE ENCOGEN LAS PIERNAS HASTA QUE LOS BRAZOS RODEEN LAS RODILLAS Y SE TOMA EL MAXIMO DE AIRE.	3	PARTICIPACION ACTIVA DEL DEPORTISTA Y ASIMILA Y APLICA LA FLOTACION
							4		4	
							5		5	
			3	RESPIRACION	IRADIAR AL NIÑO DEPORTISTA ATRAVES DE FORMAS JUGADAS	8 HORAS	1	EL NADADOR SE SIENTA CON LAS PIERNAS RECTAS Y JUNTAS, LOS BRAZOS ESTIRADOS HACIA ARRIBA Y LAS MANOS JUNTAS COLOCADAS POR DETRAS DE LA CABEZA SE INSPIRA EL AIRE POR LA NARIZ Y AL MISMO TIEMPO SE ESTIRAN EL TRONCO Y LOS BRAZOS, SE RETIENE UN MOMENTO Y SE EXPULZA IDENTICAMENTE POR LA NARIZ LENTAMENTE.	1	PARTICIPACION ACTIVA DEL DEPORTISTA Y ASIMILA Y APLICA LA RESPIRACION
							2	SENTADO CON LAS PIERNAS CRUZADAS Y LOS BRAZOS LEVANTADOS DE TAL FORMA QUE LAS MANOS SE TOQUEN POR LA PUNTA DE LA NUCA LOS CODOS ESTAN A LA ALTURA DE LOS HONBROS ORIENTADOS HACIA DELANTE. AL TOMAR AIRE SE DA INFLAR EL PECHO	2	PARTICIPACION ACTIVA DEL DEPORTISTA Y ASIMILA Y APLICA LA RESPIRACION
							3	ESTANDO DE PIE CON LAS MANOS SUJETAS AL BORDE, TOMA AIRE POR LA BOCA Y FLEXIONA LAS PIERNAS PARA QUE ENTRE LA CABEZA DENTRO DEL AGUA, EXPULZA TODO EL AIRE POR LA NARIZ DE MANERA CONTINUA, SACA LA CABEZA DEL AGUA Y TOMA AIRE NUEVAMENTE.	3	PARTICIPACION ACTIVA DEL DEPORTISTA Y ASIMILA Y APLICA LA RESPIRACION
							4		4	
							5		5	
			4				1		1	
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			5				1		1	
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
		TACTICO	1	IMPORTANCIA DE LA FLOTACION	FORTALECIMIENTO EN LA FLOTACION BOCA ARRIBA Y BOCA ABAJO	4HORAS	1	SE EJECUTAN JUEGOS QUE INTERVENGAN LA FLOTACION EN ESTE.	1	PARTICIPACION Y EJECUCION DE LOS DEPORTISTAS EN LA ACTIVIDAD PLANTEADA
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			2	IMPORTANCIA DE LA RESPIRACION	FORTALECIMIENTO DE LA RESPIRACION	4HORAS	1	FORTALECER LA RESPIRACION MEDIANTE ACTIVIDADES JUGADAS, Y RONDAS EN LAS QUE SE UTILICE LA RESPIRACION.	1	PARTICIPACION Y EJECUCION DE LOS DEPORTISTAS EN LA ACTIVIDAD PROPUESTA.
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			3				1		1	
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			4				1		1	
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			5				1		1	
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
		FISICO	1	FLEXIBILIDAD	IRADIAR AL NIÑO DEPORTISTA ATRAVES DE FORMAS JUGADAS	8HORAS	1	DESDE LA POSICION DE PARADO, TRONCO SEMI-FLEXIONANDO CON LOS PIES EN FORMA DE PASO Y UN BRASO ATRÁS ASITIDO POR UN COMPAÑERO RELIZA MOVIMIENTOS DE LIBRE CON EL OTRO BRAZO.	1	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							2	SE EJECUTAS ACTIVIDADES DE FLEXIBILIDAD DENTRO Y FURA DEL AGUA EN FORMAS JUGADAS.	2	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							3	Flexión del tronco al frente con la ayuda de un compañero, mantener la posición final durante 45 segundos.	3	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							4	Elevación de una pierna a colocarla en una espaldera, manteniendo la posición en cada pierna 30 segundos.	4	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							5		5	
			2	RECISTENCIA AEROBICA	IRADIAR AL NIÑO DEPORTISTA ATRAVES DE FORMAS JUGADAS	8HORAS	1	Se forman equipos de 3 ó 4 estudiantes, cada equipo debe recorrer de forma conjunta la mayor distancia posible, en un determinado tiempo, golpeando a un globo con cualquier parte del cuerpo. Se pierde un punto por cada vez que el globo toque el suelo.	1	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							2	Se forman equipos de 3 ó 4 estudiantes, cada equipo debe recorrer de forma continua en un área de 200 a 300 metros y durante un tiempo acordado (6 a 8 minutos) y al pasar por la meta el equipo debe hacerlo unido (todos al mismo tiempo), en caso necesario prestar ayuda a su compañero tomándolo de la mano) en cada una de las vueltas.	2	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							3	Se plantean actividades que intervengan la resistencia aerobica en formas jugadas.	3	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							4		4	
							5		5	
			3	PLIOMETRIA	IRADIAR AL NIÑO DEPORTISTA ATRAVES DE FORMAS JUGADAS	8HORAS	1	Saltos continuos a ¾ Sentadillas, en movimiento y hacia delante.	1	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							2	Saltos en Sentadilla Semi profunda en Movimiento hacia delante y atrás.	2	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							3	Saltos normales con soga. (En el lugar).	3	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							4	Saltos normales con soga, a una pierna, hacia delante. (Cambio de piernas).	4	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							5		5	
			4				1		1	
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			5				1		1	
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
		TEORICO	1	CONDUCTAS HIGIENICAS	INFORMAR E IRADIAR ESTOS CONOCIMIENTOS	2HORAS	1	MEDIANTE ACTIVIDADES JUGADAS DURANTE LOS ENTRENAMIENTOS DE CLASE Y PORMEDIO DE METODOS AUDIOVISUALES.	1	ESTA ATENTO Y ACATA LO EXPUESTO.
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			2	BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FISICA	INFORMAR E IRADIAR ESTOS CONOCIMIENTOS	2HORAS	1	MEDIANTE ACTIVIDADES JUGADAS DURANTE LOS ENTRENAMIENTOS DE CLASE Y PORMEDIO DE METODOS AUDIOVISUALES.	1	ESTA ATENTO Y ACATA LO EXPUESTO.
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			3				1		1	
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			4				1		1	
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			5				1		1	
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	1	HUMILDAD	INTEGARCION PARA DESARROLLO DE ABILIDADES PSICOLOGICAS	2HORAS	1	ACTIVIDADES GRUPALES EN FORMAS JUGADAS Y RONDASQUE DESARROLLEN ESTA HABILIDAD	1	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			2	CORTECIA	INTEGARCION PARA DESARROLLO DE ABILIDADES PSICOLOGICAS	2HORAS	1	ACTIVIDADES GRUPALES EN FORMAS JUGADAS Y RONDASQUE DESARROLLEN ESTA HABILIDAD	1	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			3	AMOR	INTEGARCION PARA DESARROLLO DE ABILIDADES PSICOLOGICAS	2HORAS	1	ACTIVIDADES GRUPALES EN FORMAS JUGADAS Y RONDASQUE DESARROLLEN ESTA HABILIDAD	1	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			4	AUTOCONTROL	INTEGARCION PARA DESARROLLO DE ABILIDADES PSICOLOGICAS	2HORAS	1	ACTIVIDADES GRUPALES EN FORMAS JUGADAS Y RONDASQUE DESARROLLEN ESTA HABILIDAD	1	Participacion activa del deportista y asimila y aplica
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	
			5				1		1	
							2		2	
							3		3	
							4		4	
							5		5	

FECHA DE ENTREGA	19/04/2019
NOMBRES Y APELLIDOS DEL MONITOR	Diego Alejandro Soriano Martin
MUNICIPIO	REGION ALMEIDAS

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMA

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2018

DATOS GENERALES PARTICIPANTES ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIV

No.	NOMBRES	APELLIDOS	FECHA DE NACIMIENTO DIA / MES / AÑO	No. DOCUMENTO DE IDENTIDAD O REG. CIVIL	TELEFONO DE CONTACTO
1	LAURA NATALIA	ROLDAN LEON	27/06/2001	1.003.479.792	3124985776
2	ANGEL MANUEL	BARRERO ALDANA	24/08/2009	1.069.078.605	3134795975
3	FELIPE	DUARTE ALDANA	11/08/2008	1.069.078.306	3123629573
4	MARLON SANTIAGO	AVENDAÑO BARGAZ	23/09/2008		3124477381
5	EDWIN FERNEY	JIMENEZ LEON	14/02/2007	1.069.078.354	3112354512
6	HAROLD ALEXANDER	RUIZ ROLDAN	10/09/2008	1.069.078.155	3209731505
7	JUAN ESNEYDER	CASTAÑEDA	28/09/2008	1.069.078.522	3115437539
8	CAROLINA	CASTAÑEDA SANCHEZ	10/04/2011	1.069.362.048	3112349270
9	OMAR YESID	SANCHEZ	30/10/2005		
10	CRISTIAN DAVID	SANCHEZ ORJUELA	13/06/2003	1.069.362.000	
11	JUAN MANUEL	BERNAL	25/12/2008		
12	JHONATAN	MARTIN SORIANO	10/07/2008		3142394192
13	DAVID ALEJANDRO	RIVEROS MARTINEZ	08/06/2009		3015537455
14	MARIA ALEJANDRA	PEREZ GONZALEZ	23/11/2008	1.070.602.471	3193409423
15	SANTIAGO	TORRES	08/07/2008	1.033.103.486	3124442336

MUNICIPIO	MANTA	**MES DE INFORME**	

DEPORTE	NATACION

MONITOR RESPONSABLE	DIEGO ALEJANDRO SORIANO MARTIN	**TELEFONO DE CONTACTO**	

ıRCA



A

CORREO ELECTRONICO
NATALIA92ROLDAN@GAMIL.COM
dianazg@gmail.com

MARZO

3124855201

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMA

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2018

DATOS GENERALES PARTICIPANTES ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIV

No.	NOMBRES	APELLIDOS	FECHA DE NACIMIENTO DIA / MES / AÑO	No. DOCUMENTO DE IDENTIDAD O REG. CIVIL	TELEFONO DE CONTACTO
1	JEIMY DANIELA	GOMEZ GOMEZ	05/01/2003	1.003.479.621	3122076664
2	JONATHAN	CARDENAS VACA	16/07/2004	1.054.780.027	3102318673
3	DUVAN FELIPE	RAMIREZ ESPINIZA	10/05/2002	1.003.824.116	3133259031
4	NICOLA ALBERTO	CUEVAS RODRIGUEZ	05/10/2004	1.059.078.111	3195370079
5	MAICOL	SANSHEZ	20/01/2004		3213333244
6	DIEGO FERNANDO	BERMUDEZ	25/05/2004	1.069.078.070	3142096201
7	JEISON DANILO	MORENO ROLDAN	19/07/2005	1.069.078.194	3228287842
8	DUVAN ANDRES	LOPEZ CUELLAR	18/09/2005	1.107.008.597	3234903397
9	SARA YURLEIDL	LEON SIERRA	09/07/2008	1.069.078.503	3219989712
10	LAURA SOFIA	ROIDAN GOMEZ	03/04/2011	1.031.825.418	3112248071
11	DAVIS SANTIAGO	ROIDAN GOMEZ	19/03/2008	1.031.813.898	3112248071
12	KAROL NATALIA	BERNAL PINILLA	18/11/2007	1.069.078.447	3212140231
13	SANTIAGO	PIÑEROS BERMUDEZ	24/05/2007	1.069.078.495	3108848305
14	JUAN CAMILO	SANSHEZ CASTRO	28/01/2007	1.069.362.013	3212040655
15	LAURA	ALDANA	10/02/1997	3.213.209.614	3213209614

MUNICIPIO	MANTA	**MES DE INFORME**	
DEPORTE	NATACION		
MONITOR RESPONSABLE	DIEGO ALEJANDRO SORIANO MARTIN	**TELEFONO DE CONTACTO**	

ıRCA



A

CORREO ELECTRONICO
danielagomez05012003@gmail.com
duvancate2002Qgmail.com
karolnataliabernal@gmail.com
juanksanchez28012007@gmail.com

MARZO

3124855201

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE
"INDEPORTES CUNDINAMARCA"
DEPORTE FORMATIVO: ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA

HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE / MODALIDAD	NATACION
MUNICIPIO	MANTA
FECHA DE ENTREGA / ACTUALIZACION	27-mar

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIECOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	OBSERVACIONES
8:00 AM A9: 00 AM	ACTIVIDADES						Actividades de relacion e interaccion		
	SEDE DE TRABAO						piscina municipal		
900 AM A 10:OO	ACTIVIDADES						Actividades de relacion e interaccion	Actividades de relacion e interaccion	
	SEDE DE TRABAO						piscina municipal	piscina municipal	
10:00 AM A11: 00 AM	ACTIVIDADES						Actividades de relacion e interaccion		
	SEDE DE TRABAO						piscina municipal		
2P.M. A 3 P.M.	ACTIVIDADES	Actividades de relacion e interaccion		Actividades de relacion e interaccion			Actividades de relacion e interaccion		
	SEDE DE TRABAJO	piscina municipal		piscina municipal			piscina municipal		
3 P.M. A 4 P.M.	ACTIVIDADES	Actividades de relacion e interaccion		Actividades de relacion e interaccion			Actividades de relacion e interaccion		
	SEDE DE TRABAJO	piscina municipal		piscina municipal			piscina municipal		
4 P.M. A 5 P.M.	ACTIVIDADES	Actividades de relacion e interaccion		Actividades de relacion e interaccion			Actividades de relacion e interaccion		
	SEDE DE TRABAJO	piscina municipal		piscina municipal			piscina municipal		
5 P.M. A 6 P.M.	ACTIVIDADES	Actividades de relacion e interaccion		Actividades de relacion e interaccion			Actividades de relacion e interaccion		
	SEDE DE TRABAJO	piscina municipal		piscina municipal			piscina municipal		
7 P.M. A 8 P.M.	ACTIVIDADES								
	SEDE DE TRABAJO								
8 P.M. A 9 P.M.	ACTIVIDADES								
	SEDE DE TRABAJO								
9 P.M. A 10 P.M.	ACTIVIDADES								
	SEDE DE TRABAJO								

NOMBRE MONITOR DIEGO ALEJANDRO SORIANO MARTIN

FIRMA DEL MONITOR

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
FORMATO CONTROL DE ASISTENCIA
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2019

MUNICIPIO	MANTA
MONITOR	DIEGO ALEJANDRO SORIANO MARTIN
NIVEL DE FORMACION	FUNDAMENTACION
MES	MARZO

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
1	OMAR YESID SANCHEZ												1		1			1	1	1		1			1	1	1		1			1	1	12	12
2	JEISON DANILO MORENO ROLDAN	3228287842											1		1			1	0	1		1			1	1	1		1			1	1	12	11
3	DUVAN ANDRES LOPEZ CUELLAR	3234903397											1		1			1	1	1		1			1	1	1		1			1	1	12	12
4	JEIMY DANIELA GOMEZ GOMEZ	3122076664											1		1			1	1	1		1			1	1	1		1			1	1	12	12
5	JONATHAN CARDENAS VACA	3102318673											1		1			1	1	1		0			0	1	1		0			1	1	12	9
6	DUVAN FELIPE RAMIREZ ESPINIZA	3133259031											1		1			1	1	1		1			1	1	1		1			1	1	12	12
7	NICOLA ALBERTO CUEVAS RODRIGUEZ	3195370079											1		1			1	1	1		0			0	1	1		0			1	1	12	9
8	MAICOL SANSHEZ	3213333244											1		1			1	1	1		1			1	1	1		1			1	1	12	12
9	DIEGO FERNANDO BERMUDEZ	3142096201											1		1			1	1	1		1			1	1	1		1			1	1	12	12
10	LAURA ALDANA	3213209614											1		1			1	1	1		1			1	1	1		1			1	1	12	12
11	LAURA NATALIA ROLDAN	3124985776											1		1			1	1	1		1			1	1	1		1			1	0	12	11
12	CRISTIAN DAVID SANSHES ORJUELA												1		0			0	0			1			1	1	1		0			1	0	11	6
13																																		0	0
14																																		0	0
15																																		0	0
16																																		0	0
17																																		0	0
18																																		0	0
19																																		0	0
20																																		0	0

NOMENCLATURAS	
CUMPLIDO	**1**
FALLA	**0**

FIRMA DEL MONITOR	DIEGO ALEJANDRO SORIANO.

# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
0	100%
1	92%
0	100%
0	100%
3	75%
0	100%
3	75%
0	100%
0	100%
0	100%
1	92%
5	55%
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
FORMATO CONTROL DE ASISTENCIA
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2019

MUNICIPIO	MANTA
MONITOR	DIEGO ALEJANDRO SORIANO MARTIN
NIVEL DE FORMACION	INICIACION
MES	MARZO

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
1	SARA YURLEIDL LEON SIERRA	3219989712											1		1			1	1	1		1			1	1	1		1			1	1	12	12
2	DAVIS SANTIAGO ROIDAN GOMEZ	3112248071											1		1			1	1	0		1			1	1	1		1			1	1	12	11
3	KAROL NATALIA BERNAL PINILLA	3212140231											1		1			1	1	1		1			1	1	1		1			1	0	12	11
4	SANTIAGO PIÑEROS BERMUDEZ	3108848305											1		1			1	1	1		1			1	1	1		1			1	1	12	12
5	JUAN CAMILO SANSHEZ CASTRO	3212040655											1		1			1	1	1		0			1	1	1		1			1	1	12	11
6	FELIPE DUARTE ALDANA	3123629573											1		1			1	1	1		1			1	1	0		1			0	1	12	10
7	MARLON SANTIAGO AVENDAÑO BARGAZ	3124477381											1		1			1	1	1		1			1	1	1		1			1	1	12	12
8	EDWIN FERNEY JIMENEZ LEON	3112354512											1		1			1	1	1		1			1	1	1		1			1	1	12	12
9	HAROLD ALEXANDER RUIZ ROLDAN	3209731505											1		1			1	0	1		1			1	1	1		1			1	1	12	11
10	JUAN ESNEYDER CASTAÑEDA	3115437539											1		1			1	1	1		1			1	1	1		1			1	1	12	12
11	JUAN MANUEL BERNAL												1		1			1	1	1		1			1	0	1		1			0	1	12	10
12	JHONATAN MARTIN SORIANO	3142394192											1		1			1	1	1		1			1	1	1		1			1	1	12	12
13	MARIA ALEJANDRA PEREZ GONZALEZ	3193409423											1		1			0	1	1		1			1	1	0		0			1	1	12	9
14	SANTIAGO TORRES	3124442336											1		1			1	1	1		1			1	1	1		1			1	1	12	12
15	DAVID ALEJANDRO RIVEROS MARTINEZ	3015537455											1		1			1	1	1		1			1	1	1		1			1	1	12	12
16																																		0	0
17																																		0	0
18																																		0	0
19																																		0	0
20																																		0	0

NOMENCLATURAS	
CUMPLIDO	**1**
FALLA	**0**

FIRMA DEL MONITOR	DIEGO ALEJANDRO SORIANO.

# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
0	100%
1	92%
1	92%
0	100%
1	92%
2	83%
0	100%
0	100%
1	92%
0	100%
2	83%
0	100%
3	75%
0	100%
0	100%
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

FORMATO CONTROL DE ASISTENCIA

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2019

MUNICIPIO	MANTA
MONITOR	DIEGO ALEJANDRO SORIANO MARTIN
NIVEL DE FORMACION	FUNDAMENTACION
MES	MARZO

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	MARZO			ABRIL			MAYO			JUNIO			JULIO			AGOSTO			ACU	
			# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	# SESIONES PROGRAMADAS ACUMULADAS	# SESIONES CUMPLIDAS
1	OMAR YESID SANCHEZ		12	12	0																12	12
2	JEISON DANILO MORENO ROLDAN	3228287842	12	11	1																12	11
3	DUVAN ANDRES LOPEZ CUELLAR	3234903397	12	12	0																12	12
4	JEIMY DANIELA GOMEZ GOMEZ	3122076664	12	12	0																12	12
5	JONATHAN CARDENAS VACA	3102318673	12	9	3																12	9
6	DUVAN FELIPE RAMIREZ ESPINIZA	3133259031	12	12	0																12	12
7	NICOLA ALBERTO CUEVAS RODRIGUEZ	3195370079	12	9	3																12	9
8	MAICOL SANSHEZ	3213333244	12	12	0																12	12
9	DIEGO FERNANDO BERMUDEZ	3142096201	12	12	0																12	12
10	LAURA ALDANA	3213209614	12	12	0																12	12
11	LAURA NATALIA ROLDAN	3124985776	12	11	1																12	11
12	CRISTIAN DAVID SANSHES ORJUELA		11	6	5																11	6
13																					0	0
14																					0	0
15																					0	0
16																					0	0
17																					0	0
18																					0	0
19																					0	0
20																					0	0

FIRMA DEL MONITOR	

IMULATIVO	
# FALLAS ACUMULADAS	% CUMPLIMIENTO ACUMULADO
0	100%
1	92%
0	100%
0	100%
3	75%
0	100%
3	75%
0	100%
0	100%
0	100%
1	92%
5	55%
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

FORMATO CONTROL DE ASISTENCIA

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2019

MUNICIPIO	MANTA
MONITOR	DIEGO ALEJANDRO SORIANO MARTIN
NIVEL DE FORMACION	INICIACION
MES	MARZO

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	MARZO			ABRIL			MAYO			JUNIO			JULIO			AGOSTO			ACU	
			# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	# SESIONES PROGRAMADAS ACUMULADAS	# SESIONES CUMPLIDAS
1	SARA YURLEIDL LEON SIERRA	3219989712	12	12	0																12	12
2	DAVIS SANTIAGO ROIDAN GOMEZ	3112248071	12	11	1																12	11
3	KAROL NATALIA BERNAL PINILLA	3212140231	12	11	1																12	11
4	SANTIAGO PIÑEROS BERMUDEZ	3108848305	12	12	0																12	12
5	JUAN CAMILO SANSHEZ CASTRO	3212040655	12	11	1																12	11
6	FELIPE DUARTE ALDANA	3123629573	12	10	2																12	10
7	MARLON SANTIAGO AVENDAÑO BARCAZ	3124477381	12	12	0																12	12
8	EDWIN FERNEY JIMENEZ LEON	3112354512	12	12	0																12	12
9	HAROLD ALEXANDER RUIZ ROLDAN	3209731505	12	11	1																12	11
10	JUAN ESNEYDER CASTAÑEDA	3115437539	12	12	0																12	12
11	JUAN MANUEL BERNAL		12	10	2																12	10
12	JHONATAN MARTIN SORIANO	3142394192	12	12	0																12	12
13	MARIA ALEJANDRA PEREZ GONZALEZ	3193409423	12	9	3																12	9
14	SANTIAGO TORRES	3124442336	12	12	0																12	12
15	DAVID ALEJANDRO RIVEROS MARTINEZ	3015537455	12	12	0																12	12
16																					0	0
17																					0	0
18																					0	0
19																					0	0
20																					0	0

FIRMA DEL MONITOR	DIEGO ALEJANDRO SORIANO.

IMULATIVO	
# FALLAS ACUMULADAS	% CUMPLIMIENTO ACUMULADO
0	100%
1	92%
1	92%
0	100%
1	92%
2	83%
0	100%
0	100%
1	92%
0	100%
2	83%
0	100%
3	75%
0	100%
0	100%
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!
0	#¡DIV/0!

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
FORTALECIMIENTO DEL DEPORTE FORMATIVO EN CUNDINAMARCA

PLANEACION SEMANAL DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA

DEPORTE / MODALIDAD	NATACION
DISCAPACIDAD	NO
MUNICIPIO	MANTA
RAMA	MIXTO
SEMANA	12 de Marzo a el 17 de Marzo

ASPECTOS GENERALES GRUPO	
NIVEL DE FORMACION	INICIACION
No. DE DEPORTISTAS	18

No SESION	DIA	HORA	LUGAR DE LA CLASE	OBJETIVO SESION	COMPONENTE	OTROS ASPECTOS
					FUNDAMENTACION GLOBAL - REFORZAMIENTO MOTOR - FISICO, TECNICO, TACTICO	ACT. COMPLEMENTARIAS - ENTRENAMIENTO PSICOLOGICO - COMPETENCIAS - ROTACION
1	LUNES	2:00 p.m.	Piscina municipal	Interaccion y socializacion con el grupo presentacion de cada uno de los integrantes de la escuela de formacion deportiva de natacion.	componentes globales de el grupo a trabajar en la diciplina de natacion.	aspectos complementarios psicologiocos, socio afectivos y de comunicacin con los alumnos
	MARTES					
2	MIERCOLES	2:00 p.m.	Piscina municipal	observacion de habilidades acuaticas de los alumnos.	fcomponestes de fundamentacion global y observacion de habilidades motoras	actitudes conplementarias como adaptacion al medio acuatico
	JUEVES					
	VIERNES					
3	SABADO	10:00 a.m.	Piscina municipal	observacion de habilidades acuaticas de los alumnos.	fcomponestes de fundamentacion global y observacion de habilidades motoras	fcomponestes de fundamentacion global y observacion de habilidades motoras
4	DOMINGO	10:00 a.m.	Piscina municipal	observacion de habilidades acuaticas de los alumnos.	fcomponestes de fundamentacion global y observacion de habilidades motoras	fcomponestes de fundamentacion global y observacion de habilidades motoras

DESCRIPCION GENERAL:

DIEGO ALEJANDRO SORIANOMARTIN	Diego Alejandro Soriano.	
NOMBRE DEL MONITOR	FIRMA MONITOR	V°B° GESTOR PROVINCIAL

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
FORTALECIMIENTO DEL DEPORTE FORMATIVO EN CUNDINAMARCA

PLANEACION SEMANAL DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA

DEPORTE / MODALIDAD	NATACION
DISCAPACIDAD	NO
MUNICIPIO	MANTA
RAMA	MIXTO
SEMANA	18 de Marzo a el 24 de Marzo

ASPECTOS GENERALES GRUPO	
NIVEL DE FORMACION	INICIACION
No. DE DEPORTISTAS	18

No SESION	DIA	HORA	LUGAR DE LA CLASE	OBJETIVO SESION	COMPONENTE	OTROS ASPECTOS
					FUNDAMENTACION GLOBAL - REFORZAMIENTO MOTOR - FISICO, TECNICO, TACTICO	ACT. COMPLEMENTARIAS - ENTRENAMIENTO PSICOLOGICO - COMPETENCIAS - ROTACION
5	LUNES	2:00 p.m.	Piscina municipal	Interaccion y adaptacion a el medio acuatico	componentes globales de el grupo a trabajar en la diciplina de natacion.	actitudes complementarias psicologicas como confianza respeto compañerismo
	MARTES					
6	MIERCOLES	2:00 p.m.	Piscina municipal	Interaccion y adaptacion a el medio acuatico	componentes globales de el grupo a trabajar en la diciplina de natacion.	actitudes complementarias psicologicas como confianza respeto compañerismo
	JUEVES					
	VIERNES					
7	SABADO	10:00 a.m.	Piscina municipal	Interaccion y adaptacion a el medio acuatico	componentes globales de el grupo a trabajar en la diciplina de natacion.	actitudes complementarias psicologicas como confianza respeto compañerismo
8	DOMINGO	10:00 a.m.	Piscina municipal	Interaccion y adaptacion a el medio acuatico	componentes globales de el grupo a trabajar en la diciplina de natacion.	actitudes complementarias psicologicas como confianza respeto compañerismo

DESCRIPCION GENERAL:

DIEGO ALEJANDRO SORIANOMARTIN	Diego Alejandro Soriano	
NOMBRE DEL MONITOR	FIRMA MONITOR	V°B° GESTOR PROVINCIAL

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
FORTALECIMIENTO DEL DEPORTE FORMATIVO EN CUNDINAMARCA

PLANEACION SEMANAL DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA

DEPORTE / MODALIDAD	NATACION
DISCAPACIDAD	NO
MUNICIPIO	MANTA
RAMA	MIXTO
SEMANA	25 de Marzo a el 31 de Marzo

ASPECTOS GENERALES GRUPO	
NIVEL DE FORMACION	INICIACION
No. DE DEPORTISTAS	18

No SESION	DIA	HORA	LUGAR DE LA CLASE	OBJETIVO SESION	COMPONENTE	OTROS ASPECTOS
					FUNDAMENTACION GLOBAL - REFORZAMIENTO MOTOR - FISICO, TECNICO, TACTICO	ACT. COMPLEMENTARIAS - ENTRENAMIENTO PSICOLOGICO - COMPETENCIAS - ROTACION
9	LUNES	2:00 p.m.	Piscina municipal	iniciacion y fortalecimiento de flotacion boca arriba y boca a bajo	reforzamiento tecnico con la abilidad de flotacion ejercicios practicos.	entrenamiento psicologico y actividades adicionales que complementan el entrenamiento.
	MARTES					
10	MIERCOLES	2:00 p.m.	Piscina municipal	iniciacion y fortalecimiento de flotacion boca arriba y boca a bajo	reforzamiento tecnico con la abilidad de flotacion ejercicios practicos.	entrenamiento psicologico y actividades adicionales que complementan el entrenamiento.
	JUEVES					
	VIERNES					
11	SABADO	10:00 a.m.	Piscina municipal	iniciacion y aprendisaje de la ejecucion del pateo estili libre y espalda.	conponente fundamentacion global de la natacion y componente fisico-tecnico.	entrenamiento psicologico y actividades adicionales que complementan el entrenamiento.
12	DOMINGO	10:00 a.m.	Piscina municipal	iniciacion y aprendisaje de la ejecucion del pateo estili libre y espalda.	conponente fundamentacion global de la natacion y componente fisico-tecnico.	entrenamiento psicologico y actividades adicionales que complementan el entrenamiento.

DESCRIPCION GENERAL:

DIEGO ALEJANDRO SORIANOMARTIN	Diego Alejandro Soriano.	
NOMBRE DEL MONITOR	FIRMA MONITOR	V°B° GESTOR PROVINCIAL

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
FORTALECIMIENTO DEL DEPORTE FORMATIVO EN CUNDINAMARCA

PLANEACION SEMANAL DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA

DEPORTE / MODALIDAD	NATACION
DISCAPACIDAD	NO
MUNICIPIO	MANTA
RAMA	MIXTO
SEMANA	12 de Marzo a el 17 de Marzo

ASPECTOS GENERALES GRUPO	
NIVEL DE FORMACION	FUNDAMENTACION
No. DE DEPORTISTAS	8

No SESION	DIA	HORA	LUGAR DE LA CLASE	OBJETIVO SESION	COMPONENTE	OTROS ASPECTOS
					FUNDAMENTACION GLOBAL - REFORZAMIENTO MOTOR - FISICO, TECNICO, TACTICO	ACT. COMPLEMENTARIAS - ENTRENAMIENTO PSICOLOGICO - COMPETENCIAS - ROTACION
1	LUNES	4:00 p.m.	piscina municipal	Interaccion y socializacion con el grupo presentacion de cada uno de los integrantes de la escuela de formacion deportiva de natacion.	componentes globales de el grupo a trabajar en la diciplina de natacion.	aspectos complementarios psicologiocos, socio afectivos y de comunicacion con los alumnos
	MARTES					
2	MIERCOLES	4:00 p.m.	piscina municipal	observacion de habilidades acuaticas de los alumnos.	fcomponestes de fundamentacion global y observacion de habilidades motoras	actitudes conplementarias como adaptacion al medio acuatico
	JUEVES					
	VIERNES					
3	SABADO	2:00PM	piscina municipal	observacion de habilidades acuaticas de los alumnos.	fcomponestes de fundamentacion global y observacion de habilidades motoras	fcomponestes de fundamentacion global y observacion de habilidades motoras
	DOMINGO					

DESCRIPCION GENERAL:

DIEGO ALEJANDRO SORIANO MARTIN	Diego Alejandro Soriano.	
NOMBRE DEL MONITOR	FIRMA MONITOR	V°B° GESTOR PROVINCIAL

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
FORTALECIMIENTO DEL DEPORTE FORMATIVO EN CUNDINAMARCA

PLANEACION SEMANAL DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA

DEPORTE / MODALIDAD	NATACION
DISCAPACIDAD	NO
MUNICIPIO	MANTA
RAMA	MIXTO
SEMANA	18 de Marzo a el 24 de Marzo

ASPECTOS GENERALES GRUPO	
NIVEL DE FORMACION	FUNDAMENTACIÓN
No. DE DEPORTISTAS	8

No SESION	DIA	HORA	LUGAR DE LA CLASE	OBJETIVO SESION	COMPONENTE: FUNDAMENTACION GLOBAL - REFORZAMIENTO MOTOR - FISICO, TECNICO, TACTICO	OTROS ASPECTOS: ACT. COMPLEMENTARIAS - ENTRENAMIENTO PSICOLOGICO - COMPETENCIAS - ROTACION
4	LUNES	4:00 p.m.	piscina municipal	Interaccion y adaptacion a el medio acuatico	componentes globales de el grupo a trabajar en la diciplina de natacion.	actitudes complementarias psicologicas como confianza respeto compañerismo
	MARTES					
5	MIERCOLES	4:00 p.m.	piscina municipal	Interaccion y adaptacion a el medio acuatico	componentes globales de el grupo a trabajar en la diciplina de natacion.	actitudes complementarias psicologicas como confianza respeto compañerismo
	JUEVES					
	VIERNES					
6	SABADO	2:00PM	piscina municipal	Interaccion y adaptacion a el medio acuatico	componentes globales de el grupo a trabajar en la diciplina de natacion.	actitudes complementarias psicologicas como confianza respeto compañerismo
	DOMINGO					

DESCRIPCION GENERAL:

DIEGO ALEJANDRO SORIANO MARTIN	Diego Alejandro Soriano.	
NOMBRE DEL MONITOR	FIRMA MONITOR	V°B° GESTOR PROVINCIAL

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
FORTALECIMIENTO DEL DEPORTE FORMATIVO EN CUNDINAMARCA

PLANEACION SEMANAL DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA

DEPORTE / MODALIDAD	NATACION
DISCAPACIDAD	NO
MUNICIPIO	MANTA
RAMA	MIXTO
SEMANA	21 de Marzo a el 31 de Marzo

ASPECTOS GENERALES GRUPO	
NIVEL DE FORMACION	FUNDAMENTACION
No. DE DEPORTISTAS	8

No SESION	DIA	HORA	LUGAR DE LA CLASE	OBJETIVO SESION	COMPONENTE FUNDAMENTACION GLOBAL - REFORZAMIENTO MOTOR - FISICO, TECNICO, TACTICO	OTROS ASPECTOS ACT. COMPLEMENTARIAS - ENTRENAMIENTO PSICOLOGICO - COMPETENCIAS - ROTACION
7	LUNES	4:00 p.m.	piscina municipal	iniciacion y fortalecimiento de flotacion boca arriba y boca a bajo	reforzamiento tecnico con la abilidad de flotacion ejercicios practicos.	entrenamiento psicologico y actividades adicionales que complementan el entrenamiento.
	MARTES					
8	MIERCOLES	4:00 p.m.	piscina municipal	iniciacion y fortalecimiento de flotacion boca arriba y boca a bajo	reforzamiento tecnico con la abilidad de flotacion ejercicios practicos.	entrenamiento psicologico y actividades adicionales que complementan el entrenamiento.
	JUEVES					
	VIERNES					
9	SABADO	2:00PM	piscina municipal	iniciacion y aprendisaje de la ejecucion del pateo estili libre y espalda.	conponente fundamentacion global de la natacion y componente fisico-tecnico.	entrenamiento psicologico y actividades adicionales que complementan el entrenamiento.
	DOMINGO					

DESCRIPCION GENERAL:

DIEGO ALEJANDRO SORIANO MARTIN	Diego Alejandro Soriano.	
NOMBRE DEL MONITOR	FIRMA MONITOR	V°B° GESTOR PROVINCIAL










SEC FUNCIÓN PÚBLICA
CULTURA
PRENSA





















