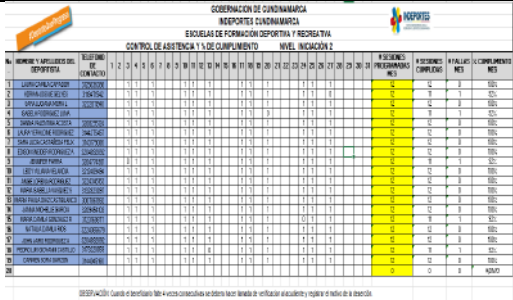


EVIDENCIAS INFORME 02 MES DE ABRIL - CTO 364 -2023			
Nombre del contratista	.MANUEL H. SALGADO C.		
Número de identificación	3187879	Tipo de documento	CEDULA
Período informado	01/04/2023 AL 30/04/2023	N° de Registro Presupuestal	RES-2023000367 DEL 24 DE FEBRERO DE 2023
Objeto del Contrato: PRESTACIÓN 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", EN CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES - CUNDINAMARCA			
Obligaciones específicas:		Actividades realizadas:	
		ANEXO: PDF EVIDENCIAS:	
1. Efectuar la organización, planeación, dirección y realización de las actividades que se requieran para la consecución de mínimo 2 grupos de formación en el deporte, en los niveles de iniciación, fundamentación , 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 con discapacidad, población diversa y demás comunidades que se puedan beneficiar con el programa.			
		Anexo actividad # 01	
2. Realizar la inscripción, y registro de asistencia de los beneficiarios que participan en la escuela de formación, por cada una de las sesiones máximo (24h) después de ejecutadas las mismas en la plataforma Hércules o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad			
		Anexo actividad # 02	

5. Para deportes en conjunto, tener una cobertura mínima de 15 personas por grupo o una cobertura global mínima de 45 beneficiados activos, sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los que se encuentren; y, para deportes individuales tener una cobertura mínima de 10 personas por grupo o mínimo una cobertura global de 30 beneficiados activos sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los que se encuentren. De todo lo anterior, deberá tener los soportes respectivos organizados por sesiones, actividades y niveles de formación cargados en la plataforma Hércules o los medios que para tal fin

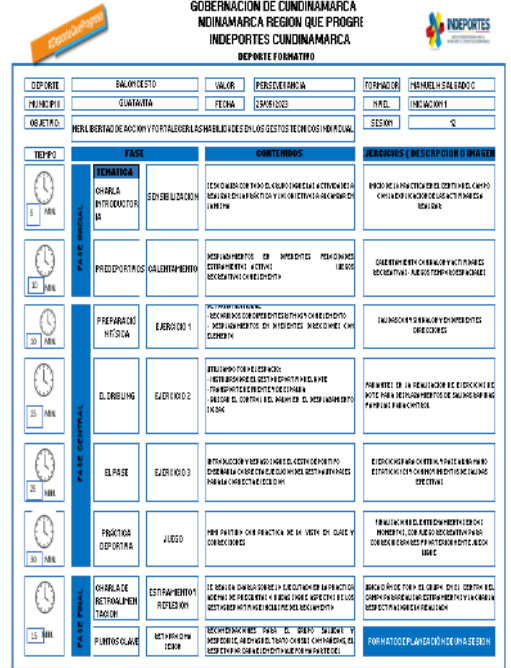
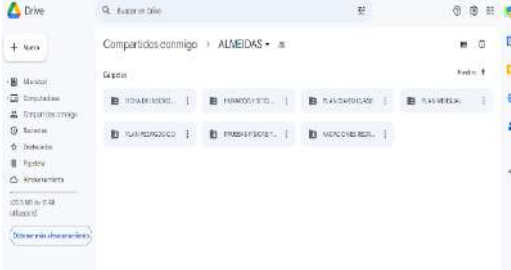
INDEPORTES CONSUMAMERICA

ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLANILLA DE COBERTURA GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO

SECTOR		GRUPOS POBLACIONALES													
SEXO	EDAD	Urbana		Rural		Discapacidad		Víctimas del Conflicto Armado		APOYO ESCOLAR		APOYO ESCOLAR		TOTAL	
MALE	MALE	MALE	MALE	MALE	MALE	MALE	MALE	MALE	MALE	MALE	MALE	MALE	MALE	MALE	MALE
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	32
33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64
65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80
81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96
97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112
113	114	115	116	117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128
129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144
145	146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160
161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175	176
177	178	179	180	181	182	183	184	185	186	187	188	189	190	191	192
193	194	195	196	197	198	199	200	201	202	203	204	205	206	207	208
209	210	211	212	213	214	215	216	217	218	219	220	221	222	223	224
225	226	227	228	229	230	231	232	233	234	235	236	237	238	239	240
241	242	243	244	245	246	247	248	249	250	251	252	253	254	255	256
257	258	259	260	261	262	263	264	265	266	267	268	269	270	271	272
273	274	275	276	277	278	279	280	281	282	283	284	285	286	287	288
289	290	291	292	293	294	295	296	297	298	299	300	301	302	303	304
305	306	307	308	309	310	311	312	313	314	315	316	317	318	319	320
321	322	323	324	325	326	327	328	329	330	331	332	333	334	335	336
337	338	339	340	341	342	343	344	345	346	347	348	349	350	351	352
353	354	355	356	357	358	359	360	361	362	363	364	365	366	367	368
369	370	371	372	373	374	375	376	377	378	379	380	381	382	383	384
385	386	387	388	389	390	391	392	393	394	395	396	397	398	399	400
TOTALES	41	42												43	

Anexo actividad # 05

<p>Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad.</p>	
<p>6. Utilizar adecuadamente la imagen y nombres de Indeportes Cundinamarca en todo momento, en cualquiera de sus actividades, resaltando el decoro que las mismas implican, con las evidencias de su adecuada utilización.</p>	 <p>Anexo actividad # 06</p>
<p>7. Preparar y ejecutar 9 sesiones de formación a la semana 3 por cada grupo de formación, mínimo 36 sesiones al mes con las escuelas de formación del área URBANA a cargo o 6 sesiones de formación a la semana 3 por cada grupo de formación, mínimo 24 sesiones al mes con las escuelas de formación a cargo del área RURAL, cabe resaltar que las sesiones que se desarrollan en área rural, aplican siempre y cuando el formador deba desplazarse a la zona rural a una distancia mayor a 30 minutos . La sesión de práctica debe tener una duración de 120 minutos (2 horas) distribuidas con cada grupo de formación con una fase inicial, central y final, las sesiones de práctica no son acumulables en el mismo día (máximo una sesión diaria por grupo de formación. Las sesiones deben programarse en días intercalados y no se pueden modificar los horarios.</p>	 <p>Anexo actividad # 07</p>
<p>8. Consolidar y mantener actualizada la información pertinente a través de la plataforma Hércules o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad.</p>	 <p>Anexo actividad # 08</p>

9. Presentar la planeación de las sesiones mensuales de clase antes del inicio de cada mes, al respectivo supervisor y plataforma hércules o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad, describiendo los objetivos, aspectos físicos, técnicos y evaluativos a tener en cuenta, así como los métodos empleados en ellas.

Anexo actividad # 09

10. 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.

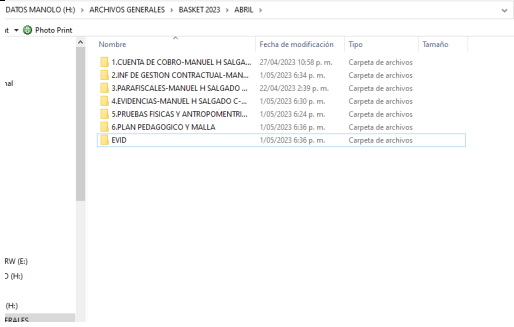
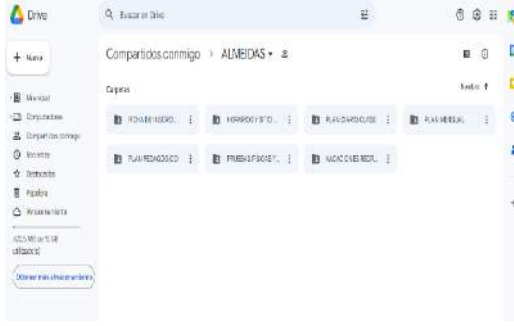
Anexo actividad 010

11. 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.

Anexo actividad # 011

12. Planear, organizar, dirigir y controlar el desarrollo de los festivales deportivos que se realicen en el Departamento, entregando los respectivos informes que se le sean solicitados por la coordinación del programa.



<p>13. Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.</p>	 <p>28 abr, 2023 9:57:40 a. m. Via Vereda Lotariza La Pólvora Machetá Cundinamarca</p> <p>Anexo actividad # 013</p>
<p>14. Entregar debidamente diligenciado al área de archivo de la Subgerencia Administrativa y Financiera el Formato Único de Inventario Documental (FUID) o su equivalente, cuando se requiera enviar y/o trasladar documentos al archivo del Instituto.</p>	 <p>Anexo actividad 014</p>
<p>15. 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, fechas, condiciones técnicas y/o productos establecidos en las circulares emitidas por Subgerencia Administrativa y Financiera. (socializar con supervisores).</p>	 <p>Anexo actividad # 015</p>
<p>16. Entregar y mantener actualizado la documentación requerida en medio físico la documentación de las inscripción y participación de los beneficiarios al programa deporte formativo</p>	 <p>Anexo actividad # 016</p>



ESCUELA DE BALONCESTO GUATAVITA

TEMPORADA
2023

INSCRÍBETE Y
PARTICIPA

TODAS LAS
CATEGORÍAS





OBLIGACION 2 ANEXO # 02

CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO

NIVEL INICIACIÓN 1

[illegible]

#DeporteQueProgres

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA



CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO

NIVEL INICIACIÓN 2

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	LAURA CAMILA CAPADOR	3125636386			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1					12	12	0	100%	
2	ADRIAN JOSSUE GELVES	3118471542			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		0					12	11	1	92%	
3	SARA LUCIANA MORA L	3222011940			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1					12	12	0	100%	
4	ISABELA RODRIGUEZ LUNA				1	1		1				1	1		1				1	1		0				1	1		1					12	11	1	92%	
5	DANNA VALENTINA ACOSTA	3208295124			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1					12	12	0	100%	
6	LAURA YERALDINE RODRIGUEZ	3144275457			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1					12	12	0	100%	
7	SARA LUCIA CASTAÑEDA FELIX	3143179006			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1					12	12	0	100%	
8	EDISON SNEIDER RODRIGUEZ A	3204892892			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1					12	12	0	100%	
9	JENNIFER PARRA	3204774901			0	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1					12	11	1	92%	
10	LEIDY YULIANA VELANDIA	3212409494			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1					12	12	0	100%	
11	ANGIE LORENA RODRIGUEZ	3224346163			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1					12	12	0	100%	
12	MARIA ISABELLA VASQUEZ S	3132823097			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1					12	12	0	100%	
13	MARIA PAULA DIAZ CASTIBLANCO	3007861992			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1					12	12	0	100%	
14	JANNA MICHELLE GARCIA	3209454103			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1					12	12	0	100%	
15	MARIA CAMILA GONZALEZ R	3123169877			1	1		1				1	1		1				1	1		1				0	1		1					12	11	1	92%	
16	NATALIA CAMILA RIOS	3224365679			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1					12	12	0	100%	
17	JOHN JAIRO RODRIGUEZ A	3204892892			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1					12	12	0	100%	
18	PEDRO LUIS GIOVANNI CASTILLO	3173220059			1	1		1				1	1		0				1	1		1				1	1		1					12	11	1	92%	
19	CARMEN SOFIA GARZON	3144045160			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1					12	12	0	100%	
20																																			0	0	0	#DIV/0!

OBSERVACIÓN: Cuando el beneficiario falte 4 veces consecutivas se debera hacer llamada de verificacion al acudiente y registrar el motivo de la deserción.

#DeporteQueProgres

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA



ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA

CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO

NIVEL INICIACIÓN 3

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	ISABELLA TORRES BOGOTA	3118862490			1	1		1				1	1		1				1	1		1					1	1		1				12	12	0	100%	
2	LINDA ALEJANDRA CRUZ	3104967593			1	1		1				1	1		1				1	1		1					1	1		1				12	12	0	100%	
3	LIZETH DANIELA GAVIRIA	3107724546			1	1		1				1	1		1				0	1		1					1	1		1				12	11	1	92%	
4	DIANA YAMILE BELTRAN	3114911340			1	1		1				1	1		1				1	1		1					1	1		1				12	12	0	100%	
5	ANGELA YISEL BAEZ	3133314155			1	1		1				1	1		0				1	1		1					1	1		1				12	11	1	92%	
6	CLAUDIA XIMENA ACOSTA PEÑA	3143616540			1	1		1				1	1		1				1	1		1					1	1		1				12	12	0	100%	
7	JHOANA AYALA G	3142745884			1	1		1				1	1		1				1	1		1					1	1		1				12	12	0	100%	
8	JEIMY LIZETH MUÑOZ V	3224226787			0	1		1				1	1		1				1	1		1					1	1		1				12	11	1	92%	
9	ANYELA YURANI GARZON	3143092595			1	1		1				1	1		1				1	1		1					1	1		0				12	11	1	92%	
10	KAROL GABRIELA RODRIGUEZ L				1	1		1				1	1		1				1	1		1					1	1		1				12	12	0	100%	
11	EDUARD VARGAS				1	1		1				0	1		1				1	1		1					1	1		1				12	11	1	92%	
12	HECTOR DANILO RODRIGUEZ	3132686733			1	1		1				1	1		1				1	1		1					1	1		1				12	12	0	100%	
13	ANGELA NATALIA GONZALEZ	3128158195			1	1		1				1	1		1				1	1		1					1	1		1				12	12	0	100%	
14	WENDY DAYANA GARCÍA	3142745884			1	1		1				1	1		1				1	1		1					0	1		1				12	11	1	92%	
15	ANGIE VALENTINA BONILLA	3214453918			1	1		1				1	1		1				1	1		1					1	1		1				12	12	0	100%	
16	RICARDO ANDRES UCHUVO	3203295042			1	1		1				1	1		1				1	1		1					1	1		0				12	11	1	92%	
17	ERIKA ALEJANDRA RIOS	3224365679			1	1		1				1	1		1				0	1		1					1	1		1				12	11	1	92%	
18	FRANCY TATIANA CORTES	3224346163			1	1		1				1	1		1				1	1		1					1	1		1				12	12	0	100%	
19																																			0	0	0	#DIV/0!
20																																			0	0	0	#DIV/0!
OBSERVACIÓN: Cuando el beneficiario falte 4 veces consecutivas se debera hacer llamada de verificacion al acudiente y registrar el motivo de la deserción.																																						

OBLIGACION 3 ANEXO # 03

PLAN PEDAGOGICO Y METODOLOGICO PARA ESCUELAS DEPORTIVAS, EN EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA

BALONCESTO

Conjunto: X

Niveles de formación en los que se implementa: INICIACIÓN

Tabla 1 Niveles de Formación

ITEM	NIVEL	EDADES
1	<i>Iniciación</i>	6-17 años
2	Fundamentación	7-17 años

1. INTRODUCCION

El baloncesto está en todas partes y es jugado en todo el mundo en los grandes escenarios. Inventado hace poco más de 120 años, el baloncesto es un deporte en crecimiento con, en su núcleo, un estimado de 450 millones de jugadores y aficionados de todo el mundo que compiten, ven y siguen un deporte que les gusta y por el que se sienten profundamente apasionados. Es un deporte neutral de género, rompiendo continuamente las barreras raciales y religiosas. El baloncesto une en lugar de dividir. Joven y rápido, moderno y emocionante, el baloncesto es por encima de todo inspirador.

2.JUSTIFICACION DEL PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA

La ley 181 de 1995 en su capítulo de definiciones y clasificación, conceptualiza el Deporte formativo como “aquel que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo. Comprende los procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivos. Tiene lugar tanto en los programas del sector educativo formal y no formal, como en los programas desescolarizados de las Escuelas de Formación Deportiva y semejantes”.

Al mismo tiempo define el deporte en su Artículo 15. Como la específica conducta humana caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación o desafío expresada mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales.

Se denomina Deporte Formativo a todas aquellas manifestaciones lúdicas, motrices y deportivas que, mediante procesos educativos y pedagógicos buscan fortalecer la formación integral de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes en edad escolar, como complemento al desarrollo educativo, que se implementan en jornada extraescolar para satisfacer sus necesidades e intereses, promoviendo la cultura de la práctica deportiva y utilización del tiempo libre.

En el Departamento las Escuelas Deportivas se definen así; “es un programa formativo extracurricular que contribuye a la formación integral del niño y el joven Cundinamarqués, utilizando como medio el gusto por el juego, con el fin de llevarlos a la iniciación en la práctica deportiva, el propósito de orientar y promover futuros ciudadanos con buena calidad de vida y con una condición física y técnica, que nos permitan alcanzar resultados óptimos que proyecten a la promoción y vinculación en los niveles de fundamentación”.

Es necesario la planeación adecuada pedagógica del programa de Escuelas de Formación Deportiva, de tal manera que se evite la improvisación docente, en cada una de las sesiones de clases que se dirigen a los niños(as), jóvenes, pertenecientes a uno de los Niveles de Formación con los que cuenta el Departamento.

En el deporte y en el **baloncesto** específicamente, pretende ser una base para el desarrollo integral del individuo en su medio cotidiano y en especial en este deporte proporcionando un conjunto amplio y variado de aplicaciones sobre los diferentes aspectos a tener en cuenta en el inicio de este como tal.

Se utilizarán diferentes elementos técnicos que forman parte de la técnica y táctica del baloncesto, con un conjunto de actividades clasificadas según su aplicación en forma de ejercicios y juegos que sirven para mejorar la ejecución técnica específica, correcta ejecución técnico-táctica dirigidos a mejorar todas aquellas cualidades físicas que intervienen en el juego; cada uno de estos están pensados para unas condiciones generales, que en ningún momento quieren ser óptimas, si no que dejan completa libertad, para que se adecuen dependiendo de las características de los diferentes niveles y condiciones de cada uno de los individuos.

Lo primordial de este proyecto radica en que el baloncesto ha sido un deporte de gran importancia en el ámbito personal escolar, porque cada uno de los educandos a medida que se va familiarizando, lo acoge como una actividad lúdica básica, que contribuye a mejorar las relaciones interpersonales, el aspecto motriz, los conocimientos científicos y tecnológicos.

3. MARCO LEGAL

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

Cundinamarca a mediano y largo plazo.

Este marco legal es el siguiente:

- Constitución Política de 1991
- Ley 181 del 95 o Ley del Deporte
- Plan decenal del Deporte, la Recreación, la actividad Física y la Educación Física 2009 - 2019.

4. OBJETIVOS

Objetivo General: Permitir y motivar la participación de los niños y jóvenes Cundinamarqueses en procesos de iniciación y fundamentación deportiva, como elemento fundamental en la formación integral del individuo buscando mejorar la calidad de vida de la población

Se buscará introducir a las/os alumnas/os en aquellos aspectos didácticos y pedagógicos que el **Baloncesto** ofrece, así como en el conocimiento del proceso de iniciación a este juego deportivo colectivo. Al mismo tiempo se tratará de acercarles al conocimiento de las necesidades que su práctica plantea y aquellas otras que este proceso de formación inicial les demanda, para que, de esta manera, sepan utilizar las estrategias correctas para intervenir tanto en el campo educativo como profesional.

Los Objetivos específicos:

1. Se fomentará el conocimiento de las fuentes bibliográficas más influyentes en el ámbito de la enseñanza deportiva y especialmente en la del Baloncesto.
2. Se desarrollará la capacidad de análisis de los procedimientos técnico-tácticos individuales y colectivos en situaciones defensivas, de transición y ofensivas.
3. Se estudiará el proceso de enseñanza-aprendizaje específico colectivo en la etapa de formación y los elementos a considerar para la construcción de programas, sesiones y actividades.
4. Se impulsará la práctica del juego global y en situaciones reducidas para un conocimiento más profundo de las necesidades que el propio juego plantea, así como para un abordaje significativo del mismo.
5. Se promoverá la participación en actividades relacionadas con el Baloncesto y que sean útiles a los alumnos para un mayor entendimiento del juego y de la competición.

5. POBLACION OBJETO Y COBERTURA

A través del Instituto Departamental para la Recreación y el Deporte de Cundinamarca se realizarán procesos de participación comunitaria en cada uno de los municipios, donde se identificará la población que se encuentra en los rangos de edad de los procesos de formación deportiva y así definir los deportes y niveles a estructurar al interior de cada municipio del departamento.

Las Escuelas Deportivas están dirigidas a niños, niñas y adolescentes entre los 7 y 17 años que manifiesten su interés por la práctica deportiva.

- Los principales participantes identificados son: niños, niñas y adolescentes entre los 6 a 17 años de edad.

- Beneficiarios: Niños(as) y Jóvenes en los rangos de edad identificables.

- Cooperantes: Municipios de Departamento

- Se dirige este plan a niños, niñas, adolescentes entre los 6 a 17 años del municipio de Guatavita, en el nivel de iniciación, no solo en su casco urbano sino también el área rural, convocando y masificando el baloncesto en cada sector, promoviendo la participación de todos los que deseen iniciarse y aprender el deporte sin importar su condición social.
- La cobertura que pretende tener este plan es la mayor parte de niños/niñas y muchachos vinculados a nuestra escuela de los diferentes sectores y condiciones, todos unidos en torno al baloncesto con ganas de surgir y de mejorar sus condiciones deportivas y sociales.
- El municipio de Guatavita brinda su apoyo con la utilización de el coliseo municipal como principal escenario deportivo, el espacio en la escuela el dorado con su polideportivo en el casco urbano, y el CIC con su cancha ubicada en el sector rural vereda montecillo, además de la entrega de implementación deportiva adecuada para las prácticas.

6. CARACTERIZACION DEL DEPORTE

HISTORIA

En 1891, un 17 de diciembre, en un colegio de Springfield (Massachusetts) un profesor de educación física en busca de una respuesta a una necesidad climática, creo un nuevo deporte adaptando reglas de otros como el fútbol.

James Naismith, desarrollo un deporte que permitiera su práctica en temporada otoñal entre el futbol americano y el baseball que empezaba en primavera, este deporte era un medio poderoso de educación.

Este profesor consagro gran parte de su tiempo al estudio de los juegos ya existentes, analizándolos, y tomando de cada uno la parte más atrayente, condiciones especiales, y condiciones atléticas, es así como elaboro unos requisitos que este nuevo deporte debería tener:

- Atracción por el balón
- Mayor facilidad de aprendizaje
- Posibilidad de ser jugado en todo terreno
- Asedio permanente de la meta
- Equilibrio entre ataque y defensa con un alto interés de sus practicantes
- Eliminar contactos fuertes y agresivos entre jugadores.

-

Es así como fue modificando su idea inicial, y creo el deporte conocido como Basketball (Baloncesto), decidió que este juego fuera realizado con las manos y cuyo objetivo fuera de introducir una pelota en un cesto, del que se deriva su nombre, fue así como configuro los grandes principios que aún subsisten.

- El balón será esférico, grande y ligero, será jugado con las manos
- Todo jugador puede colocarse en el terreno de juego donde guste y en cualquier momento
- No se puede retener la pelota y correr con ella
- Los dos equipos jugaran juntos sobre el terreno, pero está prohibido el contacto entre jugadores
- La meta debe ser elevada, horizontal y de dimensiones pequeñas para que tenga que recurrirse más a la destreza que a la potencia
- Los equipos estarían conformados por nueve jugadores.

CLASIFICACIÓN

El baloncesto se clasifica como un deporte recreativo, formativo y competitivo, es lúdico, el objetivo es el entretenimiento, la salud, se busca mejorar la calidad de vida, es estético, busca formar seres humanos integrales y con un excelente desarrollo Sico-motriz, que se desempeñe en actividades deportivas y de interrelación con las demás personas; es competitivo cuando el objetivo es ganar a los demás.

El baloncesto es un deporte de tipo abierto, de situación y acíclico, caracterizado por la gran cantidad de situaciones cambiantes, inciertas, variables y con alto nivel de complejidad, es decir, que el sujeto está en relación con el medio externo en base a una enorme cantidad de estímulos lo que lleva a su vez a potenciar el nivel censo – perceptivo y resolutivo o decisional.

CARACTERÍSTICAS

Es un deporte de equipo, que consiste en introducir un balón en un aro colocado a 3 ms, de la cuelga una red lo que le da un aspecto de cesta o canasta.

Se juega en un campo de 15 x 28 ms, delimitado y con zonas restrictivas a cada lado, posee dos mitades consideradas de ataque y defensa, juegan con un balón apropiado para el mismo, cada equipo posee jugadores con características especiales para aportar en el juego, estos son: base, escolta, alero, ala-pívot y pívot. Juegan cinco por cada equipo, es deporte de inteligencia, habilidad, destreza y rapidez en sus movimientos.

Para ello se dispone de:

- Un campo cuyas medidas van de 15 ms de ancho por 28 ms de largo.
- Dos tableros apoyados en torres cuyo aro debe quedar a una distancia de tres metros del piso.
- Líneas que demarcan los bordes del campo, las líneas de 3 pts., zonas restrictivas, línea de medio campo, y zona de banco.
- Equipos debidamente uniformados, con sus respectivos técnicos.
- Cuerpo de jueces, para el control del juego.
- Planillas, cronometro.
- Balón.
- Reglamento y conocimiento del mismo.
- Un ente oficial regulador.
- Apoyo local, seccional, gubernamental.

MODALIDAD

El baloncesto se considera deporte de pelota, es aquel que emplea este ingenio lúdico que entonces se convierte en un punto de referencia intermedio entre los adversarios en el campo, cada practicante se centra más en este objeto, la pelota, el balón o la bola, que en el mismo adversario y en su propio esfuerzo corporal. El balón, al centrar la atención de los practicantes o jugadores, divide las acciones de los mismos en defensivas y ofensivas, proporcionando gran importancia al espacio o campo, terreno de juego o cancha e introduciendo el cálculo de perder o ganar espacio, lo cual no es esencial en los grupos de deportes de combate.

La introducción de la pelota presupone una evidente complicación, pero el carácter apasionado y abierto de todas las prácticas deportivas basadas en ella permitirá clasificarlas a veces como deportes de combate, pues en el fondo constituyen también una lucha, pero con la interposición de los contendientes, individuales o colectivos del elemento conceptual de referencia que es la pelota.

SOMATOTIPO

En los últimos años el baloncesto ha evolucionado, no solo a nivel reglamentario sino táctico, esto ha influido en las demandas físicas y en las características morfo funcionales de los jugadores.

De modo que entre más se conozcan las demandas energéticas del baloncesto y del perfil morfo funcional y biomecánica de los jugadores, más se podrá mejorar su rendimiento pues se obtendrá mayor información para determinar el tipo de entrenamiento y la intensidad de las cargas, como para la selección de jugadores, e incluso para valorar la eficiencia de los programas de preparación física específicos

Se puede afirmar que la característica principal del somatotipo de los jugadores de baloncesto es el predominio de la **mesomórfica** (músculos, huesos y tejidos conectivos), y la **ectomorfa** (linealidad o prevalencia del área de superficie sobre la masa corporal), por sobre la **endomorfa** (órganos digestivos, tejidos blandos y contornos redondeados del cuerpo), es decir que el jugador de baloncesto debe ser alto, brazos y piernas largos, músculos desarrollados en especial en su dorso y brazos.

CARACTERISTICAS FISIOLÓGICAS

El baloncesto es un deporte de equipo con un alto nivel de exigencia física, técnica y táctica. El rendimiento no solo va a depender de las cualidades individuales de cada jugador, sino que también va a estar condicionado por su integración e interacción con el resto de compañeros del equipo.

Son pocos los trabajos realizados que nos acerquen al estudio y comprensión de las respuestas fisiológicas durante el esfuerzo y la participación de las diferentes vías metabólicas y de producción de energía en relación al rendimiento específico.

El baloncesto se clasifica por ser un deporte aeróbico-anaeróbico alternado. Esto es, se producen demandas alternativas de las tres vías de producción de energía, con un frecuente acoplamiento de la energía aeróbica y anaeróbica.

Las metodologías utilizadas para estimar el costo energético incluyen: análisis de los movimientos, tiempo de juego y reposo durante filmaciones, monitorización de la frecuencia cardíaca y medición de la concentración de lactato en sangre, tanto en el entrenamiento como en la competencia.

De estos estudios sobre el terreno deportivo se desprenden los siguientes datos:

- Hay una concentración de lactato que varía de 2.1 a 6.5 mMol/l.
- Frecuencia cardiaca durante el juego entre 152 y 205 ppm.

Las concentraciones de lactato indican, que además de la potencia anaeróbica aláctica, la resistencia anaeróbica láctica tiene una importante contribución en los requerimientos energéticos.

Las altas frecuencias cardiacas encontradas, son indicativas tanto de una importante contribución del metabolismo aeróbico como de la influencia de factores psicológicos.

El análisis de movimientos, indica que el baloncesto incluye un gran número de movimientos de corta duración con frecuentes cambios de intensidad. Vale la pena destacar, como la forma de juego en cada partido, sea competición, entrenamiento, táctica y otros, y la inclusión de tiempos de descanso, como tiros libres, tiempos muertos, juegan un papel importante en las respuestas fisiológicas que se encuentran en el baloncesto.

Fisiológicamente el baloncesto requiere, energía aportada por los sistemas aeróbico y anaeróbico, fuerza-resistencia muscular y flexibilidad. Estas cualidades, deben dar como resultado el desarrollo de la potencia deportiva, definida como el rendimiento más rápido y explosivo con una menor fatiga.

CARACTERISTICAS SICOLÓGICAS

En las primeras etapas de iniciación al baloncesto se refleja la importancia de la educación y formación personal. En este sentido es muy importante motivar al jugador tratando que disfrute del entrenamiento y en la competición. Este recurso servirá para provocar en el jugador el deseo de aprender y mejorar que es destacado por todos los participantes. Íntimamente relacionado con el aprendizaje está la capacidad de escucha y de asimilación de aquello que te presentan. En cuanto a capacidades se destaca la inteligencia y la concentración. La primera podemos desarrollarla con tareas en las que los jugadores puedan tomar decisiones ante una situación problemática, como se va a ver en el desarrollo de la táctica. La concentración también se puede entrenar a través de la atención de un comportamiento en situación real y de otras estrategias. Otro aspecto importante es desarrollar la capacidad de competir, de esforzarse en cada acción, de resolver situaciones. Para lograrlo es importante vivir muchas y variadas experiencias de competición, no solo en partidos, sino también en los entrenamientos.

Se destaca la capacidad de trabajo, esfuerzo o sacrificio. Para ello es importante la disciplina y el compromiso con el equipo. Es necesario premiar en los partidos el esfuerzo más que el rendimiento de los jugadores.

La confianza del jugador se puede potenciar a través de intervenciones positivas del entrenador, así como del trato y el clima que se genere en el grupo. Los errores forman parte del proceso de enseñanza aprendizaje, por lo que hay que asumirlos y progresivamente ir reduciéndolos a través de estrategias adecuadas en función del nivel y edad del niño. Por lo tanto, resulta fundamental educar a los padres a través de reuniones periódicas, y de la propia opinión que los jóvenes jugadores deben transmitirles. Recomendaciones que se pueden ofrecer a la familia:

- Apoyar al jugador en su pasión por el baloncesto, facilitando su acceso al entrenamiento, ropa deportiva, etc.
- Acudir a algunos partidos con una actitud prudente, animando y valorando el esfuerzo y no el resultado del jugador.
- Respetar las decisiones del entrenador sin cuestionarlas ni durante, ni después de la competición.
- En caso de acudir a algún entrenamiento la actitud debe ser la misma.

- Tras un partido o entrenamiento, interesarse por el disfrute, la seriedad y el esfuerzo realizado, evitando presionar o buscar excusas en el árbitro o el entrenador.
- Valorar todo aquello que se consiga con esfuerzo fuera del ámbito deportivo, así como el perfeccionamiento o el deseo de seguir aprendiendo cosas. Se trata de que en la familia se cree una cultura en donde se valore el esfuerzo y la humildad para seguir aprendiendo.

CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

Son las funciones individuales corporales, que permiten ejecutar acciones propias del juego con mayor eficacia. Estos constituyen el aporte técnico a la construcción de un jugador de acuerdo a sus características físicas.

El dominio total de cada uno de los fundamentos del baloncesto por parte de los jugadores en el aspecto más importante para la verdadera construcción de cualquier sistema de equipo, para lo cual se tiene que valorar la dotación técnica individual de los jugadores de un equipo como el elemento sobre el cual se basan los conocimientos del juego colectivo.

Existen dos tipos de fundamentos: Los ofensivos, que son aquellos elementos de los que se sirve el jugador para poder acceder al control del balón, y así conseguir puntos; y defensivos que busca evitarlos.

De acuerdo a esto destacamos:

- **EL BASE (1):** Es el hombre inteligente del equipo, capaz de imponer y mantener el ritmo adecuado, juega bastantes minutos por lo que su resistencia debe ser muy completa, debe tener velocidad, resistencia específica y técnica. Debe ser capaz de realizar acciones ofensivas rápidas, debe tener un buen tiro a distancia y gran habilidad en el manejo del balón, pase, Dribbling, reversos, cambios de dirección y de ritmo, y finalmente, tener gran sentido de responsabilidad.
- **ESCOLTA (2):** Tiene la misión de ayudar a bajar el balón, a hacer un balance defensivo, hace función de base y alero. Tiene buen porcentaje de tiro, dominio de balón y posee una constitución física más fuerte que el base.
- **EL ALERO (3):** Es el hombre que enlaza las misiones, el que acostumbra a realizar los pases peligrosos al interior de la zona, tiene que tener un sprint muy fuerte, una gran potencia de salto para ir al rebote, fuerza, velocidad y resistencia.
- **EL PIVOT (4):** Tiene una misión muy sacrificada, es el hombre más marcado por la defensa contraria. Posee una gran potencia de salto, coordinación de movimientos y una gran fuerza. Es el jugador que realiza el primer pase para iniciar la acción ofensiva rápida. Inteligencia sentido del balón y rapidez en su toma de posesión.
- **ALA PIVOT (5):** Posee gran visión periférica, buen receptor, pasador veloz, buen tirador de distancias cortas, palmeador, excelente combinación de los pivotes y giros, eficaz en sus movimientos sin balón y experto en juego uno contra uno.

CARACTERÍSTICAS BIOMECANICAS

El esquema corporal es la imagen mental o representación que cada uno tiene de su cuerpo en estado estático o en movimiento, en relación con sus diferentes segmentos y con el espacio. A un nivel más descriptivo, el esquema corporal corresponde a la organización psicomotriz global, comprendiendo todos los mecanismos y procesos de los niveles motores, tónicos, perceptivos y sensoriales.

-

La biomecánica nos permite saber porque un deportista puede saltar hasta dos metros de altura o como debe ejercer una fuerza para lograr un arranque de carrera más explosivo.

Objetivos:

- Principios fundamentales que ayuden a comprender y ejecutar las actividades y ejercicios que se plantean en los entrenamientos.
- Dar principios de cómo evitar lesiones.
- Describir tareas y ejercicios.
- Aportar métodos de registros sencillos que contribuyan a medir distintas características de la motricidad.
- Describir la técnica deportiva.

Ayudar en el entrenamiento a corregir defectos y buscar las técnicas más eficaces.

En el baloncesto la disposición de los apoyos en la fase inmediatamente anterior a la ejecución final, es recurrente en muchos lances de la técnica avanzada.

Técnica de apoyo para la posesión del balón:

En Drible:

- Parada frontal.
- Tiro
- Penetración directa
- Cambio de mano
- Parada defensiva.
- Paso atrás.
- Cambio con salto
- Cambio de mano por delante
- Cambio de mano entre piernas.
- Cambio de mano por detrás.

En posición

- Recepción en posición
- Salida abierta
- Salida cruzada.

INICIACIÓN 1	OBJETIVO DEL NIVEL	FUNDAMENTOS MOTRICES	TEORIA	PRÁCTICA	COMPONENTE SOCIAL	ESTRATEGIA METODOLÓGICA	ESTRATEGIA DE EVALUACIÓN
6 a 8 AÑOS	AMBIENTACION APRESTAMIENTO E IRRADIACIÓN	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO FUNDAMENTOS MOTORES Y ESPECIFICOS Y CAPACIDADES FISICAS.	LOGRAR QUE EL ALUMNO CONOZCA LA SOMBOLÓGIA DEL BALONCESTO ENSEÑAR LAS REGLAS FUNDAMENTALES DEL BALONCESTO RELACIONADAS CON EL JUEGO Y LAS COMPETENCIAS.	JUEGOS Y FORMAS JUGADAS DE AMBIENTACIÓN AL BALONCESTO JUEGOS Y FORMAS JUGADAS DE IRRADIACIÓN A LOS FUNDAMENTOS DEL BALONCESTO.	RECONOCIMIENTO DEL OTRO: VALORES COMO EL RESPETO Y LA TOLERANCIA. EL TRABAJO EN EQUIPO, VALORES COLECTIVOS.	JUEGOS	A TRAVES DEL JUEGO. ACEPTACION A LAS NORMAS Y REGLAS. CONTINUIDAD DEL PROCESO.
INICIACIÓN 2	ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE CONSOLIDACION, FIJACIÓN, MECANIZACIÓN.	CAPACIDAD CONDICIONAL, GENERAL Y ESPECIAL CAPACIDAD CONDICIONAL GENERAL, ESPECIAL E INICIACIÓN DE LA CONCECUCIÓN DE LA FORMA DEPORTIVA.	CONOCER DE FORMA GENERAL EL BALONCESTO NACIONAL E INTERNACIONAL UBICAR OBJETIVOS TEORICOS EN EL PLAN DE ENSEÑANZA Y/O PLAN DE ENTRENAMIENTO Y EL SISTEMA DE EVALUACION MEDIANTE TEST QUE EVALUEN LOS CONTENIDOS, LOS ASPECTOS ESCENCIALES TECNICO-TACTICOS-.	ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE DE BASE DE LOS FUNDAMENTOS INDIVIDUALES EDUCACION DE BASE, FUNDAMENTOS INDIVIDUALES COMBINADOS Y DE GRUPO.	IGUALDAD, JUSTICIA, TOLERANCIA, REALIZACIÓN PERSONAL., SEGURIDAD, ORDEN, CONCORDIA, PRUDENCIA, CONVIVENCIA.	JUEGOS	A TRAVES DEL JUEGO. ACEPTACION A LAS NORMAS Y REGLAS. CONTINUIDAD DEL PROCESO.
9 a 12 AÑOS							
FUNDAMENTACIÓN	ESTABILIZACIÓN	CAPACIDADES FISICAS,	PROFUNDIZAR EN LOS	PRINCIPIOS BASICOS	AFECTACION DE LA	JUEGOS	A TRAVES DEL JUEGO.

13 a 17 AÑOS	PERFECCIONAMIENTO	ESPECIALES Y DIRIGIDAS.	HABITOS DE CONDUCTA, MORALES VOLITIVOS DEL JUGADOR DE BALONCESTO, PERFECCIONAR LAS ACCIONES TECNICO-TACTICAS DE MODO INDIVIDUAL, DE GRUPO Y DE EQUIPO	FUNDAMENTOS DE EQUIPO Y COLECTIVOS.	DIMENSION COGNITIVA, AFECTIVA Y SOCIAL.	ACEPTACION A LAS NORMAS Y REGLAS. CONTINUIDAD DEL PROCESO.
--------------	-------------------	-------------------------	---	-------------------------------------	---	---

CAPACIDADES MOTORAS	4 a 6 AÑOS	7 a 9 AÑOS	10 a 12	13 a 15
VEL. DE REACCION VEL. DE MOVIMIENTO	INICIO INICIO	INICIO + DESA INICIO + DESA	DESA + INTE INTE	INTENSIFICAR INTENSIFICAR
METAB AEROBICO META ANAER-ALACTICO META ANAER-LACTICO	INICIO INICIO	INICIO + DESA DESA + INTE	DESA + INTE INTE INICIO	INTE INTE DESA + INTE
FUERZA RAPIDA FUERZA RESISTENCIA FUERZA MAXIMA HIPERTROFIA MUSCULAR		INICIO + DESA INICIO	DESA + INTE DESA INICIO + DESA INICIO	INTENSIF INTENSIF DESA + INTE DESA + INTE
COORD GENERAL BASICA COORD ESPECIFICA	INICIO+DESA INICIO	DESA+INTE DESA+INTE	INTE INTENSIF	INTENSIF INTENSIF
FLEXIBILIDAD	INICIO+DESA	DESA+INTE	INTENSIF	INTENSIF
ETAPAS DE LA FORMACION DEPORTIVA	EDU. DE MOVIMIENT	INICIACION DEPORTIVA GENERALIZADA		ESPECIALIZACION DEPORTIVA

7. ESTRUCTURA TEMATICA

Por medio de esta estructura se tienen en cuenta los temas y sub temas que se desarrollan al interior de cada una de las escuelas de formación deportiva de acuerdo al deporte que se desarrollara en cada uno de los Municipios.

Es de vital importancia que el formador tenga los conocimientos necesarios en cada uno de los temas que se aplican en el desarrollo de las sesiones de clases, las cuales con lleven a evaluaciones periódicas con un tiempo determinado para poder determinar si hay desarrollo o avances en el proceso de cada deportista.

Son las unidades temáticas que son abordadas en el desarrollo de las escuelas de formación deportiva y que respondan al número de sesiones programadas para el periodo. En cada unidad se debe especificar los temas y subtemas que la componen.

Las unidades temáticas deben ser distribuidas en el total de sesiones que conforman el deporte, mostrando con detalle los temas y el conocimiento progresivo que se desarrollará en cada sesión.

Estos deben estar articulados con planes diarios de clases, planes semanales, y planes mensuales de clases.

Este material debe ser puesto como curso desarrollado en la plataforma dedicada para este efecto, bajo la estructura establecida

7.1 ESTRUCTURA POR NIVELES

Para garantizar un proceso lógico de desarrollo en las Escuelas Deportivas, se han definido 2 niveles (I y F), de acuerdo a la edad cronológica de los participantes, el desarrollo motor y los contenidos y procesos pedagógicos - técnicos:

NIVEL DE INICIACION: Se incidirá en el desarrollo motor en todos los deportes para todos los participantes, mejorando su esquema corporal, utilizando y reforzando sus patrones básicos de movimiento, desarrollando sus cualidades y habilidades motoras a través de juegos pre – deportivos.

I1: Dirigido a niños y niñas entre 6 a 8 años.

I2: Dirigido a niños y niñas entre 9 a 12 años

I3: Dirigido a niños y niñas entre 13 a 17 años

NIVEL DE FUNDAMENTACION DEPORTIVA: Se busca una fijación y mecanización de los gestos deportivos, con incidencia en la parte técnica, se da inicio a principios elementales de preparación física y manejo de reglamentación, el fortalecimiento del dominio de los gestos técnicos y tácticos del deporte son más relevantes.

F1: Dirigido a niños y niñas entre 7 a 9 años.

F2: Dirigido a niños y niñas entre 10 a 12 años

F3: Dirigido a niños y niñas entre 13 a 17 años

En nuestra escuela de formación de baloncesto en el municipio de Guatavita, se trabaja en **iniciación** debido no a la edad cronológica sino a el nivel de conocimiento y aprendizaje del deporte, ya que se está buscando masificarlo y traer niños y jóvenes para que se inicien y tengan acercamiento al baloncesto.

COMPONENTES ESTRUCTURALES	ÁREAS	CONTENIDO	TEMAS	SUB TEMAS	NIVELES
MOTRIZ	FUNCIONES MOTORAS BÁSICAS	CAPACIDADES COORDINATIVAS	Coordinación Básica	Caminar	11- 12- 13
				Correr	
				Lanzar	
				Atrapar	
				Saltar	
			Coordinación General	Equilibrio	11- 12- 13
				Ritmo	
				Anticipación	
				Orientación	
				Diferenciación	
			Coordinación Especial	Agilidad	12- 13
				Diferenciación Motriz (Coordinación inter e intramuscular)	
		FLEXIBILIDAD		Pasiva	11- 12-13
				Asistida	11- 12-13
				Resistida	11- 12-13
				Balística	11- 12-13
				Facilitación Neuromuscular Propioceptiva	13
		CAPACIDADES CONDICIONALES	RESISTENCIA	Aeróbica	13
				Anaeróbica	13
			FUERZA	Adaptación anatómica	13
				Fuerza Resistencia	12 – 13
				Fuerza Máxima	13
				Fuerza Explosiva	12 – 13
				Fuerza Hipertrofia	
			VELOCIDAD	Traslación	12 – 13
		ESQUEMA CORPORAL	Percepción y control del cuerpo		11-12
			Equilibrio postural		12 – 13
			Estructuración espaciotemporal		12
			Lateralidad		12
			Independencia segmentaria		12

COMPONENTES ESTRUCTURALES	ÁREAS	CONTENIDO	TEMAS	SUB TEMAS	NIVELES
LENGUAJE EXPRESIVO CORPORAL	COGNITIVO SOCIAL	FORMACIÓN EN VALORES	VALORES OLÍMPICOS	Respeto	11- 12- 13
				Excelencia	
				Amistad	
			VALORES PARALÍMPICOS	Coraje	
				Determinación	
				Inspiración	
				Igualdad	
				Autoconfianza*	12-13
				Autocuidado	
				Motivación*	
				Control Emocional*	

YAXIOLÓGICO			COMPONENTES VOLITIVO	Disciplina	
				Asertividad	I2 - I3
				Empatía	I1- I2-I3 F1-F2-F3
				Trabajo en equipo*	
				Responsabilidad	I3
				Liderazgo	F3
LÚDICO Y RECREATIVO	LÚDICO DEPORTIVO	ACTIVIDADES RÍTMICAS Y JUEGO	Formas jugadas		I1-I2
			Pre-deportivos		I2
			Mini deportes		I3
			Deporte Especifico		I3

Ejemplo; Guía de Estructura para cada deporte; Esta es una estructura de Futbol de Salón, sirve como ejemplo para ser adaptada a cada una de las disciplinas deportivas

COMPONENTES ESTRUCTURALES	ÁREAS	CONTENIDO	TEMAS	SUB TEMAS	NIVELES
HABILIDADES DEPORTIVAS ESPECIFICAS	FUNDAMENTOS TÉCNICOS	FUNDAMENTOS DE BOTE- RECEPCIÓN- PASE- PARADA- APOYOS- ARRANCADA- LANZAMIENTO.	INDIVIDUAL	Generalidades: reglas, estructuras, escenarios, balón, juzgamiento.	I1- I2-I3
				Conocer su cuerpo como medio de interacción en el juego y la utilización en los diferentes gestos aplicables al deporte	I1- I2-I3
				Zonas de contacto específicas las manos para agarre, tiro y transporte, coordinación oculo-manual y oculo-pédica.	I1- I2-I3
				Utilización de los brazos y manos para transportar el balón, para pasar, para lanzar, para quitar, para atrapar- las piernas para los desplazamientos, las paradas, los saltos.	I1- I2-I3
				Driblar el balón, desplazamientos giros y paradas, pases, salidas, lanzamientos, sprint con y sin balón.	I1- I2-I3
				Pasar balón, arriba, tenso, en parábola, desde estático y en movimiento, desmarcar y recibir, pasar y continuar, recibir balón a dos manos, a una, recibir y continuar.	I1- I2-I3
				El Dribling en velocidad, en diagonales, control de balón en diferentes direcciones y ritmos, equilibrio, coordinación, aprovechar los espacios.	I1- I2-I3

				Fintas en el Dribling, el juego sin balón, el desmarque,	I1- I2-I3
				Lanzamientos, control de balón con brazos-manos, equilibrio, orientación, postura corporal, coordinación, mirada, trayectoria, impulsión.	I1- I2-I3
				Lanzamientos desde estáticos, sobre carrera, con doble paso, en un tiempo, con giro.	I1- I2-I3
				El lanzamiento de tiro libre, de perímetro corto y perímetro largo, zonas de peligro.	I1- I2-I3
			COLECTIVO	Salidas sin botar el balón, con un bote, en diagonales, pasar y cortar, salidas abiertas con control y Dribling.	I1- I2-I3
				Pasar y desmarcar, rotaciones simples, trenza, diagonales para salir.	I1- I2-I3
				Abrir espacios, utilizar el ancho del campo, cooperar en el transporte, juego del 1c1, 2c2 en salidas largas y desde la mitad.	I1- I2-I3
				Practica del 2c2 en todo el campo y 3c3 con rotaciones de espacios.	
				Ejecución de ataque y defensa con posiciones no fijas, marca al jugador, presión y desmarque	
				Pases 1-1, 2-2, 3-3, con Dribling de salida en todo el campo.	
				Jugar sin balón para ocupar espacios y recibir para continuar.	
				Cambio de Posiciones con conocimiento de cada una.	
		FUNDAMENTOS DE DEFENSA	INDIVIDUAL	El juego al hombre, posición defensiva de cooperación y ayudas, con transiciones rápidas que pueden ser cortas por zonas o largas.	I1- I2-I3
				Defensa cuyo objetivo es la recuperación del balón, posición básica, ubicación.	
				Equilibrio en el gesto postural, actitud para recuperación y presión al jugador con balón	
				Dominar el campo no permitiendo el avance del balón, visión al jugador y al balón,	

				Balance corporal frente al delfín, ubicación temporoespacial con respecto al hombre con balón.	
				Correr sin perder de vista el balón y su hombre a defender, sin perder el ritmo de desplazamiento y la ubicación.	
				Principios de defensa al hombre y el espacio donde ajustar más la marca.	
				Juego defensivo con cambios de marcas (basculación) y de presión 2 a 1.	

8. METODOLOGIA

EXISTEN MIL MANERAS DE APRENDER Y NINGUNA DE NO APRENDER, POR ELLO DURANTE EL PROCESO DE INICIAR A JOVENES DEPORTISTAS DEBEMOS ESTAR DISPUESTOS A CUESTINAR LOS FUNDAMENTOS DE NUESTRA ACTUACIÓN.

El modelo constructivista busca que el mismo deportista construya su propio conocimiento a partir de enseñanzas previas.

Para ello, debemos conocer las cinco leyes del aprendizaje:

- Explicar lo que queremos
- Demostrar a los jugadores
- El jugador hace – practica – realiza
- Corrección de la practica
- Repetición en condiciones de juego real

Por medio de esta estructura se tienen en cuenta los temas y sub temas que se desarrollan al interior de cada una de las escuelas de formación deportiva de acuerdo al deporte que se desarrollara al interior de cada uno de los Municipios.

Es de vital importancia que el formador tenga los conocimientos necesarios en cada uno de los temas que se aplican en el desarrollo de las sesiones de clases, las cuales con lleven a evaluaciones periódicas con un tiempo determinado para poder determinar si hay desarrollo o avances en el proceso de cada deportista.

Son las unidades temáticas que son abordadas en el desarrollo de las escuelas de formación deportiva y que respondan al número de sesiones programadas para el periodo. En cada unidad se debe especificar los temas y subtemas que la componen.

Las unidades temáticas deben ser distribuidas en el total de sesiones que conforman el deporte, mostrando con detalle los temas y el conocimiento progresivo que se desarrollará en cada sesión.

Estos deben estar articulados con planes diarios de clases, planes semanales, y planes mensuales de clases.

Los programas deben estar acompañado de los planes formadores. Además, todo este material debe ser puesto como curso desarrollado en la plataforma dedicada para este efecto, bajo la estructura establecida

9. COMPONENTES BASICOS A FORTALECER

El programa Escuelas de Formación Deportiva, debería fundamentar las orientaciones del enfoque de competencias de manera transversal, implementado el desarrollo de estas en toda la oferta desde la línea de deportes

Tabla 2 Conceptos de enfoque por componente

Componentes a Fortalecer	Fundamento
Básicas Área de Educación Física, recreación y deporte	<p>Teniendo en cuenta el documento de Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, la Recreación y el Deporte, el cual busca desarrollar y fortalecer las siguientes competencias específicas:</p> <p>Motriz: En esta competencia se desarrollará la comprensión y conocimiento del desarrollo del cuerpo, elementos perceptivos motrices, las condiciones motrices, los patrones básicos de movimiento, las habilidades y capacidades físicas, condición física, técnicas de movimiento, ubicación temporo-espacial, lenguaje corporal y motriz.</p> <p>Expresiva Corporal Esta competencia comprende el desarrollo del lenguaje expresivo del cuerpo, la exteriorización y comunicación de emociones, actitudes y gestos, expresión corporal, habilidades y destrezas para el control y límite de sus emociones y su relación con el movimiento desde las diferentes formas expresivas de manera autónoma y la progresión de su corporeidad.</p> <p>Axiológica Corporal El fortalecimiento de esta competencia se orienta a la búsqueda de reconocer y valorar el cuerpo en su relación desde una perspectiva individual y grupal, al cuidado de sí mismo e interacción social, hábitos de higiene, salud, alimentación, y el conocimiento de los cuidados del cuerpo, los valores en el uso de su cuerpo, actitudes y comportamientos para preservar la vida, el conocimiento de las normas y sus consecuencias y su aporte a la construcción de sí mismo y su proyecto de vida personal.</p>
Axiológico	<p>Se fortalecerá en los niños, niñas, jóvenes y adolescentes por medio de la irradiación de los valores olímpicos: la excelencia, el respeto y la amistad y los valores paralímpicos: el coraje, la determinación, la igualdad, y la inspiración.</p>
Volitivo	<p>Por medio del componente socioemocional se fortalecerá en los niños, niñas, jóvenes y adolescentes el desarrollo de habilidades sociales mediante el aprendizaje orientado a la acción, permitiéndole expresarse de manera racional, libre y consiente, procurando auto regular positivamente su conducta de forma motivacional mejorando sus relaciones intra e interpersonales y comunicación asertiva.</p> <p>los componentes de compromiso, la efectividad, la flexibilidad, el seguimiento de normas y la resolución de conflictos en el desarrollo de habilidades sociales de Autoestima y Autoconfianza, Trabajo en equipo y Liderazgo.</p>

Fuente: Construcción propia (Híbrido modelo TEC)

Esta tabla muestra los componentes básicos que se buscan fortalecer a los deportistas de las Escuelas de Formación Deportiva, se pueden adaptar estas mismas, y buscar complementarlas en sus planes pedagógicos, para que estas sean aplicadas por los formadores, gestores, y todo el personal que tenga que ver con el proceso formativo, Allí se fortalecerá a cada uno de los deportistas en cada una de estas competencias

10. ENFOQUE AXIOLOGICO

10.1. Valores Olímpicos

Estos los podemos definir como aquellos que constituyen el “fundamento sobre el Movimiento Olímpico ya que combinan el deporte, la cultura y la educación para el perfeccionamiento de los seres humanos”, dichos valores están basados en el esfuerzo y no el resultado.

Los tres valores que se consideran son Excelencia, Respeto Y Amistad que se definen así:

- **Excelencia:** consiste “en dar lo mejor de uno, en el campo de juego y en su vida personal y profesional”. Hace referencia al esfuerzo para ser lo mejor que podamos en todo lo que hacemos. (Citius, Altius, Fortius)”.
- **Respeto:** Hace referencia a la valoración de uno mismo, de su cuerpo, y de los demás, al cumplimiento de las normas y la ética profesional, respeto al deporte y respeto por su entorno. Lo que se resume en el lema “Juego Limpio para todos (Fair Play)”.
- **Amistad:** Este valor procura establecer lazos de afecto con compañeros y adversarios, empleando el deporte como herramienta de entendimiento para la integración y comprensión mutua entre las personas. Lo que se resume en el lema: “la amistad aporta a la construcción de un mundo mejor y más pacífico a través del deporte”.

(Aquí se pueden mencionar los Valores que cada Formador junto con el Gestor, crean ser los más convenientes para el Plan Pedagógico, siempre y cuando todos estos se puedan cumplir dentro del proceso)

10.2. Valores Paralímpicos.

- **Coraje:** Nos impulsa a hacer lo que creemos que es correcto. Es un valor y también la habilidad de enfrentar el dolor, el sufrimiento, el miedo, el peligro, la incertidumbre y la intimidación, el coraje es el que nos da la fuerza para luchar contra el dolor y el sufrimiento físico, el coraje nos da la fuerza para hacer lo correcto contra la vergüenza, la deshonra y el desánimo.
- **Determinación:** Nos da confianza y nos hace creer en nosotros y nos ayuda a continuar haciendo lo mejor que podemos, incluso cuando la situación es difícil. Este valor ayuda a tomar una decisión centrándose en los objetivos.
- **Igualdad:** Hace que todos sean iguales y tratados por igual. Es el valor y la calidad de ser el mismo en cantidad o medida, valor o status, asegurando imparcialidad, oportunidades y tratamientos iguales para todos sin mirar a religión, etnia, raza, sexo, edad y sin ninguna discriminación, prejuicio, desigualdad y deslealtad.
- **Inspiración:** Es la motivación por ser mejores y buscar una fuente que nos permita seguir aprendiendo constantemente de otros.

(Aquí se pueden mencionar los Valores que cada Formador junto con el Gestor, crean ser los más convenientes para el Plan Pedagógico, siempre y cuando todos estos se puedan cumplir dentro del proceso).

11.ENFOQUE VOLITIVO

Habilidades Sociales

- **Autoestima y Autoconfianza:** La autoestima es un conjunto de pensamientos, percepciones y evaluaciones que hacemos de nosotros mismos, a la vez está influenciada por las creencias que tenemos acerca de nuestras propias competencias y habilidades (auto concepto), que se construyen a través de la interpretación de las experiencias propias y de los roles que desempeñamos en sociedad (autoimagen). Mediante este proceso de autoconocimiento, las emociones juegan un papel crucial en la construcción de estas percepciones, pensamientos y/o creencias acerca de nosotros mismos.
- De igual manera, la autoconfianza o confianza en uno mismo es esencial para desenvolvernó en la vida. La confianza en uno mismo, es clave para la toma de decisiones y para todo lo que conlleva. Una persona que confía en sí misma y en sus posibilidades, no dudará a la hora de tomar diferentes caminos, de enfrentarse a problemas y de relacionarse con los demás, tendrá su propio criterio y será capaz de no dejarse llevar.
- **Trabajo en Equipo:** El trabajo en equipo es una manera de articular actividades de un grupo de personas entorno a conjunto de metas y objetivos a alcanzar, el trabajo en equipo implica interdependencia activa entre las personas de un grupo que asumen y comparten un objetivo común, haciendo que se genere la interacción, la colaboración y la solidaridad entre ellos.
- **Liderazgo:** El Liderazgo es entendido como el conjunto de habilidades que hacen que una persona sea apta para ejercer tareas, es decir, es la función que ocupa una persona que se distingue del resto y es capaz de tomar decisiones acertadas para el equipo u organización que preceda, inspirando al resto de los que participan de ese grupo a alcanzar una meta común. Para ser líder se necesita del apoyo de sus seguidores y son ellos que notando las aptitudes y actitudes de una persona líder lo escogen para guiarlos.
- Las habilidades de un líder implican tener valores como el respeto, la excelencia, la igualdad y la determinación con el fin de aportar positivamente incentivando a los miembros de un equipo para trabajar por un objetivo común
- **Expresión de Emociones:** La Expresión de Emociones es la capacidad de reconocer y manifestar los sentimientos y necesidades propias, respetando al otro. Por lo anterior, se hace necesario aprender a reconocer los propios sentimientos, las necesidades, deseos, motivaciones, a las personas, las situaciones y pensamientos que causan las emociones y las consecuencias que nos provocan y cómo nos afectan.
- **Relaciones Interpersonales:** Las relaciones interpersonales son vínculos o lazos entre las personas integrantes de una comunidad, que resultan indispensables para el desarrollo integral del ser humano, y en especial el valor de la amistad, inspiración y valor. A través de ellas, intercambiamos formas de sentir la vida, perspectivas, necesidades y afectos donde entra en juego la interacción con el entorno.
- **Comunicación Asertiva:** La comunicación asertiva es la manera de comunicarnos de una forma clara y concisa en un momento oportuno haciendo valer nuestro punto de vista sin llegar a comportamientos pasivos o agresivos con las demás personas, siendo la habilidad que tenemos para transmitir los sentimientos, creencias y opiniones propios con honestidad, respeto a sí mismo y oportunidad, y al mismo tiempo respetando los derechos de los demás.

(Dentro del Plan se pueden utilizar estas habilidades sociales que hacen parte del ser humano, y complementarlas con las que cada formador o gestor crean más convenientes).

12. CRITERIOS DE EVALUACION

Los Formadores Deben desarrollar criterios de evaluación, periódicos a los deportistas, para poder medir sus capacidades, técnicas, tácticas, físicas, psicológicas, para lo cual es necesario aplicar;

Test deportivo

Festivales al Interior de la Escuela Deportiva.

Se realizar pruebas motrices y técnicas, aplicando diferentes actividades y test, tres durante el año, al inicio, en el intermedio y al finalizar temporada.

Se realizarán test propios del deporte en habilidades técnicas específicas.

13. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Medellín construye un sueño maestro: Expedición currículo plan de área de Educación Física Recreación y Deportes. *Medellín*.

Documento No. 15 Orientaciones pedagógicas para la educación física, recreación y deporte. MEN

https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-340033_archivo_pdf_Orientaciones_EduFisica_Rec_Deporte.pdf

Delgado, M.A. (1993). Las Tareas en la Educación Física para Enseñanza Primaria. En A.A.VV. Fundamentos de Educación Física para Enseñanza Primaria. Vol. 1. INDE. Barcelona.

<https://olympians.org/woa/olympism/?langid=3>

<https://www.paralympic.org/es/ipc/who-we-are>

INDICACION



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



DEPORTE / MODALIDAD:

BALONCESTO

MUNICIPIO:

GUATAVITA

NOMBRE DEL FORMADOR:

MANUEL H. SALGADO C.

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	OBSERVACIONES
9:00 AM A 10:30 AM	GRUPO	INICIACION 1							
	SEDE DE TRABAJO	ESCUELA EL DORADO							
10:30 AM A 11:30 AM	GRUPO	INICIACION 2							
	SEDE DE TRABAJO	ESCUELA EL DORADO							
11:30 PM A 1:00 PM	GRUPO	INICIACION 1							
	SEDE DE TRABAJO	CENTRO DE VIDA SENSORIAL							
2:00 P.M. A 3:30 P.M.	GRUPO		INICIACION 1		INICIACION 1				
	SEDE DE TRABAJO		COLISEO / ESCUELA EL DORADO		COLISEO				
3:30 P.M. A 5 P.M.	GRUPO		INICIACION 2		INICIACION 2				
	SEDE DE TRABAJO		COLISEO / ESCUELA EL DORADO		COLISEO				
5 P.M. A 7 P.M.	GRUPO		INICIACION 3		INICIACION 3				
	SEDE DE TRABAJO		COLISEO / ESCUELA EL DORADO		COLISEO				
6 P.M. A 7:30 P.M.	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								
7 P.M. A 8 P.M.	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								
8 P.M. A 9 P.M.	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								
9 P.M. A 10 P.M.	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								
NOMBRE MONITOR			MANUEL H. SALGADO C.						

OBLIGACION 4 ANEXO # 04

ACTIVIDADES PLANTEADAS Y DESARROLLADAS EN EL MES DE ABRIL ESCUELA DE BALONCESTO - GUATAVITA		
OBJETIVO DEL MES		TENER LIBERTAD DE ACCION Y FORTALECER LAS HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES
I N I C I A C I Ó N 1	TEMAS	CONTENIDOS
	PREPARACIÓN FISICA	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO
	EL DRIBLING	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - ASENTUAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG
	EL PASE	CONSOLIDAR EL GESTO DEPORTIVO CORRECTA EJECUCION DEL GESTO - AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION DAR LECCION SOBRE LA
OBJETIVO DEL MES		TRABAJOS TENDIENTES AL AFIANZAMIENTO DE LOS GESTOS DEPORTIVOS DEL BALONCESTO
I N I C I A C I Ó N 2	TEMAS	CONTENIDOS
	PREPARACIÓN FISICA	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO
	EL DRIBLING	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - INSTRUIR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG
	EL PASE	FORTALECIMIENTO SOBRE EL GESTO DEPORTIVO LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO - AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION DAR LECCION
OBJETIVO DEL MES		FORTALECER LA FUNDAMENTACION Y HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y COLECTIVOS
I N I C I A C I Ó N 3	TEMAS	CONTENIDOS
	PREPARACIÓN FISICA	DE FORMA INDIVIDUAL: - SPRINTS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO
	EL DRIBLING	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - ENSEÑAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE DEL BALON - TRANSPORTE DE FRENTE, DE ESPALDA Y LATERALES - REALIZAR CONTROL DEL BALON EN LOS DESPLAZAMIENTO ZIGZAG Y SUS VARIANTES
	EL TIRO/EL PASE	AFIANZAMIENTO SOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL PASE ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO Y SUS VARIANTES AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y 1C1

#DeporteQueProgresas

PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO

[illegible]

OBLIGACION 6 ANEXO # 6



OBLIGACION 7 ANEXO # 07



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	PERSEVERANCIA	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	1/05/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	NER LIBERTAD DE ACCION Y FORTALECER LAS HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUAL			SESION	1

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS - JUEGOS TEMPORO ESPACIALES
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS CON Y SIN BALON Y EN DIFERENTES DIRECCIONES
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - INSTRUIRSOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	VARIANTES EN LA REALIZACION DE EJERCICIOS PROPIOS DEL DRIBLING PARA CONTROL DEL BALON DESDE ESTATICOS HASTA DE AVANCE CON ZIG ZAG AMPLIOS
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL PASE	EJERCICIO 3	TRABAJOSSOBRE EL GESTO DEPORTIVO ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION	EJERCICIOS PARA CONTROL Y PASE A DOS MANOS Y A UNA MANO ESTATICOS 1C1 Y CON MOVIMIENTOS DE UN PASO PICADOS Y SOBRE LA CABEZA
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: IR INTRODUCIENDO TAREAS CON COMPLEJIDAD



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	PERSEVERANCIA	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	2/05/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	NER LIBERTAD DE ACCION Y FORTALECER LAS HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUAL			SESION	2

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div></div> <div>5 MIN.</div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div></div> <div>10 MIN.</div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS - JUEGOS TEMPORO ESPACIALES
<div></div> <div>10 MIN.</div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELBEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS CON Y SIN BALON Y EN DIFERENTES DIRECCIONES
<div></div> <div>25 MIN.</div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - INSTRUIRSOBR EL GESTO DEPORTIVO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	VARIANTES DE EJERCICIOS A UNA Y DOS MANOS PARA CONTROL DEL BALON DE AVANCE CON ZIG ZAG AMPLIOS Y DE ESPALDA
<div></div> <div>25 MIN.</div>		EL PASE	EJERCICIO 3	INTRODUCCIÓN Y REPASO SOBRE EL GESTO DEPORTIVO ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION	EJERCICIOS PARA CONTROL DE BALON Y PASE A DOS MANOS ESTATICOS Y CON DESPLAZAMIENTO 1C1 Y PASE PICADO ADELANTADO
<div></div> <div>30 MIN.</div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div></div> <div>15 MIN.</div>		CHARLA DE RETROALIMEN TACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA, ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
	FASE FINAL	PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA EL EMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: TRABAJOS COOPERATIVOS CON COMPAÑERO



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	PERSEVERANCIA	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	4/05/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	NER LIBERTAD DE ACCION Y FORTALECER LAS HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUAL			SESION	3

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS		EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS - JUEGOS TEMPORO ESPACIALES
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS CON Y SIN BALON Y EN DIFERENTES DIRECCIONES
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - INSTRUIRSOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	VARIANTES DE EJERCICIOS DE BOTE PARA CONTROL DEL BALON ESTATICOS Y EN MOVIMIENTO DE AVANCE CON ZIG ZAG AMPLIOS Y CORTOS CON LATERALIDAD
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL PASE	EJERCICIO 3	INTRODUCCIÓN Y REPASO SOBRE EL GESTO DEPORTIVO ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION	EJERCICIOS PARA CONTROL DE BALON RECIBIENDO Y PASE A DOS MANOS ESTATICOS 1C1 Y CON ENTREGA DE PECHO, PICADO Y SOBRE CABEZA
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>		FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: IR INTRODUCIENDO TRABAJOS MAS COOPERATIVO GRUPALES



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	PERSEVERANCIA	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	8/05/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	NER LIBERTAD DE ACCION Y FORTALECER LAS HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUAL			SESION	4

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div></div> <div>5 MIN.</div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div></div> <div>10 MIN.</div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS - JUEGOS TEMPORO ESPACIALES
<div></div> <div>10 MIN.</div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELBMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS CON Y SIN BALON Y EN DIFERENTES DIRECCIONES
<div></div> <div>25 MIN.</div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - INSTRUIRSOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	REALIZACION DE EJERCICIOS CON MOVIMIENTOS PARA CONTROL DEL BALON DESDE ESTATICOS Y DE AVANCE CON A UNA MANO Y ALTERNAR . VARIACION
<div></div> <div>25 MIN.</div>		EL PASE	EJERCICIO 3	INTRODUCCIÓN Y REPASO SOBRE EL GESTO DEPORTIVO ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION	EJERCICIOS PARA CONTROL DE BALON DESDE LA RECEPCION Y PASE A DOS MANOS ESTATICOS 1C1 Y CON ENTREGAS Y PASO DE AVANCE
<div></div> <div>30 MIN.</div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div></div> <div>15 MIN.</div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMEN TACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: INTRODUCIR LA COORDINACION PARA EL GESTO



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	PERSEVERANCIA	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	9/05/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	NER LIBERTAD DE ACCION Y FORTALECER LAS HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUAL			SESION	5

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		<div>PREDEPORTIVOS</div>	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS - JUEGOS TEMPORO ESPACIALES
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS CON Y SIN BALON Y EN DIFERENTES DIRECCIONES
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - INSTRUIRSOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	REALIZACION DE EJERCICIOS PARA CONTROL DEL BALON EN EL BOTE DESDE ESTATICOS Y CON DESPLAZAMIENTOS EN HABILIDADES - VARIANTES
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL PASE	EJERCICIO 3	INTRODUCCIÓN Y REPASO SOBRE EL GESTO DEPORTIVO ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION	EJERCICIOS PARA CONTROL DE BALON DESDE LA RECEPCION Y PASE A DOS MANOS ESTATICOS 1C1 Y CON ENTREGAS EN MOVIMIENTO
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: FORTALECER LOS TRABAJOS DE VISTA ALTA Y BUENA ENTREGA



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	PERSEVERANCIA	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	11/05/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	NER LIBERTAD DE ACCION Y FORTALECER LAS HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUAL			SESION	6

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON YACTIVIDADES RECREATIVAS - JUEGOS TEMPORO ESPACIALES
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS CON Y SIN BALON Y EN DIFERENTES DIRECCIONES
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - INSTRUIRSOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	VARIANTES EN LA REALIZACION DE EJERCICIOS DE BOTE PARA CONTROL DEL BALON Y HABILIDADES DESDE ESTATICOS Y CON DESPLAZAMIENTOS DE AVANCE CON ZIG ZAG EN RITMOS VARIADOS
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL PASE	EJERCICIO 3	INTRODUCCIÓN Y REPASO SOBRE EL GESTO DEPORTIVO ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION	EJERCICIOS PARA CONTROL DE BALON Y PASE A DOS MANOS ESTATICOS 1C1 Y CON DESPLAZAMIENTOS DE UN PASO PARA ENTREGA
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMEN TACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: INCORPORAR TRABAJOS MOTRICES PARA EL BALONCESTO EN VISO MANUAL



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	PERSEVERANCIA	FORMADOR	MANUEL H SARGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	15/05/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	NER LIBERTAD DE ACCION Y FORTALECER LAS HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUAL			SESION	7

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS		EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS - JUEGOS TEMPOROS ESPACIALES
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS CON Y SIN BALON Y EN DIFERENTES DIRECCIONES
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - INSTRUIR SOBRE EL Gesto DEPORTIVO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	VARIANTES EN EJERCICIOS PARA CONTROL DEL BALON DESDE EL BOTE DE HABILIDADES EN ESTATICOS Y DE AVANCE CON OBSTACULOS
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL PASE	EJERCICIO 3	INTRODUCCIÓN Y REPASO SOBRE EL Gesto DEPORTIVO ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL Gesto AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION	EJERCICIOS PARA CONTROL Y PASE A DOS MANOS Y ENTREGA A UNA MANO ESTATICO Y EN MOVIMIENTO
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMEN TACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: TAREAS DE PASES Y CONDUCCION EN MOVIMIENTOS



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	PERSEVERANCIA	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	16/05/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	NER LIBERTAD DE ACCION Y FORTALECER LAS HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUAL			SESION	8

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS - JUEGOS TEMPOROS ESPACIALES
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS CON Y SIN BALON Y EN DIFERENTES DIRECCIONES
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - INSTRUIRSOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	REALIZACION DE EJERCICIOS DEL BOTE EN MOVIMIENTO PARA CONTROL DEL BALON DE FRENTE Y DE ESPALDA CON GIROS - VARIANTES
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL PASE	EJERCICIO 3	INTRODUCCIÓN Y REPASO SOBRE EL GESTO DEPORTIVO ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION	EJERCICIOS PARA CONTROL Y PASE A DISTANCIA A DOS MANOS ESTATICOS 1C1 Y CON MOVIMIENTOS DE SALIDAS
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>		FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMÁS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMÁS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: LA VISTA ALTA PARA LA UBICACIÓN DEL COMPAÑERO



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	PERSEVERANCIA	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	18/05/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	NER LIBERTAD DE ACCION Y FORTALECER LAS HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUAL			SESION	9

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA CHARLA INTRODUCTORIA SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
10 MIN.		PREDEPORTIVOS CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS - JUEGOS TEMPORO ESPACIALES
10 MIN.	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS CON Y SIN BALON Y EN DIFERENTES DIRECCIONES
25 MIN.		EL DRIBLING EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - INSTRUIR SOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	VARIANTES EN LA REALIZACION DE EJERCICIOS DE HABILIDADES EN EL BOTE PARA CONTROL DE BALON Y UBICACIÓN TEMPORO ESPACIAL
25 MIN.		EL PASE EJERCICIO 3	INTRODUCCIÓN Y REPASO SOBRE EL GESTO DEPORTIVO ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION	EJERCICIOS PARA CONTROL Y PASE A DOS MANOS DESDE EL DRIBLING DE AVANCE Y ESTATICOS 1C1 Y CON MOVIMIENTOS DE RECEPCION
30 MIN.		PRÁCTICA DEPORTIVA JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y POSTERIORMENTE JUEGO LIBRE
15 MIN.	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: COMPLEJIDAD DE MOVIMIENTOS



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	PERSEVERANCIA	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	22/05/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	NER LIBERTAD DE ACCION Y FORTALECER LAS HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUAL			SESION	10

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div></div> <div>5 MIN.</div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div></div> <div>10 MIN.</div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS - JUEGOS TEMPORO ESPACIALES
<div></div> <div>10 MIN.</div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS CON Y SIN BALON Y EN DIFERENTES DIRECCIONES
<div></div> <div>25 MIN.</div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - INSTRUIRSOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	REALIZACION DE EJERCICIOS DE BOTE DE PROTECCION PARA CONTROL DEL BALON EN EL TRANSPORTE Y SUS VARIANTES
<div></div> <div>25 MIN.</div>		EL PASE	EJERCICIO 3	INTRODUCCIÓN Y REPASO SOBRE EL GESTO DEPORTIVO ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO AUTOPASES PARA LA CORRECTAEJECUCION	EJERCICIOS PARA CONTROL Y PASE A DOS MANOS Y A UNA MANO PARA ENTREGA RAPIDA ESTATICOS 1C1, 2C2
<div></div> <div>30 MIN.</div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div></div> <div>15 MIN.</div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMEN TACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA F ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: INCORPORAR MAS COMPLEJIDAD EN MOVIMIENTOS



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	PERSEVERANCIA	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	23/05/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	NER LIBERTAD DE ACCION Y FORTALECER LAS HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUAL			SESION	11

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS - JUEGOS TEMPORO ESPACIALES
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELBMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS CON Y SIN BALON Y EN DIFERENTES DIRECCIONES
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - INSTRUIRSOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	REALIZACION DE EJERCICIOS DEL BOTE PARA DESPLAZAMIENTOS, ALTURA Y UBICACIÓN DE LA MANO PARA CONTROL DEL BALON Y HABILIDADES - VARIANTES
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL PASE	EJERCICIO 3	INTRODUCCIÓN Y REPASO SOBRE EL GESTO DEPORTIVO ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION	EJERCICIOS PARA CONTROL Y PASE A DOS MANOS Y A UNA MANO ESTATICOS 1C1 Y CON MOVIMIENTOS DE SALIDAS
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMEN TACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: CAPACIDAD DE LEER SITUACIONES ESPECIALES



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	PERSEVERANCIA	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	25/05/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	NER LIBERTAD DE ACCION Y FORTALECER LAS HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUAL			SESION	12

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS - JUEGOS TEMPORO ESPACIALES
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELBEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS CON Y SIN BALON Y EN DIFERENTES DIRECCIONES
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - INSTRUIRSOBR EL GESTO DEPORTIVO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	VARIANTES EN LA REALIZACION DE EJERCICIOS DE BOTE PARA DESPLAZAMIENTOS DE SALIDAS RAPIDAS Y AMPLIAS PARA CONTROL
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL PASE	EJERCICIO 3	INTRODUCCIÓN Y REPASO SOBRE EL GESTO DEPORTIVO ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION	EJERCICIOS PARA CONTROL Y PASE A UNA MANO ESTATICOS 1C1 Y CON MOVIMIENTOS DE SALIDAS EFECTIVAS
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMEN TACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: REALIZACION DE TRABAJOS PARA POTENCIAR LAS HABILIDADES BASICAS CON BALON



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	PERSEVERANCIA	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	29/05/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	NER LIBERTAD DE ACCION Y FORTALECER LAS HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUAL			SESION	13

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
 5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA CHARLA INTRODUCTORIA	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA
 10 MIN.		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO
 10 MIN.	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON EL ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO
 25 MIN.		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - INSTRUIR SOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG
 25 MIN.		EL PASE	EJERCICIO 3	INTRODUCCIÓN Y REPASO SOBRE EL GESTO DEPORTIVO ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION
 30 MIN.		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES
 15 MIN.	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO

FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: CAPACIDAD DE LEER SITUACIONES ESPECIALES



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	PERSEVERANCIA	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	30/05/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	NER LIBERTAD DE ACCION Y FORTALECER LAS HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUAL			SESION	14

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS - JUEGOS TEMPORO ESPACIALES
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELBMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS CON Y SIN BALON Y EN DIFERENTES DIRECCIONES
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - INSTRUIRSOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	PLASMAR VARIANTES DE EJERCICIOS DE BOTE PARA DESPLAZAMIENTOS DE SALIDAS RAPIDAS Y AMPLIAS PARA CONTROL
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL PASE	EJERCICIO 3	INTRODUCCIÓN Y REPASO SOBRE EL GESTO DEPORTIVO ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO AUTOPASES PARA LA CORRECTAEJECUCION	EJERCICIOS PARA CONTROL Y PASE A UNA MANO ESTATICOS 1C1 Y CON MOVIMIENTOS DE SALIDAS EFECTIVAS
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMEN TACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA F FMENTO QUIE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: REALIZACION DE TRABAJOS PARA POTENCIAR LAS HABILIDADES BASICAS CON BALON



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	1/05/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	TRABAJOS TENDIENTES AL AFIANZAMIENTO DE LOS GESTOS DEPORTIVOS DEL BALONCESTO			SESION	1

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA SESIÓN	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - SPRINTS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS DESDE DIFERENTES POSICIONES CON Y SIN BALON, EN DIFERENTES DIRECCIONES DE FRENTE Y DE ESPALDA
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - ENSEÑAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE DEL BALON - TRANSPORTE DE FRENTE, DE ESPALDA Y LATERALES - REALIZAR CONTROL DEL BALON EN LOS DESPLAZAMIENTO ZIGZAG Y SUS VARIANTES	VARIANTES DE EJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL PASE	EJERCICIO 3	INTRODUCCIÓN Y REPASO SOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL PASE. ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO Y SUS VARIANTES AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y 1C1	ACTIVIDADES CON PASES CON CONTROL DE BALON A DOS MANOS Y REALIZARLOS DESDE ESTATICOS PARA PASAR A REALIZAR PASES DESDE LA CARRERA
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES -JUEGO LIBRE	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO HACIA CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: BUECAR MEJORAS EN CADA ASPECTO TECNICO INDIVIDUAL REFORZANDO SABERES



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	2/05/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	TRABAJOS TENDIENTES AL AFIANZAMIENTO DE LOS GESTOS DEPORTIVOS DEL BALONCESTO			SESION	2

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
 5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA CHARLA INTRODUCTORIA	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA CADA SESIÓN
		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO
 10 MIN.	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - SPRINTS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO
 25 MIN.		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - ENSEÑAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE DEL BALON - TRANSPORTE DE FRENTE, DE ESPALDA Y LATERALES - REALIZAR CONTROL DEL BALON EN LOS DESPLAZAMIENTO ZIGZAG Y SUS VARIANTES
 25 MIN.		EL PASE	EJERCICIO 3	INTRODUCCIÓN Y REPASO SOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL PASE. ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO Y SUS VARIANTES AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y 1C1
 30 MIN.		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES -JUEGO LIBRE
 15 MIN.		CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO
	FASE FINAL	PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO HACIA CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO
				FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: SUMAR ACTIVIDADES MAS COMPLEJAS PARA EL MEJORAMIENTO DE LOS GESTOS DEPORTIVOS



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	MANUEL H SARGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	4/05/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	TRABAJOS TENDIENTES AL AFIANZAMIENTO DE LOS GESTOS DEPORTIVOS DEL BALONCESTO			SESION	3

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS		EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA CADA SESIÓN	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - SPRINTS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS DESDE DIFERENTES POSICIONES CON Y SIN BALON, EN DIFERENTES DIRECCIONES DE FRENTE Y DE ESPALDA Y MULTISALTOS
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - ENSEÑAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE DEL BALON - TRANSPORTE DE FRENTE, DE ESPALDA Y LATERALES - REALIZAR CONTROL DEL BALON EN LOS DESPLAZAMIENTO ZIGZAG Y SUS VARIANTES	VARIANTES DE EJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL PASE	EJERCICIO 3	INTRODUCCIÓN Y REPASO SOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL PASE. ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO Y SUS VARIANTES AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y 1C1	ACTIVIDADES CON PASES CON CONTROL DE BALON A DOS MANOS Y REALIZARLOS DESDE ESTATICOS PARA PASAR A REALIZAR PASES DESDE LA CARRERA
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES -JUEGO LIBRE	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMEN TACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO HACIA CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: EXIGIR MAS APROPIACION DE LOS GESTOS DEL BALONCESTO COMO MEDIO DE COOPERACION AL GRUPO



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	8/05/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	TRABAJOS TENDIENTES AL AFIANZAMIENTO DE LOS GESTOS DEPORTIVOS DEL BALONCESTO			SESION	4

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA CADA SESIÓN	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS Y GIROS,Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - SPRINTS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS DESDE DIFERENTES POSICIONES CON Y SIN BALON, EN DIFERENTES DIRECCIONES DE FRENTE Y DE ESPALDA-MULTISALTOS
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - FORTALECER EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE DEL BALON - TRANSPORTE DE FRENTE, DE ESPALDA Y LATERALES - REALIZAR CONTROL DEL BALON EN LOS DESPLAZAMIENTO ZIGZAG Y SUS VARIANTES	VARIANTES DE EJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL PASE	EJERCICIO 3	INTRODUCCIÓN SOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL PASE. ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO Y SUS VARIANTES AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y 1C1	ACTIVIDADES CON PASES CON CONTROL DE BALON A DOS MANOS Y REALIZARLOS DESDE ESTATICOS PARA PASAR A REALIZAR PASES DESDE LA CARRERA
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES -JUEGO LIBRE	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO HACIA CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: INCLUIR EJERCICIOS DONDE VAYA DE LO SIMPLE A LO COMPLEJO



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	9/05/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	TRABAJOS TENDIENTES AL AFIANZAMIENTO DE LOS GESTOS DEPORTIVOS DEL BALONCESTO			SESION	5

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA CADA SESIÓN	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y AIOVAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - SPRINTS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS DESDE DIFERENTES POSICIONES CON Y SIN BALON, EN DIFERENTES DIRECCIONES DE FRENTE Y DE ESPALDA MULTISALTOS
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - FORTALECER EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE DEL BALON - TRANSPORTE DE FRENTE, DE ESPALDA Y LATERALES - REALIZAR CONTROL DEL BALON EN LOS DESPLAZAMIENTO ZIGZAG Y SUS VARIANTES	VARIANTES DE EJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL PASE	EJERCICIO 3	MEJORAS SOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL PASE. FORTALECER LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO Y SUS VARIANTES AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y 1C1	ACTIVIDADES CON PASES CON CONTROL DE BALON A DOS MANOS Y REALIZARLOS DESDE ESTATICOS PARA PASAR A REALIZAR PASES DESDE LA CARRERA
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES -JUEGO LIBRE	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO HACIA CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: DEJAR TAREAS PARA EL AUTOANALISIS DE LOS EJERCICIOS



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	11/05/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	TRABAJOS TENDIENTES AL AFIANZAMIENTO DE LOS GESTOS DEPORTIVOS DEL BALONCESTO			SESION	6

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div></div> <div>5 MIN.</div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA CADA SESIÓN	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div></div> <div>10 MIN.</div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y AOMAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div></div> <div>10 MIN.</div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - SPRINTS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS DESDE DIFERENTES POSICIONES CON Y SIN BALON, EN DIFERENTES DIRECCIONES DE FRENTE Y DE ESPALDA
<div></div> <div>25 MIN.</div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - FORTALECER EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE DEL BALON - TRANSPORTE DE FRENTE, DE ESPALDA Y LATERALES - REALIZAR CONTROL DEL BALON EN LOS DESPLAZAMIENTO ZIGZAG Y SUS VARIANTES	VARIANTES DE EJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
<div></div> <div>25 MIN.</div>		EL PASE	EJERCICIO 3	AFIANZAMIENTO SOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL PASE. ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO Y SUS VARIANTES AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y 1C1	ACTIVIDADES CON PASES CON CONTROL DE BALON A DOS MANOS Y REALIZARLOS DESDE ESTATICOS PARA PASAR A REALIZAR PASES DESDE LA CARRERA
<div></div> <div>30 MIN.</div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES -JUEGO LIBRE	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div></div> <div>15 MIN.</div>		FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO HACIA CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: INDIVIDUALIZAR CIERTOS EJERCICIOS PARA MEJOR APRENDIZAJE



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	15/05/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	TRABAJOS TENDIENTES AL AFIANZAMIENTO DE LOS GESTOS DEPORTIVOS DEL BALONCESTO			SESION	7

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA CADA SESIÓN	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		<div>PREDEPORTIVOS</div>	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y AIOVAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - SPRINTS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS DESDE DIFERENTES POSICIONES CON Y SIN BALON, EN DIFERENTES DIRECCIONES DE FRENTE Y DE ESPALDA
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - CORREJIR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE DEL BALON - TRANSPORTE DE FRENTE, DE ESPALDA Y LATERALES - REALIZAR CONTROL DEL BALON EN LOS DESPLAZAMIENTO ZIGZAG Y SUS VARIANTES	VARIANTES DE EJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL PASE	EJERCICIO 3	TRABAJAR SOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL PASE. ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO Y SUS VARIANTES AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y 1C1	ACTIVIDADES CON PASES CON CONTROL DE BALON A DOS MANOS Y REALIZARLOS DESDE ESTATICOS PARA PASAR A REALIZAR PASES DESDE LA CARRERA
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES -JUEGO LIBRE	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>		FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO HACIA CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: EJERCICIOS UN POCO MAS COMPLEJOS Y DE DESTREZAS



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	16/05/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	TRABAJOS TENDIENTES AL AFIANZAMIENTO DE LOS GESTOS DEPORTIVOS DEL BALONCESTO			SESION	8

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA CADA SESIÓN	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y ALOWAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - SPRINTS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS DESDE DIFERENTES POSICIONES CON Y SIN BALON, EN DIFERENTES DIRECCIONES DE FRENTE Y DE ESPALDA
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - CORREGIR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE DEL BALON - TRANSPORTE DE FRENTE, DE ESPALDA Y LATERALES - REALIZAR CONTROL DEL BALON EN LOS DESPLAZAMIENTO ZIGZAG Y SUS VARIANTES	VARIANTES DE EJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL PASE	EJERCICIO 3	FORTALECER SOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL PASE. ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO Y SUS VARIANTES AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y 1C1	ACTIVIDADES CON PASES CON CONTROL DE BALON A DOS MANOS Y REALIZARLOS DESDE ESTATICOS PARA PASAR A REALIZAR PASES DESDE LA CARRERA
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES -JUEGO LIBRE	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>		FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO HACIA CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: EJERCICIOS COMPLEJOS CON TAREAS



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	18/05/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	TRABAJOS TENDIENTES AL AFIANZAMIENTO DE LOS GESTOS DEPORTIVOS DEL BALONCESTO			SESION	9

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
 5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA CHARLA INTRODUCTORIA	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA CADA SESIÓN
				INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
 10 MIN.		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO ACTIVOS
				CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y ALOWAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
 10 MIN.	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - SPRINTS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO
				SALIDAS DESDE DIFERENTES POSICIONES CON Y SIN BALON, EN DIFERENTES DIRECCIONES DE FRENTE Y DE ESPALDA
 25 MIN.		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - ENSEÑAR EL GESTO BASICO DEL BOTE DEL BALON - TRANSPORTE DE FRENTE, DE ESPALDA Y LATERALES - REALIZAR CONTROL DEL BALON EN LOS DESPLAZAMIENTO ZIGZAG Y SUS VARIANTES
				VARIANTES DE EJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
 25 MIN.		EL PASE	EJERCICIO 3	TRABAJOS SOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL PASE. ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO Y SUS VARIANTES AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y 1C1
				ACTIVIDADES CON PASES CON CONTROL DE BALON A DOS MANOS Y REALIZARLOS DESDE ESTATICOS PARA PASAR A REALIZAR PASES DESDE LA CARRERA
 30 MIN.		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES -JUEGO LIBRE
				FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
 15 MIN.	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO HACIA CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO
				UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
				FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: TAREAS MAS COMPLEJAS DE TRABAJOS COOPERATIVOS



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	22/05/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	TRABAJOS TENDIENTES AL AFIANZAMIENTO DE LOS GESTOS DEPORTIVOS DEL BALONCESTO			SESION	10

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA CADA SESIÓN	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - SPRINTS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS DESDE DIFERENTES POSICIONES CON Y SIN BALON, EN DIFERENTES DIRECCIONES DE FRENTE Y DE ESPALDA
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - CORREJIR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE DEL BALON - TRANSPORTE DE FRENTE, DE ESPALDA Y LATERALES - REALIZAR CONTROL DEL BALON EN LOS DESPLAZAMIENTO ZIGZAG Y SUS VARIANTES	VARIANTES DE EJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL PASE	EJERCICIO 3	TRABAJOS SOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL PASE. ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO Y SUS VARIANTES AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y 1C1	ACTIVIDADES CON PASES CON CONTROL DE BALON A DOS MANOS Y REALIZARLOS DESDE ESTATICOS PARA PASAR A REALIZAR PASES DESDE LA CARRERA
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES -JUEGO LIBRE	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO HACIA CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: COMPLEJIDAD EN LOS TRABAJOS DE LO FACIL A LO COMPLEJO



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	23/05/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	TRABAJOS TENDIENTES AL AFIANZAMIENTO DE LOS GESTOS DEPORTIVOS DEL BALONCESTO			SESION	11

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA CADA SESIÓN	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y AJOWAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - SPRINTS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS DESDE DIFERENTES POSICIONES CON Y SIN BALON, EN DIFERENTES DIRECCIONES DE FRENTE Y DE ESPALDA
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - MOLDEAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE DEL BALON - TRANSPORTE DE FRENTE, DE ESPALDA Y LATERALES - REALIZAR CONTROL DEL BALON EN LOS DESPLAZAMIENTO ZIGZAG Y SUS VARIANTES	VARIANTES DE EJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL PASE	EJERCICIO 3	TRABAJOS SOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL PASE. ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO Y SUS VARIANTES AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y 1C1	ACTIVIDADES CON PASES CON CONTROL DE BALON A DOS MANOS Y REALIZARLOS DESDE ESTATICOS PARA PASAR A REALIZAR PASES DESDE LA CARRERA
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES -JUEGO LIBRE	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMEN TACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO HACIA CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: TAREAS PARA LA PROXIMA SESION EN VARIANTES PARA LAS SALIDAS



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	25/05/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	TRABAJOS TENDIENTES AL AFIANZAMIENTO DE LOS GESTOS DEPORTIVOS DEL BALONCESTO			SESION	12

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS		EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
<div></div> <div>5 MIN.</div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA CADA SESIÓN	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div></div> <div>10 MIN.</div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y AIOVAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div></div> <div>10 MIN.</div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - SPRINTS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS DESDE DIFERENTES POSICIONES CON Y SIN BALON, EN DIFERENTES DIRECCIONES DE FRENTE Y DE ESPALDA
<div></div> <div>25 MIN.</div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - AFIANZAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE DEL BALON - TRANSPORTE DE FRENTE, DE ESPALDA Y LATERALES - REALIZAR CONTROL DEL BALON EN LOS DESPLAZAMIENTO ZIGZAG Y SUS VARIANTES	VARIANTES DE EJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
<div></div> <div>25 MIN.</div>		EL PASE	EJERCICIO 3	TRABAJOS SOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL PASE. ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO Y SUS VARIANTES AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y 1C1	ACTIVIDADES CON PASES CON CONTROL DE BALON A DOS MANOS Y REALIZARLOS DESDE ESTATICOS PARA PASAR A REALIZAR PASES DESDE LA CARRERA
<div></div> <div>30 MIN.</div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES -JUEGO LIBRE	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div></div> <div>15 MIN.</div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO HACIA CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: COORDINACION OCULO MANUAL Y OCULO PEDICA



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	29/05/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	TRABAJOS TENDIENTES AL AFIANZAMIENTO DE LOS GESTOS DEPORTIVOS DEL BALONCESTO			SESION	13

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA CADA SESIÓN	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y ALOWAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - SPRINTS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS DESDE DIFERENTES POSICIONES CON Y SIN BALON, EN DIFERENTES DIRECCIONES DE FRENTE Y DE ESPALDA
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - MOLDEAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE DEL BALON - TRANSPORTE DE FRENTE, DE ESPALDA Y LATERALES - REALIZAR CONTROL DEL BALON EN LOS DESPLAZAMIENTO ZIGZAG Y SUS VARIANTES	VARIANTES DE EJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL PASE	EJERCICIO 3	TRABAJOS SOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL PASE. ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO Y SUS VARIANTES AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y 1C1	ACTIVIDADES CON PASES CON CONTROL DE BALON A DOS MANOS Y REALIZARLOS DESDE ESTATICOS PARA PASAR A REALIZAR PASES DESDE LA CARRERA
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES -JUEGO LIBRE	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO HACIA CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: TAREAS PARA LA PROXIMA SESION EN VARIANTES PARA LAS SALIDAS



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	30/05/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	TRABAJOS TENDIENTES AL AFIANZAMIENTO DE LOS GESTOS DEPORTIVOS DEL BALONCESTO			SESION	14

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRIPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA CADA SESIÓN	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y ALOWAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - SPRINTS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	SALIDAS DESDE DIFERENTES POSICIONES CON Y SIN BALON, EN DIFERENTES DIRECCIONES DE FRENTE Y DE ESPALDA
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - AFIANZAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE DEL BALON - TRANSPORTE DE FRENTE, DE ESPALDA Y LATERALES - REALIZAR CONTROL DEL BALON EN LOS DESPLAZAMIENTO ZIGZAG Y SUS VARIANTES	VARIANTES DE EJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL PASE	EJERCICIO 3	TRABAJOS SOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL PASE. ENSEÑAR LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO Y SUS VARIANTES AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y 1C1	ACTIVIDADES CON PASES CON CONTROL DE BALON A DOS MANOS Y REALIZARLOS DESDE ESTATICOS PARA PASAR A REALIZAR PASES DESDE LA CARRERA
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES -JUEGO LIBRE	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>		FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO HACIA CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: COORDINACION OCULO MANUAL Y OCULO PEDICA



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	COMPAÑERISMO	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	1/05/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	TALECEER LA FUNDAMENTACION Y HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y COLECT			SESION	1

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
	FASE INICIAL	TEMATICA		
		CHARLA INTRODUCTORIA	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA
	FASE CENTRAL	PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO
		PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO
		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - TRABAJAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG
		PASE/TIRO	EJERCICIO 3	DAR LECCION SOBRE EL GESTO DEPORTIVO Y LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO -AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y TIRO.
		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES
		CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO
	FASE FINAL	PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO
				FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	COMPAÑERISMO	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	2/05/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	FORZAR LA FUNDAMENTACION Y HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y COLECTIVOS			SESION	2

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS		EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	EJERCICIOS CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y AIOWAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - TRABAJAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	EJERCICIOS DE DRIBLING BOTANDO LIBREMENTE POR TODO EL CAMPO A LA SEÑAL DEL SILBATO REALIZAR UN GIRO E IR AL TABLERO, TAMBIEN CON CAMBIOS ENTRE PIERNA Y FINALIZAR EN ARO
<div><div>25 MIN.</div></div>		PASE/TIRO	EJERCICIO 3	DAR LECCION SOBRE EL GESTO DEPORTIVO Y LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO -AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y TIRO.	EJERCICIOS DE PASES 1C1, 2C2 PASAR UTILIZANDO TODAS LAS POSIBILIDADES DESDE ESTATICOS Y CON MAXIMO UN PASO DE MOVIMIENTO, PIE ADELANTADO, PIE ATRASADO, EN DIAGONALES Y CON PROYECCION EN SALIDA 1C1, 2C2 Y FINALIZACION
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	COMPAÑERISMO	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	4/05/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	FORZAR LA FUNDAMENTACION Y HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y COLECTIVOS			SESION	3

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	EJERCICIOS CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y AIOVAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - TRABAJAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	EJERCICIOS DE DRIBLING BOTANDO LIBREMENTE POR TODO EL CAMPO REALIZAR GIROS E IR AL TABLERO, TAMBIEN CON CAMBIOS POR ESPALDA Y FINALIZAR EN ARO
<div><div>25 MIN.</div></div>		PASE/TIRO	EJERCICIO 3	DAR LECCION SOBRE EL GESTO DEPORTIVO Y LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO -AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y TIRO.	EJERCICIOS DE PASES 1C1 PASAR UTILIZANDO TODAS LAS POSIBILIDADES CON MAXIMO RANGO DE MOVIMIENTO, PIE ADELANTADO, PIE ATRASADO, CON PROYECCION Y LANZAMIENTOS
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	COMPAÑERISMO	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	8/05/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	FORZAR LA FUNDAMENTACION Y HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y COLECTIVOS			SESION	4

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES PREDEPORTIVAS COMPETITIVAS
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	EJERCICIOS CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y AIOVAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - TRABAJAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	EJERCICIOS DE DRIBLING BOTANDO LIBREMENTE POR TODO EL CAMPO REALIZAR UN GIRO E IR AL TABLERO, TAMBIEN CON CROSSOVER Y FINALIZAR EN ARO
<div><div>25 MIN.</div></div>		PASE/TIRO	EJERCICIO 3	DAR LECCION SOBRE EL GESTO DEPORTIVO Y LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO -AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y TIRO.	EJERCICIOS DE PASES 1C1 EN SALIDAS Y PASAR UTILIZANDO TODAS LAS POSIBILIDADES CON DETENSION EN UNO Y DOS TIEMPOS Y FINALIZACION
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>		FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	COMPAÑERISMO	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	9/05/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	FORZAR LA FUNDAMENTACION Y HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y COLECTIVOS			SESION	5

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS		EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS DE SPRINTS
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	EJERCICIOS CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y AIOVAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - TRABAJAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	EJERCICIOS DE DRIBLING DE PROTECCION BOTANDO LIBREMENTE POR TODO EL CAMPO A LA SEÑAL DEL SILBATO REALIZAR UN CAMBIO DE RITMO E IR AL TABLERO, TAMBIEN CON CAMBIOS ENTRE PIERNA Y POR ESPALDA FINALIZAR EN ARO
<div><div>25 MIN.</div></div>		PASE/TIRO	EJERCICIO 3	DAR LECCION SOBRE EL GESTO DEPORTIVO Y LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO -AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y TIRO.	EJERCICIOS DE PASES 1C1, 2C2, 3C3 PASAR UTILIZANDO TODAS LAS POSIBILIDADES UTILIZANDO LAS LATERALES
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	COMPAÑERISMO	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	11/05/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	FORZAR LA FUNDAMENTACION Y HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y COLECTIVOS			SESION	6

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS		EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
<div></div> <div>5 MIN.</div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div></div> <div>10 MIN.</div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES COMPETITIVAS RECREATIVAS
<div></div> <div>10 MIN.</div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	EJERCICIOS CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y AIOVAS Y ACTIVIDADES DE ACCION REACCION
<div></div> <div>25 MIN.</div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - TRABAJAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	EJERCICIOS DE DRIBLING BOTANDO LIBREMENTE POR TODO EL CAMPO CON CAMBIOS DE RITMO Y DRECCION LA SEÑAL DEL SILBATO REALIZAR DETENCION Y GIRAR E IR AL TABLERO, TAMBIEN CON CAMBIOS ENTRE PIERNAS, ESPALDA Y FINALIZAR EN ARO
<div></div> <div>25 MIN.</div>		PASE/TIRO	EJERCICIO 3	DAR LECCION SOBRE EL GESTO DEPORTIVO Y LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO -AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y TIRO.	EJERCICIOS DE PASES 1C1, 2C2, Y 3C3 PASAR UTILIZANDO TODAS LAS POSIBILIDADES DESDE PASES SIMPLES HASTA CON TRENSAS CON PROYECCION AL TABLERO Y FINALIZAR
<div></div> <div>30 MIN.</div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div></div> <div>15 MIN.</div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	COMPAÑERISMO	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	15/05/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	FORZAR LA FUNDAMENTACION Y HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y COLECTIVOS			SESION	7

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES COMPETITIVAS RECREATIVAS
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	EJERCICIOS CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y ALOWAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS DE SPRINTS
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - TRABAJAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	EJERCICIOS DE DRIBLING BOTANDO LIBREMENTE POR TODO EL CAMPO ALTERNANDO MANOS Y COORDINACION DE PIES, REALIZAR UN GIRO E IR AL TABLERO EN ZIGZAG Y FINALIZAR EN ARO
<div><div>25 MIN.</div></div>		PASE/TIRO	EJERCICIO 3	DAR LECCION SOBRE EL GESTO DEPORTIVO Y LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO -AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y TIRO.	EJERCICIOS DE PASES TENSOS Y PICADOS 1C1, 2C2 PASAR UTILIZANDO TODAS LAS POSIBILIDADES CON PROYECCION A TIRO CON DOBLE PASO
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	COMPAÑERISMO	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	16/05/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	FORZAR LA FUNDAMENTACION Y HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y COLECTIVOS			SESION	8

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS		EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
<div></div> <div>5 MIN.</div>	FASE INICIAL	TEMATICA			
		CHARLA INTRODUCTORIA	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div></div> <div>10 MIN.</div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON Y SIN BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS DE SPRINTS CON CAMBIOS DE DIRECCION
<div></div> <div>10 MIN.</div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	EJERCICIOS CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y ALOWAS CON CIRCUITOS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div></div> <div>25 MIN.</div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - TRABAJAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	EJERCICIOS DE DRIBLING BOTANDO LIBREMENTE POR TODO EL CAMPO CON LA MANO MENOS HABIL A LA SEÑAL DEL SILBATO REALIZAR GIROS E IR AL TABLERO, DETENCION EN UN TIEMPO Y FINALIZAR EN ARO
<div></div> <div>25 MIN.</div>		PASE/TIRO	EJERCICIO 3	DAR LECCION SOBRE EL GESTO DEPORTIVO Y LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO -AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y TIRO.	EJERCICIOS DE PASES 2C1 PARA OBLIGAR A MOVERSE Y ABRIR ESPACIOS Y PASAR UTILIZANDO TODAS LAS POSIBILIDADES DESDE PASES EN PARABOLA, HASTA PICADOS ABIERTOS, CON FINALIZACION SOBRE CARRERA
<div></div> <div>30 MIN.</div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y POSTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div></div> <div>15 MIN.</div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	COMPAÑERISMO	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	18/05/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	FORZAR LA FUNDAMENTACION Y HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y COLECTIVOS			SESION	9

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	EJERCICIOS CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y ALOWAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - TRABAJAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	EJERCICIOS DE DRIBLING BOTANDO LIBREMENTE POR TODO EL CAMPO HACIENDO CROSSOVER A LA SEÑAL E IR AL TABLERO, TAMBIEN CON CAMBIOS ENTRE PIERNA Y FINALIZAR EN ARO
<div><div>25 MIN.</div></div>		PASE/TIRO	EJERCICIO 3	DAR LECCION SOBRE EL GESTO DEPORTIVO Y LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO -AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y TIRO.	EJERCICIOS DE PASES 2C2 PASAR UTILIZANDO TODAS LAS POSIBILIDADES EJERCICIO PARA SALIDAS EN DIAGONALES Y FINALIZACION EFECTIVA
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	COMPAÑERISMO	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	22/05/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	FORZAR LA FUNDAMENTACION Y HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y COLECTIVOS			SESION	10

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRIPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		<div></div> <div>PREDEPORTIVOS</div>	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS COMPETITIVAS
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	EJERCICIOS SIN Y CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y AIOVAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - TRABAJAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	EJERCICIOS DE DRIBLING BOTANDO LIBREMENTE POR TODO EL CAMPO UTILIZANDO LAS DOS MANOS, A LA SEÑAL DEL SILBATO REALIZAR UN GIROLUEGO PASE POR ESPALDA E IR AL TABLERO
<div><div>25 MIN.</div></div>		PASE/TIRO	EJERCICIO 3	DAR LECCION SOBRE EL GESTO DEPORTIVO Y LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO -AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y TIRO.	EJERCICIOS DE PASES 3C3 PASAR UTILIZANDO TODAS LAS POSIBILIDADES UTILIZAR LO ANCHO DEL CAMPO PARA ABRIR ESPACIOS Y TIRO
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	COMPÑERISMO	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	23/05/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	mantener la posesi3n y control del bal3n llev3ndolo de uno a otro lado			SESION	11

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON Y SIN BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	EJERCICIOS SIN Y CON BALON CON SPRINTS CON INTERVALOS , ALOWAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - TRABAJAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	EJERCICIOS DE DRIBLING BOTANDO LIBREMENTE POR TODO EL CAMPO EN ZIGZAG AMPLIO A LA SEÑAL DEL SILBATO REALIZAR CAMBIOS DE RITMO E IR AL TABLERO.
<div><div>25 MIN.</div></div>		PASE/TIRO	EJERCICIO 3	DAR LECCION SOBRE EL GESTO DEPORTIVO Y LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO -AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y TIRO.	EJERCICIOS DE PASES 1C1, 2C2, 3C3 PASAR UTILIZANDO TODAS LAS POSIBILIDADES CON LA FINALIDAD DE CREAR LA COOPERACION EN LA SALIDA FUERTE Y CULMINAR CON TIRO
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>		FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	COMPAÑERISMO	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	25/05/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	FORZAR LA FUNDAMENTACION Y HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y COLECTIVOS			SESION	12

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES COMPETITIVAS RECREATIVAS
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	EJERCICIOS CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS FARLEK Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - TRABAJAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	EJERCICIOS DE DRIBLING DE VELOCIDAD CON DETENCIONES INMEDIATAS CON PIE PIVOT PARA GIRAR Y CONTINUAR BOTANDO LIBREMENTE POR TODO EL CAMPO UTILIZANDO LAS SALIDAS CRUZADAS Y ABIERTAS PARA FINALIZAR EN ARO
<div><div>25 MIN.</div></div>		PASE/TIRO	EJERCICIO 3	DAR LECCION SOBRE EL GESTO DEPORTIVO Y LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO -AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y TIRO.	EJERCICIOS DE PASES 2C1 CON SALIDAS LATERALES Y DIAGONALES PASAR UTILIZANDO TODAS LAS POSIBILIDADES DESDE ESTATICOS PARA ARRANQUE Y FINALIZACIONES SOBRE DETENCION EN UN TIEMPO PASO ADELANTADO
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>		FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	COMPAÑERISMO	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	29/05/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	mantener la posesión y control del balón llevándolo de uno a otro lado			SESION	13

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)	
<div></div> <div>5 MIN.</div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUCTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div></div> <div>10 MIN.</div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON Y SIN BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div></div> <div>10 MIN.</div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	EJERCICIOS SIN Y CON BALON CON SPRINTS CON INTERVALOS , AÍONAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div></div> <div>25 MIN.</div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - TRABAJAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	EJERCICIOS DE DRIBLING BOTANDO LIBREMENTE POR TODO EL CAMPO EN ZIGZAG AMPLIO A LA SEÑAL DEL SILBATO REALIZAR CAMBIOS DE RITMO E IR AL TABLERO.
<div></div> <div>25 MIN.</div>		PASE/TIRO	EJERCICIO 3	DAR LECCION SOBRE EL GESTO DEPORTIVO Y LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO -AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y TIRO.	EJERCICIOS DE PASES 1C1, 2C2, 3C3 PASAR UTILIZANDO TODAS LAS POSIBILIDADES CON LA FINALIDAD DE CREAR LA COOPERACION EN LA SALIDA FUERTE Y CULMINAR CON TIRO
<div></div> <div>30 MIN.</div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div></div> <div>15 MIN.</div>	FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO	UBICACIÓN DE TODO EL GRUPO EN EL CENTRO DEL CAMPO PARA REALIZAR ESTIRAMIENTOS Y LA CHARLA RESPECTIVA SOBRE LO REALIZADO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:



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



DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	COMPAÑERISMO	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	30/05/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	FORZAR LA FUNDAMENTACION Y HABILIDADES EN LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y COLECTIVOS			SESION	14

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS		EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
<div><div>5 MIN.</div></div>	FASE INICIAL	<div>TEMATICA</div> <div>CHARLA INTRODUTORIA</div>	SENSIBILIZACION	SE SOCIALIZA CON TODO EL GRUPO SOBRE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR EN LA PRÁCTICA Y LOS OBJETIVOS A ALCANZAR EN LA MISMA	INICIO DE LA PRACTICA EN EL CENTRO DEL CAMPO CON LA EXPLICACION DE LAS ACTIVIDADES A REALIZAR
<div><div>10 MIN.</div></div>		PREDEPORTIVOS	CALENTAMIENTO	DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES VELOCIDADES ESTIRAMIENTOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES COMPETITIVAS RECREATIVAS
<div><div>10 MIN.</div></div>	FASE CENTRAL	PREPARACIÓN FÍSICA	EJERCICIO 1	DE FORMA INDIVIDUAL: - RECORRIDOS CON DIFERENTES RITMOS Y CON ELEMENTO - DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON ELEMENTO	EJERCICIOS CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y FARLEK Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
<div><div>25 MIN.</div></div>		EL DRIBLING	EJERCICIO 2	UTILIZANDO TODO EL ESPACIO: - TRABAJAR EL GESTO DEPORTIVO BASICO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	EJERCICIOS DE DRIBLING DE VELOCIDAD CON DETENCIONES INMEDIATAS CON PIE PIVOT PARA GIRONES Y CONTINUAR BOTANDO LIBREMENTE POR TODO EL CAMPO UTILIZANDO LAS SALIDAS CRUZADAS Y ABIERTAS PARA FINALIZAR EN ARO
<div><div>25 MIN.</div></div>		PASE/TIRO	EJERCICIO 3	DAR LECCION SOBRE EL GESTO DEPORTIVO Y LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO -AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION Y TIRO.	EJERCICIOS DE PASES 2C1 CON SALIDAS LATERALES Y DIAGONALES PASAR UTILIZANDO TODAS LAS POSIBILIDADES DESDE ESTATICOS PARA ARRANQUE Y FIINALIZACIONES SOBRE DETENCION EN UN TIEMPO Y PASO ADELANTADO
<div><div>30 MIN.</div></div>		PRÁCTICA DEPORTIVA	JUEGO	MINI PARTIDO CON PRACTICA DE LO VISTO EN CLASE Y CORRECCIONES	FINALIZACION DEL ENTRENAMIENTOS EN DOS MOMENTOS, CON JUEGO RECREATIVO PARA CORREGIR ERRORES Y PORTERIORMENTE JUEGO LIBRE
<div><div>15 MIN.</div></div>		FASE FINAL	CHARLA DE RETROALIMENTACION	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	SE REALIZA CHARLA SOBRE LO EJECUTADO EN LA PRACTICA ADEMAS DE PREGUNTAS O DUDAS SOBRE ASPECTOS DE LOS GESTOS DEPORTIVOS E INCLUSIVE DEL REGLAMENTO
		PUNTOS CLAVE	RETO PROXIMA SESION	RECOMENDACIONES PARA EL GRUPO SALUDAR Y DESPEDIRSE, ADEMAS DEL TRATO CON SUS COMPAÑEROS, EL RESPETO POR CADA ELEMENTO QUE FORMA PARTE DEL EQUIPO	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

OBLIGACION 8 ANEXO # 08



FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2023

Disciplina deportiva: **BALONCESTO**

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: DANIEL FELIDE
 APELLIDOS: VALERO MORENO
 FECHA DE NACIMIENTO: DIA 16 MES NOVIEMBRE AÑO 2016
 Número de Identificación: 1141135282
 Año que cursa: 1º Nombre de la Institución Educativa: Manuela Beltrán
 Edad: 6 años Talla de Calzado: 27 Talla pantaloneta: 8 Talla Camiseta: 8
 Dirección y Lugar de Domicilio: Calle SA No 2-18 Centro Guadavita
 Nombres y Apellidos del padre: Henry Augusto Valero Rodríguez
 Documento de Identidad: 34863491 de Bogotá
 Teléfono: 311 250 4424
 Nombres y Apellidos de la madre: Linda Lorena Moreno Paz
 Documento de identidad: 52819200 de Bogotá
 Teléfono: 310 300 3624
 Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: Linda Lorena Moreno Paz
 Teléfono en caso de emergencia: 310 300 3624

2. INFORMACIÓN CARACTERIZACIÓN

Sexo: femenino ☐ masculino ☒ Intersexual ☐
 Orientación Sexual: homosexual ☐ bisexual ☐ heterosexual ☒ transexual ☐
 Identificación de Género: cisgenero ☐ transgenero ☐
 Vulnerabilidad: en situación de desplazamiento ☐ conflicto armado ☐
 en condición de discapacidad ☐ familia en emergencia social y catastrófica ☐
 minoría étnica ☐ repatriados ☐ primera infancia ☐ habitante de calle ☐ ninguna ☐
 Discapacidad: física ☐ visual ☐ auditiva ☐ intelectual ☐ psicosocial ☐
 Sordoceguera ☐ múltiple ☐ ninguna ☐
 Grupo Étnico: Indígenas ☐ afrocolombianos/negritudes ☐ palequero ☐ room ☐
 raizal ☐ otros ☐
 Lenguas: castellano ☐ indígena ☐ criolla ☐ romaní ☐ señas ☐ lengua extranjera ☐
 Sector Residencial: urbano ☒ rural ☐

3. INFORMACIÓN MEDICA

Ha tenido alguna fractura: SI ☐ NO ☒
 Especifique el lugar de la fractura: _____
 Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ☐ NO ☒ Cual _____
 Le Han Practicado Alguna Intervención Quirúrgica: SI ☐ NO ☒ Cual _____
 ALERGICO A: _____
 Tipo de Sangre RH: A +

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.
 Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deporte de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- ❖ Fotocopia del documento de Identidad
- ❖ Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.
- ❖ Una fotografía.

DANIEL VALERO

Firma del Menor: _____
 T.I: 1141135282
 CELULAR 310 300 3624

INSTRUCTOR DEPORTIVO: _____
 CC: _____
 Dirección: _____
 Teléfono: _____
 Email: _____



📞/CundiGov @CundinamarcaGov
 www.cundinamarca.gov.co
 Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
 Sede Administrativa - Torre Beneficencia Piso 5º.
 Correo Postal: 111321 - Teléfono: 749 1205

Disciplina deportiva: BALONCESTO

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: ISABELLA TORRES BOGOTÁ
APELLIDOS: TORRES BOGOTÁ
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 12 MES FEBR AÑO 2010
Número de Identificación: 1.072.664.003
Año que cursa: 8 Nombre de la Institución Educativa: PIO XII
Edad: 13 Talla de Calzado: 38 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S
Dirección y Lugar de Domicilio: CALLE 11 # 2-76 PRADOS DE SAN JORGE CUSA
Nombres y Apellidos del padre: IVÁN DARÍO TORRES
Documento de identidad: 80026360 de BOGOTÁ
Teléfono: 311 8862490
Nombres y Apellidos de la madre: PATRICIA BOGOTÁ MONTAÑA
Documento de identidad: 53063793 de BOGOTÁ
Teléfono: 311 2243262
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: PATRICIA BOGOTÁ M.
Teléfono en caso de emergencia: 311 8862490

2. INFORMACIÓN CARACTERIZACIÓN

Sexo: femenino ☒ masculino ☐ intersexual ☐
Orientación Sexual: homosexual ☐ bisexual ☐ heterosexual ☒ transexual ☐
Identificación de Género: cisgenero ☐ transgenero ☐
Vulnerabilidad: en situación de desplazamiento ☐ conflicto armado ☐
en condición de discapacidad ☐ familia en emergencia social y catastrófica ☐
minoría étnica ☐ repatriados ☐ primera infancia ☐ habitante de calle ☐ ninguna ☒
Discapacidad: física ☐ visual ☐ auditiva ☐ intelectual ☐ psicosocial ☐
Sordoceguera ☐ múltiple ☐ ninguna ☒
Grupo Étnico: indígenas ☐ afrocolombianos/negritudes ☐ palequero ☐ room ☐
raizal ☐ otros ☐
Lenguas: castellano ☒ indígena ☐ criolla ☐ romani ☐ señas ☐ lengua extranjera ☐
Sector Residencial: urbano ☒ rural ☐

3. INFORMACIÓN MÉDICA

Ha tenido alguna fractura: SI ☐ NO ☒
Especifique el lugar de la fractura: _____
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ☐ NO ☒ Cual _____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI ☐ NO ☒ Cual _____
ALERGICO A: _____
Tipo de Sangre RH: 0+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.

Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- ❖ Fotocopia del documento de identidad
- ❖ Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.
- ❖ Una fotografía.

Firma del Menor:

T.I: 1.072.664.003
CELULAR 3112243262

INSTRUCTOR DEPORTIVO:

CC:
Dirección:
Teléfono:
Email:

Firma del acudiente

CUNDINAMARCA
Que Progresamos
53063793
3112243262

📞/CundiGov 📧@CundinamarcaGov
www.cundinamarca.gov.co

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa - Torre Beneficencia Piso 5º.
Código Postal: 111321 - Teléfono: 749 1205
www.indeportescundinamarca.gov.co

FICHA INSCRIPCIÓN DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA
DE CUNDINAMARCA 2023

FOTO

Disciplina deportiva: **BALONCESTO**

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: Adrian Jossue
APELLIDOS: Gelvez Ayala
FECHA DE NACIMIENTO: DIA 27 MES 11 AÑO 2013
Número de Identificación: 1127923414
Año que cursa: 3 Nombre de la Institución Educativa: San el Dorado
Edad: 9 Talla de Calzado: 34 Talla pantaloneta: 72 Talla Camiseta: 14
Dirección y Lugar de Domicilio: Guatavita Teares
Nombres y Apellidos del padre: Adrian Gelvez
Documento de Identidad: 1127913739 de
Teléfono: 3157201617
Nombres y Apellidos de la madre: Everlin Ayala Pania
Documento de Identidad: 26199009 de Venezuela
Teléfono: 3157201617
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: Everlin Ayala
Teléfono en caso de emergencia: 3178471542

2. INFORMACIÓN CARACTERIZACIÓN

Sexo: femenino ☐ masculino ☒ Intersexual ☐
Orientación Sexual: homosexual ☐ bisexual ☐ heterosexual ☒ transexual ☐
Identificación de Género: cisgenero ☐ transgenero ☐
Vulnerabilidad: en situación de desplazamiento ☐ conflicto armado ☐
en condición de discapacidad ☐ familia en emergencia social y catastrófica ☐
minoría étnica ☐ repatriados ☐ primera infancia ☐ habitante de calle ☐ ninguna ☒
Discapacidad: física ☐ visual ☐ auditiva ☐ intelectual ☐ psicosocial ☐
Sordoceguera ☐ múltiple ☐ ninguna ☒
Grupo Étnico: Indígenas ☐ afrocolombianos/negritudes ☐ palequero ☐ room ☐
raizal ☐ otros ☐
Lenguas: castellano ☒ indígena ☐ criolla ☐ romaní ☐ señas ☐ lengua extranjera ☐
Sector Residencial: urbano ☒ rural ☐

3. INFORMACIÓN MÉDICA

Ha tenido alguna fractura: SI ☐ NO ☒
Especifique el lugar de la fractura:
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ☐ NO ☒ Cual
Le Han Practicado Alguna Intervención Quirúrgica: SI ☒ NO ☐ Cual El ombligo
ALERGICO A:
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta
ficha de inscripción.

Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro
hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deporte de Cundinamarca, dentro de sus políticas para
inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

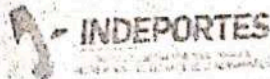
- ❖ Fotocopia del documento de identidad
- ❖ Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.
- ❖ Una fotografía.

Firma del Menor: Adrian Gelvez
T.I.: 1127923414
CELULAR: 3157201617

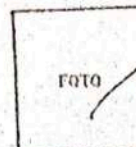
Firma del Padre: Everlin Ayala
CUNDINAMARCA
Que Progresamos!

INSTRUCTOR DEPORTIVO:
CC:
Dirección:
Teléfono:
Email:

📱 CundiGov 📧 @CundinamarcaGov
www.cundinamarca.gov.co
Calle 26 #21-13 Bogotá D.C.
Secretaría Departamental de Turismo, Recreación y Deporte
Código Postal: 111321 - Teléfono: 311 201 201
www.institutodeportivocundinamarca.gov.co



FICHA INSCRIPCIÓN DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA
DE CUNDINAMARCA 2023



Disciplina deportiva: BALONCESTO

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: Isabella
APELLIDOS: Vasquez Sarmiento
FECHA DE NACIMIENTO: DIA 08 MES 01 AÑO 2012
Número de Identificación: 1071330395
Año que cursa: Sexto Nombre de la Institución Educativa: Pio XII
Edad: 11 Talla de Calzado: 34 Talla pantalónata: 16 Talla Camiseta: 16
Dirección y Lugar de Domicilio: Vereda Chaleche-Sector El Cruce
Nombres y Apellidos del padre: Fabio Andres Vasquez
Documento de identidad: C.C. 3169926 de Sesquile
Teléfono: 3132823093
Nombres y Apellidos de la madre: Marta Lilia Sarmiento Moncada
Documento de identidad: C.C. 1071330065 de Sesquile
Teléfono: 3112743276
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: Fabio Andres Vasquez
Teléfono en caso de emergencia: 3132823093 - 3112743276

2. INFORMACIÓN CARACTERIZACIÓN

Sexo: femenino ☒ masculino ☐ intersexual ☐
Orientación Sexual: homosexual ☐ bisexual ☐ heterosexual ☐ transexual ☐
Identificación de Género: cisgenero ☐ transgenero ☒
Vulnerabilidad: en situación de desplazamiento ☐ conflicto armado ☐
en condición de discapacidad ☐ familia en emergencia social y catastrófica ☐
minoría étnica ☐ repatriados ☐ primera infancia ☐ habitante de calle ☐ ninguna ☐
Discapacidad: física ☐ visual ☐ auditiva ☐ intelectual ☐ psicosocial ☐
Sordoceguera ☐ múltiple ☐ ninguna ☒
Grupo Étnico: indígenas ☐ afrocolombianos/negritudes ☐ palequero ☐ room ☐
raizal ☐ otros ☐
Lenguas: castellano ☐ indígena ☐ criolla ☐ romani ☐ señas ☐ lengua extranjera ☐
Sector Residencial: urbano ☐ rural ☒

3. INFORMACIÓN MEDICA

Ha tenido alguna fractura: SI ☐ NO ☒
Especifique el lugar de la fractura: _____
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ☐ NO ☒ Cual _____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI ☐ NO ☒ Cual _____
ALERGICO A: _____
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.

Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- ❖ Fotocopia del documento de identidad
- ❖ Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.
- ❖ Una fotografía.

Isabella Vasquez

Firma del Menor:
T.I: 1071330395
CELULAR 3204339381

Firma del acudiente:
CUNDINAMARCA
CELULAR 3169926
3132823093

INSTRUCTOR DEPORTIVO:
CC:
Dirección:
Teléfono:
Correo:

INSTITUTO DEPORTIVO DE CUNDINAMARCA
Sede Administrativa
Calle 100 No. 100-100
Bogotá, D.C. 110001

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA
DE CUNDINAMARCA 2023

FOTO

Disciplina deportiva: BALONCESTO

1. INFORMACION PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: MARIA CAMILA GONZALEZ RAYOS
APELLIDOS: _____
FECHA DE NACIMIENTO: DIA 10 MES JUL AÑO 2011
Número de Identificación: 1013039154
Año que cursa: 6 Nombre de la Institución Educativa: IEP PIO XII
Edad: 11 Talla de Calzado: 36 Talla pantalón: 16 Talla Camiseta: 16
Dirección y Lugar de Domicilio: Villas del Milenio Guataquí
Nombres y Apellidos del padre: Eduardo Gonzalez Bejarano
Documento de Identidad: 79601223 de Bogotá
Teléfono: 312 448 5292
Nombres y Apellidos de la madre: Sandra Milena Ramos Velandia
Documento de Identidad: 20652534 de Guataquí
Teléfono: 312 316 9877
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: Sandra Ramos
Teléfono en caso de emergencia: 312 316 9877

2. INFORMACION CARACTERIZACIÓN

Sexo: femenino ☒ masculino ☐ intersexual ☐
Orientación Sexual: homosexual ☐ bisexual ☐ heterosexual ☒ transexual ☐
Identificación de Género: cisgénero ☒ transgénero ☐
Vulnerabilidad: en situación de desplazamiento ☐ conflicto armado ☐
en condición de discapacidad ☐ familia en emergencia social y catastrófica ☐
minoría étnica ☐ repatriados ☐ primera infancia ☐ habitante de calle ☐ ninguna ☒
Discapacidad: física ☐ visual ☐ auditiva ☐ intelectual ☐ psicosocial ☐
Sordoceguera ☐ múltiple ☐ ninguna ☒
Grupo Étnico: Indígenas ☐ afrocolombianos/negritudes ☐ palequero ☐ room ☐
raízal ☐ otros ☐
Lenguas: castellano ☒ indígena ☐ criolla ☐ romaní ☐ señas ☐ lengua extranjera ☐
Sector Residencial: urbano ☒ rural ☐

3. INFORMACIÓN MEDICA

Ha tenido alguna fractura: SI ☐ NO ☒
Especifique el lugar de la fractura: _____
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ☐ NO ☒ Cual ☐
Le Han Practicado Alguna Intervención Quirúrgica: SI ☐ NO ☒ Cual ☐
ALERGICO A: _____
Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.

Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- ❖ Fotocopia del documento de Identidad
- ❖ Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.
- ❖ Una fotografía.

Maria Camila González

Firma del Menor:
T.I: 1013039154
C.C. 1013039154

Firma del acudiente

CUNDINAMARCA

CC 20652534
312 316 9877

FICHA INSCRIPCIÓN DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA
DE CUNDINAMARCA 2023

FOTO

Disciplina deportiva: BALONCESTO

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: Janna Michelle
APELLIDOS: García Castañeda
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 15 MES 06 AÑO 2011
Número de Identificación: 1071143385
Año que cursa: 6º Nombre de la Institución Educativa: Colegio pio XII
Edad: 11 Talla de Calzado: 35 Talla pantaloneta: 10 Talla Camiseta: 5
Dirección y Lugar de Domicilio: Cra 1 N° 1-300 Guatavita
Nombres y Apellidos del padre: Jose oswaldo Garcia Menor
Documento de identidad: de Guatavita
Teléfono: 321 442 0551
Nombres y Apellidos de la madre: Nidia Andrea Castañeda Cortes
Documento de identidad: 1071143541 de Guatavita
Teléfono: 320 945 4103
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: Nidia Andrea Castañeda
Teléfono en caso de emergencia: 320 945 4103

2. INFORMACIÓN CARACTERIZACIÓN

Sexo: femenino ☒ masculino ☐ intersexual ☐
Orientación Sexual: homosexual ☐ bisexual ☐ heterosexual ☐ transexual ☐
Identificación de Genero: cisgenero ☐ transgenero ☐
Vulnerabilidad: en situación de desplazamiento ☐ conflicto armado ☐
en condición de discapacidad ☐ familia en emergencia social y catastrófica ☐
minoría étnica ☐ repatriados ☐ primera infancia ☐ habitante de calle ☐ ninguna ☐
Discapacidad: física ☐ visual ☐ auditiva ☐ intelectual ☐ psicosocial ☐
Sordoceguera ☐ múltiple ☐ ninguna ☐
Grupo Étnico: indígenas ☐ afrocolombianos/negritudes ☐ palequero ☐ room ☐
raizal ☐ otros ☐
Lenguas: castellano ☒ indígena ☐ criolla ☐ romani ☐ señas ☐ lengua extranjera ☐
Sector Residencial: urbano ☒ rural ☐

3. INFORMACIÓN MEDICA

Ha tenido alguna fractura: SI ☐ NO ☒
Especifique el lugar de la fractura: al polo y los galletas
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ☐ NO ☒ Cual ☐
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI ☐ NO ☒ Cual ☐
ALERGICO A: Al polo y los galletas
Tipo de Sangre RH: A+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta
ficha de inscripción.

Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro
hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para
inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- ❖ Fotocopia del documento de Identidad
- ❖ Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.
- ❖ Una fotografía.

Janna Michelle Garcia
Firma del Menor:
T.I: 1071143385
CELULAR

Nidia Castañeda
Firma del acudiente
C.C. 1071143541
CELULAR 320 945 4103

INSTRUCTOR DEPORTIVO:
CC:
Dirección:

Que Progresal

© Cundinamarca Gobierno
www.cundinamarca.gov.co
Calle 26 N° 83 Bogotá D.C.
Sede Administrativa - Torre Beneficencia Piso 5
Codigo Postal 111321 - Telefono 749 1205
www.deportes.cundinamarca.gov.co

**FIGHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA
DE CUNDINAMARCA 2023**



Disciplina deportiva: **BALONCESTO**

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: Maria Paula
 APELLIDOS: Daz Castiblanco
 FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 16 MES NOV AÑO 2011
 Número de Identificación: 1033111193
 Año que cursa: 6° Nombre de la Institución Educativa: Pio XII
 Edad: 11 Talla de Calzado: 33 Talla pantaloneta: 12 Talla Camiseta: 12
 Dirección y Lugar de Domicilio: calle 11 # 2-76 Casa 5
 Nombres y Apellidos del padre: Peulo Cesar Daz Delgado
 Documento de Identidad: 19962443 de Bogotá
 Teléfono: 3118986939
 Nombres y Apellidos de la madre: Andrea Castiblanco Prieto
 Documento de Identidad: 52851433 de Bogotá
 Teléfono: 3007861992
 Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: Andrea Castiblanco
 Teléfono en caso de emergencia: 3007861992

2. INFORMACIÓN CARACTERIZACIÓN

Sexo: femenino ☒ masculino ☐ Intersexual ☐
 Orientación Sexual: homosexual ☐ bisexual ☐ heterosexual ☒ transexual ☐
 Identificación de Género: cisgenero ☐ transgenero ☐
 Vulnerabilidad: en situación de desplazamiento ☐ conflicto armado ☐
 en condición de discapacidad ☐ familia en emergencia social y catastrófica ☐
 minoría étnica ☐ repatriados ☐ primera infancia ☐ habitante de calle ☐ ninguna ☐
 Discapacidad: física ☐ visual ☐ auditiva ☐ intelectual ☐ psicosocial ☐
 Sordoceguera ☐ múltiple ☐ ninguna ☐
 Grupo Étnico: indígenas ☐ afrocolombianos/negritudes ☐ palequero ☐ room ☐
 raizal ☐ otros ☐
 Lenguas: castellano ☐ indígena ☐ criolla ☐ romaní ☐ señas ☐ lengua extranjera ☐
 Sector Residencial: urbano ☐ ☒ rural

3. INFORMACIÓN MEDICA

Ha tenido alguna fractura: SI ☐ NO ☒
 Especifique el lugar de la fractura: _____
 Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ☐ NO ☒ Cual _____
 Le Han Practicado Alguna Intervención Quirúrgica: SI ☐ NO ☒ Cual _____
 ALERGICO A: _____
 Tipo de Sangre RH: A+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.

Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- ❖ Fotocopia del documento de identidad
- ❖ Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.
- ❖ Una fotografía.

Firma del Menor: _____
 T.I: _____
 CELULAR: _____

INSTRUCTOR DEPORTIVO:
 CC: _____
 Dirección: _____
 Teléfono: _____

Firma del acudiente: _____
CUNDINAMARCA
Que Progresal

📞/CundiGov 📧@CundinamarcaGov
 www.cundinamarca.gov.co
 Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
 Sede Administrativa - Torre Heneicencia Piso 5°.
 Código Postal: 111321 - Teléfono: 749 1205
 www.indeportescundinamarca.gov.co

**FICHA INSCRIPCIÓN DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA
DE CUNDINAMARCA 2023**

FOTO

Disciplina deportiva: **BALONCESTO**

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: Sara Lucia
APELLIDOS: Mora Luna
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 03 MES 09 AÑO 2013
Número de Identificación: 1091143849
Año que cursa: 4º Nombre de la Institución Educativa: P.D. N. - MARCELA BEATRIZ
Edad: 09 Talla de Calzado: 34 Talla pantaloneta: 5 Talla Camiseta: 5
Dirección y Lugar de Domicilio: Vereda - Montecillo
Nombres y Apellidos del padre: Carlos Andres Mora Luna
Documento de Identidad: 3089.223 de BOGOTÁ
Teléfono: 313 8422219
Nombres y Apellidos de la madre: Jully Carolina Luna Sarmiento
Documento de Identidad: 1091142212 de BOGOTÁ
Teléfono: 322 2011940
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: Jully Carolina Luna S.
Teléfono en caso de emergencia: 322 2011940

2. INFORMACIÓN CARACTERIZACIÓN

Sexo: femenino ☒ masculino ☐ intersexual ☐
Orientación Sexual: homosexual ☐ bisexual ☐ heterosexual ☐ transexual ☐
Identificación de Género: cisgenero ☐ transgenero ☐
Vulnerabilidad: en situación de desplazamiento ☐ conflicto armado ☐
en condición de discapacidad ☐ familia en emergencia social y catastrófica ☐
minoría étnica ☐ repatriados ☐ primera infancia ☐ habitante de calle ☐ ninguna ☐
Discapacidad: física ☐ visual ☐ auditiva ☐ intelectual ☐ psicosocial ☐
Sordoceguera ☐ múltiple ☐ ninguna ☐
Grupo Étnico: indígenas ☐ afrocolombianos/negritudes ☐ palequero ☐ room ☐
raizal ☐ otros ☐
Lenguas: castellano ☒ indígena ☐ criolla ☐ romaní ☐ señas ☐ lengua extranjera ☐
Sector Residencial: urbano ☐ rural ☒

3. INFORMACIÓN MEDICA

Ha tenido alguna fractura: SI ☐ NO ☒
Especifique el lugar de la fractura: _____
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ☐ NO ☒ Cual _____
Le Han Practicado Alguna Intervención Quirúrgica: SI ☐ NO ☒ Cual _____
ALERGICO A: _____
Tipo de Sangre RH: 0+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.

Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- ❖ Fotocopia del documento de identidad
- ❖ Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.
- ❖ Una fotografía.

Sara mora
Firma del Menor:
T.I: 1.091.143.849.
CELULAR 3222011940.

Jully carolina luna s.
Firma del acudiente
C.C. 1091142212
CELULAR 3222011940.

CUNDINAMARCA
OTRO PROYECTO

INSTRUCTOR DEPORTIVO:
CC:
Dirección:
Teléfono:
Email:

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

**FICHA INSCRIPCIÓN DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA
DE CUNDINAMARCA 2023**



Disciplina deportiva: **BALONCESTO**

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: Sara Lucia
 APELLIDOS: Castañeda Felix
 FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 10 MES Mayo AÑO 2012
 Número de Identificación: 1.031.143.568
 Año que cursa: 6º Nombre de la Institución Educativa: Jose Gregorio Salas
 Edad: 10 Talla de Calzado: 37 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: S
 Dirección y Lugar de Domicilio: Guatavita, Uda Montecillo, Finca la Joyita
 Nombres y Apellidos del padre: Fallecido
 Documento de Identidad: _____ de _____
 Teléfono: _____
 Nombres y Apellidos de la madre: Marisol Felix Bernal
 Documento de Identidad: 29652.121 de Guatavita
 Teléfono: 3143179006
 Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: Marisol Felix Bernal
 Teléfono en caso de emergencia: 3143179006

2. INFORMACIÓN CARACTERIZACIÓN

Sexo: femenino ☒ masculino ☐ intersexual ☐
 Orientación Sexual: homosexual ☐ bisexual ☐ heterosexual ☐ transexual ☐
 Identificación de Género: cisgenero ☐ transgenero ☐
 Vulnerabilidad: en situación de desplazamiento ☐ conflicto armado ☐
 en condición de discapacidad ☐ familia en emergencia social y catastrófica ☐
 minoría étnica ☐ repatriados ☐ primera infancia ☐ habitante de calle ☐ ninguna ☒
 Discapacidad: física ☐ visual ☐ auditiva ☐ intelectual ☐ psicosocial ☐
 Sordoceguera ☐ múltiple ☐ ninguna ☒
 Grupo Étnico: Indígenas ☐ afrocolombianos/negritudes ☐ palequero ☐ room ☐
 raizal ☐ otros ☐
 Lenguas: castellano ☒ indígena ☐ criolla ☐ romani ☐ señas ☐ lengua extranjera ☐
 Sector Residencial: urbano ☐ rural ☒

3. INFORMACIÓN MÉDICA

Ha tenido alguna fractura: SI ☐ NO ☒
 Especifique el lugar de la fractura: _____
 Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ☐ NO ☒ Cual _____
 Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI ☐ NO ☒ Cual _____
 ALERGICO A: _____
 Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.

Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deporte de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- ❖ Fotocopia del documento de identidad
- ❖ Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.
- ❖ Una fotografía.

Sara Lucia Castañeda
 Firma del Menor:
 T.I: 1.031.143.568
 CELULAR _____

Firma del acudiente



INSTRUCTOR DEPORTIVO:
 CC: _____
 Dirección: _____
 Teléfono: _____
 Email: _____

© CundiGob © la CundinamarcaGob
 www.cundinamarca.gov.co
 Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
 Sede Administrativa - Torre Identificencia Piso 4º
 Código Postal: 111321 - Teléfono: 749 1205
 www.sdeportescundinamarca.gov.co



INDEPORTES

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA
RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

**FICHA INSCRIPCIÓN DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA
DE CUNDINAMARCA 2023**

FOTO

Disciplina deportiva: **BALONCESTO**

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: Ricardo Andrés
 APELLIDOS: Ochoa Piroto
 FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 27 MES 05 AÑO 2006
 Número de Identificación: 7071149419
 Año que cursa: 9º Nombre de la Institución Educativa: Pio XII
 Edad: 16 Talla de Calzado: 40 Talla pantaloneta: 5 Talla Camiseta: XL
 Dirección y Lugar de Domicilio: Guatavita cor 7 N. 1.68
 Nombres y Apellidos del padre: Ricardo Ochoa Rodríguez
 Documento de Identidad: 3034920 de Guatavita
 Teléfono: 3114784920
 Nombres y Apellidos de la madre: Odilia Piroto A.
 Documento de Identidad: 20.493.311 de Chacabamba
 Teléfono: 320 3295042
 Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: Odilia Piroto
 Teléfono en caso de emergencia: 320 3295042 - 3114784920

2. INFORMACIÓN CARACTERIZACIÓN

Sexo: femenino ☐ masculino ☒ intersexual ☐
 Orientación Sexual: homosexual ☐ bisexual ☐ heterosexual ☒ transexual ☐
 Identificación de Género: cisgenero ☐ transgenero ☐
 Vulnerabilidad: en situación de desplazamiento ☐ conflicto armado ☐
 en condición de discapacidad ☐ familia en emergencia social y catastrófica ☐
 minoría étnica ☐ repatriados ☐ primera infancia ☐ habitante de calle ☐ ninguna ☐
 Discapacidad: física ☐ visual ☐ auditiva ☐ intelectual ☐ psicosocial ☐
 Sordoceguera ☐ múltiple ☐ ninguna ☐
 Grupo Étnico: indígenas ☐ afrocolombianos/negritudes ☐ palequero ☐ room ☐
 raizal ☐ otros ☐
 Lenguas: castellano ☒ indígena ☐ criolla ☐ romaní ☐ señas ☐ lengua extranjera ☐
 Sector Residencial: urbano ☐ rural ☐

3. INFORMACIÓN MÉDICA

Ha tenido alguna fractura: SI ☐ NO ☒
 Especifique el lugar de la fractura: _____
 Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ☐ NO ☒ Cual _____
 Le Han Practicado Alguna Intervención Quirúrgica: SI ☐ NO ☒ Cual _____
 ALERGICO A: No 5456
 Tipo de Sangre RH: OT

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.

Nos comprometemos a apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participará como hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deporte de Cundinamarca, dentro de sus políticas, requiere los siguientes documentos:

- ❖ Fotocopia del documento de identidad
- ❖ Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.
- ❖ Una fotografía.

FICHA INSCRIPCIÓN DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA
DE CUNDINAMARCA 2023



Disciplina deportiva: BALONCESTO

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: Laura Camila Capador Rodríguez
 APELLIDOS: Capador Rodríguez
 FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 10 MES 08 AÑO 2013
 Número de Identificación: 1071143830
 Año que cursa: Tercero Nombre de la Institución Educativa El Dorado
 Edad: 9 años Talla de Calzado: 33 Talla pantaloneta: 12 Talla Camiseta: 12
 Dirección y Lugar de Domicilio: calle 6 N 2 A 28
 Nombres y Apellidos del padre: Edgar Arbey Capador B
 Documento de identidad: 8056431 de Guatavita
 Teléfono: 3143149194
 Nombres y Apellidos de la madre: Alba Lilia Rodríguez Jarama
 Documento de identidad: 20652724 de Guatavita
 Teléfono: 3125636386
 Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: Alba Lilia Rodríguez
 Teléfono en caso de emergencia: 3125636386

2. INFORMACIÓN CARACTERIZACIÓN

Sexo: femenino ☒ masculino ☐ intersexual ☐
 Orientación Sexual: homosexual ☐ bisexual ☐ heterosexual ☐ transexual ☐
 Identificación de Género: cisgenero ☐ transgenero ☐
 Vulnerabilidad: en situación de desplazamiento ☐ conflicto armado ☐
 en condición de discapacidad ☐ familia en emergencia social y catastrófica ☐
 minoría étnica ☐ repatriados ☐ primera infancia ☐ habitante de calle ☐ ninguna ☐
 Discapacidad: física ☐ visual ☐ auditiva ☐ intelectual ☐ psicosocial ☐
 Sordoceguera ☐ múltiple ☐ ninguna ☐
 Grupo Étnico: indígenas ☐ afrocolombianos/negritudes ☐ palequero ☐ room ☐
 raizal ☐ otros ☐
 Lenguas: castellano ☐ indígena ☐ criolla ☐ romani ☐ señas ☐ lengua extranjera ☐
 Sector Residencial: urbano ☐ rural ☐

3. INFORMACIÓN MEDICA

Ha tenido alguna fractura: SI ☐ NO ☒
 Especifique el lugar de la fractura: _____
 Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ☐ NO ☒ Cual _____
 Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI ☐ NO ☒ Cual _____
 ALERGICO A: _____
 Tipo de Sangre RH: O+

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.

Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deporte de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- ❖ Fotocopia del documento de identidad
- ❖ Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.
- ❖ Una fotografía.

Laura Camila Capador R
 Firma del Menor:
 T.I: 1071143830
 CELULAR 3125636386

Alba Lilia Rodríguez
 Firma del acudiente
 C.C. 20652724
 CELULAR 3125636386

INSTRUCTOR DEPORTIVO
 CC
 Dirección
 Teléfono
 Email

INSTITUTO DEPORTIVO PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA
 Sede Administrativa: Calle 10 N 10 A 10
 Bogotá, D.C. - Teléfono: 312 563 6386
 www.indeportescundinamarca.gov.co



INDEPORTES
INSTITUTO DEPORTIVO DE CUNDINAMARCA

**FICHA INSCRIPCIÓN DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA
DE CUNDINAMARCA 2023**

FOTO

Disciplina deportiva: **BALONCESTO**

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: _____
APELLIDOS: _____
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA _____ MES _____ AÑO _____
Número de Identificación: _____
Año que cursa: _____ Nombre de la Institución Educativa _____
Edad: _____ Talla de Calzado: _____ Talla pantaloneta: _____ Talla Camiseta: _____
Dirección y Lugar de Domicilio: _____
Nombres y Apellidos del padre: _____
Documento de identidad: _____ de _____
Teléfono: _____
Nombres y Apellidos de la madre: _____
Documento de identidad: _____ de _____
Teléfono: _____
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: _____
Teléfono en caso de emergencia: _____

2. INFORMACIÓN CARACTERIZACIÓN

Sexo: femenino _____ masculino _____ intersexual _____
Orientación Sexual: homosexual _____ bisexual _____ heterosexual _____ transexual _____
Identificación de Género: cisgenero _____ transgenero _____
Vulnerabilidad: en situación de desplazamiento _____ conflicto armado _____
en condición de discapacidad _____ familia en emergencia social y catastrófica _____
minoría étnica _____ repatriados _____ primera infancia _____ habitante de calle _____ ninguna _____
Discapacidad: física _____ visual _____ auditiva _____ intelectual _____ psicosocial _____
Sordoceguera _____ múltiple _____ ninguna _____
Grupo Étnico: indígenas _____ afrocolombianos/negritudes _____ palequero _____ room _____
raízal _____ otros _____
Lenguas: castellano _____ indígena _____ criolla _____ romaní _____ señas _____ lengua extranjera _____
Sector Residencial: urbano _____ rural _____

3. INFORMACIÓN MEDICA

Ha tenido alguna fractura: SI _____ NO _____
Especifique el lugar de la fractura: _____
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI _____ NO _____ Cual _____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI _____ NO _____ Cual _____
ALERGICO A: _____
Tipo de Sangre RH: _____

Nosotros los padres o acudientes del deportista inscrito damos constancia de los datos consignados en esta ficha de inscripción.

Nos comprometemos apoyarlo en los procesos de formación deportiva y personal, del cual participa nuestro hijo/a.

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus políticas para inscribir un deportista en las escuelas de formación requiere los siguientes documentos:

- ❖ Fotocopia del documento de identidad
- ❖ Certificación de la afiliación de la eps a la cual pertenece.
- ❖ Una fotografía.

Firma del Menor: _____

T.I: _____

CELULAR _____

INSTRUCTOR DEPORTIVO :

CC : _____

Dirección: _____

Teléfono: _____

Email: _____

Firma del acudiente

C.C. _____

CELULAR _____



[f/CundiGov](https://www.facebook.com/CundiGov) [@CundinamarcaGov](https://www.instagram.com/CundinamarcaGov)
www.cundinamarca.gov.co

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa - Torre Beneficencia
Piso 5°.
Código Postal: 111321 - Teléfono: 749

OBLIGACION 9 ANEXO # 9

		<p>GOBERNACION DE CUNDINAMARCA</p> <p>INDEPORTES CUNDINAMARCA</p> <p>ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA</p> <p>PLAN MENSUAL DE CLASE</p>					
MES:		MAYO		MUNICIPIO: GUATAVITA			
LUGAR:		EL DORADO-CENTRO DE VIDA-COLISEO		HORARIO DE PRACTICA: DE 8 AM A 1 PM Y DE 2 PM A 7 PM			
NIVEL		INICIACIÓN	X	FUNDAMENTACIÓN			
CLASES		MAYO		MAYO			
DESARROLLO MENSUAL	AXIOLÓGICO	VALORES SOCIALES	RESPECTO	X			
			RESPONSABILIDAD				
			COMPAÑERISMO	X			
			JUSTICIA				
			COOPERACION				
			LEALTAD				
		VALORES PERSONALES	TRABAJO EN EQUIPO	X			
			HUMILDAD				
			OBEDIENCIA	X			
			AUTODISCIPLINA				
			PARTICIPACIÓN	X			
			PERSEVERANCIA	X			
		VALORES DEL OLIMPISMO	AUTODOMINIO				
			RECOMPENSA				
			ECELENCIA	X			
	RESPECTO AMISTAD		X				
	CORAJE						
	DETERMINACION						
	PARTE CENTRAL	PARTE INICIAL	INICIO	INTRODUCCION	X		
				MOVILIDAD ARTICULAR	X		
				CALENTAMIENTO	X		
		DESARROLLO MOTRIZ	ACOPAMIENTO	RITMO			
				EQUILIBRIO	X		
				ORIENTACION			
				DIFERENCIACION			
				REACCIÓN			
				ADAPTACIÓN	X		
				CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA		
					VELOCIDAD	X	
					FLEXIBILIDAD	X	
RESISTENCIA							
ELEMENTOS TÉCNICOS				DRIbling	PASE	X	
					TIRO	X	
	DESPLAZAMIENTOS	X					
ELEMENTOS TÁCTICOS	DIAGONALES	CAMBIO					
		ROTACIONES					
		SALIDAS					
		JUEGO SIN BALON					
RECREATIVO	PASAR Y CORTAR	JUEGOS DE INTEGRACION	X				
		JUEGOS TRADICIONALES					
		ACTIVIDADES ARTISTICAS					
		CIRCUITOS RECREATIVOS					
PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	X				
		RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES, EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	X				

FIRMA FORMADOR:

OBLIGACION 10 ANEXO # 10

<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>GOBERNACION DE CUNDINAMARCA "CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"</p> <p>INDEPORTES CUNDINAMARCA DEPORTE FORMATIVO</p> <p>PRIMER SEMESTRE</p> <p>PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>INDEPORTES INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA</p> </div> </div>														
NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA <8 AÑOS														
	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
					1 INTENTO		2 INTENTO	1 INTENTO			2 INTENTO			
1	EMILIANO CAMACHO	4	4/06/2019	BALONCESTO	6,25	6,25	75	81			122	120		
2	SAMUEL ANDRES DIAZ CASTIBLANCO	4	29/03/2018	BALONCESTO	5,87	5,87	72	70			137	130		
3	KORY AMELY ACOSTA QUECAN	6	30/09/2016	BALONCESTO	5,59	5,59	70	69			121	145		
4	DANIEL FELIPE VALERO	6	16/11/2016	BALONCESTO	5,23	5,23	65	66			106	112		
5	JUAN JOSE VALERO	7	5/10/2015	BALONCESTO	4,34	4,34	87	91			134	168		
6	KAREN VALENTINA ORJUELA	7	27/02/2016	BALONCESTO	5,55	5,55	82	80			129	157		
7	SALOME MORA R	8	24/04/2014	BALONCESTO	5,23	5,23	95	101			146	168		
8	ALISSON JULIETA RODRIGUEZ L	8	18/01/2015	BALONCESTO	4,35	4,35	64	68			124	136		
9	ERIKA JASBLEIDY ACOSTA	8	2/02/2015	BALONCESTO	5,57	5,57	72	73			125	149		
10														
11														
12														
13														
14														
15														
16														
17														
18														
19														
20														
MUNICIPIO EVALUADO:		GUATAVITA												
FORMADOR :		MANUEL H SALGADO C												

CUNDINAMARCA
REGION
Que Progresa!



INDEPORTES
INSTITUTO COLOMBIANO PARA EL DEPORTE Y LA RECREACIÓN

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) 13 A 17 AÑOS

	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 ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGÚN LOS 2 INTENTOS
					1 INTENTO		2 INTENTO	1 INTENTO			2 INTENTO					
1	ISABELLA TORRES BOGOTA	13	12/02/2010	BALONCESTO	3,84	3,84	1,34	1,4			1,87	1,85			11,31	
2	LINDA ALEJANDRA CRUZ	13	9/02/2010	BALONCESTO	3,58	3,58	1,03	1,15			1,77	1,75			11,65	
3	LIZETH DANIELA GAVIRIA	13	17/09/2009	BALONCESTO	4,67	4,67	1,06	1,17			1,79	1,88			12,66	
4	DIANA YAMILE BELTRAN	13	4/02/2010	BALONCESTO	4,76	4,76	83	77			1,79	1,82			15,26	
5	ANGELA YISEL BAEZ	13	23/02/2010	BALONCESTO	5,05	5,05	1,04	1			1,75	1,78			13,63	
6	CLAUDIA XIMENA ACOSTA PEÑA	13	2/09/2009	BALONCESTO	4,54	4,54	1,05	1,07			1,76	1,88			15,45	
7	JHOANA AYALA G	14	24/07/2008	BALONCESTO	4,69	4,69	1,1	1,17			1,72	1,83			14,78	
8	JEIMY LIZETH MUÑOZ V	14	12/10/2011	BALONCESTO	5,01	5,01	1,25	1,36			1,73	1,81			14,27	
9	ANYELA YURANI GARZON	14	5/05/2009	BALONCESTO	4,78	4,78	1,08	1,13			1,79	1,84			13,27	
10	KAROL GABRIELA RODRIGUEZ L	15	15/01/2008	BALONCESTO	3,66	3,66	1,1	1,12			1,84	1,86			12,95	
11	HECTOR DANILO RODRIGUEZ PEÑA	15	8/05/2007	BALONCESTO	4,73	4,73	97	89			1,74	1,85			12,54	
12	ANGELA NATALIA GONZALEZ	15	4/09/2007	BALONCESTO	4,68	4,68	1,02	1,05			1,84	1,79			13,27	
13	WENDY DAYANA GARCÍA	15	20/07/2007	BALONCESTO	5,11	5,11	1,11	1,14			1,78	1,86			14,02	
14	ANGIE VALENTINA BONILLA	15	9/06/2007	BALONCESTO	3,68	3,68	1,03	1,12			1,76	1,86			12,36	
15	EDUARD ESTIBEN VARGAS	16	20/02/2007	BALONCESTO	3,23	3,23	1,32	1,37			2,15	2,21			10,71	
16	RICARDO ANDRES UCHUVO	16	27/05/2006	BALONCESTO	3,21	3,21	1,37	1,42			2,26	2,38			10,28	
17	ERIKA ALEJANDRA RIOS	17	3/09/2005	BALONCESTO	5,02	5,02	1,03	1,09			1,8	1,85			12,26	
18	FRANCY TATIANA CORTES	17	5/11/2005	BALONCESTO	4,76	4,76	1,06	1,21			1,77	1,88			13,16	
19																
20																
MUNICIPIO EVALUADO:				GUATAVITA												
FORMADOR :				MANUEL H SALGADO C												

VALORACIÓN DE ENTRADA

<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="text-align: center;"> VALORACIÓN DE ENTRADA PELOTA - BALONCESTO </div> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="text-align: center;"> INDEPORTES <small>INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA</small> </div> </div>							
VELOCIDAD DE DESPLAZAMIENTO Y CONTROL DE BALÓN CON MANO DOMINANTE Y NO DOMINANTE							
INICIACIÓN 1 (7 - 8 AÑOS)							
#	NOMBRE Y APELLIDO	MANO DERECHA			MANO IZQUIERDA		
		1ER. INTENTO	2DO. INTENTO	MEJOR TIEMPO	1ER. INTENTO	2DO. INTENTO	MEJOR TIEMPO
1	EMILIANO CAMACHO	10,62	10,73	10,62	12,43	12,51	12,43
2	SAMUEL ANDRES DIAZ CASTIBLANCO	15,73	14,36	14,36	11,24	12,03	11,24
3	KORY AMELY ACOSTA QUECAN	7,84	7,65	7,65	7,8	7,77	7,77
4	DANIEL FELIPE VALERO	7,34	7,42	7,34	9,29	9,1	9,1
5	JUAN JOSE VALERO	8,25	8,28	8,25	8,38	8,47	8,38
6	KAREN VALENTINA ORJUELA	7,65	7,78	7,65	7,84	7,73	7,73
7	SALOME MORA R	7,01	6,75	6,75	7,12	7,11	7,11
8	ALISSON JULIETA RODRIGUEZ L	6,58	6,35	6,35	6,4	6,46	6,4
9	ERIKA JASBLEIDY ACOSTA	8,23	8,05	8,05	8,14	8,17	8,14
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
TABLA DE RESULTADOS		7"	MUY BUENO				
		8"	BUENO				
		10"	REGULAR				
		12"	MALO				
MUNICIPIO EVALUADO		GUATAVITA					
FORMADOR		MANUEL H. SALGADO C					

INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA
RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

INICIACIÓN 1 (7 - 8 AÑOS)

#	NOMBRE Y APELLIDO	LANZAMIENTOS										
		#1		#2		#3		#4		#5		TOTAL
1	EMILIANO CAMACHO	1	0	2	0	3	0	4	0	5	0	0
2	SAMUEL ANDRES DIAZ CASTIBLANCO		0		1		0		0		0	1
3	KORY AMELY ACOSTA QUECAN		0		0		1		0		0	0
4	DANIEL FELIPE VALERO		1		0		0		0		0	0
5	JUAN JOSE VALERO		0		1		0		0		0	0
6	KAREN VALENTINA ORJUELA		0		0		1		0		0	0
7	SALOME MORAR		1		0		0		0		0	0
8	ALISSON JULIETA RODRIGUEZ L		0		1		0		0		0	1
9	ERIKA JASBLEIDY ACOSTA		1		0		0		0		0	0
10												
11												
12												
13												
14												
15												
16												
17												
18												
19												
20												
TABLA DE RESULTADOS		4 a 5		MUY BUENO								
		3		BUENO								
		2		REGULAR								
		1 o MENOS		MALO								
MUNICIPIO EVALUADO		GUATAVITA										
FORMADOR		MANUEL H SLAGADO C										



VALORACIÓN DE ENTRADA PELOTA - BALONCESTO



VELOCIDAD DE DESPLAZAMIENTO Y CONTROL DE BALÓN CON MANO DOMINANTE Y NO DOMINANTE

INICIACIÓN 2 (9 - 12 AÑOS)

#	NOMBRE Y APELLIDO	MANO DERECHA			MANO IZQUIERDA		
		1ER. INTENTO	2DO. INTENTO	MEJOR TIEMPO	1ER. INTENTO	2DO. INTENTO	MEJOR TIEMPO
1	LAURA CAMILA CAPADOR	5,13	5,31	5,13	5,45	5,56	5,45
2	ADRIAN JOSSUE GELVES	6,02	5,86	5,86	5,76	5,82	5,76
3	SARA LUCIANA MORA L	5,89	5,83	5,83	6,04	6,1	6,04
4	ISABELA RODRIGUEZ LUNA	6,23	6,27	6,23	6,73	6,7	6,7
5	DANNA VALENTINA ACOSTA	5,84	5,72	5,72	5,88	5,76	5,76
6	LAURA YERALDINE RODRIGUEZ	7,27	7,04	7,04	7,54	7,51	7,51
7	SARA LUCIA CASTAÑEDA FELIX	5,29	5,25	5,25	5,77	5,82	5,77
8	EDISON SNEIDER RODRIGUEZ A	5,02	5,11	5,02	5,12	5,15	5,12
9	JENNIFER PARRA	5,67	5,75	5,67	5,72	5,81	5,72
10	LEIDY YULIANA VELANDIA	6,56	6,54	6,54	6,64	6,61	6,61
11	ANGIE LORENA RODRIGUEZ	7,65	7,72	7,65	7,23	7,28	7,23
12	MARIA ISABELLA VASQUEZ S	4,73	4,77	4,73	4,7	4,73	4,7
13	MARIA PAULA DIAZ CASTIBLANCO	4,69	4,73	4,69	5,07	5,09	5,07
14	JANNA MICHELLE GARCIA	4,27	4,32	4,27	4,38	4,31	4,38
15	MARIA CAMILA GONZALEZ R	5,23	5,18	5,18	5,38	5,43	5,38
16	NATALIA CAMILA RIOS	6,67	6,75	6,67	6,87	6,76	6,76
17	JOHN JAIRO RODRIGUEZ A	5,13	5,21	5,13	5,26	5,32	5,26
18	PEDRO LUIS GIOVANNI CASTILLO	4,65	4,71	4,65	4,68	4,65	4,65
19	CARMEN SOFIA GARZON	7,67	7,78	7,67	7,75	7,69	7,69
20							
TABLA DE RESULTADOS		7"	MUY BUENO				
		8"	BUENO				
		10"	REGULAR				
		12"	MALO				
MUNICIPIO EVALUADO		GUATAVITA					
FORMADOR		MANUEL H. SALGADO C					



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA
RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

INICIACIÓN 2 (9 - 12 AÑOS)

#	NOMBRE Y APELLIDO	LANZAMIENTOS										
		#1		#2		#3		#4		#5		TOTAL
1	LAURA CAMILA CAPADOR	1	1	2	0	3	0	4	1	5	0	2
2	ADRIAN JOSSUE GELVES		0		1		0		1		3	
3	SARA LUCIANA MORAL		1		0		1		1		4	
4	ISABELA RODRIGUEZ LUNA		1		0		0		0		1	
5	DANNA VALENTINA ACOSTA		1		0		1		0		3	
6	LAURA YERALDINE RODRIGUEZ		0		0		1		1		2	
7	SARA LUCIA CASTAÑEDA FELIX		1		0		1		0		2	
8	EDISON SNEIDER RODRIGUEZ A		1		1		0		0		3	
9	JENNIFER PARRA		0		0		1		1		2	
10	LEIDY YULIANA VELANDIA		0		1		0		0		1	
11	ANGIE LORENA RODRIGUEZ		0		1		1		1		3	
12	MARIA ISABELLA VASQUEZ S		0		1		1		0		3	
13	MARIA PAULA DIAZ CASTIBLANCO		1		1		1		0		3	
14	JANNA MICHELLE GARCIA		1		0		0		1		2	
15	MARIA CAMILA GONZALEZ R		0		1		1		0		3	
16	NATALIA CAMILA RIOS		0		0		1		0		2	
17	JOHN JAIRO RODRIGUEZ A		1		0		1		0		3	
18	PEDRO LUIS GIOVANNI CASTILLO		1		1		0		1		3	
19	CARMEN SOFIA GARZON		0		1		1		0		2	
20												
TABLA DE RESULTADOS		4 a 5		MUY BUENO								
		3		BUENO								
		2		REGULAR								
		1 o MENOS		MALO								
MUNICIPIO EVALUADO		GUATAVITA										
FORMADOR		MANUEL H SLAGADO C										



VALORACIÓN DE ENTRADA PELOTA - BALONCESTO



VELOCIDAD DE DESPLAZAMIENTO Y CONTROL DE BALÓN CON MANO DOMINANTE Y NO DOMINANTE

INICIACIÓN 3 (13 - 17 AÑOS)

#	NOMBRE Y APELLIDO	MANO DERECHA			MANO IZQUIERDA		
		1ER. INTENTO	2DO. INTENTO	MEJOR TIEMPO	1ER. INTENTO	2DO. INTENTO	MEJOR TIEMPO
1	ISABELLA TORRES BOGOTA	5,05	5,07	5,05	5,27	5,25	5,25
2	LINDA ALEJANDRA CRUZ	5,66	5,6	5,6	5,61	5,65	5,61
3	LIZETH DANIELA GAVIRIA	6,32	6,37	6,32	6,54	6,5	6,5
4	DIANA YAMILE BELTRAN	5,09	5,11	5,09	5,21	5,22	5,21
5	ANGELA YISEL BAEZ	5,22	5,15	5,15	5,38	5,3	5,3
6	CLAUDIA XIMENA ACOSTA PEÑA	5,1	5,12	5,1	5,17	5,22	5,17
7	JHOANA AYALA G	5,01	5,02	5,01	5,06	5,12	5,06
8	JEIMY LIZETH MUÑOZ V	4,67	4,68	4,67	4,66	4,72	4,66
9	ANYELA YURANI GARZON	5,66	5,53	5,53	6,11	6,03	6,03
10	KAROL GABRIELA RODRIGUEZ L	5,53	5,51	5,51	5,43	5,38	5,38
11	HECTOR DANILO RODRIGUEZ PEÑA	5,63	5,67	5,63	5,66	5,68	5,66
12	ANGELA NATALIA GONZALEZ	5,04	5,11	5,04	5,11	5,23	5,11
13	WENDY DAYANA GARCÍA	5,65	5,6	5,6	5,48	5,53	5,48
14	ANGIE VALENTINA BONILLA	5,03	4,82	5,03	5,16	5,14	5,14
15	EDUARD ESTIBEN VARGAS	4,72	4,65	4,65	5,05	5,06	5,05
16	RICARDO ANDRES UCHUVO	4,65	4,51	4,51	5,02	4,73	5,02
17	ERIKA ALEJANDRA RIOS	6,24	6,45	6,24	6,64	6,56	6,56
18	FRANCY TATIANA CORTES	6,12	6,03	6,03	6,46	6,48	6,46
19							
20							
TABLA DE RESULTADOS		7"	MUY BUENO				
		8"	BUENO				
		10"	REGULAR				
		12"	MALO				
MUNICIPIO EVALUADO		GUATAVITA					
FORMADOR		MANUEL H. SALGADO C					



INICIACIÓN 3 (13 - 17 AÑOS)

#	NOMBRE Y APELLIDO	LANZAMIENTOS										
		#1		#2		#3		#4		#5		TOTAL
1	ISABELLA TORRES BOGOTA	1	1	2	1	3	0	4	0	5	0	2
2	LINDA ALEJANDRA CRUZ		1		0		0		0		2	
3	LIZETH DANIELA GAVIRIA		0		1		1		0		2	
4	DIANA YAMILE BELTRAN		1		0		0		1		2	
5	ANGELA YISEL BAEZ		0		0		1		1		2	
6	CLAUDIA XIMENA ACOSTA PEÑA		0		1		0		1		2	
7	JHOANA AYALA G		1		0		0		1		3	
8	JEIMY LIZETH MUÑOZ V		0		0		1		1		2	
9	ANYELA YURANI GARZON		1		1		0		0		2	
10	KAROL GABRIELA RODRIGUEZ L		1		0		1		1		4	
11	HECTOR DANILO RODRIGUEZ PEÑA		0		1		1		0		3	
12	ANGELA NATALIA GONZALEZ		0		0		1		1		2	
13	WENDY DAYANA GARCÍA		1		0		1		1		3	
14	ANGIE VALENTINA BONILLA		1		0		1		1		4	
15	EDUARD ESTIBEN VARGAS		0		1		1		0		3	
16	RICARDO ANDRES UCHUVO		1		1		1		0		4	
17	ERIKA ALEJANDRA RIOS		0		1		1		0		2	
18	FRANCY TATIANA CORTES		1		1		1		0		3	
19												
20												
TABLA DE RESULTADOS		4 a 5	MUY BUENO									
		3	BUENO									
		2	REGULAR									
		1 o MENOS	MALO									
MUNICIPIO EVALUADO		GUATAVITA										
FORMADOR		MANUEL H SLAGADO C										

PROGRAMA: ESCUELAS DEPORTIVAS PARA TODOS, DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
COMPONENTE: DEPORTE FORMATIVO

FECHA VISITA: 18 - 04 - 2023			
MUNICIPIO: Guatavita	SEDE DE LA PRÁCTICA: C.D.		
FORMADOR: Manuel H. Salgado	DEPORTE: Baloncesto		
NIVEL DE FORMACIÓN: INICIACIÓN	FUNDAMENTACIÓN GRUPO 1: ☒	FUNDAMENTACIÓN GRUPO 2: ☐	

1. DESARROLLO DE LA SESIÓN.

HORARIO DE INICIO DE LA SESIÓN	4:00	HORA DE FINALIZACIÓN	6:00 PM
TIEMPO TOTAL PREVISTO PARA LA SESIÓN EN MINUTOS	120	TOTAL, DE TIEMPO UTILIZADO PARA LA SESIÓN	120
# SESIONES PROGRAMADAS DURANTE EL PERIODO MENSUAL	12	# SESIÓN SEGUN PLAN PROGRAMADO PARA LA CLASE	8
# TOTAL DE PARTICIPANTES	22	# DE PARTICIPANTES EN LA SESIÓN DE LA CLASE	20

2. CONTENIDO DE LA SESIÓN

PUNTUALIDAD.	SI	/	NO
PRESENTACION PERSONAL ADECUADA PARA DAR LA SESIÓN.	SI	/	NO
REALIZA LLAMADO DE ASISTENCIA.	SI	/	NO
LOS CONTENIDOS APLICADOS DURANTE LA SESIÓN CORRESPONDE A LOS CONTENIDOS PROGRAMADOS EN EL PLAN PEDAGÓGICO.	SI	/	NO
LOS METODOS APLICADOS SON APROPIADOS PARA EL NIVEL DE DESARROLLO DE LOS DEPORTISTAS.	SI	/	NO
LOS MEDIOS APLICADOS SON APROPIADOS PARA EL NIVEL DE DESARROLLO DEL DEPORTISTA.	SI	/	NO
LA SESIÓN DE CLASE SE AJUSTA A LO PROGRAMADO.	SI	/	NO
SE CUMPLEN LOS OBJETIVOS Y/O TAREA DE LA SESIÓN.	SI	/	NO
SE REFLEJA EN LA SESIÓN DE CLASE MOMENTOS RECREATIVOS Y LUDICOS.	SI	/	NO
MANEJA UN LENGUAJE ACORDE Y TECNICO EN LA SESIÓN.	SI	/	NO

3. RECOMENDACIONES PEDAGÓGICAS AL FORMADOR

RECOMENDACIONES
✓ Continuar con la sesiones de clase segun plan pedagógico
✓ Seguir con las inscripciones de Beneficiarios con fichas y consentimiento informado
✓ Hacer seguimiento a los tes de entrada de los usuarios


Firma Formador


Firma Gestor

OBLIGACION 11 ANEXO # 11



Alcaldía Municipal de Guatavita 2020 – 2023
Secretaría de Cultura, Recreación, Deportes y Turismo



LA SECRETARIA DE CULTURA, RECREACIÓN, DEPORTES Y TURISMO

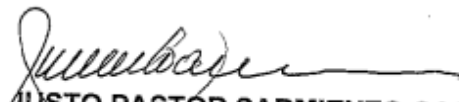
CERTIFICA QUE:

El señor **MANUEL HERNANDO SALGADO CONTRERAS** identificado con cédula de ciudadanía 3.187.879 de Suesca, viene trabajando en el municipio de Guatavita, apoyando al desarrollo de escuelas de formación deportiva de baloncesto, durante el periodo comprendido entre el 01 de abril al 30 de abril del 2023, desempeñando el contrato 364 – 2023 que tiene por objeto la **PRESTACIÓN 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" EN CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES CUNDINAMARCA**, y ha cumplido con las obligaciones establecidas en su contrato.

La presente certificación se expide a solicitud del interesado en el municipio de Guatavita – Cundinamarca, a los dos (2) días del mes de mayo del dos mil veintitrés (2023).



UNA LEYENDA DORADA


JUSTO PASTOR SARMIENTO CASTAÑEDA
Secretario de Cultura Recreación, Deportes y Turismo

Proyectó: Juliana Velandia – Prestación de Servicios Profesionales
Revisó y aprobó: Justo Pastor Sarmiento - Secretario de Cultura, Recreación, Deportes y Turismo

"GUATAVITA SOMOS TODOS"
ALCALDIA MUNICIPAL 2020-2023
CARRERA 7 N. 3 - 05. Celular: 3012238281 Guatavita Cundinamarca
alcaldia@guatavita-cundinamarca.gov.co NIT. 899999395-3 CÓDIGO POSTAL 251060

OBLIGACION 12 ANEXO # 12

10:33 4G+ 54%

← qwv-teex-rjg ▶
FESTIVALES DEPORTE FORMATIVO Y ESCOLAR 2023

Estación 1
Descripción : consiste que a la vez de salida el primero de cada uno de los grupos corre hasta llegar al punto o cone de relevancia se regresa a tomar al segundo de su grupo y así sucesivamente hasta el último del grupo.

Estación 2
El grupo representara la figura geométrica que se le indique

Estación 3
Relieve en carretera

Estación 4
Juego de triqui por equipos

Estación 5
Se compete por equipos a tumbar los pines que están ubicados a 10 metros el reto consiste en hacer 5 puntos para pasar a la siguiente estación

Estación 6
Piedra papel o tijera

RETO GYMKHANA

ESTACION 1 CARRERA EN CADENA
ESTACION 2 FORMAR LA FIGURA
ESTACION 3 CAMBIO DE LUGAR
ESTACION 4 ARMA EL TRIQUI
ESTACION 5 BOLA PUE
ESTACION 6 PIEDRA PAPEL O TIJERA

Raúl está presentando

4ANUE
Tú : 21 más

📞 📺 🔇 🖐️ ⋮

10:19 4G+ 58%

← qwv-teex-rjg ▶
FESTIVALES DEPORTE FORMATIVO Y ESCOLAR 2023

CATEGORIAS : CLASIFICACIÓN POR EDAD (INICIACION FUNDAMENTACIÓN 1 y 2)

POBLACION OBJETO : NIÑOS, NIÑAS, ADOLESCENTES Y JOVENES (NNAJ) INSCRITOS EN EL DEPORTE FORMATIVO: 100% POBLACIÓN URBANA + % RURAL

FORMADORES/ REQUERIMIENTOS

FASE DIVULGACION E INSCRIPCION

CRONOGRAMA DE EJECUCION: 30 DIAS

INSCRIPCIÓN : MAYO 04 DE 2023

FESTIVALES DEPORTIVOS Y FORMATIVOS ESCOLARES

Raúl está presentando

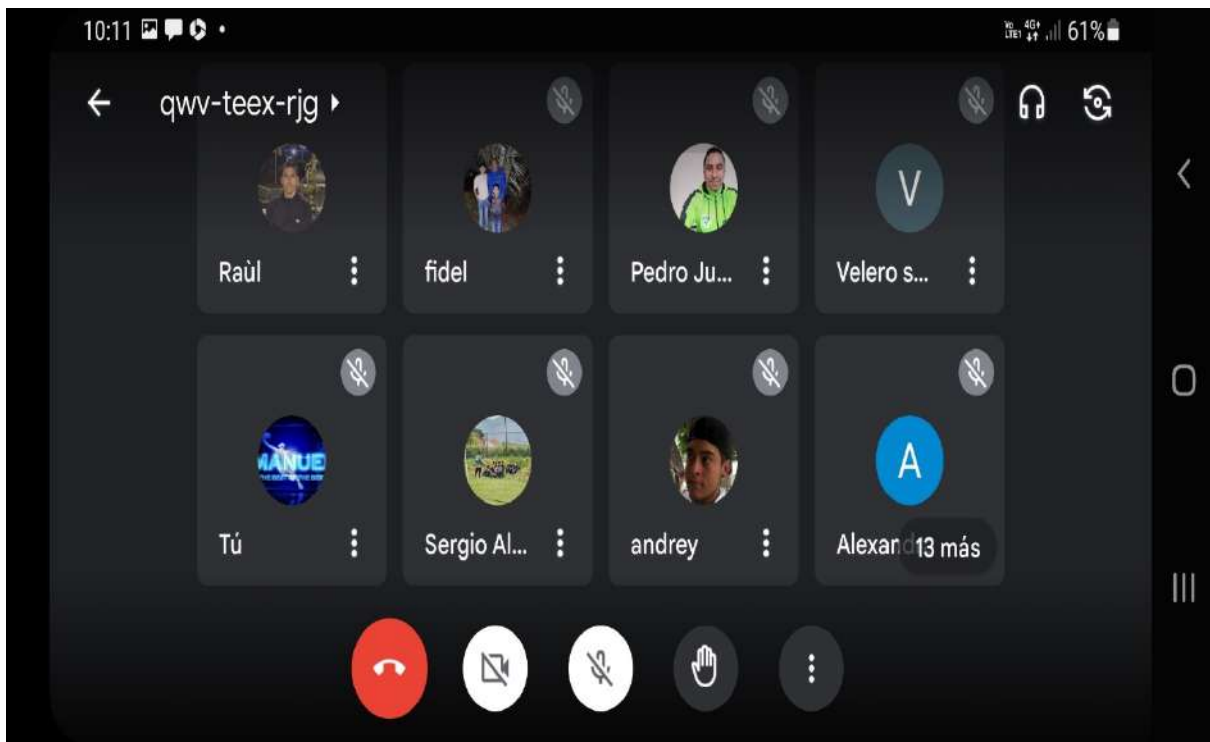
4ANUE
Tú : 20 más

📞 📺 🔇 🖐️ ⋮

OBLIGACION 13 ANEXO # 13







OBLIGACION 14 ANEXO # 14

SE ENTREGARÁ CUANDO SE SOLICITE DOCUMENTACIÓN DEL ÁREA DE ARCHIVO

Nuestra Entidad

Inicio » Nuestra Entidad » Sistema Integrado de Gestión » Sistema de Gestión Documental y Archivo - SIGA

Formato único de inventario documental (FUID)

Información Institucional

Información del Talento Humano

Sistema Integrado de Gestión

Informes a Entes de control y a la Ciudadanía

Contratación, Normatividad, Defensa Judicial y Asuntos Disciplinarios

Estrategia Anticorrupción

Transparencia y acceso a información pública

Atención a la Ciudadanía

Estrategia de género

Portafolio de Servicios

Información para niños y niñas

¿Qué es el formato único de inventario documental (FUID)?

El inventario documental, según el Archivo General de la Nación (AGN), constituye un instrumento archivístico de recuperación de información que describe de manera exacta y precisa las series o los asuntos de un fondo documental. AGN (2014).

El formato único de inventario documental en la SDH

Los inventarios documentales, en la Secretaría Distrital de Hacienda, se encuentran publicados en el SODEA -Sistema de Gestión de Documentos Electrónicos de Archivo (WOC)-, los cuales se actualizaron en una primera fase, con corte al 30 de septiembre de 2015, de acuerdo con la estrategia definida para su actualización dentro de la organización, conforme a la estructura organizacional definida en el Decreto 545 de 2006.

A partir de la entrada en vigencia del Decreto 601, el 3 de noviembre del 2015, cambió la estructura organizacional de la SDH y se actualizó el proceso CPR-43 "Gestión documental", que contempla que la actualización de los inventarios es responsabilidad de las diferentes direcciones.

Posteriormente, surgen los Decretos 607 de 2017 y 634 de 2018, los cuales modifican la estructura organizacional de la Entidad, dando paso a la creación de la Dirección Distrital de Cobro y dos oficinas de la Subdirección de Gestión Documental, lo que ocasiona actualizaciones en los inventarios y nueva producción documental.

OBLIGACION 15 ANEXO # 15

DATOS MANOLO (H:) » ARCHIVOS GENERALES » BASKET 2023 » ABRIL »

it Photo Print

	Nombre	Fecha de modificación	Tipo	Tamaño
1al	1.CUENTA DE COBRO-MANUEL H SALGA...	27/04/2023 10:58 p. m.	Carpeta de archivos	
	2.INF DE GESTION CONTRACTUAL-MAN...	1/05/2023 6:34 p. m.	Carpeta de archivos	
	3.PARAFISCALES-MANUEL H SALGADO ...	22/04/2023 2:39 p. m.	Carpeta de archivos	
	4.EVIDENCIAS-MANUEL H SALGADO C-...	1/05/2023 6:30 p. m.	Carpeta de archivos	
	5.PRUEBAS FISICAS Y ANTROPOMETRI...	1/05/2023 6:24 p. m.	Carpeta de archivos	
	6.PLAN PEDAGOGICO Y MALLA	1/05/2023 6:36 p. m.	Carpeta de archivos	
	EVID	1/05/2023 6:36 p. m.	Carpeta de archivos	

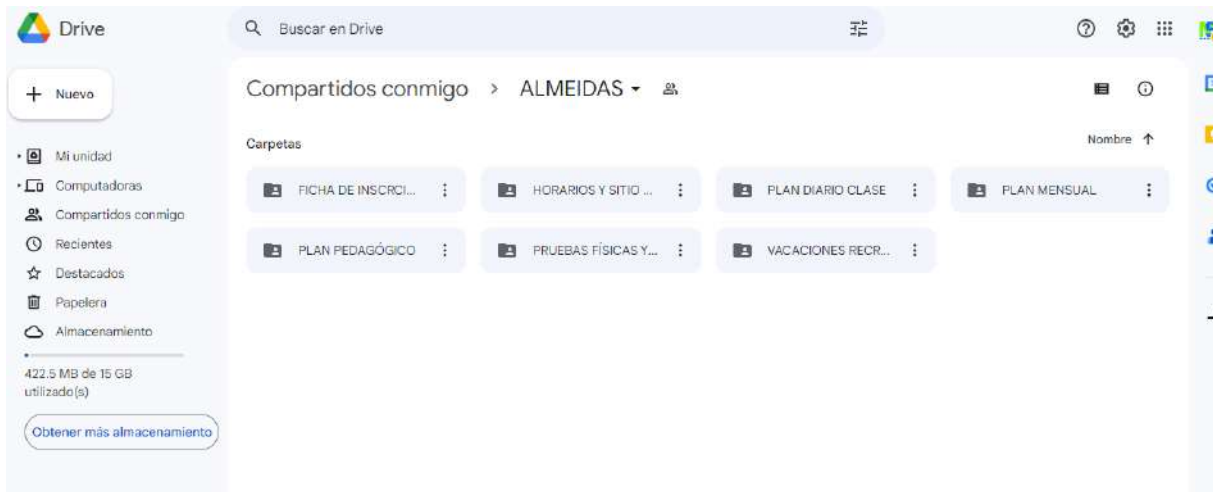
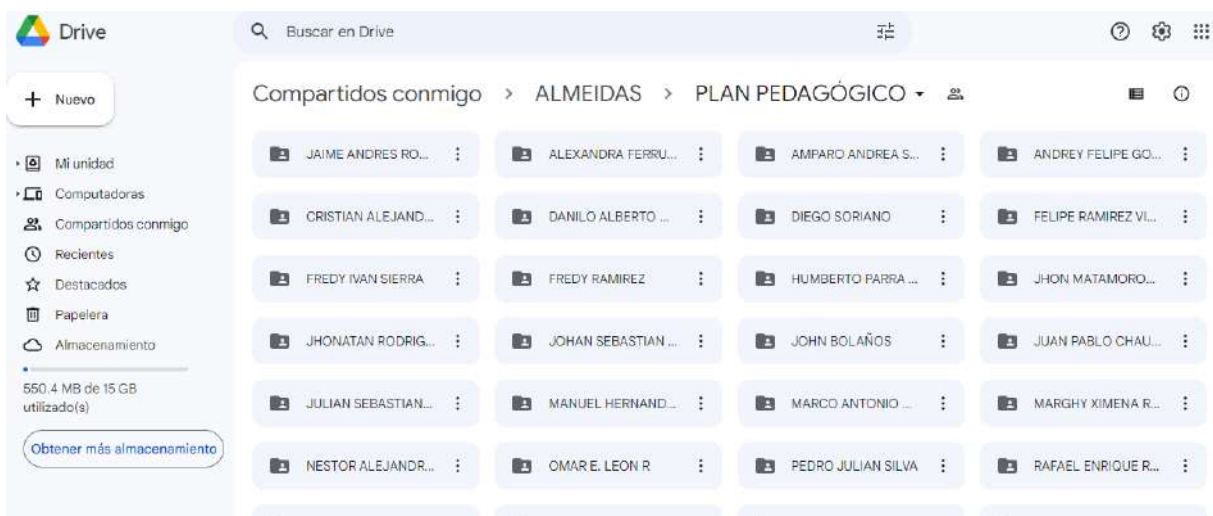
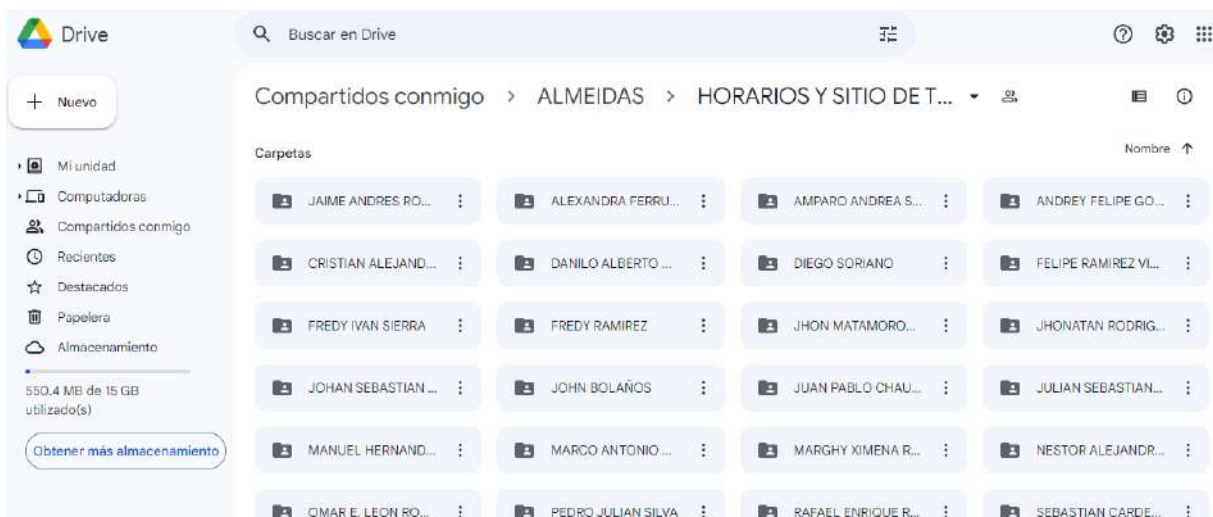
RW (E:)

D (H:)

(H:)

FRAT ES

OBLIGACION 16 ANEXO # 16



ANEXAR 4 FOTOS CON SELFIE POR NIVEL INICIACIÓN, FUNDAMENTACIÓN LA FOTO DEBE LLEAVAR LA MARCA DE AGUA DONDE SE PRESENTE LA FECHA, HORA LUGAR.

INICIACION 1



FECHA Y LUGAR: 10/04/2023 – EL DORADO

FECHA Y LUGAR: 11/04/2023 - DORADO



FECHA Y LUGAR: 24/04/2023 – CIC

FECHA Y LUGAR: 27/04/2023 -COLISEO

INICIACION 2



FECHA Y LUGAR: 17/04/2023 - CIC

FECHA Y LUGAR: 20/04/2023 - COLISEO



FECHA Y LUGAR: 24/04/2023 - CIC

FECHA Y LUGAR: 27/04/2023 - COLISEO

INICIACION 3



FECHA Y LUGAR: 11/04/2023 - COLISEO

FECHA Y LUGAR: 11/04/2023 - COLISEO



FECHA Y LUGAR: 25/04/2023 - COLISEO

FECHA Y LUGAR: 25/04/2023 – COLISEO



