ESTADO PEDAGÓGICO DEL PROCESO DURANTE EL RESPECTIVO PERIODO			
Municipio	**CHAGUANI**		
Deporte / Modalidad	**TENIS DE MESA**		
Número de alumnos por cada nivel de formación	**Iniciación**	**Fundamentación**	**Especialización**
	21	**0**	**0**
# Sesiones prácticas programadas durante el plazo de ejecución del contrato (6 meses)	**Iniciación**	**Fundamentación**	**Especialización**
	12	**0**	**0**
# Sesiones programadas durante el periodo contractual (respectivo mes)	**Iniciación**	**Fundamentación**	**Especialización**
	75	**0**	**0**
# de orden de las sesiones ejecutadas durante el periodo contractual (respectivo mes)	**Iniciación**	**Fundamentación**	**Especialización**
	De la 53 a la 64	**De la _0_ a la __0_**	**De la _0_ a la __0_**
Objetivo general pedagógico programado para el periodo	**Iniciación**	**Fundamentación**	**Especialización**
	Incrementar y fortalecer la participacion de niños, jovenes en las actividades fisicas a traves del tenis de Mesa que le permitan relacionarse y mejorar la calidad de vida.	**0**	**0**
Unidades temáticas programadas y ejecutadas para el periodo con sus respectivas subunidades	**Iniciación**	**Fundamentación**	**Especialización**
	Adquirir patrones motores básicos. Se trata de acrecentar la experiencia motriz de forma muy generalizada y globalizada.	**0**	**0**
Actividades complementarias ejecutadas durante el respectivo periodo	**Iniciación**	**Fundamentación**	**Especialización**
	Se complemento con atletismo.	**0**	**0**
Procesos de seguimiento, control y evaluación	**Iniciación**	**Fundamentación**	**Especialización**

ESTADO PEDAGÓGICO DEL PROCESO DURANTE EL RESPECTIVO PERIODO			
ejecutados durante el respectivo periodo	Por observación.	**0**	**0**
Recomendaciones pedagógicas – metodológicas – logísticas – administrativas a tener en cuenta durante el siguiente periodo			

ALCALDIA MUNICIPAL DE
CHAGUANI CUNDINAMARCA

LA SUSCRITA SECRETARIA DE GOBIERNO Y GESTION SOCIAL DEL MUNICIPIO DE CHAGUANÍ CUNDINAMARCA

HACE CONSTAR

Que **SANDRA PATRICIA NAVAS ENCISO**, identificada con cedula de ciudadanía número 52.111.187 de Bogotá, presto sus servicios como **MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE TENNIS DE MESA**, durante el periodo comprendido entre el primero (01) de Agosto al treinta y uno (31) de agosto de 2019, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo contrato suscrito con INDEPORTES.

La presente se expide en Chaguaní - Cundinamarca, a los dos (02) días del mes de Septiembre de dos mil diecinueve (2019).

Atentamente,

SONIA LISED PULIDO RINCON
Secretaria de Gobierno y Gestión Social

Scanned by CamScanner

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA

CUADRO DE COBERTURA POBLACIONAL

MUNICIPIO: CHAGUANI
DEPORTE: TENIS DE MESA
NIVEL DE FORMACION: INICIACION

META PLAN DE DESARROLLO	GRUPO POBLACIONAL	FEM SECTOR URB	MAS SECTOR URB	FEM SECTOR RUR	MAS SECTOR RUR	DISC	VICT	TOTALES
META 248	INFANCIA (5 a 11 AÑOS)	4	5	5	7	0	0	21
META 257	ADOLESCENTES (12 AÑOS)	0	0	0	0	0	0	0
META 266	ADOLESCENTES (13 A 17 AÑOS)	0	0	0	0	0	0	0
TOTALES		**4**	**5**	**5**	**7**	**0**	**0**	**21**

SANDRA PATRICIA NAVAS ENCISO

FIRMA DEL MONITOR

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA
"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2019

DATOS GENERALES PARTICIPANTES ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA

No.	NOMBRES	APELLIDOS	FECHA DE NACIMIENTO DIA / MES / AÑO	No. DOCUMENTO DE IDENTIDAD O REG. CIVIL	TELEFONO DE CONTACTO	CORREO ELECTRONICO
1	LUIS ANTONIO	VERGARA MUNEVAR	15/08/2013	1.068.929.340	3125593037	No tiene correo electrónico
2	GABRIEL SANTIAGO	CORTES BRAVO	17/12/2013	1.150.187.278	3118935310	No tiene correo electrónico
3	CRISTIAN ALFONSO	FORIGUA DIAZ	20/06/2012	1.073.070.636	3124922376	No tiene correo electrónico
4	DAVID SANTIAGO	GONZALEZ VELASQUEZ	8/05/2013	1189715290	3124922376	No tiene correo electrónico
5	JUAN SEBASTIAN	ORTIZ GARAVITO	1/10/2012	1.072.750.067	3124129505	No tiene correo electrónico
6	SANTIAGO	VALENCIA ARENAS	2/09/2010	1.013.009.536	3117195532	No tiene correo electrónico
7	SHARIK DANIELA	GONZALEZ VELASQUEZ	11/06/2008	1.109.383.385	3108789784	No tiene correo electrónico
8	LAURA SOFIA	DIAZ CONTRERAS	17/11/2010	1.072.026.524	3206145086	No tiene correo electrónico
9	JHOJANES ANDREY	ARENAS GALLO	15/03/2009	1.057.784.934	3223842088	No tiene correo electrónico
10	LAURA ALEJANDRA	VASQUEZ VELASQUEZ	11/06/2009	1.072.026.411	3132490483	No tiene correo electrónico
11	ANGIE TATIANA	VELASQUEZ NIETO	7/06/2009	1.072.747.956	3113301875	No tiene correo electrónico
12	ROGER ANTONIO	ORTIZ AYALA	14/08/2010	1.072.026.503	3208629986	No tiene correo electrónico
13	SOFIA VALENTINA	PRIETO	24/06/2010	1.026.316.879	3208152817	No tiene correo electrónico
14	VALERIA	BERNAL GARCIA	25/01/2012	1.072.026.316	3118776638	No tiene correo electrónico
15	ANDRES DAVID	CONTRERAS GARCIA	21/06/2008	1.072.026.350	3206145086	No tiene correo electrónico
16	DEIKER ALEJANDRO	PEREZ SILVA	7/03/2009	1583905	3123628227	No tiene correo electrónico
17	NIKOL TATIANA	ZAMORA ESPITIA	21/09/2008	1.072.026.368	3202941415	No tiene correo electrónico
18	YEIMI CAROLINA	OSORIO CALDERON	11/01/2010	1.072.026.453	3107709891	No tiene correo electrónico
19	MARTIN DANIEL	RAMIREZ	17/07/2012	1.072.026.644	3115298754	No tiene correo electrónico
20	JUAN DAVID	MORENO	27/09/2008	1.072.026.393	3123628227	No tiene correo electrónico
21	PAULA DANIELA	ACOSTA VALDERRAMA	22/01/2010	1.012.387.341	3123064302	No tiene correo electrónico

	DEPORTE	TENIS DE MESA		
	INICIACION		**TELEFONO DE CONTACTO**	3115510838
	MONITOR	SANDRA PATRICIA NAVAS ENCISO		



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE
"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

DEPORTE FORMATIVO: ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA

HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE / MODALIDAD	TENIS DE MESA
MUNICIPIO	CHAGUANI
FECHA DE ENTREGA / ACTUALIZACION	1 AGOSTO al 31 AGOSTO

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIECOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	OBSERVACIONES
5 A.M. A 6 A.M.	ACTIVIDADES								
	SEDE DE TRABAJO								
6 A.M. A 7 A.M.	ACTIVIDADES								
	SEDE DE TRABAJO								
7 A.M. A 8 A.M.	ACTIVIDADES			Plan semanal	Tenis de Mesa		Tenis de Mesa		
	SEDE DE TRABAJO			Internet Guaduas	Escuela Vereda la Poloinia		Polideportivo de Chaguani		
8 A.M. A 9 A.M.	ACTIVIDADES			Plan semanal	Tenis de Mesa		Tenis de Mesa		
	SEDE DE TRABAJO			Internet Guaduas	Escuela Vereda a Poloinia		Polideportivo de Chaguani		
9 A.M. A 10 A.M.	ACTIVIDADES			Plan semanal					
	SEDE DE TRABAJO			Internet Guaduas					
10 A.M. A 11 A.M.	ACTIVIDADES			Plan semanal					
	SEDE DE TRABAJO			Internet Guaduas					
11 A.M. A 12 M.	ACTIVIDADES	Tenis de Mesa	Tenis de Mesa						
	SEDE DE TRABAJO	Vereda La Polonia	Vereda La Polonia						

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE
"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

DEPORTE FORMATIVO: ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA

HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE / MODALIDAD	TENIS DE MESA
MUNICIPIO	CHAGUANI
FECHA DE ENTREGA / ACTUALIZACION	1 AGOSTO al 31 AGOSTO

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIECOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	OBSERVACIONES
12 M. A 1 P.M.	ACTIVIDADES	Tenis de Mesa	Tenis de Mesa						
	SEDE DE TRABAJO	Vereda La Polonia	Vereda La Polonia						
1 P.M A 2 P.M.	ACTIVIDADES	Tenis de Mesa	Tenis de Mesa						
	SEDE DE TRABAJO	Vereda La Polonia	Vereda La Polonia						
2 P.M. A 3 P.M.	ACTIVIDADES	Tenis de Mesa	Tenis de Mesa						
	SEDE DE TRABAJO	Polideportivo Chaguani	Polideportivo Chaguani						
3 P.M. A 4 P.M.	ACTIVIDADES	Tenis de Mesa	Tenis de Mesa						
	SEDE DE TRABAJO	Polideportivo Chaguani	Polideportivo Chaguani						
4 P.M. A 5 P.M.	ACTIVIDADES	Tenis de Mesa	Tenis de Mesa						
	SEDE DE TRABAJO	Polideportivo Chaguani	Polideportivo Chaguani						
5 P.M. A 6 P.M.	ACTIVIDADES	Tenis de Mesa	Tenis de Mesa						
	SEDE DE TRABAJO	Polideportivo Chaguani	Polideportivo Chaguani						
6 P.M. A 7 P.M.	ACTIVIDADES								
	SEDE DE TRABAJO								
7 P.M. A 8 P.M.	ACTIVIDADES								
	SEDE DE TRABAJO								
8 P.M. A 9 P.M.	ACTIVIDADES								
	SEDE DE TRABAJO								
9 P.M. A 10 P.M.	ACTIVIDADES								
	SEDE DE TRABAJO								

NOMBRE MONITOR SANDRA PATRICIA NAVAS ENCISO

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE
"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

DEPORTE FORMATIVO: ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA

HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE / MODALIDAD	TENIS DE MESA
MUNICIPIO	CHAGUANI
FECHA DE ENTREGA / ACTUALIZACION	1 AGOSTO al 31 AGOSTO

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIECOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	OBSERVACIONES

FIRMA DEL MONITOR _____

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

MUNICIPIO	CHAGUANI
MONITOR	SANDRA PATRICIA NAVAS ENCISO
NIVEL DE FORMACION	INICIACION
MES	AGOSTO

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	ANDRES DAVID CONTRERAS	3138318170			0		1	1		1				0	1		0				1			1				1	1		1			12	9	3	75%
2	ANGIE TATIANA VELASQUEZ	3113301875			0		1	1		1				1	0		1				1			1				1	1		1			12	11	1	92%
3	CRISTIAN ALFONSO FORIGUA D	3124922376			0		1	1		1				1	1		1				1			1				1	1		1			12	12	0	100%
4	DAVID SANTIAGO GONZALEZ V	3124129505			0		1	1		1				1	1		1				1			1				1	1		1			12	11	1	92%
5	DEIKER ALEJANDRO PEREZ	3123628227			0		1	1		0				1	1		1				1			1				1	1		1			12	10	2	83%
6	GABRIEL SANTIAGO CORTES	3118935310			0		1	1		1				1	0		0				1			1				1	1		1			12	10	2	83%
7	JHOJANES ANDREY ARENAS	3206145086			0		1	1		1				1	1		1				1			1				1	1		0			12	11	1	92%
8	JUAN DAVID MORENO	3223842088			0		1	1		1				1	1		0				0			1				1	1		1			12	9	3	75%
9	JUAN SEBASTIAN ORTIZ	3123628227			0		1	1		1				1	1		1				1			1				1	1		1			12	12	0	100%
10	DANIELA ACOSTA	3123064302			0		1	1		1				1	1		0				0			1				1	1		0			12	8	4	67%
11	LAURA ALEJANDRA VASQUEZ	3132490483			0		1	1		0				1	1		1				1			1				1	1		1			12	11	1	92%
12	LAURA SOFIA DIAZ	3206145086			0		1	1		0				1	0		1				1			0				1	1		0			12	8	4	67%
13	LUIS ANTONIO VERGARA M	3222232671			0		1	0		1				1	1		1				1			1				1	1		1			12	11	1	92%
14	MARTIN DANIEL RAMIREZ	3115298754			0		1	1		1				0	1		1				1			1				1	1		1			12	11	1	92%
15	NIKOL TATIANA ZAMORA E	3202941415			0		1	1		0				1	0		1				1			1				0	1		1			12	9	3	75%
16	ROGER ANTONIO ORTIZ	3208629986			0		0	1		1				1	1		1				1			0				1	1		1			12	10	2	83%
17	SANTIAGO VALENCIA ARENAS	3117195532			0		1	1		0				1	1		1				1			1				0	1		1			12	9	3	75%
18	SHARIK DANIELA GONZALEZ V	3108789784			0		1	0		1				1	1		0				1			1				1	1		1			12	11	10	92%
19	SOFIA VALENTINA PRIETO	3208152817			0		1	1		0				1	0		0				1			1				1	1		1			12	8	4	67%
20	VALERIA BERNAL GARCIA	3115842631			0		0	1		1				1	1		1				1			1				1	0		1			12	10	2	83%
21	YEIMI CAROLINA OSORIO	3115830575			0		1	1		1				1	1		0				0			1				1	1		1			12	9	3	75%

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

FIRMA DEL MONITOR	

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA

FORMATO CONTROL DE ASISTENCIA

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2019

MUNICIPIO	CHAGUANI
MONITOR	SANDRA PATRICIA NAVAS
NIVEL DE FORMACION	INICIACION
MES	AGOSTO

No.		TELEFONO DE CONTACTO	MARZO			ABRIL			MAYO			JUNIO			JULIO			AGOSTO			ACUMULATIVO			
			# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	# SESIONES PROGRAMADAS ACUMULADAS	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS ACUMULADAS	% CUMPLIMIENTO ACUMULADO
1	ANDRES DAVID CONTRERAS	3138318170	5	4	1	11	9	2	12	11	1	13	9	4	12	10	2	12	9	3	64	52	12	81%
2	ANGIE TATIANA VELASQUEZ	3113301875	5	4	1	11	8	3	12	10	2	13	10	3	12	9	3	12	11	1	64	52	12	81%
3	CRISTIAN ALFONSO FORIGUA D	3124922376	5	4	1	11	10	1	12	11	1	13	10	3	12	9	3	12	12	0	64	56	8	88%
4	DAVID SANTIAGO GONZALEZ V	3124129505	5	3	2	11	8	3	12	11	1	13	10	3	12	10	2	12	11	1	64	53	11	83%
5	DEIKER ALEJANDRO PEREZ	3123628227	5	5	0	11	10	1	12	8	4	13	13	0	12	10	2	12	10	2	64	54	10	84%
6	GABRIEL SANTIAGO CORTES	3118935310	5	4	1	11	10	1	12	12	0	13	10	3	12	8	4	12	10	2	64	54	10	84%
7	JHOJANES ANDREY ARENAS	3206145086	5	5	0	11	9	2	12	11	1	13	10	3	12	9	3	12	11	1	64	55	9	86%
8	JUAN DAVID MORENO	3223842088	5	5	0	11	10	1	12	10	2	13	13	0	12	9	3	12	9	3	64	56	8	88%
9	JUAN SEBASTIAN ORTIZ	3123628227	5	4	1	11	10	1	12	10	2	13	10	3	12	9	3	12	12	0	64	55	9	86%
10	DANIELA ACOSTA	3123064302	5	4	1	11	8	3	12	10	2	13	13	0	12	8	3	12	8	4	64	51	13	80%
11	LAURA ALEJANDRA VASQUEZ	3132490483	5	5	0	11	10	1	12	10	2	13	10	3	12	9	3	12	11	1	64	55	10	86%
12	LAURA SOFIA DIAZ	3206145086	5	4	1	11	8	3	12	10	2	13	10	3	12	6	6	12	8	4	64	46	18	72%
13	LUIS ANTONIO VERGARA M	3222232671	5	5	1	11	9	2	12	11	1	13	10	3	12	9	3	12	11	1	64	55	9	86%
14	MARTIN DANIEL RAMIREZ	3115298754	5	4	1	11	8	3	12	10	2	13	13	0	12	11	1	12	11	1	64	57	7	89%
15	NIKOL TATIANA ZAMORA E	3202941415	5	5	0	11	10	1	12	11	1	13	11	2	12	9	3	12	9	3	64	55	9	86%
16	ROGER ANTONIO ORTIZ	3208629986	5	4	1	11	9	2	12	9	3	13	9	4	12	9	3	12	10	2	64	50	14	78%
17	SANTIAGO VALENCIA ARENAS	3117195532	5	4	1	11	8	3	12	12	0	13	10	3	12	9	3	12	9	3	64	52	12	81%
18	SHARIK DANIELA GONZALEZ V	3108789784	5	4	1	11	11	0	12	11	1	13	10	3	12	9	3	12	11	10	64	56	8	88%
19	SOFIA VALENTINA PRIETO	3208152817	5	5	0	11	10	1	12	11	1	13	9	4	12	8	4	12	8	4	64	51	13	80%
20	VALERIA BERNAL GARCIA	3115842631	5	5	0	11	9	2	12	12	0	13	13	0	12	11	1	12	10	2	64	60	4	94%
21	YEIMI CAROLINA OSORIO	3115830575	5	5	0	11	10	1	12	11	1	13	12	1	12	9	1	12	9	3	64	56	8	88%
FIRMA DEL MONITOR																								


COLOMBIA



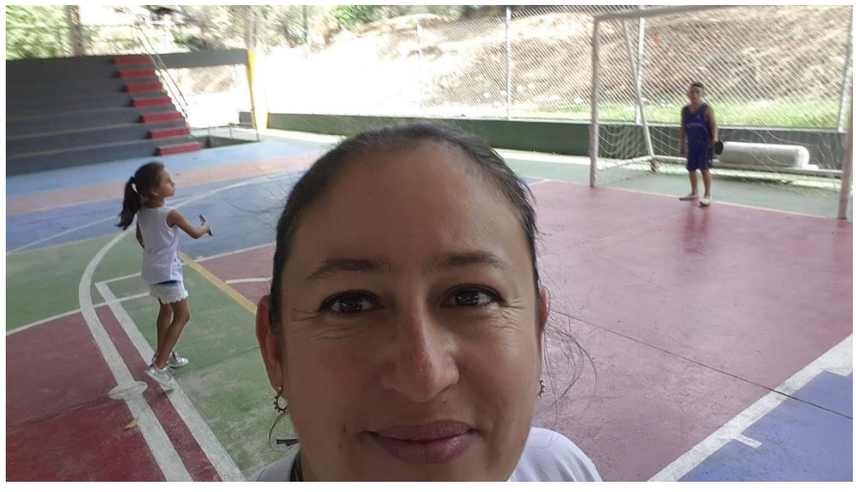

SCOOP

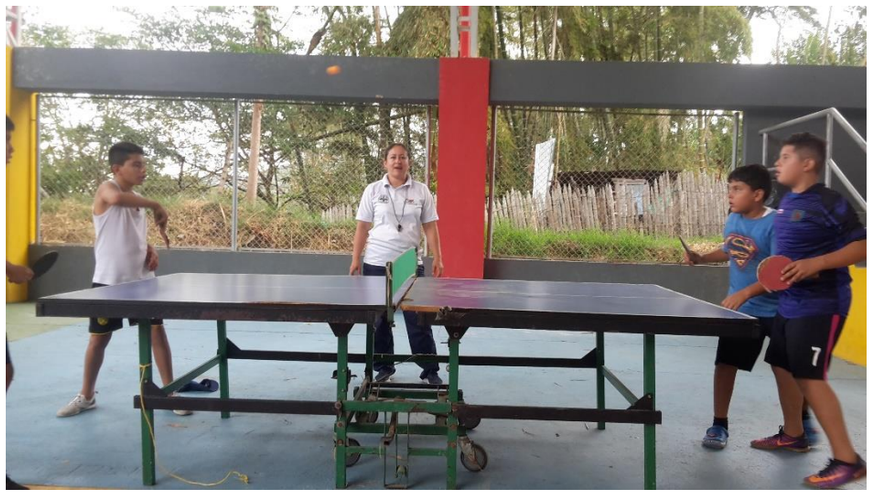

12

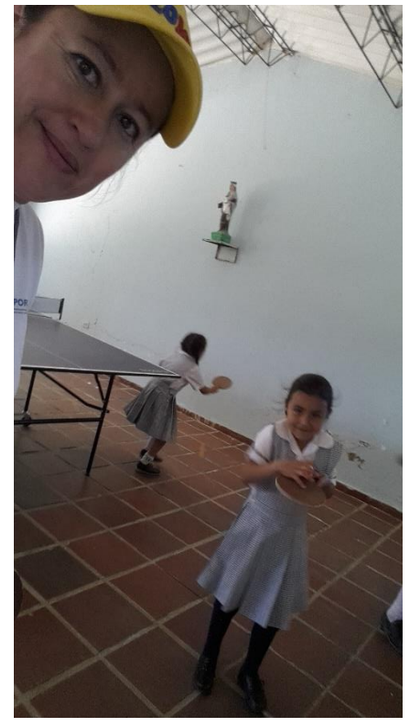


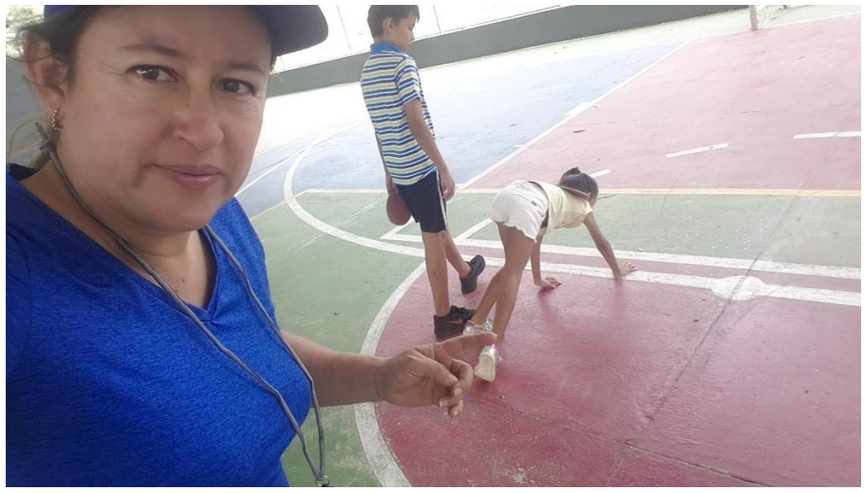








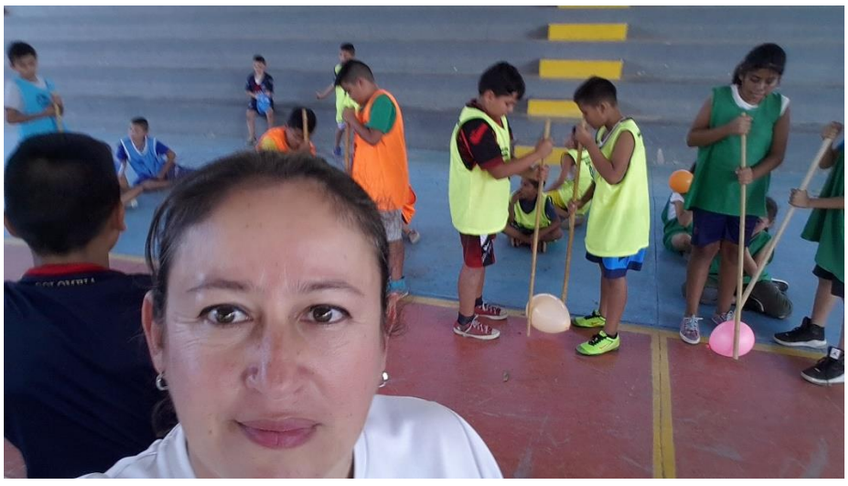




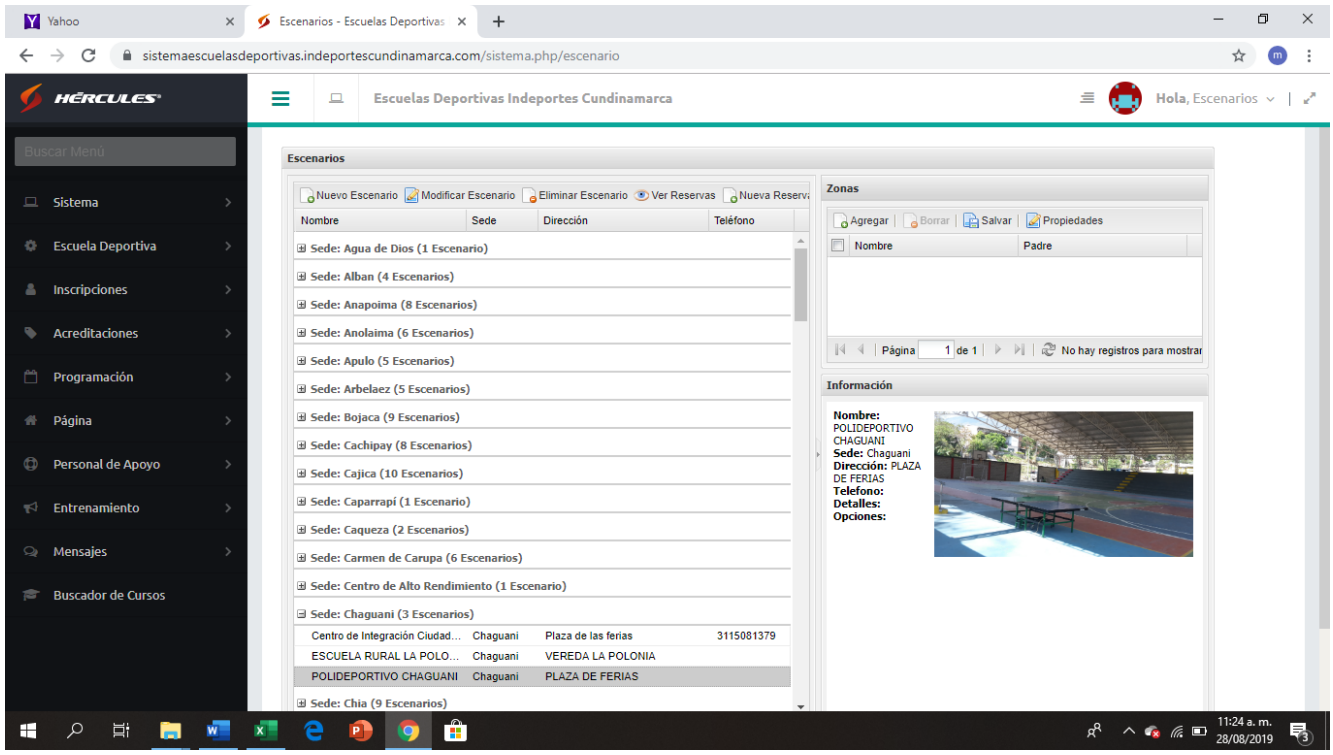


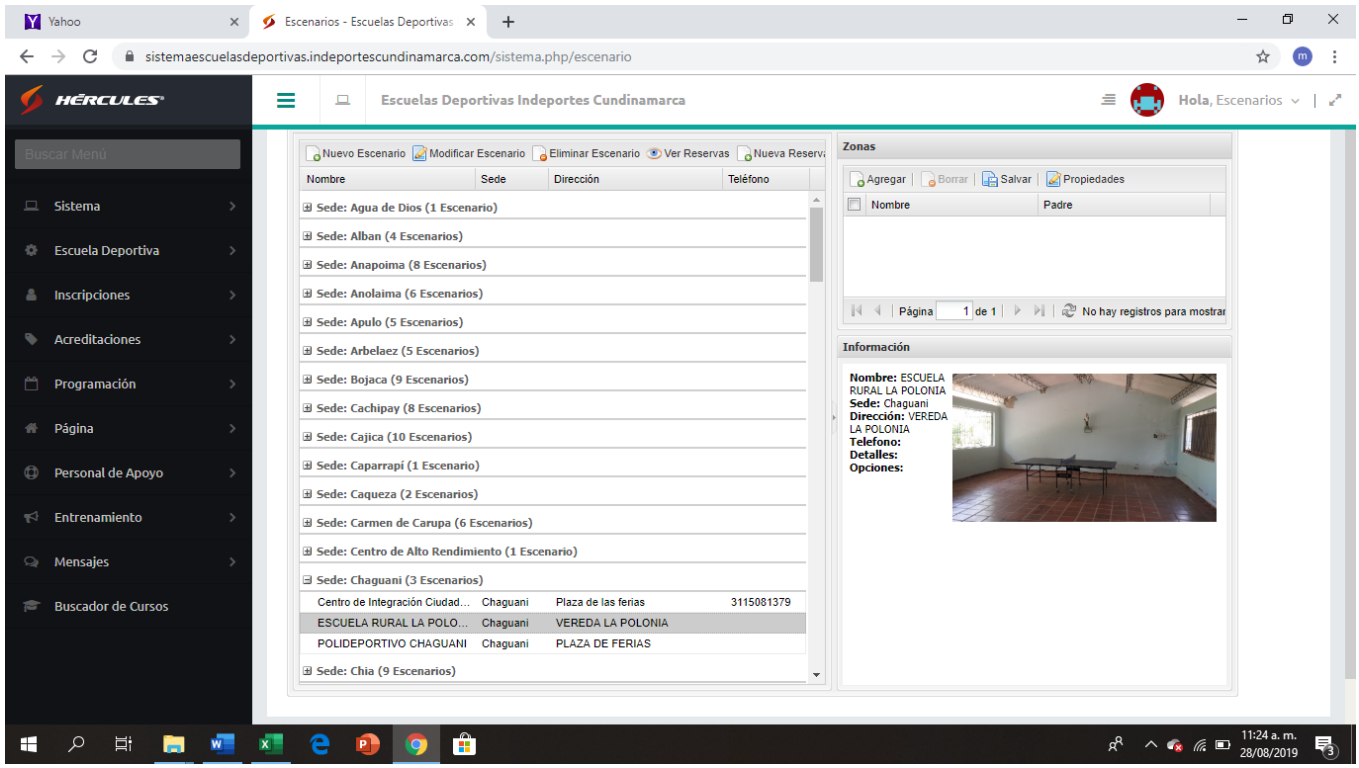









Yahoo
Escenarios - Escuelas Deportivas
sistemaescuelasdeportivas.indeportescundinamarca.com/sistema.php/escenario
HÉRCULES
Escuelas Deportivas Indeportes Cundinamarca
Hola, Escenarios
Buscar Menú
Sistema
Escuela Deportiva
Inscripciones
Acreditaciones
Programación
Página
Personal de Apoyo
Entrenamiento
Mensajes
Buscador de Cursos
Escenarios
Nuevo Escenario
Modificar Escenario
Eliminar Escenario
Ver Reservas
Nueva Reserva
Nombre
Sede
Dirección
Teléfono
Sede: Agua de Dios (1 Escenario)
Sede: Alban (4 Escenarios)
Sede: Anapoima (8 Escenarios)
Sede: Anolaima (6 Escenarios)
Sede: Apulo (5 Escenarios)
Sede: Arbelaez (5 Escenarios)
Sede: Bojaca (9 Escenarios)
Sede: Cachipay (8 Escenarios)
Sede: Cajica (10 Escenarios)
Sede: Caparrapí (1 Escenario)
Sede: Caqueza (2 Escenarios)
Sede: Carmen de Carupa (6 Escenarios)
Sede: Centro de Alto Rendimiento (1 Escenario)
Sede: Chaguani (3 Escenarios)
Centro de Integración Ciudad... Chaguani Plaza de las ferias 3115081379
ESCUELA RURAL LA POLO... Chaguani VEREDA LA POLONIA
POLIDEPORTIVO CHAGUANI Chaguani PLAZA DE FERIAS
Sede: Chia (9 Escenarios)
Zonas
Agregar
Borrar
Salvar
Propiedades
Nombre
Padre
Página 1 de 1
No hay registros para mostrar
Información
Nombre: POLIDEPORTIVO CHAGUANI
Sede: Chaguani
Dirección: PLAZA DE FERIAS
Telefono:
Detalles:
Opciones:
11:24 a. m.
28/08/2019


Yahoo
Escenarios - Escuelas Deportivas
sistemaescuelasdeportivas.indeportescundinamarca.com/sistema.php/escenario
HÉRCULES
Escuelas Deportivas Indeportes Cundinamarca
Hola, Escenarios
Buscar Menú
Sistema
Escuela Deportiva
Inscripciones
Acreditaciones
Programación
Página
Personal de Apoyo
Entrenamiento
Mensajes
Buscador de Cursos
Nuevo Escenario
Modificar Escenario
Eliminar Escenario
Ver Reservas
Nueva Reserva
Nombre
Sede
Dirección
Teléfono
Sede: Agua de Dios (1 Escenario)
Sede: Alban (4 Escenarios)
Sede: Anapoima (8 Escenarios)
Sede: Anolaima (6 Escenarios)
Sede: Apulo (5 Escenarios)
Sede: Arbelaez (5 Escenarios)
Sede: Bojaca (9 Escenarios)
Sede: Cachipay (8 Escenarios)
Sede: Cajica (10 Escenarios)
Sede: Caparrapí (1 Escenario)
Sede: Caqueza (2 Escenarios)
Sede: Carmen de Carupa (6 Escenarios)
Sede: Centro de Alto Rendimiento (1 Escenario)
Sede: Chaguani (3 Escenarios)
Centro de Integración Ciudad... Chaguani Plaza de las ferias 3115081379
ESCUELA RURAL LA POLO... Chaguani VEREDA LA POLONIA
POLIDEPORTIVO CHAGUANI Chaguani PLAZA DE FERIAS
Sede: Chia (9 Escenarios)
Zonas
Agregar
Borrar
Salvar
Propiedades
Nombre
Padre
Página 1 de 1
No hay registros para mostrar
Información
Nombre: ESCUELA RURAL LA POLONIA
Sede: Chaguani
Dirección: VEREDA LA POLONIA
Telefono:
Detalles:
Opciones:
11:24 a. m.
28/08/2019

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
FORTALECIMIENTO DEL DEPORTE DE ALTOS LOGROS DE CUNDINAMARCA

PLANEACION SEMANAL DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA

DEPORTE / MODALIDAD	Tensi de Mesa
DISCAPACIDAD	No hay en el programa
MUNICIPIO	Chaguani
RAMA	Femenino y masculino
SEMANA	DEL 29 Julio AL 3 de Agosto 2019

ASPECTOS GENERALES GRUPO	
NIVEL DE FORMACION	Iniciacion.
No. DE DEPORTISTAS	21

OBJETIVO GENERAL DEL PLAN: **Incrementar y fortalecer la participacion de niños, jovenes en las actividades fisicas a traves del tenis de Mesa que le permitan relacionarse y mejorar la calidad de vida.**

No SESION	DIA	HORA	LUGAR DE LA CLASE	OBJETIVO SESION	COMPONENTE FUNDAMENTACION GLOBAL - REFORZAMIENTO MOTOR - FISICO, TECNICO, TACTICO	OTROS ASPECTOS ACT. COMPLEMENTARIAS - ENTRENAMIENTO PSICOLOGICO - COMPETENCIAS - ROTACION
51	LUNES	11:00 a 2:00 pm 2:00pm- 6:00pm	Escuela Vereda Polonia. Polideportivo Chaguani	Realizar caminata y mejorar los lanzamientos .	Juegos con balón para desarrollar el lanzamiento 1. Nombre del juego: "Lanzar al cesto" Medios: Pelotas pequeñas, cestos o cajas. Objetivo: Mejorar la habilidad de lanzar. Forma de organización: Se organizan los niños en dos hileras, a una distancia moderada de 2 metros se coloca un cesto o caja frente a cada una de ellas, el primer niño tendrá una pelota en la mano. Desarrollo: Al sonido de la palmada del profesor el primer niño lanzará la pelota elevando el brazo por encima del hombro y desde atrás lanzará al cesto, luego irá caminando a recogerla y se la entregará al próximo compañero. Gana el equipo que más pelotas enceste. Reglas: La pelota hay que lanzarla hacia el cesto o caja. El siguiente niño no puede salir hasta que el compañero le entregue el objeto en la mano. Variante: El juego puede realizarse con pelotas de otros tamaños y peso.	Nombre del juego: "Los trenes." Objetivo: Desarrollar la habilidad de caminar. Medios: Tizas. Forma de organización: Se forman 2 grupos organizados en hileras. Se dibujan en el suelo 2 lineas paralelas a una distancia aproximadamente una de otra a 30 cm que son las lineas del tren y con una longitud de 10 metros de largo delante de cada equipo. Desarrollo: Los equipos se colocan en hileras, detrás de la linea de partida. A la señal del profesor saldrán caminando sobre el borde externo del pie entre las 2 lineas hasta llegar a la meta que es un rectángulo dibujado en el suelo que significa la terminal del tren. Reglas: Gana el equipo que primero logre pasar todos sus integrantes hacia la meta. No se pueden pisar las lineas paralelas. Cada vez que un niño pise la linea su equipo pierde un punto. Variante: El juego puede realizarse utilizando diferentes apoyos de los pies excepto en el caso de la existencia de alguna deformidad.
52	MARTES	11:00 a 2:00 pm 2:00pm- 6:00pm	Escuela Vereda Polonia. Polideportivo Chaguani	Desarrollar lanzamientos y golpear.	Nombre del juego: Atacar al enemigo. Objetivo: Desarrollar la habilidad de lanzar. Medios: Pelotitas de gomas en diferentes colores, tablero con un dibujo de un barco pirata. Forma de organización: Se forman dos equipos en hileras detrás de una linea trazada en el piso, a 5 metros se colocan en un circulo dibujado en le suelo las peloticas, a una distancia de 2 a 3 metros se coloca el tablero con el dibujo del barco, al cual se le va a hacer el lanzamiento y este debe estar a una altura aproximada de un metro del piso. Desarrollo: Al señal del profesor los primeros de cada equipo saldrán caminando hasta el circulo tomarán una pelotita y deben lanzarla por encima del hombro y desde atrás, tratando de derribar el barco. Reglas: El lanzamiento debe ser correcto. Gana el equipo que más veces logre darle al dibujo colocado en el tablero.	Nombre del juego: "Golpea y anota" Objetivo: Desarrollar las diferentes variantes de golpeo. Medios: Pelotas, tizas para dibujar porterias pequeñas pintadas en el suelo. Forma de organización: Se colocan en equipos formados en hileras, el primer niño de cada equipo tendrá una pelota, a una distancia de 4 a 5 metros se pintará la porteria. Desarrollo: A la señal del silbato del profesor, cada niño golpeará la pelota con el pie hacia la porteria. Luego irá caminando a recogerla y regresará caminando y le entregará la pelota al próximo compañero. Reglas: Cada vez que se anote un gol el equipo tiene un punto adicional. Deben regresar caminando. Ganará el equipo que más goles anote. Variante: El juego se podrá realizar golpeando con las manos.
	MIERCOLES	7:00am a 11:00	Internet Guaduas	Realizar plan semanal.		
	JUEVES					
	VIERNES					
53	SABADO	7:00ama 9:00 am	Polideportivo Chaguani	Desarrollar lanzamientos y saltos.	Nombre: Pelota al aire. Objetivos: Mejorar la coordinación en lanzamientos y atrapes. Medios: Pelotas pequeñas o medianas. Forma de organización: Se forman equipos y cada uno se subdivide en dos hileras colocándose una frente a la otra, separadas entre si por cinco metros y detrás de una linea. El primer niño de cada equipo sostiene una pelota en la mano. Desarrollo: A la señal del maestro, el primer niño de cada equipo se desplazará al frente lanzando la pelota hacia arriba con una o dos manos y atrapándola. Al llegar a la hilera opuesta, entregará la pelota al primer niño y caminará a colocarse al final de esta. El que recibe la pelota realiza la misma acción. Gana el equipo que mejor realiza la actividad. Reglas: Si se cae la pelota debe recogerse y continuar el ejercicio desde el mismo lugar donde se cayó. Los niños deben permanecer detrás de la linea hasta que les entreguen la pelota. Variantes: Se pueden introducir palmadas u otras acciones antes de recibir la pelota. Se puede realizar utilizando el lanzamiento y atrape de rebote contra el piso.	Nombre del juego: "El conejo saltarín" Objetivo: Desarrollar el salto. Medios: Zanahorias de cartón y cestas. Forma de organización: Los alumnos estarán dispersos en el área la cual tendrá una medida de 9m x 9m aproximadamente. Desarrollo: Los niños estando dispersos tratarán de coger la mayor cantidad de zanahorias, las cuales se encontrarán en diferentes zonas del área de juego, el desplazamiento deben realizarlo saltando y una vez tomadas las zanahorias deben colocarlas en las cestas situadas en los extremos. Ganará el niño/a que mayor cantidad de zanahorias recolecte. Reglas: Deben desplazarse saltando con ambos pies. No pueden empujar a sus compañeros para recolectar las zanahorias. Variantes: El juego puede ejecutarse saltando con un solo pie.

los tiempos son largos y la tematica corta por que los niños y jovenes vienen a distintas horas durante el dia, ya que solamente hay una mesa de ping-pong. La semana anterior Realizar ejercicios de saltos con la soga hacia adelante, atrás, cruzado, uno y otro pie, para reforzar la coordinación dinámica general.Practicar lanzamientos,Mejorar la recepcion lanzando y corriendo.Practicar la presicion

Sandra Patricia Navas Enciso		Jeysson Camilo Bustos Edu. Fisico T.P. N° 1.073.505.626
NOMBRE DEL MONITOR	FIRMA MONITOR	V°B° COORDINADOR ZONA

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
FORTALECIMIENTO DEL DEPORTE DE ALTOS LOGROS DE CUNDINAMARCA

PLANEACION SEMANAL DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA

DEPORTE / MODALIDAD	Tensi de Mesa
DISCAPACIDAD	No hay en el programa
MUNICIPIO	Chaguani
RAMA	Femenino y masculino
SEMANA	DEL 26 de Agosto AL 1 de Septiembre 2019

ASPECTOS GENERALES GRUPO	
NIVEL DE FORMACION	Iniciacion.
No. DE DEPORTISTAS	21

OBJETIVO GENERAL DEL PLAN: **Incrementar y fortalecer la participacion de niños, jovenes en las actividades fisicas a traves del tenis de Mesa que le permitan relacionarse y mejorar la calidad de vida.**

No SESION	DIA	HORA	LUGAR DE LA CLASE	OBJETIVO SESION	COMPONENTE	OTROS ASPECTOS
					FUNDAMENTACION GLOBAL - REFORZAMIENTO MOTOR - FISICO, TECNICO, TACTICO	ACT. COMPLEMENTARIAS - ENTRENAMIENTO PSICOLOGICO - COMPETENCIAS - ROTACION
62	LUNES	10:00 a 1:00 pm 2:00pm-6:00pm	Escuela Vereda Polonia. Polideportivo Chaguani	Trabajar la coordinación óculo – segmentaria. Tatdes de recreación.	Parte incial: Calentamiento: trote , moviendo brazos hacia y hacia abajo con movimientos de muñecas, trote con saltos 2 por carrera. estiramiento de cabeza,hombros rotacion hacia adelante y luego hacia atras, cadera, levanto la pierna y muevo la rodilla al aire suavemente, luego tobillos al aire en forma de circulo con movimientos suaves. Parte central: Explicacion del juego LANZAMIENTOS DE BALÓN: Lanzar el balón con una sola mano, vertical hacia arriba y recogerla con la misma mano, varias veces seguidas. Cambiar la mano con la realizamos el lanzamiento y la recepción. Ídem pero antes de que caiga hay que dar una, dos, tres, cuatro… varias palmadas. Ídem pero en desplazamiento y a la voz de "ya "cambio de balón con un compañero, al "ya" vuelvo a cambiar con el mismo compañero. Parte final:Vuelta a la calma: Estiramos los pies con movimientos suaves arriba -abajo, nos sentamos en el piso tratamos de tocar la punta de los pies varias veces. Parte final: Caminamos despacio, tomamos respiracion (inhalamos y exhalamos,movientos hacia de nuestros dedos, brazos estirados con un brzao flexionado le hacemos algo de presion, movimientos de hombros arriba,abajo,nos sentamos en el piso con piernas abiertas estiradas tocmos la punta de los pies 5 veces, sentados levantamos la pierna y hacemos movimientos circulares al tobillo.	En tardes de recreación en el Polideportivo de Chaguani .PASE 10(Basquet)Los jugadores de un equipo deben pasaese la pelota 10 veces sin ser interceptada. RELEVOS DE PARED: Son necesario de 4 a 10 jugadores. Se deben formar dos, tres, cuatro quipos en la frente a la pared. El primer jugador de cada equipo debe tener el balón. en orden cada uno debe hacer un toque de dedos o antebrazos hacia la pared para que el compañero que siga lo reciba. el que dio el toque al balón se coloca en la última posición de la fila. El ganador del jugo es quien consiga hacer cuatro rotaciones seguidas sin perder el control del balón. BATALLA DE GLOBOS: Un globo por grupos de a 4 inflado, el juego consiste en tratar de inflar el globo tamaño medio entregarlo al instructor y amarrarlo. variante con un palo llevar con golpes pequeños ael globo hasta la otra linea y entregar el bastón a su compañero asi hasta terminar. Variante: un globo por parejas llevarlo espalda con espalda hasta el otro lado, sin dejarjo caer en forma lateral.
63	MARTES	10:00 a 1:00 pm 2:00pm- 6:00pm	Escuela Vereda Polonia. Polideportivo Chaguani	Desarrollar lanzamientos y recepciones. Mejorar los giros, lanzamientos y recepciones.	Parte inicial: Calentamiento Calentamiento: caminando luego trotando trote , moviendo brazos en todas las direcciones varias veces, con movimientos de manos en forma circular 10 veces, trote con saltos 3 por carrera. estiramiento de cabeza,hombros rotacion hacia adelante y luego hacia atras, cadera, levanto la pierna y muevo la rodilla al aire suavemente, luego tobillos al aire en forma de circulo con movimientos suaves. Parte central: Explicacion del JUEGO: LLUVIA DE BALONES. GOTAS HACIA ARRIBA: Mantener el balón con ambas manos detrás de la espalda, flexionar el tronco hacia delante lanzando al mismo tiempo el balón por encima de la cabeza y cogerlo por delante del cuerpo. GOTAS HACIA ARRIBA AL REVÉS: Mantener el balón con ambas manos delante del cuerpo y se lanza hacia arriba para cogerlo detrás de la espalda. GOTAS DE ARRIBA – ABAJO: Una mano detrás de la espalda, la otra delante del cuerpo. Lanzamiento del balón de una mano a la otra (el balón pasa por encima de la cabeza). Intercambiar las manos que están delante o detrás de espalda o cuerpo. SIROCO: Se mantiene el balón entre las piernas separadas de forma cruzada (un pie adelantado con respecto al otro). La mano izquierda al lado izquierdo de la pierna izquierda y la derecha al lado izquierdo de la pierna derecha. Se tira el balón hacia arriba y se intercambia la posición de las manos para volver a cogerlo. Parte final: Hacemos un circulo cojemos brazos los estiramos lo que mas podamos, parte derecha, parte izquierda, con rodillas rectas intentamos ticar nuetrso pies lo hacemos varias veces lugo movemos nuestro tobillo en forma de circulo suavemente, punta de pies, talones, borde interno, borde externo.	Parte central: Explicacion deJUEGO: PELOTA CAPITANA. Por equipos colocados en fila, uno detrás de otro, y con el balón sujeto entre sus pies, con 1 metro de separación aproximadamente, menos el capitán de cada equipo, que se coloca en frente de su fila a una distancia convenida con su balón. A una señal del profesor, el capitán pasa el balón al primero de la fila, este se la devuelve y se sienta. El capitán repite lo mismo con el 2º, 3º, etc hasta que llega al último, quién cogerá su balón y pasará a ocupar el puesto de capitán; este se colocará el primer, y todo el equipo tendrá que pasar sucesivamente por el puesto de capitán. Ganará el equipo que primero termine el ciclo. • Igual, pero al recibir el que va a pasar realiza un giro para situarse de espaldas al capitán y pasarle el balón de espaldas por encima de la cabeza, al hacerlo se sienta. • Igual, el pase se lo hace desde piernas abiertas con ambas manos detrás de las piernas y lazando entre ellas.
	MIERCOLES	7:00am a 11:00	Internet Guaduas	Realizar plan semanal.		
64	JUEVES	7:00am a 9:00pm	Escuela Vereda Polonia	Identificar acciones de transporte y manejo de objetos. Saltos y desplazamientos	Parte inicial: Calentamiento Calentamiento: trote , moviendo brazos arriba al lado, atras con movimientos de manos o sea abrimos y cerramos 10 veces, trote con saltos 3 por carrera. estiramiento de cabeza,hombros rotacion hacia adelante y luego hacia atras, cadera, levanto la pierna y muevo la rodilla al aire suavemente, luego tobillos al aire en forma de circulo con movimientos suaves. Parte central: Explicacion del juego ,JUEGO: COMPETICIÓN DE TRANSPORTES. El grupo dividido en varios de 5 a 6 participantes, sobre un recorrido de 6 metros, con tres estafetas separadas un metro y medio entre ellas, entre las que se realiza un recorrido entre ellas, se realizan carreras hacia un lado para dar el relevo (una palmada) al compañero que correrá en dirección contraria, para dar el relevo al siguiente compañero. • Llevando el balón sujeto entre las rodillas, y sin usar las manos. • Llevando el balón sujeto con las manos en la espalda. • Botando el balón. • Conduciendo el balón con los pies. Identificar .Por grupos de 5 a 6 alumnos. Parte final: es la vuelta a la calma vamos estirando nuetros brazos, adelante, atras, arriba, abajo, rodilla al frente como si dieramos un paso flexionamos la derecha y la izquierda va estirada lo que mas podamos, movimientos de tobillos en forma de circulos al aire.	
	VIERNES					
	SABADO					

los tiempos son largos y la tematica corta por que los niños y jovenes vienen a distintas horas durante el dia, ya que solamente hay una mesa de ping-pong. La semana anterior Desarrollar lanzamientos y realizar ejercicios con cuadrupedia.Practicar ejercicios con carrera y equilibrio,Identificar acciones de transporte y manejo de objetos y las técnicas básicas de golpeos.

Sandra Patricia Navas Enciso		Jayson Camilo Bustos Edu. Fisico T.P. N° 1.073.505.626
NOMBRE DEL MONITOR	FIRMA MONITOR	V°B° COORDINADOR ZONA

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
FORTALECIMIENTO DEL DEPORTE DE ALTOS LOGROS DE CUNDINAMARCA

PLANEACION SEMANAL DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA

DEPORTE / MODALIDAD	Tensi de Mesa
DISCAPACIDAD	No hay en el programa
MUNICIPIO	Chaguani
RAMA	Femenino y masculino
SEMANA	DEL 19 de Agosto Al 25 de Agosto 2019

ASPECTOS GENERALES GRUPO	
NIVEL DE FORMACION	Iniciacion.
No. DE DEPORTISTAS	21

OBJETIVO GENERAL DEL PLAN: **Incrementar y fortalecer la participacion de niños, jovenes en las actividades fisicas a traves del tenis de Mesa que le permitan relacionarse y mejorar la calidad de vida.**

No SESION	DIA	HORA	LUGAR DE LA CLASE	OBJETIVO SESION	COMPONENTE	OTROS ASPECTOS
					FUNDAMENTACION GLOBAL - REFORZAMIENTO MOTOR - FISICO, TECNICO, TACTICO	ACT: COMPLEMENTARIAS - ENTRENAMIENTO PSICOLOGICO - COMPETENCIAS - ROTACION
60	LUNES	10:0 a 1:00 pm 2:00pm-6:00pm	Escuela Vereda Polonia. Polideportivo Chaguani	Desarrollar lanzamientos y realizar ejercicios con cuadrupedia.	Nombre: Lanzamiento de campeones. Objetivo: Ejercitar la habilidad de lanzar con precisión. Medios: Pelotas medianas o pequeñas, bolos o sustitutos. Forma de organización: Se forman equipos en hileras, situados detrás de una línea denominada de lanzamiento. Frente a cada hilera y a una distancia determinada por el profesor se sitúan tres bolos en forma de triángulo, cada uno dentro de un pequeño círculo. Un niño se ubica detrás de los bolos. El primer alumno de cada equipo tendrá una pelota en sus manos. Desarrollo: A la señal del maestro, los niños que tienen las pelotas, la lanzan en dirección a los bolos. El alumno que lanza es el encargado de organizar los mismos y se colocará detrás de estos. El niño que se encontraba detrás, recoge la pelota, sale corriendo o caminando y se la entrega al primer alumno de la hilera, incorporándose al final de la misma. Cada bolo derribado vale un punto. Regla: Ganará el equipo que más puntos acumule.	Nombre del juego: La carga del buey. Objetivo: Desarrollar la cuadrupedia coordinando movimientos de brazos y piernas. Medios: palo pequeño alargado, silbato, tiza. Forma de organización: Dos equipos situados detrás de una línea, a una distancia de 3 metros otra línea. Desarrollo: Al silbato de del profesor salen los niños en cuadrupedia (imitando los bueyes) deben trasportar su carga, que consiste en un palo pequeño de forma alargada situado en sus espaldas hacia el otro extremo al llegar regresan corriendo y le colocan el palo al próximo niño. Reglas: El equipo que primero termine obtiene la victoria. Cada vez que se le caiga el palo de debe simular el sonido de un buey y a continuación ponerse el palo de nuevo en la espalda y continuar con el transporte.
	MARTES	9:00am a 3:00 pm	Plaza de ILa Paz Gobernación Cundinamarca	Asistir al llamado del Supervisor	Premio "Cundinamarca el primer departamento del país"; entidad territorial número uno en los cinco componentes de mediación de talento humanoy desarrollo organizacional.	
	MIERCOLES	7.00am a 11:00	Internet Guaduas	Realizar plan semanal.		
61	JUEVES	7:00am -a 9:00 am	Escuela Vereda Polonia.	Identificar acciones de transporte y manejo de objetos y las técnicas básicas de golpeos.	Cada alumno con un balón, se desplaza por toda la pista, al mismo tiempo que se pasa el balón de una mano a la otra por entre las piernas, coordinando cada paso con un pase del balón. Nos desplazamos cambiando el sentido, hacia delante o hacia atrás, según lo indique el profesor. Variante: Ahora, con un paso el balón se cambia de mano entre las piernas, y con el siguiente paso, el balón se cambia de mano encima de la cabeza. Individual. Cada alumno con un balón.	GOLPEOS DE BALÓN: Golpear el balón, vertical y hacia arriba, varias veces, y alternado una mano y otra a la señal de profesor, estando en situación estática: • con la palma de la mano. • con el dorso de la mano. • combinaciones dorso - palma • con el bíceps • con el muslo • con distinta partes del cuerpo Realizamos las mismas actividades anteriores pero en situación dinámica, desplazándonos por la pista.
	VIERNES					
	SABADO					

los tiempos son largos y la tematica corta por que los niños y jovenes vienen a distintas horas durante el dia, ya que solamente hay una mesa de ping-pong. La semana anterior Desarrollar lanzamientos y realizar ejercicios con cuadrupedia.Practicar ejercicios con carrera y equilibrio Identificar los giros, transportes y manejo de objetos a través de formas jugadas. Fomentar la igualdad de trato entre ambos sexos desde edades tempranas, preparando al alumnado para una sociedad en la que prime una mayor libertad, convivencia y calidad socio-afectiva.

Sandra Patricia Navas Enciso		Jayeson Camilo Bustos Edu. Fisico T.P. N° 1.073.505.626
NOMBRE DEL MONITOR	FIRMA MONITOR	V°B° COORDINADOR ZONA

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
FORTALECIMIENTO DEL DEPORTE DE ALTOS LOGROS DE CUNDINAMARCA

PLANEACION SEMANAL DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA

DEPORTE / MODALIDAD	Tensi de Mesa
DISCAPACIDAD	No hay en el programa
MUNICIPIO	Chaguani
RAMA	Femenino y masculino
SEMANA	DE 12 de Agosto AL 18 de Agosto 2019

ASPECTOS GENERALES GRUPO	
NIVEL DE FORMACION	Iniciacion.
No. DE DEPORTISTAS	21

OBJETIVO GENERAL DEL PLAN: **Incrementar y fortalecer la participacion de niños, jovenes en las actividades fisicas a traves del tenis de Mesa que le permitan relacionarse y mejorar la calidad de vida.**

No SESION	DIA	HORA	LUGAR DE LA CLASE	OBJETIVO SESION	COMPONENTE	OTROS ASPECTOS
					FUNDAMENTACION GLOBAL - REFORZAMIENTO MOTOR - FISICO, TECNICO, TACTICO	ACT. COMPLEMENTARIAS - ENTRENAMIENTO PSICOLOGICO - COMPETENCIAS - ROTACION
57	LUNES	10:00am a 1:00 pm 2:00pm- 6:00pm	Escuela Vereda Polonia. Polideportivo Chaguani	Desarrollar lanzamientos y realizar ejercicios con cuadrupedia.	Nombre: Lanzamiento de campeones Objetivo: Ejercitar la habilidad de lanzar con precisión. Medios: Pelotas medianas o pequeñas, bolos o sustitutos. Forma de organización: Se forman equipos en hileras, situados detrás de una línea denominada de lanzamiento. Frente a cada hilera y a una distancia determinada por el profesor se sitúan tres bolos en forma de triángulo, cada uno dentro de un pequeño círculo. Un niño se ubica detrás de los bolos. El primer alumno de cada equipo tendrá una pelota en sus manos. Desarrollo: A la señal del maestro, los niños que tienen las pelotas, la lanzan en dirección a los bolos. El alumno que lanza es el encargado de organizar los mismos y se colocará detrás de estos. El niño que se encontraba detrás, recoge la pelota, sale corriendo o caminando y se la entrega al primer alumno de la hilera, incorporándose al final de la misma. Cada bolo derribado vale un punto. Regla: Ganará el equipo que más puntos acumule.	Nombre del juego: La carga del buey. Objetivo: Desarrollar la cuadrupedia coordinando movimientos de brazos y piernas. Medios: palo pequeño alargado, silbato, tiza. Forma de organización: Dos equipos situados detrás de una línea, a una distancia de 3 metros otra línea. Desarrollo: Al silbato de del profesor salen los niños en cuadrupedia (imitando los bueyes) deben trasportar su carga, que consiste en un palo pequeño de forma alargada situado en sus espaldas hacia el otro extremo al llegar regresan corriendo y le colocan el palo al próximo niño. Reglas: El equipo que primero termine obtiene la victoria. Cada vez que se le caiga el palo de debe simular el sonido de un buey y a continuación ponerse el palo de nuevo en la espalda y continuar con el transporte.
58	MARTES	10:00am a 1:00 pm 2:00pm- 6:00pm	Escuela Vereda Polonia. Polideportivo Chaguani	Practicar ejercicios con carrera y equilibrio	Nombre: ¿Qué hora es señor lobo? Objetivos: Ejercitar la habilidad de correr (persecución). Medios: tizas. Forma de organización: Los alumnos estarán dispersos por un área limitada. Un alumno hace de lobo. Se delimitará otra área que será la jaula de los corredores que sean cazados por el lobo. Desarrollo: El niño que hace de lobo se pasea por el área de juego. El resto de los alumnos (corredores) le siguen y le preguntan, ¿qué hora es señor lobo? El lobo contesta una hora cualquiera (en varias ocasiones) y cuando estime conveniente responde a la pregunta de la forma siguiente: es hora de almorzar, es hora de desayunar, de merendar o de comer (una de ellas), esa es la señal de aviso para que el resto de los jugadores corran ya que el lobo tratará de cazar el mayor número posible de ellos. Los corredores no tienen lugar donde refugiarse y tienen que huir hasta que den las 12 horas. Para ello el profesor va marcando con palmadas, claves u otro instrumento percutido hasta contar 12. Los alumnos al ser tocados se colocan dentro de la jaula. Posteriormente el profesor cuenta a los jugadores cazados. Para repetir el juego se designa otro lobo. Todo alumno que no haya sido atrapado se considera ganador. Regla: Los corredores que salgan fuera del área se consideran atrapados.	Nombre del juego: "Los aviones". Objetivo: Desarrollar el equilibrio. Medios: Ninguno. Forma de organización: Dispersos en el terreno. Desarrollo: Los niños estarán colocados de forma dispersa por el área y bien separados, a la señal de la maestra "Aviones a volar" los niños imitarán el vuelo de los aviones por el área, con los brazos extendido lateralmente, a la otra señal, "Aterricen", se detendrán y realizarán cuclillas. Regla: Los alumnos mantendrán los brazos laterales durante todo el juego.
	MIERCOLES	7:00am a 11:00	Internet Guaduas	Realizar plan semanal.		
59	JUEVES	7:00am a 9:00am	Escuela Vereda Polonia.	Identificar los giros, transportes y manejo de objetos a través de formas jugadas. Fomentar la igualdad de trato entre ambos sexos desde edades tempranas, preparando al alumnado para una sociedad en la que prime una mayor libertad, convivencia y calidad socio-afectiva	JUEGO: MOLINILLO. Dos alumnos se la quedan y trata de pillar al resto. Los que son perseguidos transportan el balón, sujeto con sus manos encima de la cabeza. Para salvarse, el perseguido, antes de ser pillado dirá "molinillo" y quedará en el sitio con brazos en cruz, intercambiando el balón de una mano a la otra y piernas abiertas. Para volver a participar en el juego tiene que venir un compañero, colocarle el balón en la cabeza, y que el que estaba parado realiza un giro de 360º sobre su eje longitudinal.	Identidad contra confusión de roles. Esta es la encrucijada entre la infancia y la madurez. El adolescente intenta resolver el interrogante "¿Quién soy?" Los adolescentes deben establecer identidades sociales y ocupacionales básicas o permanecerán confusos acerca de los roles que desempeñaran como adultos. El agente social clave es la sociedad de padres.
	VIERNES					
	SABADO					

los tiempos son largos y la tematica corta por que los niños y jovenes vienen a distintas horas durante el dia, ya que solamente hay una mesa de ping-pong. La semana anterior Realizar y practicar juegos de habilidad y destreza hablar de la importancia del valor de la confianza para el fortalecimiento de su autoestima .Establecer relaciones dinámicas entre su movimiento corporal y el uso de implementos. Juegos para desarrollar carrera realizar Juegos para desarrollar las habilidades de levantar, cargar y transportar.

Sandra Patricia Navas Enciso		Jayscon Camilo Bustos Edu. Fisico T.P. N° 1.073.505.626 .
NOMBRE DEL MONITOR	FIRMA MONITOR	V°B° COORDINADOR ZONA

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
FORTALECIMIENTO DEL DEPORTE DE ALTOS LOGROS DE CUNDINAMARCA

PLANEACION SEMANAL DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA

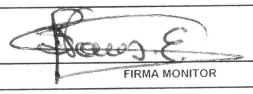
DEPORTE / MODALIDAD	Tensi de Mesa
DISCAPACIDAD	No hay en el programa
MUNICIPIO	Chaguani
RAMA	Femenino y masculino
SEMANA	DEL 5 de Agosto AL 11 de Agosto 2019

ASPECTOS GENERALES GRUPO	
NIVEL DE FORMACION	Iniciacion.
No. DE DEPORTISTAS	21

OBJETIVO GENERAL DEL PLAN: **Incrementar y fortalecer la participacion de niños, jovenes en las actividades fisicas a traves del tenis de Mesa que le permitan relacionarse y mejorar la calidad de vida.**

No SESION	DIA	HORA	LUGAR DE LA CLASE	OBJETIVO SESION	COMPONENTE FUNDAMENTACION GLOBAL - REFORZAMIENTO MOTOR - FISICO, TECNICO, TACTICO	OTROS ASPECTOS ACT. COMPLEMENTARIAS - ENTRENAMIENTO PSICOLOGICO - COMPETENCIAS - ROTACION
54	LUNES	10:00am a 1:00 pm 2:00pm- 6:00pm	Escuela Vereda Polonia. Polideportivo Chaguani	Realizar y practicar juegos de habilidad y destreza hablar de la importancia del valor de la confianza para el fortalecimiento de su autoestima .	Desplazamientos ¾ Pescadilla que se muerde la cola: equipos de seis, en hilera, agarrados por la cadera, la cabeza intentar con la pelota (o raqueta, con cuidado) al último de la fila. La cabeza puede estar también agarrada o se puede poner de frente. ¾ El castillo: en grupos de siete, forman un corro menos uno que quedará fuera del circulo. Se coloca una pelota en el centro del circulo y el que está fuera tiene que intentar cogerla los demás deben impedirlo sin soltarse de las manos. Saltos. ¾ Saltando voy: se hacen grupos de seis, cada uno colocará su raqueta en el suelo a la distancia de un paso. Colocados en hilera iremos saltando las raquetas hasta completar tres vueltas. Gana el equipo que lo consiga antes.	Las personas que hablan con seguridad y confianza demuestran que creen en si mismas, creen que sus ideas y sus sentimientos son importantes. Vamos conociéndonos Nuestro propósito es promover la integración grupal y la creación de un ambiente de confianza y respeto en el grupo. Duración: 30 minutos. Material: música con distintos ritmos y grabadora. Desarrollo: antes de iniciar la sesión, el facilitador deberá tener lista la música que se utilizará, la cual incluirá distintos ritmos para moverse: muy rápido, muy lento, con suavidad, con fuerza, etcétera. Al iniciar, pedirá a los participantesque caminen por el salón. Mientras lo hacen,les explicará que pondrá música con distintos ritmos y deberán moverse o bailar siguiendo la melodía. Él (o ella)también se moverá con los ritmos para que los participantessientan más confianza. Asimismo, explicará que cuando la música se detenga formarán equipos de determinado número de integrantes. Cada vez que los equipos estén formados, sus integrantes compartirán las respuestas a una pregunta que se les planteará. En cada ronda aumentará el número de participantes que integran los equipos, y en la última el equipo debe incluir a todo el grupo. Lista de preguntas: Cuál es tu música favorita? ¿Cuál es tu deporte favorito? ¿Cuál es el lugar donde más te diviertes? ¿Quiénes son las personas con las cuales más te gusta estar?
55	MARTES	10:00am a 1:00 pm 2:00pm- 6:00pm	Escuela Vereda Polonia Polideportivo Chaguani	Establecer relaciones dinámicas entre su movimiento corporal y el uso de implementos.	Giros Giro la pelota: formamos grupos de cinco, nos sentaremos en hilera dejando un espacio de medio metro. El primero de la fila se pondrá la pelota entre los pies y se la pasará al siguiente por encima de su cabeza intentando ponerla en los pies del compañero que esperará con las piernas estiradas. El giro puede hacerse lateralmente. Botes: El reloj: Un grupo de alumnos sentados en circulo y otro grupo de igual número de alumnos de pie en fila, cada grupo tiene una pelota de modo que los que están sentados en corro se la pasen intentando dar el mayor número de vueltas posibles mientras que los que están de pie deberán intentar de forma alternativa dar una vuelta completa alrededor del circulo botando la pelota con la raqueta hasta pasársela a su compañero. Cuando todos hayan dado una vuelta se parara el juego y se sumaran las vueltas que el equipo del circulo ha conseguido dar con la pelota para después invertir los papeles y ver que equipo ha conseguido dar más vueltas con la pelota cuando estaban sentados.	Nombre del juego: ¡Que te pilla el cazador; Objetivo: Desarrollar la coordinación dinámica. Materiales: Aros y cuerdas. Organización: Dispersos en el área, un niño se queda de cazador. Los otros niños son venados. Desarrollo: El cazador trata de coger a los venados, estos tienen sus cuevas (aros y cuerdas en el suelo) donde no pueden ser pillados. Reglas: Venado que sea pillado se convierte en cazador. Variante: Utilizar una soga para delimitar una linea donde divida la zona de los venados y la del cazador.
	MIERCOLES	7:00am a 11:00	Internet Guaduas	Realizar plan semanal.		
56	JUEVES	7:00am- 9:00am	Escuela Vereda Polonia.	Juegos para desarrollar carrera realizar Juegos para desarrollar las habilidades de levantar, cargar y transportar.	Nombre: Ocupa tu lugar. Objetivo: Mejorar la habilidad de correr. Medio: Ninguno. Forma de organización: Se forman varios círculos con los alumnos y fuera de estos se coloca un niño. Desarrollo: A la señal del maestro, el alumno que se encuentra fuera de cada círculo corre alrededor de este, toca a un compañero y continúa la carrera. El niño que ha sido tocado sale corriendo en dirección contraria al que lo tocó. Cada uno tratará de llegar primero al lugar que quedó desocupado. El alumno que quede sin lugar continúa corriendo para tocar a otro jugador. Regla: Resultarán vencedores todos aquellos niños que logren ocupar su lugar sin ser capturados.	Medios: Objetos de diferentes tamaños, pueden ser libros, balones, pomos plásticos. Forma de organización: Se formarán dos equipos en hileras, detrás de una línea de salida. Desarrollo: Cuando el profesor de la voz de mando los dos primeros alumnos saldrán caminado, trotando o corriendo, según designe el mismo y tratarán de transportar los objetos que se encuentran en el círculo 1 hacia el círculo 2. Luego el segundo niño tratará de transportar los objetos ya ubicados en el círculo dos hacia el uno y así sucesivamente. Reglas: Gana el equipo que logre que todos sus integrantes realicen la acción correctamente. Los objetos deberán ser transportados uno a uno.
	VIERNES					
	SABADO					

los tiempos son largos y la tematica corta por que los niños y jovenes vienen a distintas horas durante el dia, ya que solamente hay una mesa de ping-pong. La semana anterior Realizar caminata y mejorar los lanzamientos .Desarrollar lanzamientos y golpear.Desarrollar lanzamientos y saltos.

Sandra Patricia Navas Enciso		Jaysson Camilo Bustos Edu. Fisico T.P. N° 1.073.505.626 
NOMBRE DEL MONITOR	FIRMA MONITOR	V°B° COORDINADOR ZONA