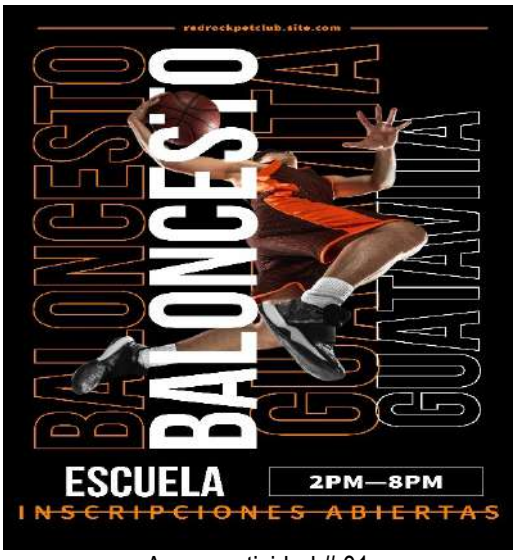
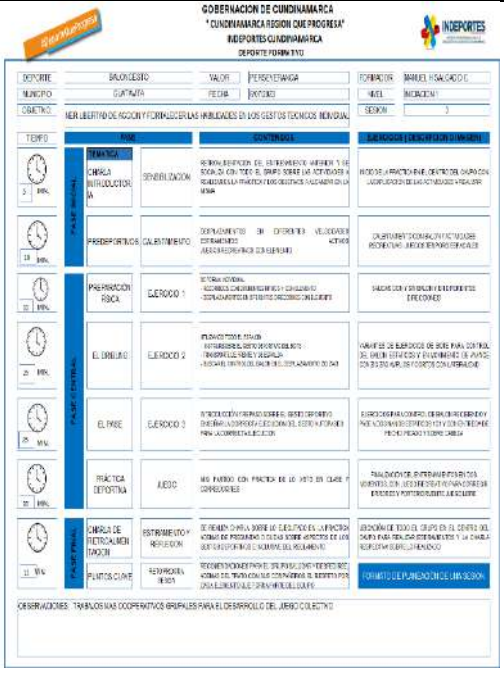
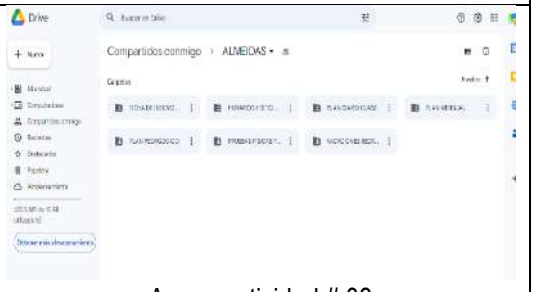
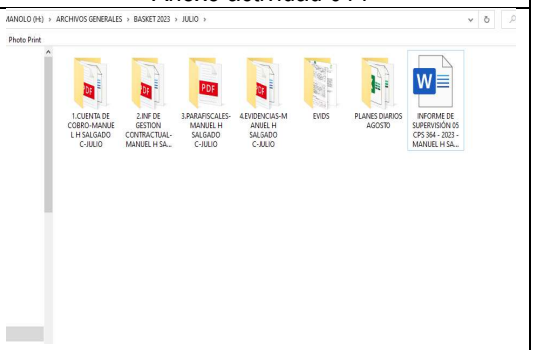
EVIDENCIAS INFORME 05 MES DE JULIO - CTO 364 -2023			
Nombre del contratista	.MANUEL H. SALGADO C.		
Número de identificación	3187879	**Tipo de documento**	CEDULA
Período informado	01/07/2023 AL 30/07/2023	**N° de Registro Presupuestal**	RES-2023000367 DEL 24 DE FEBRERO DE 2023
Objeto del Contrato: PRESTACIÓN 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			

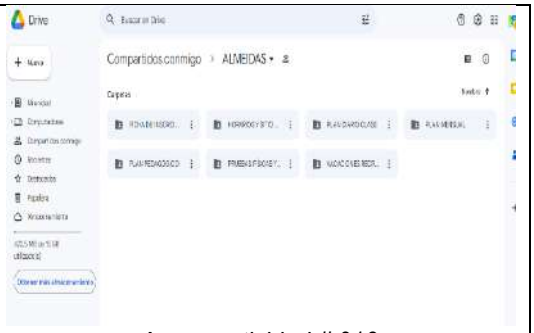
Obligaciones específicas:	**Actividades realizadas:**
	ANEXO: PDF EVIDENCIAS:
1. Efectuar la organización, planeación, dirección y realización de las actividades que se requieran para la consecución de mínimo 2 grupos de formación en el deporte, en los niveles de **iniciación, fundamentación**, en el 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

3. Presentar ante el supervisor del contrato mediante la plataforma Hércules o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad dentro de los 15 días calendario siguientes a la suscripción del acta de inicio, el Plan Pedagógico y Malla Pedagógica de todos los niveles de formación, en el formato indicado por parte de la Subgerencia Técnica, especificando horarios, sitios de práctica, y la demás información aplicable.	 Anexo actividad # 03
4. Desarrollar todas las actividades planteadas en el plan pedagógico y en la malla pedagógica, dejando las evidencias respectivas que den cuenta de los beneficiarios impactados con ellas en la plataforma Hércules o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad.	 Anexo actividad # 04
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	 Anexo actividad # 05

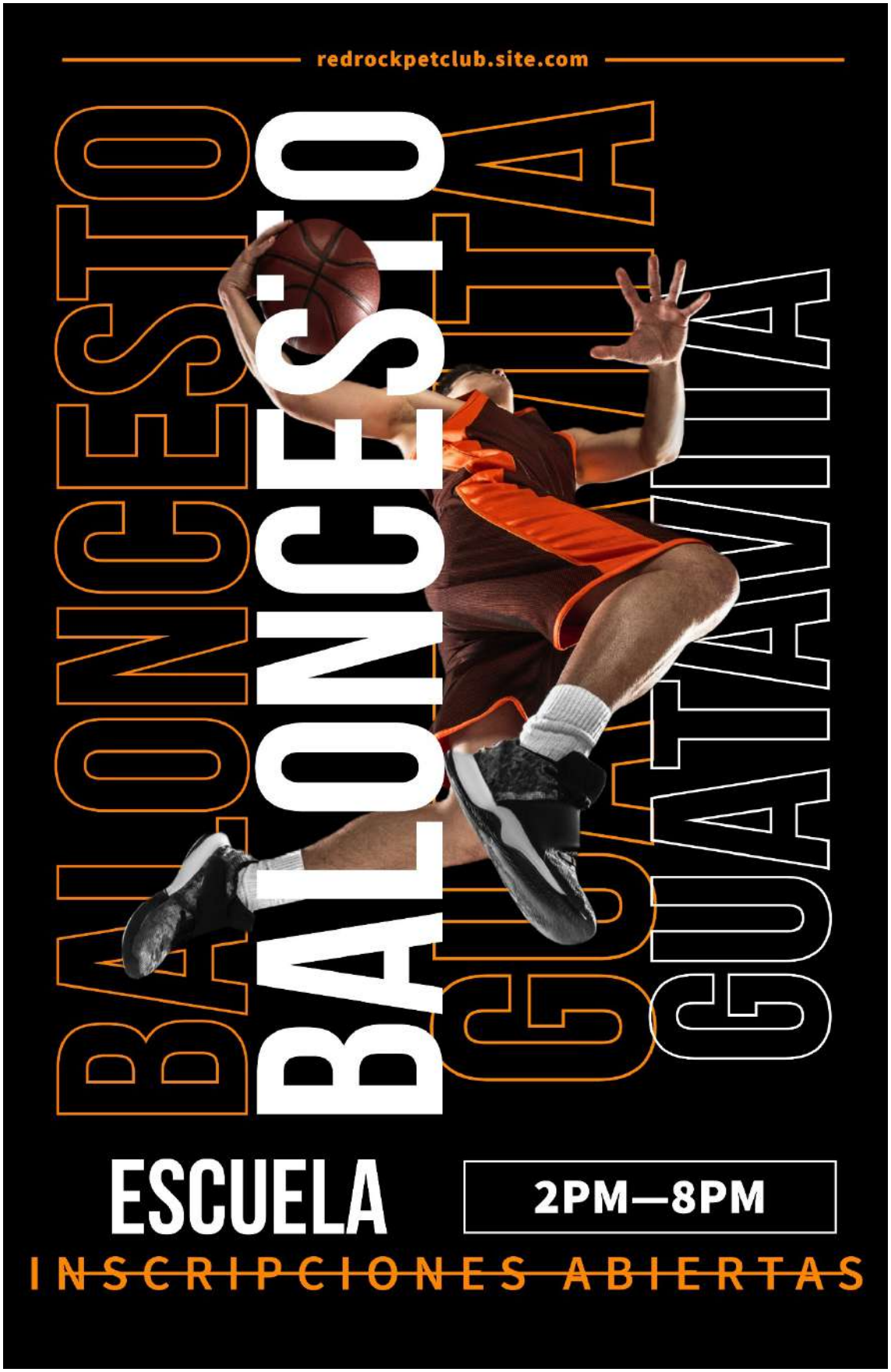
todo lo anterior, deberá tener los soportes respectivos organizados por sesiones, actividades y niveles de formación cargados en la plataforma Hércules o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad.	
6. Utilizar adecuadamente la imagen y nombres 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.	 Anexo actividad # 06
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.	 Anexo actividad # 07
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.	 Anexo actividad # 08

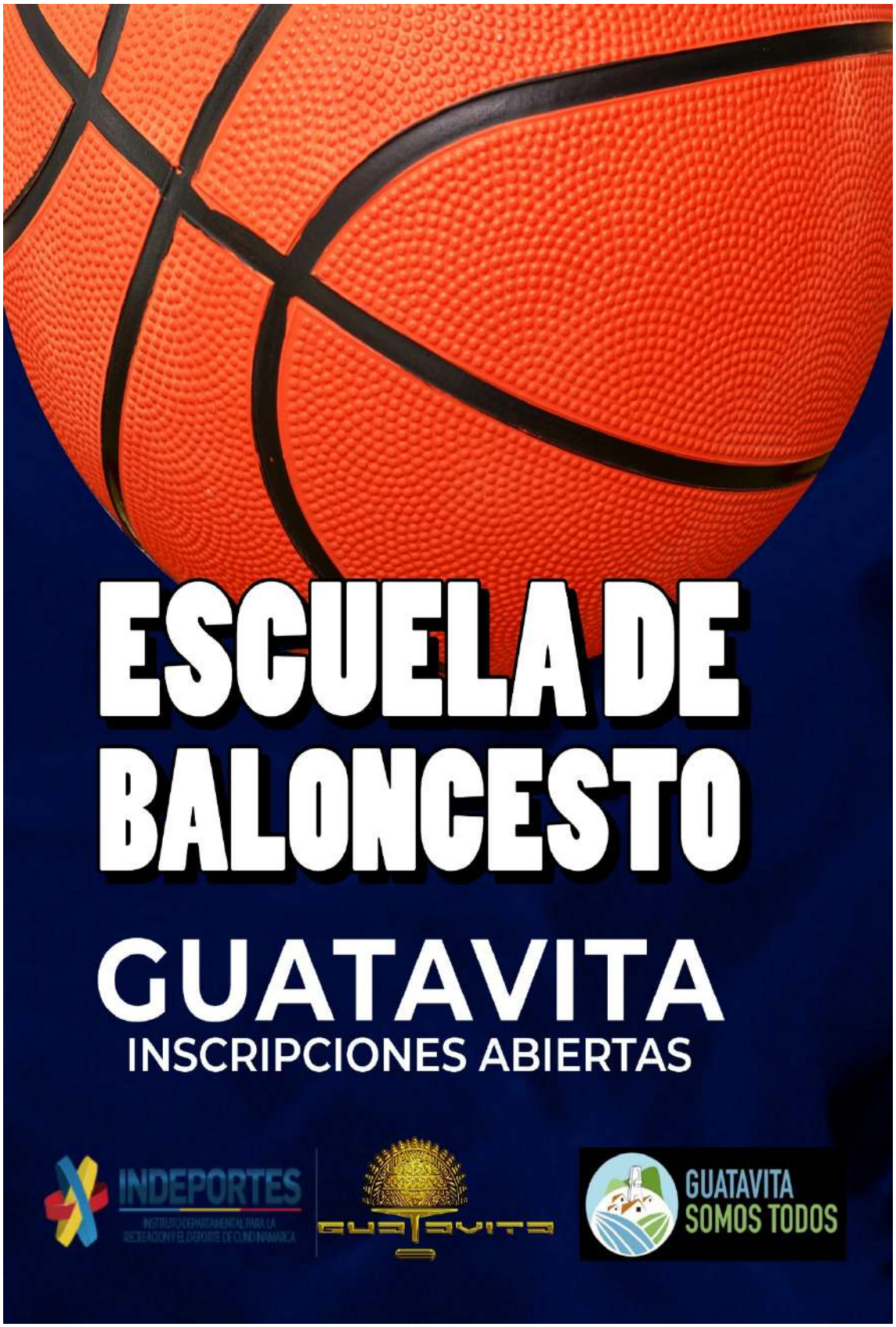
9. Presentar la planeación de las sesiones mensuales de clase antes del inicio de cada mes, al respectivo supervisor y plataforma hércules o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad, describiendo los objetivos, aspectos físicos, técnicos y 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.	 Anexo actividad #12
13 Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.	 Anexo actividad # 013
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.	 Anexo actividad 014
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).	 Anexo actividad # 015

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	 Anexo actividad # 016

OBLIGACION 1 ANEXO # 01




ESCUELA DE
BALONCESTO
GUATAVITA
INSCRIPCIONES ABIERTAS
INDEPORTES
GUATAVITA
GUATAVITA
SOMOS TODOS





OBLIGACION 2 ANEXO # 02



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL_INICIACIÓN 1_____

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	EMILIANO CAMACHO	3202232426			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
2	SAMUEL ANDRES DIAZ CASTIBLANCO	3118986739			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
3	KORY AMELY ACOSTA QUECAN	3203281080			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	0		1				1	13	12	1	92%
4	DANIEL FELIPE VALERO	3103003624			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
5	JUAN JOSE VALERO	3128234603			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
6	KAREN VALENTINA ORJUELA	3134747823			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
7	SALOME MORA R	3112924080			1	1		1				1	0		1				1	1		1				1	1		1				1	13	12	1	92%
8	ALISSON JULIETA RODRIGUEZ L				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
9	ERIKA JASBLEIDY ACOSTA	3143616540			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		0				1	13	12	1	92%
10																																		0	0	0	#¡DIV/0!
11																																		0	0	0	#¡DIV/0!
12																																		0	0	0	#¡DIV/0!
13																																		0	0	0	#¡DIV/0!
14																																		0	0	0	#¡DIV/0!
15																																		0	0	0	#¡DIV/0!
16																																		0	0	0	#¡DIV/0!
17																																		0	0	0	#¡DIV/0!
18																																		0	0	0	#¡DIV/0!
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.



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



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN 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				1	13	13	0	100%
2	LINDA ALEJANDRA CRUZ	3104967593			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
3	LIZETH DANIELA GAVIRIA	3107724546			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
4	DIANA YAMILE BELTRAN	3114911340			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
5	ANGELA YISEL BAEZ	3133314155			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
6	CLAUDIA XIMENA ACOSTA PEÑA	3143616540			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
7	JHOANA AYALA G	3142745884			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
8	JEIMY LIZETH MUÑOZ V	3224226787			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
9	ANYELA YURANI GARZON	3143092595			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
10	KAROL GABRIELA RODRIGUEZ L				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
11	EDUARD VARGAS				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
12	HECTOR DANILO RODRIGUEZ	3132686733			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
13	ANGELA NATALIA GONZALEZ	3128158195			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
14	WENDY DAYANA GARCÍA	3142745884			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
15	ANGIE VALENTINA BONILLA	3214453918			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
16	RICARDO ANDRES UCHUVO	3203295042			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
17	ERIKA ALEJANDRA RIOS	3224365679			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	0	100%
18	FRANCY TATIANA CORTES	3224346163			1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	1		1				1	13	13	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	*Iniciación*	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 "aquelque 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 unaactitud 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 talmanera 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 utilizaran 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 optimas, 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 procederes 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 le 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 especifico.

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 cardiaca 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/1.
- 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, Dribling, 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 étnicas 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 ESPECIFICOS Y CAPACIDADES FISICAS.	LOGRAR QUE EL ALUMNO CONOZCA LA SOMBOLOGIA 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.	RECONOCIMEINTO 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. CONTONUIDAD DEL PROCESO.
INICIACIÓN 2 **9 a 12 AÑOS**	**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 ASPEVTOS 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, PRIDENCIA, CONVIVENCIA.	JUEGOS	A TRAVES DEL JUEGO. ACEPTACION A LAS NORMAS Y REGLAS. CONTONUIDAD DEL PROCESO.
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. CONTONUIDAD 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		ESPECIALIZAC 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 quese 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 cadadeportista.

Son las unidades temáticas que son abordadas en el desarrollo de las escuelas de formación deportiva yque respondan al número de sesiones programadas para el periodo. En cada unidad se debe especificarlos 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 serpuesto 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 motriz 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	I1- I2- I3
				Correr	
				Lanzar	
				Atrapar	
				Saltar	
			Coordinación General	Equilibrio	I1- I2- I3
				Ritmo	
				Anticipación	
				Orientación	
				Diferenciación	
			Coordinación Especial	Agilidad	I2- I3
				Diferenciación Motriz (Coordinación inter e intramuscular)	
		FLEXIBILIDAD		Pasiva	I1- I2-I3
				Asistida	I1- I2-I3
				Resistida	I1- I2-I3
				Balística	I1- I2-I3
				Facilitación Neuromuscular Propioceptiva	I3
		CAPACIDADES CONDICIONALES	RESISTENCIA	Aeróbica	I3
				Anaeróbica	I3
			FUERZA	Adaptación anatómica	I3
				Fuerza Resistencia	I2 – I3
				Fuerza Máxima	I3
				Fuerza Explosiva	I2 – I3
				Fuerza Hipertrofia	
			VELOCIDAD	Traslación	I2 – I3
		ESQUEMA CORPORAL	Percepción y control del cuerpo		I1-I2
			Equilibrio postural		I2 – I3
			Estructuración espaciotemporal		I2
			Lateralidad		I2
			Independencia segmentaria		I2

COMPONENTES ESTRUCTURALES	ÁREAS	CONTENIDO	TEMAS	SUB TEMAS	NIVELES
LENGUAJE EXPRESIVO CORPORAL	COGNITIVO SOCIAL	FORMACIÓN EN VALORES	VALORES OLÍMPICOS	Respeto	I1- I2- I3
				Excelencia	
				Amistad	
			VALORES PARALÍMPICOS	Coraje	
				Determinación	
				Inspiración	
				Igualdad	
				Autoconfianza*	I2-I3
				Autocuidado	
				Motivación*	
				Control Emocional*	

YAXIOLÓGICO			COMPONENTES VOLITIVO	Disciplina	
				Asertividad	I2 - I3
				Empatía	I1- I2-I3 F1-F2-F3
				Trabajo en equipo*	
				Responsabilidad	
				Liderazgo	I3
				Atención y concentración*	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 seradaptada a cada una de las disciplinas deportivas

COMPONENTES ESTRUCTURALES	ÁREAS	CONTENIDO	TEMAS	SUB TEMAS	NIVELES
HABILIDADES DEPORTIVAS ESPECIFICAS	FUNDAMENTOS TÉCNICOS	FUNDAMENTOSDE 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 especificas 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.	
				El juego al hombre, posición defensiva de cooperación y ayudas, con transiciones rápidas que pueden ser cortas por zonas o largas.	
		FUNDAMENTOSDE DEFENSA	INDIVIDUAL	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 alduelo 1c1, ubicación temporo-espacial con respecto al hombre con balón.	
				Correr sin perder de vistael 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 previos.

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 quese 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 cadadeportista.

Son las unidades temáticas que son abordadas en el desarrollo de las escuelas de formación deportiva yque respondan al número de sesiones programadas para el periodo. En cada unidad se debe especificarlos 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 serpuesto 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 trasversal, 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	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: **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. **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. **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 suaporte a la construcción de sí mismo y su proyecto de vida personal.
Axiológico	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.
Volitivo	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. 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, Trabajoen equipo y Liderazgo.

Fuente: Construcción propia (Hibrido 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. Loque se resume en el lema "Juego Limpio para todos (Fair Play)".
- **Amistad:** Este valor procura establecer lazos de afecto con compañeros y adversarios, empleandoel deporte como herramienta de entendimiento para la integración y comprensión mutua entre laspersonas. Lo que se resume en el lema: "la amistad aporta a la construcción de un mundo mejory 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 enfrentarel dolor, el sufrimiento, el miedo, el peligro, la incertidumbre y la intimidación, el coraje es el que nosda la fuerza para luchar contra el dolor y el sufrimiento físico, el coraje nos da la fuerza para hacer locorrecto 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 mejorque podemos, incluso cuando la situación es difícil. Este valor ayuda a tomar una decisión centrándose enlos 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 desenvolvernos en la vida.La confianza en uno mismo, es clave para la toma de decisiones y para todo lo que conlleva. Una personaque 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 personasentorno 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 mismotiempo 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 suscapacidades, 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 Recreacióny 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

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL INICIACIÒN 1-2-3

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
	INICIACION	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS BASICAS	CAMINAR	MOVIMIENTOS COMPLEJOS CON PERDIDA Y GANANCIA DEL EQUILIBRIO
						CORRER	EXTENCION NATURAL DE LA HABILIDAD DE CAMINAR DE FORMA
						SALTAR	ACTIVIDAD CORPORAL EN LA QUE EL CUERPO ABANDONA EL SUELO, ELEVANDO TODO EL CUERPO HACIA ARRIBA O HACIA EL FRENTE DESPEGANDOLO DE LA
						ATRAPAR	ASUMIR EL CONTROL DE UN OBJETO EN MOVIMIENTO
						RODAR	DESPLAZAMIENTO CORPORAL DEL CUERPO REALIZADO ALREDEDOR DE SU EJE VERTICAL U HORIZONTAL EN UNA SUPERFICIE
					CAPACIDADES COORDINATIVAS GENERALES	EQUILIBRIO	MANTENER O RECUPERAR EQUILIBRIO DURANTE O DESPUES DE MOVIMIENTOS
						RITMO	COMPRENSION DE CAMBIOS DINAMICOS DE MOVIMIENTO EN EJECUCION MOTRIZ-APRENDIZAJE RAPIDO DE HABILIDADES
						ANTICIPACION	CAPACIDAD PARA INICIAR Y REALIZAR RAPIDAMENTE MEDIANTE SEÑALES, ACCIONES MOTORAS Y GESTUALES DEL DEPORTE
						ORIENTACION	DETERMINAR Y CAMBIAR DE POSICION EN EL MOVIMIENTO EN ESPACIO Y TIEMPO (CAPO DE JUEGO-BALON, ETC)
						DIFERENCIACION	CAPACIDADES EN LA COORDINACION FINA-MOVIMIENTOS DE CADA PARTE DEL CUERPO Y FASES MECANICAS TOTALES
				6	CAPACIDADES COORDINATIVAS ESPECIALES	AGILIDAD	RECORRIDOS CORTOS O LARGOS Y EN DIFERENTES DIRECCIONES Y RITMOS CON CONTROL DE BALON ALTERNANDO MANOS Y TAMBIEN SIN BALON
						DIFERENCIACIÓN MOTRIZ (COORDINACION INTER E INTRAMUSCULAR)	CAPACIDAD DE CAMBIAR LA VELOCIDAD Y DIRECCION EN DIFERENTES MOMENTOS Y SITUACIONES
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	FUERZA	ADAPTACION ANATOMICA	EJECUTAR MOVIMIENTOS TECNICOS DEL DEPORTE EN DIFERENTES RITMOS - DIRECCIONES Y SITUACIONES
						FUERZA RESISTENCIA	MANTENER LA CAPACIDAD DE EJECUTAR MULTISALTOS
						FUERZA MAXIMA	TRABAJOS FISICOS CON MAXIMA EXIGENCIA
						FUERZA EXPLOSIVA	CAPACIDAD DE EJECUTAR SALTOS Y SALIDAS CON POTENCIA
						FUERZA HIPERTROFIA	
				2	RESISTENCIA	AEROBICA	TRABAJOS CONTINUOS MODERADOS
						ANAEROBICA	TRABAJOS INTENSOS Y REPETITIVOS
				3	VELOCIDAD	TRASLACION	RECORRIDOS CORTOS O LARGOS Y EN DIFERENTES DIRECCIONES Y RITMOS
				4	FLEXIBILIDAD	PASIVA	REALIZAR EJERCICIOS PARA MEJORAR LA AMPLITUD DE MOVIMIENTOS
						ASISTIDA	REALIZAR EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTOS EN BUSCA DE MEJOR AMPLITUD DE MOVIMIENTOS EN EL DEPORTE
						RESISTIDA	EJECUCIÓN DE MOVIMIENTOS DE ESTIRAMIENTOS ACTIVOS PARA LA MEJORA DE CAPACIDADES GESTUALES
						BALISTICA	TRABAJOS DE EJERCICIOS BALISTICOS - SALTOS Y MULTISALTOS - COMO MEDIO DE BUSCAR MEJORA EN GESTOS PROPIOS DEL BALONCESTO.
		TECNICO	DESTREZAS	1	DRIBLING	EL BOTE	HACER REBOTAR EL BALON Y MANTENER EL BOTE POR UN ESPACIO DE TIEMPO DTERMINADO
						DE AVANCE	BOTAR EL BALON EN DESPLAZAMIENTOS SUAVES
						CON CAMBIO DE MANO	AVANZAR Y A SU VEZ BOTAR CON UNA MANO A LA VEZ
						EN DIFERENTES DIRECCIONES	BOTAR CON CONTROL EN DIFERENTES ANGULOS
						CON DIFERENTES VELOCIDADES	BOTAR CON CONTROL EN RITMOS DE CARRERA
				2	DESPLAZAMIENTOS	LIBRES	BOTAR SIN TENER UNA DIRECCION ESPECIFICA
						DE FRENTE	BOTAR AVANZANDO HACIA ADELANTE
						DE ESPALDA	BOTAR Y CONTROL HACIA ATRÁS
						DERECHA	BOTAR EN DIRECCION HACIA LA DERECHA
						IZQUIERDA	BOTAR EN DIRECCION HACIA LA IZQUIERDA
				3	EL PASE	DE PECHO	A DOS MANOS Y A LA ALTURA DEL PECHO
						SOBRE LA CABEZA	A DOS MANOS SOBRE LA CABEZA Y PASAR
						CON BOTE	DE PECHO O A UNA MANO PASAR CON UN BOTE AL PISO
						DE ENTREGA	A UNA O DOS MANOS PASAR MANO A MANO
						A UNA MANO	PASAR CON APERTURA Y CON UNA MANO POR EL COSTADO
				4	RECEPCION	DE FRENTE	HACERSE AL BALON TOMANDOLO FRENTE A SUS HOMBROS
						LATERAL	RECIBIR SOBRE UN COSTADO A UNA MANO Y AGARRAR
						SOBRE LA CABEZA	HACERSE AL BALON SOBRE LA CABEZA CUANDO VIENE EN ALTURA SUPERIOR Y TENSA
				5	EL TIRO	POSICION GESTUAL	UBICACIÓN DEL CUERPO Y DE LOS BRAZOS
						A DOS MANOS	INICIAR LANZANDO A DOS MANOS SALIENDO DEL PECHO
						A UNA MANO	INICIAR CON EL LANZAMIENTO UNIVERSAL
						EQUILIBRIO	EL PESO DEL CUERPO APOYADO SOBRE SUS DOS PIERNAS Y PIES PARA CORRECTA EJECUCION
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	ORIGEN	DONDE NACIO EL DEPORTE Y PRIMEROS INDICIOS
						ELEMENTOS	QUE SE USO PARA LOS PRIMEROS MOMENTOS DEL BASKET
						ESPACIO DE JUEGO	DONDE SE JUGABA Y COMO EVOLUCIONO
						INDUMENTARIA	COMO ERA LA EQUIPACION Y COMO SE HA IDO MODERNIZANDO
						PRIMEROS CAMPEONES	CONOCER LOS CAMPEONES QUE HA TENIDO EL BASKET ATRAVEZ DE LA HISTORIA
				2	REGLAMENTACION	EQUIPAMENTO	TODOS LOS ASPECTOS DE INFRAESTUCTURA
						ESPACIO DE JUEGO	EL CAMPO DE JUEGO Y SUS PARTES
						LOS EQUIPOS	CANTIDAD Y CARACTERISTICAS DE LOS EQUIPOS DE BALONCESTO
						INDUMENTARIA	COMO DEBE SER LA INDUMENTARIA DE JUEGO Y SUS CARACTERISTICAS
						REGLAS DE JUEGO	LAS REGLAS DE JUEGO PARA LA CORRECTA PRACTICA DEL DEPORTE
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	CARACTERISTICAS EN EL GRUPO	CONO ES CADA UNA ANTE EL GRUPO Y COMO PODER INTERACTUAR
						COLABORACION	ESTAR PRESTO A AYUDAR Y BRINDAR APOYO
						EL EQUIPO POR ENCIMA DEL YO PERSONAL	PENSAR EN LOS COMPAÑEROS Y EQUIPO PARA EL BIEN COLECTIVO
						ENTREGA	DARLO TODO EN ETRENAMIENTOS Y JUEGOS
						LOGRAR EL BIEN COMUN	PENSAR CON MENTE COMUN
		PSICO SOCIAL VOLITIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	COMPROMISO	ESFUERZO PARA EL LOGRO DE OBJETIVOS DEPORTIVOS
						RESPETO	AL RIVAL, AL REGLAMENTO, AL JUEGO LIMPIO INTEGRAL, A PADRES, AL PUBLICO.
						DISCIPLINA	MAXIMO ESFUERZO Y ENTREGA PARA EL LOGRO DE OBJETIVOS Y METAS
						TRABAJO EN EQUIPO	UNIDAD, SOLIDARIDAD, COMPAÑERISMO.
						RESPONSABILIDAD E INTEGRIDAD	CUMPLIR COMPROMISOS Y ASUMIR CONCECUENCIAS, RESPETO DE PRINCIPIOS ETICOS E INTEGRIDAD DEPORTIVA.
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	ESTAR LIMPIO AL LLEGAR A ENTRENO Y LOS PARTIDOS.
						ALIMENTACIÓN	SER CONCIENTE EN LA IMORTANCIA DE LA BUENA ALIMENTACION
						PRESENTACION PERSONAL	LA BUENA IMAGEN ANTE LOS DEMAS
						DESCANSO Y SUEÑO	EL OPTIMO RESULTADO SE LOGRA CON EL BUEN DESCANSO
						EJERCICIO FISICO	ACTIVIDAD FISICA IGUAL A BUENA SALUD INTEGRAL
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	ESTAR SIEMPRE CON EXCELENTE DISPOSICION
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	QUERER SER CADA VEZ MEJOR
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	ATENCIÓN Y CONCENTRACIÓN	ESTAR ATENTO A LAS ACTIVIDADES PARA LA CORRECTA COMPRENSION DE TODOS LOS ASPECTOS TECNICOS DEL DEPORTE
						CONVIVENCIA DEPORTIVA	AMISTAD POR ENCIMA DE TODO - COMPAÑERISMO - RESPETO
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y RECREATIVAS	1	JUEGOS DE INTEGRACION	MI NOMBRE ES Y MIS GUSTOS SON	CONOCERNOS TODOS
						ESPALDAS PEGADAS	LLEVAR UN OBJETO DE LADO A LADO SIN DEJARLO CAER
						EL PING PONG EN LA CUCHARA	LLEVAR UN PING PONG DE LADO A LADO
						BUSQUEDA DEL TESORO	ESCONDER UN OBJETO Y BUSCARLO EN UN TIEMPO DETERMINADO
				2	JUEGOS TRADICIONALES	RANA	INSERTAR ARGOLLAS EN LA BOCA DE LA RANA O LOS AGUJEROS
						ENCOSTALADOS	DESPLAZARSE DE UN LUGAR A OTRO DENTRO DE UN COSTAL
						YERMIS	TAPAS DE GASEOSA, PELOTA Y BATES
						PONCHADOS	TRABAJO GRUPAL PARA PONCHAR SUS RIVALES
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	MIMICAS	DESCUBRIR OBJETOS, ANIMALES, PERSONAJES, ETC.
						PINTURA	DIBUJOS CREATIVOS
						KARAOQUE	CANTAR LAS CANCIONES FAVORITAS
						DANZA	BAILES TRADICIONALES Y ACTUALES CON COREOGRAFIA
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	FISICOS	MEJORA EN CONDICIONES FISICAS
						COORDINATIVOS	DOMINIO DE BALON, OCULO MANUAL, OCULO PEDICA
						DE HABILIDADES	CAMBIOS DE RITMO, DE DIRECCION, DE MANO
						DE FLEXIBILIDAD	MEJORA EN LA FLEXIBILIDAD EN EL DEPORTE
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	FISICAS	DE VELOCIDAD, DE FUERZA, DE FLEXIBILIDAD
						RECREATIVAS	JUEGOS LIBRES Y PREDEPORTIVOS
						LUDICAS	DIVERSION ATRAVES DEL DEPORTE
						COMPETENCIAS	1X1, 2X2, 3X3 PREDEPORTIVOS

FECHA DE ENTREGA	15/03/2023
NOMBRES Y APELLIDOS DEL MONITOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA

-

INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELA DE FORMACIÒN 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 11:3O AM	GRUPO	INICIACION 2							
	SEDE DE TRABAO	ESCUELA EL DORADO							
11:30 PM A 1:00 PM	GRUPO	INICIACION 1							
	SEDE DE TRABAO	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 JULIO ESCUELA DE BALONCESTO - GUATAVITA		
OBJETIVO DEL MES		PREPARAR INDIVIDUALMENTE A CADA JUGADOR EN ASPECTOS TECNICOS INDIVIDUALES PARA EL JUEGO COLECTIVO
INICIACIÓN 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 DAR LECCION SOBRE LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO - AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION
OBJETIVO DEL MES		FORTALECER LAS CAPACIDADES MOTRICES PARA LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y DESARROLLO DE HABILIDADES EN EL BALONCESTO
INICIACIÓN 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 DAR LECCION LA CORRECTA EJECUCION DEL GESTO - AUTOPASES PARA LA CORRECTA EJECUCION
OBJETIVO DEL MES		PREPARACION TECNICA EN CONOCIMEINTOS Y HABILIDADES TECNICAS INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA EL JUEGO DE EQUIPO
INICIACIÓN 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

-

OBLIGACION 5 ANEXO # 05

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

BENEFICIADOS	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Masculino	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
6 AÑOS	4	1	4			1									5
7 AÑOS	1	1	1			1									2
8 AÑOS		3			2	1									3
9 AÑOS	1	5	1		2	3									6
10 AÑOS	1	4		1		4									5
11 AÑOS	1	5		1	3	2									6
12 AÑOS	1	1	1			1									2
13 AÑOS		8			1	7									8
14 AÑOS		3				3									3
15 AÑOS	1	6		1	4	2									7
16 AÑOS	2		2												2
17 AÑOS		2				2									2
TOTALES	12	39													51

-

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	1/08/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	PREPARAR INDIVIDUALMENTE A CADA JUGADOR EN ASPECTOS TECNICOS INDIVIDUALES PARA EL JUEGO COLECTIVO			SESION	1

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 ACTIVOS 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: - 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
25 MIN.		EL PASE	EJERCICIO 3	TRABAJOS 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 UN PASO PICADOS Y SOBRE LA CABEZA
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 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	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 PLANEACIÒN 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	3/08/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	PREPARAR INDIVIDUALMENTE A CADA JUGADOR EN ASPECTOS TECNICOS INDIVIDUALES PARA EL JUEGO COLECTIVO			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 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 ACTIVOS 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: - 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 A UNA Y DOS MANOS PARA CONTROL DEL BALON DE AVANCE CON ZIG ZAG AMPLIOS Y DE ESPALDA
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 DE BALON Y PASE A DOS MANOS ESTATICOS Y CON DESPLAZAMIENTO 1C1 Y PASE PICADO ADELANTADO
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 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	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 PLANEACIÒN 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	7/08/2023	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)
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 ACTIVOS 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: - 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
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 DE BALON RECIBIENDO Y PASE A DOS MANOS ESTATICOS 1C1 Y CON ENTREGA DE PECHO, PICADO Y SOBRE CABEZA
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 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	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 PLANEACIÒN 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	8/08/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	PREPARAR INDIVIDUALMENTE A CADA JUGADOR EN ASPECTOS TECNICOS INDIVIDUALES PARA EL JUEGO COLECTIVO			SESION	4

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 ACTIVOS 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: - 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
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 DE BALON DESDE LA RECEPCION Y PASE A DOS MANOS ESTATICOS 1C1 Y CON ENTREGAS Y PASO DE AVANCE
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 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	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 PLANEACIÒN 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	10/08/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	PREPARAR INDIVIDUALMENTE A CADA JUGADOR EN ASPECTOS TECNICOS INDIVIDUALES PARA EL JUEGO COLECTIVO			SESION	5

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 ACTIVOS 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: - 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
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 DE BALON DESDE LA RECEPCION Y PASE A DOS MANOS ESTATICOS 1C1 Y CON ENTREGAS EN MOVIMIENTO
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 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	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 PLANEACIÒN 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	14/08/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	PREPARAR INDIVIDUALMENTE A CADA JUGADOR EN ASPECTOS TECNICOS INDIVIDUALES PARA EL JUEGO COLECTIVO			SESION	6

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 ACTIVOS 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: - 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
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 DE BALON Y PASE A DOS MANOS ESTATICOS 1C1 Y CON DESPLAZAMIENTOS DE UN PASO PARA ENTREGA
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 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	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 PLANEACIÒN 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 SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	15/08/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	PREPARAR INDIVIDUALMENTE A CADA JUGADOR EN ASPECTOS TECNICOS INDIVIDUALES PARA EL JUEGO COLECTIVO			SESION	7

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 ACTIVOS 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: - INSTRUIRSOBRE 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
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 Y ENTREGA A UNA MANO ESTATICO Y EN MOVIMIENTO
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 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	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 PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES: TAREAS DE PASES Y CONDUCCION EN MOVIMENTOS

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	PERSEVERANCIA	FORMADOR	MANUEL H SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	17/08/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	PREPARAR INDIVIDUALMENTE A CADA JUGADOR EN ASPECTOS TECNICOS INDIVIDUALES PARA EL JUEGO COLECTIVO			SESION	8

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 ACTIVOS 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: - 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
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 DISTANCIA A DOS MANOS ESTATICOS 1C1 Y CON MOVIMIENTOS DE SALIDAS
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 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	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 PLANEACIÒN 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	21/08/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	PREPARAR INDIVIDUALMENTE A CADA JUGADOR EN ASPECTOS TECNICOS INDIVIDUALES PARA EL JUEGO COLECTIVO			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 ACTIVOS 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: - 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 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 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	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 PLANEACIÒN 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	22/08/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	PREPARAR INDIVIDUALMENTE A CADA JUGADOR EN ASPECTOS TECNICOS INDIVIDUALES PARA EL JUEGO COLECTIVO			SESION	10

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 ACTIVOS 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: - 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
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 Y A UNA MANO PARA ENTREGA RAPIDA ESTATICOS 1C1, 2C2
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 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	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 PLANEACIÒN 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	24/08/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	PREPARAR INDIVIDUALMENTE A CADA JUGADOR EN ASPECTOS TECNICOS INDIVIDUALES PARA EL JUEGO COLECTIVO			SESION	11

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 ACTIVOS 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: - 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
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 Y A UNA MANO ESTATICOS 1C1 Y CON MOVIMIENTOS DE SALIDAS
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 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	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 PLANEACIÒN 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	28/08/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	PREPARAR INDIVIDUALMENTE A CADA JUGADOR EN ASPECTOS TECNICOS INDIVIDUALES PARA EL JUEGO COLECTIVO			SESION	12

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 ACTIVOS 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: - 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 DESPLAZAMIENTOS DE SALIDAS RAPIDAS Y AMPLIAS PARA CONTROL
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 UNA MANO ESTATICOS 1C1 Y CON MOVIMIENTOS DE SALIDAS EFECTIVAS
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 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	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 PLANEACIÒN 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	29/08/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	PREPARAR INDIVIDUALMENTE A CADA JUGADOR EN ASPECTOS TECNICOS INDIVIDUALES PARA EL JUEGO COLECTIVO			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	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 ACTIVOS 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: - INSTRUIRSOBRE EL GESTO DEPORTIVO DEL BOTE - TRANSPORTE DE FRENTE Y DE ESPALDA - BUSCAR EL CONTROL DEL BALON EN EL DESPLAZAMIENTO ZIG ZAG	EJECUTAR EJERCICIOS DEL BOTE PARA DESPLAZAMIENTOS, ALTURA Y UBICACIÓN DE LA MANO PARA CONTROL DEL BALON Y HABILIDADES
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 Y A UNA MANO ESTATICOS 1C1 Y CON MOVIMIENTOS DE SALIDAS
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 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	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 PLANEACIÒN 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	31/08/2023	NIVEL	INICIACION 1
OBJETIVO:	PREPARAR INDIVIDUALMENTE A CADA JUGADOR EN ASPECTOS TECNICOS INDIVIDUALES PARA EL JUEGO COLECTIVO			SESION	14

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 ACTIVOS 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: - 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
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 UNA MANO ESTATICOS 1C1 Y CON MOVIMIENTOS DE SALIDAS EFECTIVAS
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 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	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 PLANEACIÒN 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	1/08/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	FORTALECER LAS CAPACIDADES MOTRICES PARA LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y DESARROLLO DE HABILIDADES EN EL BALONCESTO			SESION	1

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 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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS 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 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 DEJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
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	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	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 PLANEACIÒN 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	3/08/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	FORTALECER LAS CAPACIDADES MOTRICES PARA LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y DESARROLLO DE HABILIDADES EN EL 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	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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS 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 CON ZIGZAG
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	VARIANTES DEJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
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	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	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 PLANEACIÒN 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 SALGADO C
MUNICIPIO	GUATAVITA	FECHA	7/08/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	FORTALECER LAS CAPACIDADES MOTRICES PARA LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y DESARROLLO DE HABILIDADES EN EL BALONCESTO			SESION	3

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS 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 Y MULTISALTOS
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	VARIANTES DEJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
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	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	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 PLANEACIÒN 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	8/08/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	FORTALECER LAS CAPACIDADES MOTRICES PARA LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y DESARROLLO DE HABILIDADES EN EL BALONCESTO			SESION	4

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS Y GIROS,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-MULTISALTOS
25 MIN.		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 DEJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
25 MIN.		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
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	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 PLANEACIÒN 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	10/08/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	FORTALECER LAS CAPACIDADES MOTRICES PARA LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y DESARROLLO DE HABILIDADES EN EL BALONCESTO			SESION	5

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y AIOWAS 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 MULTISALTOS
25 MIN.		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 DEJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
25 MIN.		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
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	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 PLANEACIÒN 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	14/08/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	FORTALECER LAS CAPACIDADES MOTRICES PARA LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y DESARROLLO DE HABILIDADES EN EL BALONCESTO			SESION	6

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y AIOWAS 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: - 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 DEJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
25 MIN.		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
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	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 PLANEACIÒN 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	15/08/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	FORTALECER LAS CAPACIDADES MOTRICES PARA LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y DESARROLLO DE HABILIDADES EN EL BALONCESTO			SESION	7

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y AIOWAS 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: - 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 DEJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
25 MIN.		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
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	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 PLANEACIÒN 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	17/08/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	FORTALECER LAS CAPACIDADES MOTRICES PARA LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y DESARROLLO DE HABILIDADES EN EL BALONCESTO			SESION	8

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y AIOWAS 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: - 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 DEJERCICIOS DE DRIBLING ALTERNANDO LAS MANOS Y CON RECORRIDOS DIFERENTES COMO AFIANZAMIENTO DEL GESTO DEPORTIVO
25 MIN.		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
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	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 PLANEACIÒN 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	21/08/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	FORTALECER LAS CAPACIDADES MOTRICES PARA LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y DESARROLLO DE HABILIDADES EN EL 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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y AIOWAS 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 DEJERCICIOS 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	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 PLANEACIÒN 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	22/08/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	FORTALECER LAS CAPACIDADES MOTRICES PARA LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y DESARROLLO DE HABILIDADES EN EL BALONCESTO			SESION	10

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS 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: - 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 DEJERCICIOS 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	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 PLANEACIÒN 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	24/08/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	FORTALECER LAS CAPACIDADES MOTRICES PARA LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y DESARROLLO DE HABILIDADES EN EL BALONCESTO			SESION	11

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y AIOWAS 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: - 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 DEJERCICIOS 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	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 PLANEACIÒN 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	28/08/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	FORTALECER LAS CAPACIDADES MOTRICES PARA LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y DESARROLLO DE HABILIDADES EN EL BALONCESTO			SESION	12

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y AIOWAS 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: - 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 DEJERCICIOS 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	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 PLANEACIÒN 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	29/08/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	FORTALECER LAS CAPACIDADES MOTRICES PARA LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y DESARROLLO DE HABILIDADES EN EL BALONCESTO			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 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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y AIOWAS 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: - 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 DEJERCICIOS 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	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 PLANEACIÒN 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	31/08/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	FORTALECER LAS CAPACIDADES MOTRICES PARA LOS GESTOS TECNICOS INDIVIDUALES Y DESARROLLO DE HABILIDADES EN EL BALONCESTO			SESION	14

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON CON SPRINTS, INTERVALOS Y AIOWAS 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: - 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 DEJERCICIOS 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	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 PLANEACIÒN 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	1/08/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	PREPARACION TECNICA EN CONOCIMIENTOS Y HABILIDADES TECNICAS INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA EL JUEGO DE EQUIPO			SESION	1

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
10 MIN.	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
25 MIN.		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
25 MIN.		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 DESDE ESTATICOS Y CON MAXIMO UN PASO DE MOVIMIENTO, PIE ADELANTADO, PASO NEGATIVO, CON PROYECCION Y FINALIZACION
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 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	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 PLANEACIÒN 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	3/08/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	PREPARACION TECNICA EN CONOCIMIENTOS Y HABILIDADES TECNICAS INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA EL JUEGO DE EQUIPO			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 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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
10 MIN.	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
25 MIN.		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
25 MIN.		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
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 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	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 PLANEACIÒN 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	7/08/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	PREPARACION TECNICA EN CONOCIMIENTOS Y HABILIDADES TECNICAS INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA EL JUEGO DE EQUIPO			SESION	3

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
10 MIN.	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
25 MIN.		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
25 MIN.		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
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 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	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 PLANEACIÒN 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	8/08/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	PREPARACION TECNICA EN CONOCIMIENTOS Y HABILIDADES TECNICAS INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA EL JUEGO DE EQUIPO			SESION	4

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES PREDEPORTIVAS COMPETITIVAS
10 MIN.	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
25 MIN.		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
25 MIN.		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
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 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	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 PLANEACIÒN 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	10/08/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	PREPARACION TECNICA EN CONOCIMIENTOS Y HABILIDADES TECNICAS INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA EL JUEGO DE EQUIPO			SESION	5

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS DE SPRINTS
10 MIN.	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
25 MIN.		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
25 MIN.		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
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 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	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 PLANEACIÒN 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	14/08/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	PREPARACION TECNICA EN CONOCIMIENTOS Y HABILIDADES TECNICAS INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA EL JUEGO DE EQUIPO			SESION	6

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES COMPETITIVAS RECREATIVAS
10 MIN.	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 DE ACCION REACCION
25 MIN.		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
25 MIN.		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
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 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	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 PLANEACIÒN 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	15/08/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	PREPARACION TECNICA EN CONOCIMIENTOS Y HABILIDADES TECNICAS INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA EL JUEGO DE EQUIPO			SESION	7

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES COMPETITIVAS RECREATIVAS
10 MIN.	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 DE SPRINTS
25 MIN.		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
25 MIN.		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
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 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	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 PLANEACIÒN 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	17/08/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	PREPARACION TECNICA EN CONOCIMIENTOS Y HABILIDADES TECNICAS INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA EL JUEGO DE EQUIPO			SESION	8

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON Y SIN BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS DE SPRINTS CON CAMBIOS DE DIRECCION
10 MIN.	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 CON CIRCUITOS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
25 MIN.		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
25 MIN.		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
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 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	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 PLANEACIÒN 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	21/08/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	PREPARACION TECNICA EN CONOCIMIENTOS Y HABILIDADES TECNICAS INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA EL JUEGO DE EQUIPO			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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
10 MIN.	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
25 MIN.		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
25 MIN.		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
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 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	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 PLANEACIÒN 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	22/08/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	PREPARACION TECNICA EN CONOCIMIENTOS Y HABILIDADES TECNICAS INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA EL JUEGO DE EQUIPO			SESION	10

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS COMPETITIVAS
10 MIN.	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 AIOWAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
25 MIN.		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
25 MIN.		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
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 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	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 PLANEACIÒN 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	24/08/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	PREPARACION TECNICA EN CONOCIMIENTOS Y HABILIDADES TECNICAS INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA EL JUEGO DE EQUIPO			SESION	11

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON Y SIN BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
10 MIN.	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 , AIOWAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
25 MIN.		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.
25 MIN.		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
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 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	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 PLANEACIÒN 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	28/08/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	PREPARACION TECNICA EN CONOCIMIENTOS Y HABILIDADES TECNICAS INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA EL JUEGO DE EQUIPO			SESION	12

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES COMPETITIVAS RECREATIVAS
10 MIN.	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
25 MIN.		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 GIROS Y CONTINUAR BOTANDO LIBREMENTE POR TODO EL CAMPO UTILIZANDO LAS SALIDAS CRUZADAS Y ABIERTAS PARA FINALIZAR EN ARO
25 MIN.		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 FIANALIZACIONES SOBRE DETENCION EN UN TIEMPO Y PASO ADELANTADO
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 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	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 PLANEACIÒN 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	29/08/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	PREPARACION TECNICA EN CONOCIMIENTOS Y HABILIDADES TECNICAS INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA EL JUEGO DE EQUIPO			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	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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON Y SIN BALON Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
10 MIN.	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 , AIOWAS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS
25 MIN.		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.
25 MIN.		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
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 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	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 PLANEACIÒN 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	31/08/2023	NIVEL	INICIACION 3
OBJETIVO:	PREPARACION TECNICA EN CONOCIMIENTOS Y HABILIDADES TECNICAS INDIVIDUALES Y COLECTIVAS PARA EL JUEGO DE EQUIPO			SESION	14

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 ACTIVOS JUEGOS RECREATIVOS CON ELEMENTO	CALENTAMIENTO CON BALON Y ACTIVIDADES COMPETITIVAS RECREATIVAS
10 MIN.	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
25 MIN.		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 GIROS Y CONTINUAR BOTANDO LIBREMENTE POR TODO EL CAMPO UTILIZANDO LAS SALIDAS CRUZADAS Y ABIERTAS PARA FINALIZAR EN ARO
25 MIN.		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 FIANALIZACIONES SOBRE DETENCION EN UN TIEMPO Y PASO ADELANTADO
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 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	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 PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

OBLIGACION 8 ANEXO # 08



INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA



FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2023

Disciplina deportiva: BALONCESTO

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: DANIEL FELIPE
APELLIDOS: VALERO MORENO
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 16 MES NOVIEMBRE AÑO 2016
Número de Identificación: 1141135282
Año que cursa: 1° **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 5A No 2-18 Centro Gualavita
Nombres y Apellidos del padre: Henry Augusto Valero Rodriguez
Documento de Identidad: 74 865 491 **de** Bogotá
Teléfono: 311 250 9424
Nombres y Apellidos de la madre: Linda Lorena Moreno Paez
Documento de identidad: 52 819 200 **de** Bogotá
Teléfono: 310 300 3624
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: Linda Lorena Moreno Paez
Teléfono en caso de emergencia: 310 300 3624

2.INFORMACION CARACTERIZACIÓN
Sexo: femenino ___ **masculino** X **intersexual** ___
Orientación Sexual: homosexual ___ **bisexual** ___ **heterosexual** X **transexual** ___
Identificación de Genero: cisgenero ___ **transgenero** ___
Vulnerabilidad: en situación de desplazamiento ___ **conflicto armado** ___
en condición de discapacidad ___ **familia en emergencia social y catastrófica** ___
minoria étnica ___ **repatriados** ___ **primera infancia** ___ **habitante de calle** ___ **ninguna** ___
Discapacidad: fisica ___ **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 X **rural** ___

3.INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ___ **NO** X
Especifique el lugar de la fractura: ___
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ___ **NO** X **Cual** ___
Le Han Practicado Alguna Intervención Quirúrgica: SI ___ **NO** X **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.**

DANIEL VALERO

Firma del Menor:
T.I: 1141135282
CELULAR 3103003624

Firma del acudiente
C.C 52 819 200 Bta
CELULAR 310 300 3624

INSTRUCTOR DEPORTIVO :
CC :
Dirección:
Teléfono:
Email:

CUNDINAMARCA REGIÓN Que Progresa!

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

Escaneado con CamScanner

INDEPORTES

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2023

FOTO

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 CASA 9
Nombres y Apellidos del padre: JUAN DARÍO TORRES
Documento de identidad: 80026760 de BOGOTÁ
Teléfono: 311 8862990
Nombres y Apellidos de la madre: PATRICIA BOGOTÁ MONTOYA.
Documento de identidad: 53063793 de BOGOTÁ
Teléfono: 311 2243262
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: PATRICIA BOGOTÁ M.
Teléfono en caso de emergencia: 3118862990

2.INFORMACION CARACTERIZACIÓN
Sexo: femenino X masculino ____ intersexual____
Orientación Sexual: homosexual____bisexual____heterosexual X 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 X
Discapacidad: física____visual____auditiva____intelectual____psicosocial____
Sordoceguera____múltiple____ninguna X
Grupo Étnico: indígenas____afrocolombianos/negritudes____palequero____room____
raizal____otros____
Lenguas: castellano X indígena____criolla____romaní____señas____lengua extranjera____
Sector Residencial: urbano X rural____

3.INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____ NO X
Especifique el lugar de la fractura: ____
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ____ NO X Cual____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI ____ NO X 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.

Firma del Menor:
T.I: 1.072.664.003
CELULAR 3112243262

Firma del acudiente:
53063793
CELULAR 3112243262

INSTRUCTOR DEPORTIVO :
CC :
Dirección:
Teléfono:
Email:

CUNDINAMARCA Que Progresa!

/CundiGob @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

Escaneado con CamScanner

INDEPORTES

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2023

FOTO

Disciplina deportiva: BALONCESTO

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: Adrian Jossve
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 Sede el Dorado
Edad: 9 Talla de Calzado: 34 Talla pantaloneta: 12 Talla Camiseta: 14
Dirección y Lugar de Domicilio: Gratavita Tequisquiao
Nombres y Apellidos del padre: Adrian Gelvez
Documento de identidad: 1127913739 de
Teléfono: 3157201619
Nombres y Apellidos de la madre: Everlin Ayala Rania
Documento de identidad: 26199009 de venezuela
Teléfono: 3157201619
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: Everlin Ayala
Teléfono en caso de emergencia: 3178471542

2.INFORMACION 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___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 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 Deportes de Cundinamarca, dentro de sus politicas 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 fotografia.

Adrian Gelvez
Firma del Menor:
T.I: 1127923414
CELULAR 3157201619

Everlin Ayala
Firma del Padre: 9

INSTRUCTOR DEPORTIVO:
CC
Dirección
Teléfono
Email

CUNDINAMARCA ¡Que Progresa!

Escaneado con CamScanner

INDEPORTES

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA
DE CUNDINAMARCA 2023

FOTO

Disciplina deportiva: BALONCESTO

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: Hana Isabella
APELLIDOS: Vasquez Sarmiento
FECHA DE NACIMIENTO: DIA 08 MES 01 AÑO 2012
Número de Identificación: 1077.330.395
Año que cursa: Sexto Nombre de la Institución Educativa Pio XII
Edad: 11 Talla de Calzado: 34 Talla pantaloneta: 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 Susquilé
Teléfono: 3132823097
Nombres y Apellidos de la madre: Martha Ingia Sarmiento Moncada
Documento de identidad: C.C 1077.330.065 de Susquilé
Teléfono: 3112743276
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: Fabio Andres Vasquez.
Teléfono en caso de emergencia: 3132823097 - 3112743276

2.INFORMACION CARACTERIZACIÓN
Sexo: femenino X masculino ____ intersexual____
Orientación Sexual: homosexual____bisexual___heterosexual transexual____
Identificación de Genero: cisgenero X transgenero____
Vulnerabilidad: en situación de desplazamiento____conflicto armado____
en condición de discapacidad____familia en emergencia social y catastrófica____
minoria étnica____repatriados___primera infancia___habitante de calle____ninguna____
Discapacidad: fisica___visual___auditiva___intelectual___psicosocial____
Sordoceguera____múltiple____ninguna X
Grupo Étnico: indigenas____afrocolombianos/negritudes___palequero___room____
raizal___otros_____
Lenguas: castellano___indigena___criolla___romani____señas___lengua extranjera____
Sector Residencial: urbano___rural X

3.INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI _____NO X.
Especifique el lugar de la fractura: _____
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI ____NO X 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 politicas 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 fotografia.

Isabella Vasquez
Firma del Menor
T.I: 1077330395.
CELULAR 3204339381

Firma del acudiente
C.C 3169926.
CELULAR 3132823097.

INSTRUCTOR DEPORTIVO:
CC:
Dirección:
Teléfono:
Email:

Sede Administrativa:

Escaneado con CamScanner

INDEPORTES

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2023

FOTO

Disciplina deportiva: BALONCESTO

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: MARIA CAMILA GONZALEZ RAMOS
APELLIDOS: _____
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 10 **MES** JUL **AÑO** 2011
Número de Identificación: 1013039154
Año que cursa: 6 **Nombre de la Institución Educativa** I.E.P PIO XII
Edad: 11 **Talla de Calzado:** 36 **Talla pantaloneta:** 16 **Talla Camiseta:** 16
Dirección y Lugar de Domicilio: VILLAS DEL MILENIO Guatavita
Nombres y Apellidos del padre: Eduardo Gonzalez Bejarano
Documento de Identidad: 79601223 **de** Bogota
Teléfono: 312 448 5292
Nombres y Apellidos de la madre: Sandra Milena Ramos Velandia
Documento de Identidad: 20652534 **de** Guatavita
Teléfono: 3123169877
Nombres y Apellidos del Responsable que Inscribe: Sandra Ramos
Teléfono en caso de emergencia: 3123169877

2.INFORMACION CARACTERIZACIÓN

Sexo: femenino X masculino ___ intersexual___
Orientación Sexual: homosexual___ bisexual___ heterosexual X transexual___
Identificación de Genero: cisgenero X 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 X
Discapacidad: física___ visual___ auditiva___ intelectual___ psicosocial___
Sordoceguera___ múltiple___ ninguna X
Grupo Étnico: indígenas___ afrocolombianos/negritudes___ palequero___ room___
raizal___ otros___
Lenguas: castellano X indígena___ criolla___ romaní___ señas___ lengua extranjera___
Sector Residencial: urbano X rural___

3.INFORMACIÓN MEDICA

Ha tenido alguna fractura: SI _____ NO X
Especifique el lugar de la fractura: ___
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ___ NO X **Cual** ___
Le Han Practicado Alguna Intervención Quirúrgica: SI ___ NO X **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.

María Camila González
Firma del Menor:
T.I: 1013039154
CELULAR

Firma del acudiente
CC 20652534
3123169877

CUNDINAMARCA

CS Escaneado con CamScanner

INDEPORTES

FICHA INSCRIPCION 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:** S.
Dirección y Lugar de Domicilio: Cra 1 Nº 1-300 Guatavita
Nombres y Apellidos del padre: Jose Oswaldo García Muñoz.
Documento de identidad: _____ **de** Guatavita.
Teléfono: 321 412 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.INFORMACION CARACTERIZACIÓN

Sexo: femenino X 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 X indígena____criolla____romaní____señas____lengua extranjera____
Sector Residencial: urbano X rural____

3.INFORMACIÓN MEDICA

Ha tenido alguna fractura: SI _____ NO X
Especifique el lugar de la fractura: _____
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ____ NO X **Cual**_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI ____ NO X **Cual**_____
ALERGICO A: Al polvo y los gatos.
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 politicas 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 García
Firma del Menor:
T.I: 1071143385
CELULAR_____

Nidia Castañeda.
Firma del acudiente
C.C 1071143541
CELULAR 3209454103.

INSTRUCTOR DEPORTIVO :
CC :
Dirección:

Que Progresa!

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C
Sede Administrativa - Torre Benedictino - Piso 3
Código Postal 111321 - Teléfono 749 1205

Escaneado con CamScanner

INDEPORTES

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA
DE CUNDINAMARCA 2023

FOTO

Disciplina deportiva: BALONCESTO

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: María Paula
APELLIDOS: Díaz Castiblanco
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 16 MES Nov AÑO 2011
Número de identificación: 1033111197
Año que cursa: 6° Nombre de la Institución Educativa Pío XII
Edad: 11 Talla de Calzado: 33 Talla pantalonera: 12 Talla Camiseta: 12
Dirección y Lugar de Domicilio: Calle 11# 2-76 casa 5
Nombres y Apellidos del padre: Paulo Cesar Díaz Delgado
Documento de identidad: 79.962.443 de Bogotá
Teléfono: 3115956939
Nombres y Apellidos de la madre: Andrea Castiblanco Prieto
Documento de identidad: 52451433 de Bogotá
Teléfono: 3007861992
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: Andrea Castiblanco.
Teléfono en caso de emergencia: 3007861992

2.INFORMACION CARACTERIZACIÓN
Sexo: femenino X masculino ____ intersexual____
Orientación Sexual: homosexual____bisexual___heterosexual X 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___romaní____señas___lengua extranjera____
Sector Residencial: urbano X rural____

3.INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI _____NO X
Especifique el lugar de la fractura: _____
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ____NO X Cual_____
Le Han Practicado Alguna Intervención Quirúrgica: SI ____NO X 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 acudiente
CELULAR 3007861992

Firma del Menor:
T.I: _____
CELULAR_____

INSTRUCTOR DEPORTIVO :
CC :
Dirección:
Teléfono:

CUNDINAMARCA Que Progresa!

Escaneado con CamScanner

INDEPORTES

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA
DE CUNDINAMARCA 2023

FOTO

Disciplina deportiva: BALONCESTO

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:
NOMBRES: Sara Lucia
APELLIDOS: Mora Jaya
FECHA DE NACIMIENTO: DÍA 02 MES 09 AÑO 2013.
Número de Identificación: 1071143849
Año que cursa: 4° Nombre de la Institución Educativa Pio XII - Nacional Mixto
Edad: 09 Talla de Calzado: 32 Talla pantaloneta: 6 Talla Camiseta: 6
Dirección y Lugar de Domicilio: Vereda - Monticello.
Nombres y Apellidos del padre: Carlos Andres Mora Jaya
Documento de identidad: 3.059.223 de Guatavita.
Teléfono: 313 8422219.
Nombres y Apellidos de la madre: Jolly Carolina Jaya Sanchez
Documento de identidad: 1071142212. de Guatavita.
Teléfono: 3222011940.
Nombres y Apellidos del Responsable que Inscribe: Jolly Carolina Jaya J.
Teléfono en caso de emergencia: 322. 2011940.

2.INFORMACION CARACTERIZACIÓN
Sexo: femenino X 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 X indígena____criolla____romaní____señas___lengua extranjera____
Sector Residencial: urbano____rural X.

3.INFORMACIÓN MEDICA
Ha tenido alguna fractura: SI ____NO X.
Especifique el lugar de la fractura: ____
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ____NO X Cual____
Le Han Practicado Alguna Intervención Quirúrgica: SI ____NO X 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 politicas 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: 1.071.143.849.
CELULAR 3222011940.

Jolly Carolina Jaya J.
Firma del acudiente
C.C 1071142212
CELULAR 3222011940.

INSTRUCTOR DEPORTIVO :
CC:
Dirección:
Teléfono:
Email:

CUNDI
DUO PROPOSITO

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

CS Escaneado con CamScanner

INDEPORTES



FICHA INSCRIPCION 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: 1.071.143.568
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, vda Montecillo, finca la joyita
Nombres y Apellidos del padre: Fallecido
Documento de Identidad: _____ **de** _____
Teléfono: _____
Nombres y Apellidos de la madre: Harisol Felix Bernal
Documento de Identidad: 70652.121 **de** Guatavita
Teléfono: 3143179006
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: Harisol Felix Bernal.
Teléfono en caso de emergencia: 3143179006

2.INFORMACION CARACTERIZACIÓN

Sexo: femenino X 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____
minoria étnica____repatriados____primera infancia____habitante de calle____ninguna X
Discapacidad: física____visual____auditiva____intelectual____psicosocial____
Sordoceguera____múltiple____ninguna X
Grupo Étnico: Indígenas____afrocolombianos/negritudes____palequero____room____
raizal____otros____
Lenguas: castellano X indígena____criolla____romaní____señas____lengua extranjera____
Sector Residencial: urbano____rural X

3.INFORMACIÓN MEDICA

Ha tenido alguna fractura: SI _____ NO X
Especifique el lugar de la fractura: _____
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ____ NO X **Cual**_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI ____ NO X **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.**

Sara Lucia Castañeda
Firma del Menor:
T.I: 1.071.143.568
CELULAR_____

Firma del acudiente
CELULAR 3143179006

INSTRUCTOR DEPORTIVO :
CC :
Dirección:
Teléfono:
Email:

CUNDINAMARCA REGIÓN Que Progresa!

@CundiGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co
Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa - Torre Residencia Piso 5°
Código Postal: 111321 - Teléfono: 749 1205
www.indeportescundinamarca.gov.co

CS Escaneado con CamScanner

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2023

FOTO

Disciplina deportiva: BALONCESTO

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: Ricardo Andres
APELLIDOS: Ochoa Piratoba
FECHA DE NACIMIENTO: DIA 27 MES 05 AÑO 2006
Número de Identificación: 1071149419
Año que cursa: 9° Nombre de la Institución Educativa P.I.O XII
Edad: 16 Talla de Calzado: 40 Talla pantaloneta: S Talla Camiseta: M
Dirección y Lugar de Domicilio: Guatavita Cra 7 N 1-68
Nombres y Apellidos del padre: Ricardo Ochoa Rodriguez
Documento de Identidad: 3059220 de Guatavita
Teléfono: 3114794920
Nombres y Apellidos de la madre: Odilia Piratoba A.
Documento de identidad: 20.493.311 de Chocontá
Teléfono: 3203295042
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: Odilia Piratoba
Teléfono en caso de emergencia: 3203295042 - 3114794920

2.INFORMACION CARACTERIZACIÓN

Sexo: femenino___ masculino _X_ intersexual_____
Orientación Sexual: homosexual_____bisexual____heterosexual__X_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_X_indígena____criolla____romaní_____señas___lengua extranjera_____
Sector Residencial: urbano____rural_____

3.INFORMACIÓN MEDICA

Ha tenido alguna fractura: SI _____NO _X_____
Especifique el lugar de la fractura: _____
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ____NO_X_ Cual_____
Le Han Practicado Alguna Intervención Quirúrgica: SI ____NO_X_ Cual_____
ALERGICO A: No Sabe
Tipo de Sangre RH: O+

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

El Instituto Departamental para la Recreación y el Deportes de Cundinamarca, dentro de sus política
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.

CS Escaneado con CamScanner

INDEPORTES



FICHA INSCRIPCION DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE CUNDINAMARCA 2023

Disciplina deportiva: BALONCESTO

1. INFORMACIÓN PERSONAL Y FAMILIAR:

NOMBRES: Laura camila Capador Rodriguez
APELLIDOS: Capador Rodriguez
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 2A 28
Nombres y Apellidos del padre: Edgar Arley capador B
Documento de identidad: 80561131 de Guatavita
Teléfono: 3143149194
Nombres y Apellidos de la madre: Alba Lucia Rodriguez Fuyen
Documento de identidad: 20652724 de Guatavita
Teléfono: 3125636386
Nombres y Apellidos del Responsable que inscribe: Alba Lucia Rodriguez.
Teléfono en caso de emergencia: 3125636386

2.INFORMACION CARACTERIZACIÓN

Sexo: femenino X 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____
minoria étnica____repatriados___primera infancia___habitante de calle____ninguna____
Discapacidad: fisica___visual___auditiva___intelectual___psicosocial____
Sordoceguera____múltiple____ninguna____
Grupo Étnico: indigenas____afrocolombianos/negritudes___palequero___room____
raizal___otros_____
Lenguas: castellano___indigena___criolla___romani____señas___lengua extranjera____
Sector Residencial: urbano___rural____

3.INFORMACIÓN MEDICA

Ha tenido alguna fractura: SI _____NO ____X____
Especifique el lugar de la fractura: _____
Le Han Detectado Alguna Enfermedad Respiratoria: SI ____NO__X__ Cual_____
Le Han Practicado Alguna intervención Quirúrgica: SI ____NO__X__ 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 politicas 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 fotografia.**

Laura camila capador R
Firma del Menor:
T.I: 1071143830
CELULAR 3125636386

Alba Lucia Rodriguez
Firma del acudiente
C.C: 20652724
CELULAR 3125636386

INSTRUCTOR DEPORTIVO
CC
Dirección
Teléfono
Email

Sede Administrativa

Escaneado con CamScanner

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

FICHA INSCRIPCION 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.INFORMACION 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**____**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_____

Firma del acudiente
C.C _____
CELULAR _____

INSTRUCTOR DEPORTIVO :
CC :
Dirección:
Teléfono:
Email:

CUNDINAMARCA ¡REGIÓN Que Progresa!

OBLIGACION 9 ANEXO # 9

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES:				**AGOSTO**	**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	**FUNDAMENTACIÒN**
CLASES				**AGOSTO**	**AGOSTO**
DESARROLLO MENSUAL	AXIOLOGICO	VALORES SOCIALES	RESPETO	X	
			RESPONSABILIDAD		
			COMPAÑERISMO	X	
			JUSTICIA		
			COOPERACION		
			LEALTAD		
			TRABAJO EN EQUIPO	X	
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD		
			OBEDIENCIA	X	
			AUTODISCIPLINA		
			PARTICIPACIÓN	X	
			PERSEVERANCIA	X	
			AUTODOMINIO		
			RECOMPENSA		
		VALORES DEL OLIMPISMO	EXCELENCIA	X	
			RESPETO AMISTAD	X	
			CORAJE		
			DETERMINACION		
			IGUALDAD		
			DETERMINACION		
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCION	X	
			MOVILIDAD ARTICULAR	X	
			CALENTAMIENTO	X	
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO		
			RITMO		
			EQUILIBRIO	X	
			ORIENTACION		
			DIFERENCIACION		
			REACCIÓN		
			ADAPTACIÓN	X	
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA		
			VELOCIDAD	X	
			FLEXIBILIDAD	X	
			RESISTENCIA		
		ELEMENTOS TÉCNICOS	DRIBLING	X	
			PASE	X	
			TIRO		
			DESPLAZAMIENTOS	X	
		ELEMENTOS TACTICOS	DIAGONALES		
			CAMBIOS		
			ROTACIONES		
			SALIDAS		
			JUEGO SIN BALON		
			PASAR Y CORTAR		
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	X	
			JUEGOS TRADICIONALES		
			ACTIVIDADES ARTISTICAS		
			CIRCUITOS RECREATIVOS		
			FESTIVALES RECREATIVOS		
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	X	
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	X	

FIRMA FORMADOR:

-

OBLIGACION 10 ANEXO # 10

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIV0

PRIMER SEMESTRE

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

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
	NOMBRES Y APELLIDOS				1 INTENTO		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	29703/2018	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**

-

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIV0

PRIMER SEMESTRE

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA 9 A 12 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
	NOMBRES Y APELLIDOS				1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO				
1	LAURA CAMILA CAPADOR	9	10/08/2013	BALONCESTO	4,65		**1,34**	**1,41**			1,74	1,7			11,45	
2	ADRIAN JOSSUE GELVES	9	27/11/2013	BALONCESTO	4,23		1,03	1,15			1,62	165			12,47	
3	SARA LUCIANA MORA L	9	3/09/2013	BALONCESTO	4,56		1,06	1,17			1,63	1,65			12,65	
4	ISABELA RODRIGUEZ LUNA	9	1/07/2013	BALONCESTO	4,69		83	77			168	174			13,28	
5	DANNA VALENTINA ACOSTA	9	5/02/2014	BALONCESTO	3,78		1,04	1,01			157	162			13,12	
6	LAURA YERALDINE RODRIGUEZ	9	12/07/2013	BALONCESTO	4,32		1,05	1,07			164	167			12,58	
7	SARA LUCIA CASTAÑEDA FELIX	10	10/05/2012	BALONCESTO	4,37		1,1	1,17			1,61	1,64			13,26	
8	EDISON SNEIDER RODRIGUEZ A	10	11/09/2012	BALONCESTO	3,21		1,01	98			1,62	1,67			11,78	
9	JENNIFER PARRA	10	4/04/2013	BALONCESTO	4,37		97	85			1,59	1,64			13,27	
10	LEIDY YULIANA VELANDIA	10	24/07/2012	BALONCESTO	4,25		89	92			1,63	1,63			13,64	
11	ANGIE LORENA RODRIGUEZ	10	11/12/2012	BALONCESTO	3,58		87	91			1,67	1,65			12,69	
12	MARIA ISABELLA VASQUEZ S	11	8/01/2012	BALONCESTO	3,87		1,05	1,11			1,62	1,65			12,27	
13	MARIA PAULA DIAZ CASTIBLANCO	11	16/11/2011	BALONCESTO	3,66		1,42	1,46			1,67	1,65			11,54	
14	JANNA MICHELLE GARCIA	11	15/06/2011	BALONCESTO	3,67		1,35	1,41			1,68	1,69			11,74	
15	MARIA CAMILA GONZALEZ R	11	10/07/2011	BALONCESTO	4,21		1,32	1,44			1,7	1,72			11,69	
16	NATALIA CAMILA RIOS	11	19/05/2011	BALONCESTO	4.11		1,23	1,32			1,65	1,64			11,85	
17	JOHN JAIRO RODRIGUEZ A	11	16/03/2011	BALONCESTO	3,26		1.45	1,38			1,67	1,69			12,47	
18	PEDRO LUIS GIOVANNI CASTILLO	12	15/04/2011	BALONCESTO	3,68		1,39	1,37			1,69	1,67			11,28	
19	CARMEN SOFIA GARZON	12	14/03/2011	BALONCESTO	4.03		1,25	1,31							12,62	
20																

MUNICIPIO EVALUADO:	GUATAVITA
FORMADOR :	MANUEL H SALGADO C

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIV0

PRIMER SEMESTRE

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		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



VALORACIÓN DE ENTRADA
PELOTA - BALONCESTO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

-

VALORACIÓN DE ENTRADA
PELOTA - BALONCESTO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

EJECUCION TÉCNICA DEL LANZAMIENTO DE TIRO LIBRE

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	1
4	DANIEL FELIPE VALERO		1		0		0		0		0	1
5	JUAN JOSE VALERO		0		1		0		0		0	1
6	KAREN VALENTINA ORJUELA		0		0		1		0		0	1
7	SALOME MORA R		1		0		0		0		0	1
8	ALISSON JULIETA RODRIGUEZ L		0		1		0		0		1	2
9	ERIKA JASBLEIDY ACOSTA		1		0		0		0		0	1
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

-

VALORACIÓN DE ENTRADA
PELOTA - BALONCESTO

EJECUCIÓN TÉCNICA DEL LANZAMIENTO DE TIRO LIBRE

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		1	3
3	SARA LUCIANA MORA L		1		0		1		1		1	4
4	ISABELA RODRIGUEZ LUNA		1		0		0		0		0	1
5	DANNA VALENTINA ACOSTA		1		0		1		0		1	3
6	LAURA YERALDINE RODRIGUEZ		0		0		1		1		0	2
7	SARA LUCIA CASTAÑEDA FELIX		1		0		1		0		0	2
8	EDISON SNEIDER RODRIGUEZ A		1		1		0		0		1	3
9	JENNIFER PARRA		0		0		1		1		0	2
10	LEIDY YULIANA VELANDIA		0		1		0		0		0	1
11	ANGIE LORENA RODRIGUEZ		0		1		1		1		0	3
12	MARIA ISABELLA VASQUEZ S		0		1		1		0		1	3
13	MARIA PAULA DIAZ CASTIBLANCO		1		1		1		0		0	3
14	JANNA MICHELLE GARCIA		1		0		0		1		0	2
15	MARIA CAMILA GONZALEZ R		0		1		1		0		1	3
16	NATALIA CAMILA RIOS		0		0		1		0		1	2
17	JOHN JAIRO RODRIGUEZ A		1		0		1		0		1	3
18	PEDRO LUIS GIOVANNI CASTILLO		1		1		0		1		0	3
19	CARMEN SOFIA GARZON		0		1		1		0		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

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

-

VALORACIÓN DE ENTRADA
PELOTA - BALONCESTO

EJECUCIÓN TÉCNICA DEL LANZAMIENTO DE TIRO LIBRE

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		1	2
3	LIZETH DANIELA GAVIRIA		0		1		1		0		0	2
4	DIANA YAMILE BELTRAN		1		0		0		1		0	2
5	ANGELA YISEL BAEZ		0		0		1		1		0	2
6	CLAUDIA XIMENA ACOSTA PEÑA		0		1		0		1		0	2
7	JHOANA AYALA G		1		0		0		1		1	3
8	JEIMY LIZETH MUÑOZ V		0		0		1		1		0	2
9	ANYELA YURANI GARZON		1		1		0		0		0	2
10	KAROL GABRIELA RODRIGUEZ L		1		0		1		1		1	4
11	HECTOR DANILO RODRIGUEZ PEÑA		0		1		1		0		1	3
12	ANGELA NATALIA GONZALEZ		0		0		1		1		0	2
13	WENDY DAYANA GARCÍA		1		0		1		1		0	3
14	ANGIE VALENTINA BONILLA		1		0		1		1		1	4
15	EDUARD ESTIBEN VARGAS		0		1		1		0		1	3
16	RICARDO ANDRES UCHUVO		1		1		1		0		1	4
17	ERIKA ALEJANDRA RIOS		0		1		1		0		0	2
18	FRANCY TATIANA CORTES		1		1		1		0		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

-

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

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

FECHA VISITA:	18-07-2023				
MUNICIPIO	Guatavita		SEDE DE LA PRÁCTICA	Polised	
FORMADOR	Hamid Salgado		DEPORTE	Baloncesto	
NIVEL DE FORMACIÓN	INICIACION		FUNDAMENTCION GRUPO 1	✓	FUNDAMENTCION GRUPO 2	

1. DESARROLLO DE LA SESIÓN.

HORARIO DE INICIO DE LA SESIÓN	4 00 pm	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 SEGÚN PLAN PROGRAMADO PARA LA CLASE	6
# TOTAL DE PARTICIPANTES	15	# DE PARTICIPANTES EN LA SESIÓN DE LA CLASE	15

2. CONTENIDO DE LA SESIÒN

PUNTUALIDAD.	SI	✓	NO	
PRESENTACION PERSONAL ADECUADA PARA DAR LA SESIÒN.	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 SESION DE CLASE MOMENTOS RECREATIVOS Y LUDICOS.	SI	✓	NO	
MANEJA UN LENGUAJE ACORDE Y TECNICO EN LA SESIÒN.	SI	✓	NO	

3. RECOMENDACIONES PEDAGÓGICAS AL FORMADOR

RECOMENDACIONES
Continuar Seguimos Sagas Plan Pedagogico.
Realizar Charlas Sobre Juegos y Buenos Modales
Dar Espacio para el Manejo Adecuado de la Hidratación

Firma Formador

Firma Gestor

CS Escaneado con CamScanner

OBLIGACION 11 ANEXO # 11

Alcaldía Municipal de Guatavita 2020 – 2023
Secretaria 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 julio al 30 de julio 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 un (01) días del mes de agosto del dos mil veintitrés (2023).

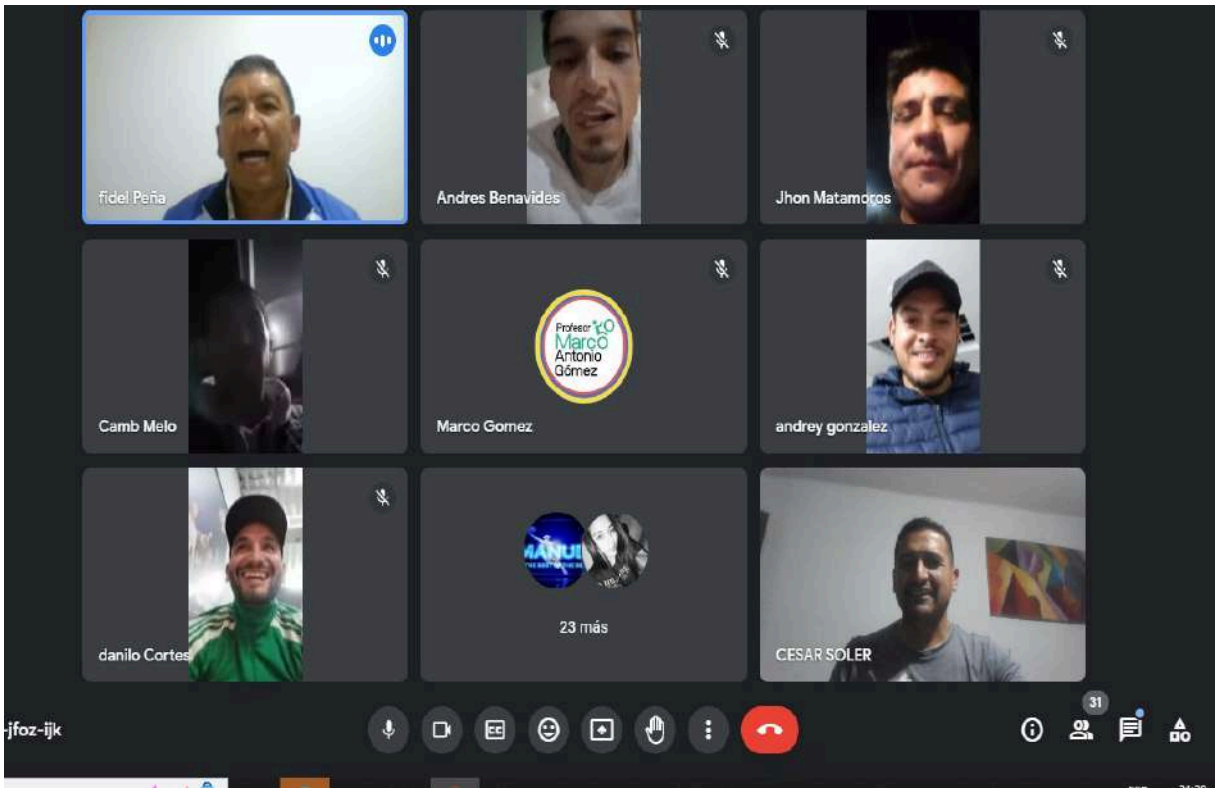
JUSTO PASTOR SARMIENTO CASTAÑEDA
Secretario de Cultura Recreación, Deportes y Turismo

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

-

OBLIGACION 12 ANEXO # 12





-

OBLIGACION 13 ANEXO # 13





-


INDEPORTE


CUNDINAMARCA
REDMI NOTE 11S
11/07/2023 16:08

-

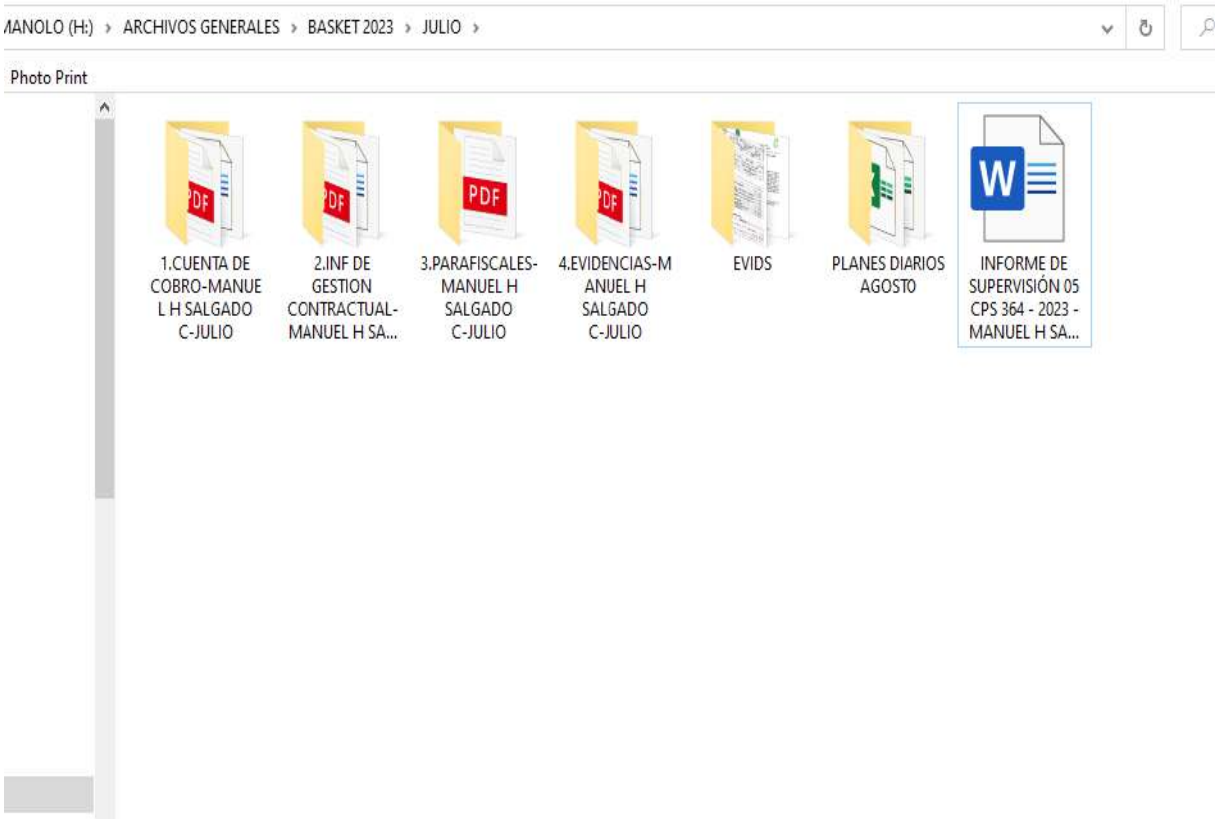
OBLIGACION 14 ANEXO # 14

SE ENTREGARÁ CUANDO SE SOLICITE DOCUMENTACIÓN DEL ÁREA

DE ARCHIVO

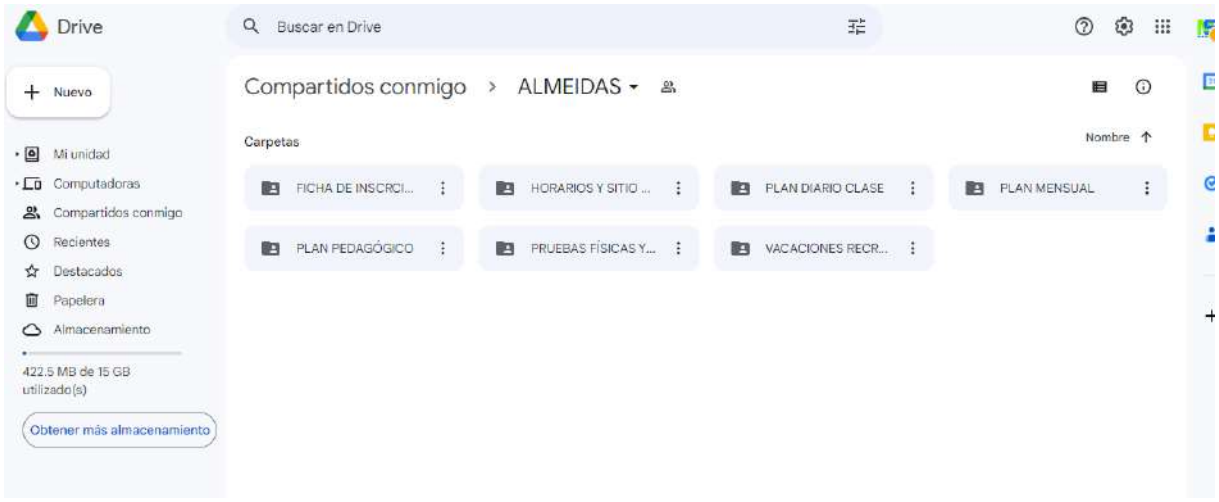


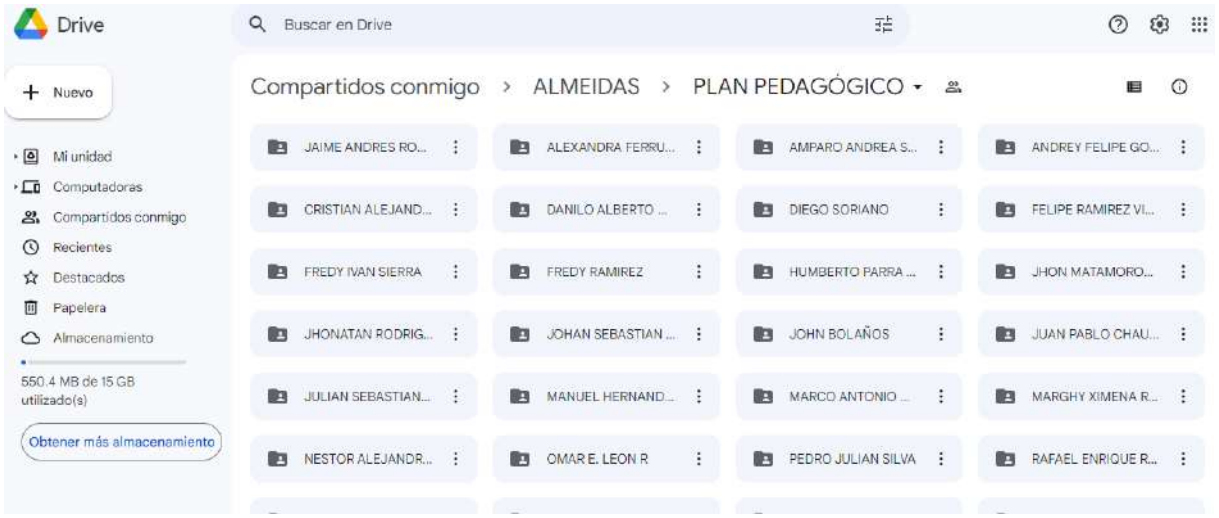
OBLIGACION 15 ANEXO # 15

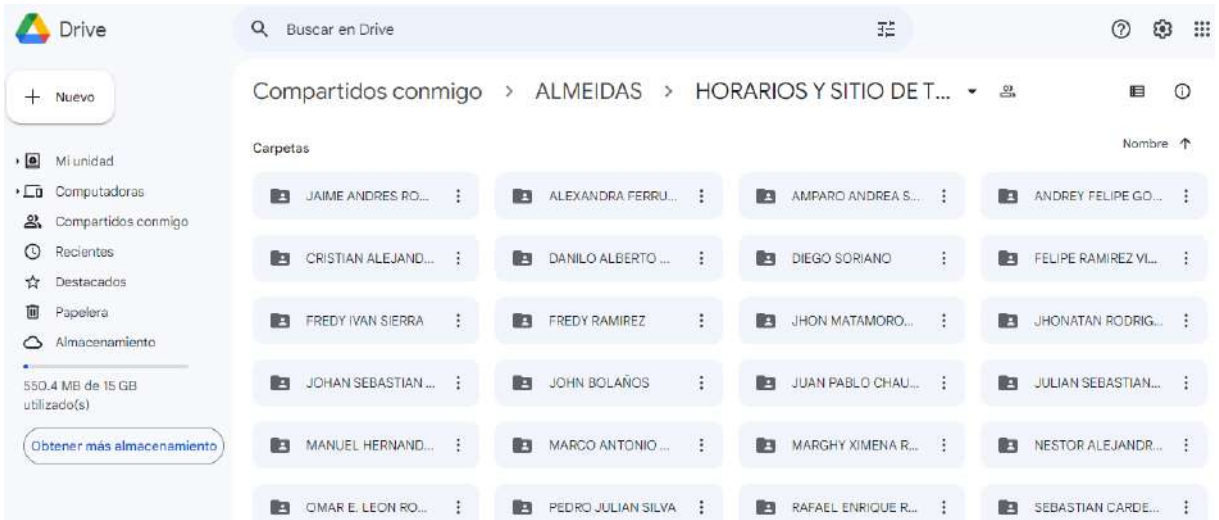


-

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.

<table>
<tr><th colspan="2">INICIACION 1</th></tr>
<tr><td></td><td></td></tr>
<tr><td>FECHA Y LUGAR: 1/06/2023 – EL DORADO</td><td>FECHA Y LUGAR:5/06/2023 - CIC</td></tr>
<tr><td></td><td></td></tr>
<tr><td>FECHA Y LUGAR: 6/O6/2023 – COLISEO</td><td>FECHA Y LUGAR: 22/06/2023 -COLISEO</td></tr>
</table>

-

INICIACION 2	
	
FECHA Y LUGAR: 6/06/2023 - CIC	**FECHA Y LUGAR: 19/06/2023 - CIC**
	
FECHA Y LUGAR: 26/06/2023 - COLISEO	**FECHA Y LUGAR: 27/06/2023 - COLISEO**

-

INICIACION 3	
	
FECHA Y LUGAR: 13/06/2023 - COLISEO	**FECHA Y LUGAR: 15/06/2023 - CIC**
	
FECHA Y LUGAR: 20/06/2023 - CIC	**FECHA Y LUGAR: 27/06/2023 – CIC**

-


CUNDINAMARCA
REGIÓN
Que Progresa!
INDEPORTES


GRACIAS
INDEPORTE
NBA
ESCUELA
de
formación
de
Baloncesto
BAR
MINE

-


REDMI NOTE 11S
11/07/2023 16:08


Escuela
de
formacion
de