EVIDENCIAS INFORME 08 MES DE NOVIEMBRE - No. CPS - 609 de 2023			
Nombre del contratista	Elmer Dwan Barrera Velásquez		
Número de identificación	80829485 de Bogotá D.C.	**Tipo de documento**	Cedula de Ciudadanía
Período informado	01/11/2023 al 30/11/2023	**N° de Registro Presupuestal**	RES – 2023000915 DE 14/03/2023 RES – 2023004261 DE 29/09/2023

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:
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.	 AFICHE PROMOCIONAL DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN  SOCIALIZACIÓN CON ESTUDIANTES

<table>
<tr>
<td></td>
<td> 

SOCIALIZACION DE HORARIOS Y SITIO DE TRABAJO CON EL COORDINADOR DE LA ESCUELA NORMAL SUPERIOR DE JUNÍN, RUBÉN RUBIO PARRA</td>
</tr>
<tr>
<td>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</td>
<td>GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL: INICIACION 1

<table>
<tr><th>No.</th><th>NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA</th><th>TELEFONO DE CONTACTO</th><th>1</th><th>2</th><th>3</th><th>4</th><th>5</th><th>6</th><th>7</th><th>8</th><th>9</th><th>10</th><th>11</th><th>12</th><th>13</th><th>14</th><th>15</th><th>16</th><th>17</th><th>18</th><th>19</th><th>20</th><th>21</th><th>22</th><th>23</th><th>24</th><th>25</th><th>26</th><th>27</th><th>28</th><th>29</th><th>30</th><th>31</th><th># SESIONES PROGRAMADAS MES</th><th># SESIONES CUMPLIDAS</th><th># FALLAS MES</th><th>% CUMPLIMIENTO MES</th></tr>
<tr><td>1</td><td>LEIDI TATIANA MENDEZ MENDEZ</td><td>3138347135</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>0</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td>12</td><td>11</td><td>1</td><td>92%</td></tr>
<tr><td>2</td><td>JUAN DAVID PRIETO CORTEZ</td><td>3125710884</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>0</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td>12</td><td>11</td><td>1</td><td>92%</td></tr>
<tr><td>3</td><td>DEYNER ALEJANDRO BELTRAN CASTILLO</td><td>3222117944</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>0</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td>12</td><td>11</td><td>1</td><td>92%</td></tr>
<tr><td>4</td><td>NOHELIA GIULIANA MENDOZA BELTRAN</td><td>3102580723</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td>12</td><td>12</td><td>0</td><td>100%</td></tr>
<tr><td>5</td><td>HELEN DANIELA RODRIGUEZ ARROYAVE</td><td>3144334643</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td>12</td><td>12</td><td>0</td><td>100%</td></tr>
<tr><td>6</td><td>SARA GABRIELA PACHON CORTES</td><td>3142770980</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>0</td><td>1</td><td></td><td></td><td>12</td><td>11</td><td>1</td><td>92%</td></tr>
<tr><td>7</td><td>MARTIN FELIPE TRONCOSO GARZON</td><td>3112813415</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>0</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td>12</td><td>11</td><td>1</td><td>92%</td></tr>
<tr><td>8</td><td>DYLAN ALEJANDRO BELTRAN GARZON</td><td>3178327758</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>0</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td>12</td><td>11</td><td>1</td><td>92%</td></tr>
<tr><td>9</td><td>HEVELIN ALEJANDRA PRIETO LOSADA</td><td>3124617024</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td>12</td><td>11</td><td>1</td><td>92%</td></tr>
<tr><td>10</td><td>JHONATHAN STIVEN AGUILERA BEJARANO</td><td>3112643477</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td>12</td><td>12</td><td>0</td><td>100%</td></tr>
<tr><td>11</td><td>STHEFANY SALOME BELTRAN MENDEZ</td><td>3227375998</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>0</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td>12</td><td>11</td><td>1</td><td>92%</td></tr>
<tr><td>12</td><td>LAURA SOFIA BABATIVA BELTRAN</td><td>3133794657</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td>12</td><td>12</td><td>0</td><td>100%</td></tr>
<tr><td>13</td><td>JOHAN SAMUEL GONZALES LOPEZ</td><td>3124422316</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td>12</td><td>12</td><td>0</td><td>100%</td></tr>
<tr><td>14</td><td>KAREN NATALIA PEÑA TORRES</td><td>3225894365</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td>12</td><td>12</td><td>0</td><td>100%</td></tr>
<tr><td>15</td><td>JUAN JOSE CASTRO RIVERA</td><td>3124126704</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td>12</td><td>12</td><td>0</td><td>100%</td></tr>
<tr><td>16</td><td>ANGEL DAVID CORTES AMAYA</td><td>3102909724</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>1</td><td>0</td><td></td><td></td><td>12</td><td>11</td><td>1</td><td>92%</td></tr>
</table>

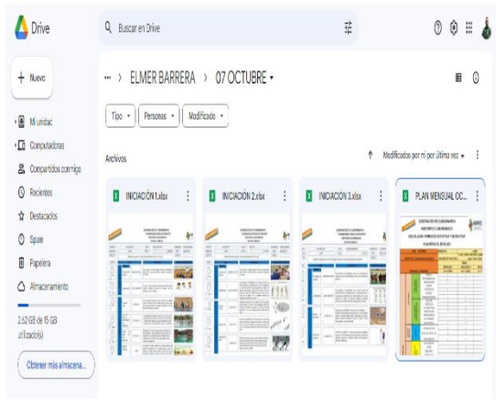
ANEXO 1: ASISTENCIAS POR NIVEL</td>
</tr>
<tr>
<td>3. Presentar ante el supervisor del contrato mediante la plataforma Hércules o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad dentro de los 15 días calendario siguientes a la suscripción del acta 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.</td>
<td>HORARIOS

INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA
HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO
DEPORTE / MODALIDAD: BALONCESTO
MUNICIPIO: JUNIN
NOMBRE DEL FORMADOR: ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ

<table>
<tr><th>HORARIOS</th><th>CONCEPTO</th><th>LUNES</th><th>MARTES</th><th>MIERCOLES</th><th>JUEVES</th><th>VIERNES</th><th>SABADO</th><th>DOMINGO</th><th>OBSERVACIONES</th></tr>
<tr><td rowspan="2">8:00 AM A 10:00 AM</td><td>GRUPO</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>SEDE DE TRABAJO</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="2">2:00 PM A 4:00 PM</td><td>GRUPO</td><td>INICIACION 2</td><td>INICIACION 1</td><td>INICIACION 1</td><td>INICIACION 1</td><td>INICIACION 3</td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>SEDE DE TRABAO</td><td>I.E.D. Escuela Normal Superior</td><td>I.E.D. Escuela Normal Superior</td><td>I.E.D. Escuela Normal Superior</td><td>I.E.D. Escuela Normal Superior</td><td>I.E.D. Escuela Normal Superior</td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="2">4:00 PM A 6: 00 PM</td><td>GRUPO</td><td>INICIACION 3</td><td>INICIACION2</td><td>INICIACION 2</td><td>INICIACION 3</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>SEDE DE TRABAO</td><td>I.E.D. Escuela Normal Superior</td><td>I.E.D. Escuela Normal Superior</td><td>I.E.D. Escuela Normal Superior</td><td>I.E.D. Escuela Normal Superior</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="2">6 P.M. A 7:30 P.M.</td><td>GRUPO</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>SEDE DE TRABAJO</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="2">7 P.M. A 8 P.M.</td><td>GRUPO</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>SEDE DE TRABAJO</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="2">8 P.M. A 9 P.M.</td><td>GRUPO</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>SEDE DE TRABAJO</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td rowspan="2">9 P.M. A 10 P.M.</td><td>GRUPO</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>SEDE DE TRABAJO</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="2">NOMBRE MONITOR</td><td></td><td>Elmer Barrera</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
</table>

ANEXO 2 HORARIOS Y SITIOS DE PRÁCTICAS</td>
</tr>
</table>

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 3: EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS POR NIVEL**
5. Para deportes en conjunto, tener una cobertura mínima de 15 personas por grupo o una cobertura global mínima de 45 beneficiados activos, sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los que se encuentren; y, para deportes individuales tener una cobertura mínima de 10 personas por grupo o mínimo una cobertura global de 30 beneficiados activos sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los que se encuentren. De todo lo anterior, deberá tener los soportes respectivos organizados por sesiones, actividades y niveles de formación cargados en la plataforma Hércules o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad.	INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO **NEFICIAD / GENERO / SECTOR / GRUPOS POBLACIONALES** | EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Masculino	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES | |---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---| | 6 AÑOS | 4 | 0 | 0 | 4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4 | | 7 AÑOS | 2 | 4 | 0 | 2 | 1 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6 | | 8 AÑOS | 3 | 5 | 1 | 2 | 2 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 8 | | 9 AÑOS | 5 | 5 | 1 | 4 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 10 | | 10 AÑOS | 3 | 1 | 1 | 2 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4 | | 11 AÑOS | 2 | 2 | 2 | 0 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 4 | | 12 AÑOS | 1 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | | 13 AÑOS | 0 | 1 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | | 14 AÑOS | 2 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | | 15 AÑOS | 3 | 3 | 3 | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6 | | 16 AÑOS | 3 | 7 | 3 | 0 | 7 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 10 | | 17 AÑOS | 2 | 0 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 2 | | TOTALES | 30 | 28 | 16 | 14 | 14 | 14 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 58 | **ANEXO 4: COBERTURA Y POBLACIÓN Y CONTROL Y SEGUIMIENTO DE LOSDEPORTISTAS**
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.	 Porte con respeto y responsabilidad las prendas que me identifican como instructor de indeportes Cundinamarca
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	**Planeaciones diarias mes de Noviembre** GOBERNACION DE CUNDINAMARCA " CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA" INDEPORTES CUNDINAMARCA DEPORTE FORMATIVO #DeportesQueProgresa DEPORTE: BALONCESTO — VALOR: RESPONSABILIDAD — FORMADOR: ELMER BARRERA VELASQUEZ MUNICIPIO: JUNIN — FECHA: 2/10/2023 — NIVEL: INICIACIÓN III OBJETIVO: Enseñar al deportista por medio de ejercicios dinamicos los diferentes tipos de lanzamiento — SESION: 79 TIEMPO / FASE / TEMATICA / CONTENIDOS / EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN) FASE INICIAL 10 MIN. — Explicación de la sesion — SENSIBILIZACION — Se les explica a los deportista, como se va a desarrollar la sesión del dia, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión. 20 MIN. — Calentamiento — CALENTAMIENTO — Se desarrolla el calentamiento con movilidad articular de manera dinámica con desplazamiento en distancia establecida, se manejara una distancia de 10 metros donde el ida y vuelta significa una vuelta, se manejaras diferentes movimiento dinámicos de movilidad articular de cada segmento del cuerpo. SESION 1 SESION 2 SESION 3 SESION 4 SESION 5 SESION 6 SESION 7 SESION 8 **ANEXO 5: PLAN DIARIO SESIONES POR NIVELES**

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.	
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.	
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.	**PLANES MENSUALES MES DE NOVIEMBRE** **INDEPORTES CUNDINAMARCA** **ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA** **PLAN MENSUAL DE CLASE** MES: OCTUBRE — MUNICIPIO: JUNIN LUGAR: I.E.D. Escuela Normal Superior — HORARIO DE PRACTICA: Lunes, martes, miércoles, jueves y Viernes 2 a 4pm Y de 4 a 6pm DESARROLLO MENSUAL — NIVEL INICIACIÓN I 6 A 8 AÑOS — INICIACIÓN II 9 A 12 AÑOS — INICIACIÓN III 13- 17 AÑOS VALORES / VALORES SOCIALES: RESPETO (X, X, X); RESPONSABILIDAD (X, X, X); COMPAÑERISMO (X, X); JUSTICIA (X); COOPERACION; LEALTAD; TRABAJO EN EQUIPO (X, X, X) VALORES / VALORES PERSONALES: HUMILDAD (X, X, X); OBEDIENCIA (X); AUTODISCIPLINA (X, X); PARTICIPACIÓN (X, X, X); PERSEVERANCIA (X); AUTODOMINIO (X, X); RECOMPENSA (X, X, X) **ANEXO 6: PLAN MENSUAL NOVIEMBRE**
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.	Realice en la tercera semana del mes de Septiembre evaluación test de control con los niños y jóvenes de la escuela de formación, donde se tuvo participación de 58 deportistas, para destacar de las pruebas realizadas en los tres grupos de formación los niños tuvieron excelentes resultados. **ANEXO 7: EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS EXCEL CONSOLIDACIÓN DE PRUEBAS Y ANTROPOMÉTRICAS**
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 8: CERTIFICADO MUNICIPAL**

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.	Proyecte la planeación organización y participación de los festivales deportivos a realizar en el departamento y junto con ello la entrega de los informes solicitados por la coordinación del programa.
13. Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.	2/11/2023, Reunión en el municipio de cota, con Rigo Uran Hora 1:00 PM  29/11/2023, Reunión final, compartir y despedida del año indeportes región Guavio Hora 10:00 AM 
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.	Proyecte la entrega de dicho formato diligenciado para cuando sean requeridos por el instituto de deportes además de la subgerencia administrativa y financiera el FUID
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).	Presenté cada uno de los documentos que se deben diligenciar mes a mes para ser subidos a la plataforma del secop II debidamente realizados, con una previa revisión del gestor Alex Urrego y corrección por parte del mismo para finalizar el proceso subiéndolos a la plataforma, estos documentos son los siguientes: Cuenta de cobro, informe de gestión contractual, parafiscales y evidencias.  **Documentación del mes, informe, cuenta de cobro, evidencias, parafiscales, plan pedagógico y mallas curriculares**

16. Entregar y mantener actualizado la documentación requerida en medio físico la documentación de la inscripción y participación de los beneficiarios al programa deporte formativo.	Proyecté entregar la documentación requerida (ficha de inscripción, documento de identidad, certificación eps) al momento de la inscripción de cada uno de los jugadores de la escuela de formación deportiva de Baloncesto en el municipio de Junín, información la cual se ubica en la plataforma de google drive del correo indeportesguavio2023@gmail.com en la carpeta inscripciones

ANEXO 1, DE LA OBLIGACION 2: ASISTENCIAS POR NIVEL

INICIACION 1



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL: INICIACION 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	LEIDI TATIANA MENDEZ MENDEZ	3138347135							1	1	1					1	1	1					1	1	1					1	1	1		12	12	0	100%
2	JUAN DAVID PRIETO CORTEZ	3125710884							1	1	1					1	0	1					1	1	1					1	1	0		12	10	2	83%
3	DEYNER ALEJANDRO BELTRAN CASTILLO	3222117944							1	1	1					1	1	1					1	1	1					1	1	1		12	12	0	100%
4	NOHELIA GUILIANA MENDOZA BELTRAN	3102580733							1	1	1					1	1	1					1	1	1					1	1	1		12	12	0	100%
5	HELEN DANIELA RODRIGUEZ ARROYAVE	3144334643							1	1	1					1	1	1					1	1	1					1	0	1		12	11	1	92%
6	SARA GABRIELA PACHON CORTES	3142770980							1	1	1					1	1	1					1	1	1					1	1	0		12	11	1	92%
7	MARTIN FELIPE TRONCOSO GARZON	3112813415							1	1	1					1	1	1					1	1	1					1	1	0		12	11	1	92%
8	DYLAN ALEJANDRO BELTRAN GARZON	3178327758							1	1	1					1	1	1					1	1	1					1	1	0		12	11	1	92%
9	HEVELIN ALEJANDRA PRIETO LOSADA	3124617024							1	1	1					1	1	1					1	1	1					1	1	1		12	12	0	100%
10	JHONATHAN STIVEN AGUILERA BEJARANO	3112643477							1	1	1					1	1	1					1	1	1					1	1	1		12	12	0	100%
11	STHEFANY SALOME BELTRAN MENDEZ	3227375998							1	1	1					1	1	1					1	1	1					1	1	1		12	12	0	100%
12	LAURA SOFIA BABATIVA BELTRAN	3133794657							1	1	1					1	1	1					1	1	1					1	1	1		12	12	0	100%
13	JOHAN SAMUEL GONZALES LOPEZ	3124422316							1	1	0					1	1	1					1	1	1					1	1	1		12	11	1	92%
14	KAREN NATALIA PEÑA TORRES	3225894355							1	1	0					1	1	1					1	1	1					1	1	1		12	11	1	92%
15	JUAN JOSE CASTRO RIVERA	3124126704							0	1	1					1	1	1					1	1	1					1	1	1		12	11	1	92%
16	ÁNGEL DAVID CORTES AMAYA	3102909724							1	1	1					1	1	1					1	1	1					1	1	1		12	12	0	100%
17	BRAYAN ESNEYDER ALFONSO BELTRAN	3134358583							0	1	1					1	1	1					1	1	1					1	1	1		12	11	1	92%
18	LEIDI YULIANA ALFONSO BELTYRAN	3134358583							1	1	1					1	1	0					1	1	1					1	1	1		12	11	1	92%
19																																		0	0	0	#¡DIV/0!

INICIACION 2



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL: INICIACION 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	MARYI ALEJANDRA MENDEZ GARZON	3203837068						1	1	1					1	1	1					1	1	1					1	1	1			12	12	0	100%
2	CRISTIAN ALEXANDER ACOSTA AGUILERA	3115765090						1	1	1					1	1	0					1	1	1						0	1			11	9	2	82%
3	JUAN ANDRES URREGO RODRIGUEZ	3108433544						1	1	1					1	1	0					1	1	1						0	1			11	9	2	82%
4	YEIMI NICOL GONZALES RODRIGUEZ	3112555269						1	1	1					1	1	1					1	1	1						0	1			11	10	1	91%
5	MIGUEL ANGEL GOMEZ DIAZ	3213640648						1	1	1					1	1	1					1	1	1						1	1			11	11	0	100%
6	ANDRY YULIETH URREGO GOMEZ	3142210856						1	1	1					1	1	0					1	1	1						1	1			11	10	1	91%
7	MIGUEL ANGEL URREGO GOMEZ	3142210856						1	1	1					1	1	0					1	1	1						1	1			11	10	1	91%
8	ANGELA JULETH MENDEZ GARCIA	3227093312						1	1	1					1	1	1					1	1	1						1	1			11	11	0	100%
9	MAIRA CASSADRA AGUILERA RODRÍGUEZ	322300940						1	1	1					1	1	1					1	1	1						1	1			11	11	0	100%
10	TANIA XIOMARA AGUILERA RODRIGUEZ	322300940						1	1	1					1	1	1					1	1	1						1	0			11	10	1	91%
11	JUAN JOSE LIZARAZO VELASQUEZ	3208895293						1	0	1					1	1	1					1	1	1						1	0			11	9	2	82%
12	JUAN SEBASTIAN GOMEZ DIAZ	3213640648						0	1	1					1	1	1					1	1	1						1	0			11	9	2	82%
13	JAROTH MATEO GONZALEZ VELASQUEZ	3126428870						1	1	1					1	1	1					1	1	1						1	1			11	11	0	100%
14	THOMAS MATIAS BELTRAN BELTRAN	3144191424						1	0	1					1	1	1					1	1	1						1	1			11	10	1	91%
15	RONALD ESTEBAN GONZÁLEZ BARRERA	3118183370						1	0	1					1	1	1					1	1	1						1	1			11	10	1	91%
16	DANNY ELIZETH ALFONSO CASTILLO	3125280039						1	1	1					1	1	1					1	1	1						1	1			11	11	0	100%
17	YEIMY ANGELICA LOPEZ CASTILLO	3212782604						1	1	1					1	1	1					1	1	1						1	1			11	11	0	100%
18	ASTRID NATALIA CHITIVA MUÑOZ	3102434851						1	1	1					1	1	1					1	1	1						1	1			11	11	0	100%
19	KEVIN ADRIAN ROZO LOPEZ	3127304964						1	1	1					1	1	1					1	1	1						1	1			11	11	0	100%
20																																		0	0	0	#¡DIV/0!

INICIACION 3



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL: INICIACION 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	MAIRA LORENA PEÑUELA BELTRÁN	3214626984						1			1	1			0			1	1			1			1	1			1			1		11	10	1	91%
2	JUANA VALENTINA CASTILLO VELÁSQUEZ	3134930754						1			1	1			1			1	1			1			1	1			1			1		11	11	0	100%
3	ROSA CAMILA BELTRÁN BELTRÁN	3222124997						1			0	1			0			1	1			1			1	1			1			1		11	9	2	82%
4	NAYELI XIMENA CHITIVA BELTRÁN	3102685823						1			1	1			1			1	1			1			1	1			1			1		11	11	0	100%
5	ALISSON YULIETH OLARTE DUARTE	3202819288						1			0	1			1			1	1			1			1	1			1			1		11	10	1	91%
6	MAYRA VALENTINA RODRÍGUEZ ACOSTA	3114719707						1			1	1			1			1	1			1			1	1			1			1		11	11	0	100%
7	PAULA STEFANY JIMÉNEZ PEDRAZA	3125557122						1			1	0			1			1	1			1			1	1			1			1		11	10	1	91%
8	LUISA GABRIELA PRIETO DÍAZ	3133800015						1			0	1			1			1	1			1			1	1			1			1		11	10	1	91%
9	JEFERSON STIVEN MONSALVE CAICEDO	3134397496						1			0	1			1			1	1			1			1	1			1			1		11	10	1	91%
10	IVAN STIVEN RODRÍGUEZ LARGO	3118942550						1			1	1			1			1	1			1			1	1			1			1		11	11	0	100%
11	JULIAN FELIPE LEÓN RODRÍGUEZ	3114401030						1			0	1			1			1	1			1			1	1			1			1		11	10	1	91%
12	ADIAN ZAMED CAICEDO FERNÁNDEZ	3203712276						1			1	1			1			1	1			1			1	1			1			1		11	11	0	100%
13	TOMAS ESTEBAN VELÁSQUEZ GONZALES	3144540362						1			1	1			1			1	1			1			1	1			1			1		11	11	0	100%
14	ANDRES FELIPE GARAVITO RODRÍGUEZ	3142999975						1			0	1			1			1	1			1			1	1			1			1		11	10	1	91%
15	JERSON ADRIAN MENDEZ GONZALEZ	3228425377						1			0	1			1			1	1			1			1	1			1			1		11	10	1	91%
16	NAYELLY ALEJANDRA RODRIGUEZ ALFONSO	3212025136						1			1	1			1			1	1			1			1	1			1			1		11	11	0	100%
17	JOHAN NICOLAS MENDEZ BARRERA	3222758160						1			1	0			1			1	1			1			1	1			1			1		11	10	1	91%
18	KAREN STEFANIA CHAVEZ DUARTE	3108133131						1			1	1			1			1	1			1			1	1			1			1		11	11	0	100%
19	JUAN FELIPE PRIETO MENDEZ	3102019511						1			1	1			1			1	1			1			1	1			1			1		11	11	0	100%
20	JENRY ARMANDO PÉREZ LÓPEZ	3138596344						1			1	1			1			1	1			1			1	1			1			1		11	11	0	100%
21	VALERIE FERNANDA ACOSTA AGUILERA	3115765090						1			1	1			1			1	1			1			1	1			1			1		11	11	0	100%
22																																		0	0	0	#¡DIV/0!

ANEXO 2, DE LA OBLIGACION 3: HORARIOS Y SITIOS DE PRÁCTICAS

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

DEPORTE / MODALIDAD: BALONCESTO
MUNICIPIO: JUNIN
NOMBRE DEL FORMADOR: ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO	OBSERVACIONES
8:00 AM A 10; 00 AM	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								
2:00 PM A 4:0O PM	GRUPO	INICIACION 2	INICIACION 1	INICIACION 1	INICIACION 1	INICIACION 3			
	SEDE DE TRABAO	I.E.D. Escuela Normal Superior	I.E.D. Escuela Normal Superior	I.E.D. Escuela Normal Superior	I.E.D. Escuela Normal Superior	I.E.D. Escuela Normal Superior			
4:00 PM A 6: 00 PM	GRUPO	INICIACION 3	INICIACION2	INICIACION 2	INICIACION 3				
	SEDE DE TRABAO	I.E.D. Escuela Normal Superior	I.E.D. Escuela Normal Superior	I.E.D. Escuela Normal Superior	I.E.D. Escuela Normal Superior				
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 Elmer Barrera

ANEXO 3: OBLIGACIÓN 4 - EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS POR NIVEL

<table>
<tr><th colspan="3">FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA INICIACIÓN 1</th></tr>
<tr><td>FORMADOR</td><td colspan="2">ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ</td></tr>
<tr><td>No DE CONTRATO</td><td colspan="2">CPS – 609 - 2023</td></tr>
<tr><td>MUNICIPIO</td><td colspan="2">JUNIN CUNDINAMARCA</td></tr>
<tr><td>DEPORTE/ DISCIPLINA</td><td colspan="2">BALONCESTO</td></tr>
<tr><td>SITIO DE ENTRENAMIENTO</td><td>ALEMANIA</td><td>MES: NOVIEMBRE</td></tr>
<tr><td colspan="2"> 
08/11/2023- Lanzamientos y coordinación - Alemania</td><td> 
14-11-2023 - pases - Alemania</td></tr>
<tr><td colspan="2"></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="2"> 
21/11/2023- Coordinación - Alemania</td><td> 
29/11/2023- Lanzamientos - Alemania</td></tr>
</table>

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA INICIACIÓN 2		
FORMADOR	**ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ**	
No DE CONTRATO	**CPS – 609 - 2023**	
MUNICIPIO	**JUNIN CUNDINAMARCA**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**BALONCESTO**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**ALEMANIA**	**MES: NOVIEMBRE**



07/11/2023- Juego recreativo - San Roque



13/11/2023- Pases de pecho, picado y de béisbol – San Roque



22/11/2023- Coordinación - San Pedro



29/11/2023- Dribling - San Pedro

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA INICIACION 3		
FORMADOR	**ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ**	
No DE CONTRATO	**CPS - 073**	
MUNICIPIO	**JUNIN CUNDINAMARCA**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**FUTSAL**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**POLIDEPORTIVO NORMAL SUPERIOR**	**MES: NOVIEMBRE**



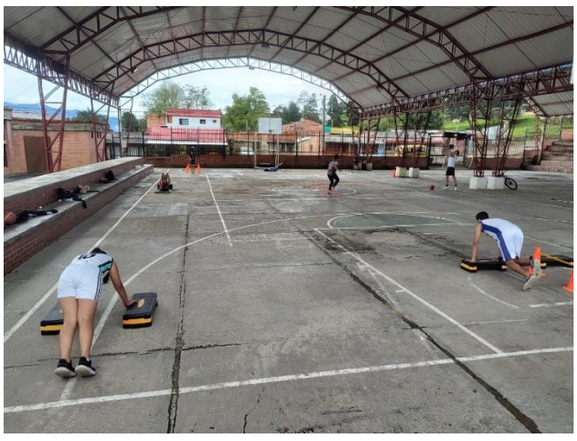
06/11/2023- Agilidad velocidad de reacción - Normal Superior



17/11/2023- Coordinación - Normal Superior



24/11/2023- Charla técnica - Normal Superior



27/11/2023- Circuito trabajo, pierna, brazo, abdomen - Normal Superior

ANEXO 3: Anexo 4: Cobertura y población, Control y seguimiento de los Deportistas.



INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

NEFICIAD	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Masculino	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
6 AÑOS	4	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4
7 AÑOS	2	4	0	2	1	3	0	0	0	0	0	0	0	0	6
8 AÑOS	3	5	1	2	2	3	0	0	0	0	0	0	0	0	8
9 AÑOS	5	5	1	4	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0	10
10 AÑOS	3	1	1	2	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	4
11 AÑOS	2	2	2	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	4
12 AÑOS	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
13 AÑOS	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
14 AÑOS	2	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
15 AÑOS	3	3	3	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6
16 AÑOS	3	7	3	0	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	10
17 AÑOS	2	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
TOTALES	30	28	16	14	14	14	0	0	0	0	0	0	0	0	58

Anexo 4: Cobertura y población, Control y seguimiento de los Deportistas

PROVINCIA	MUNICIPIO	NOMBRE DEL FORMADOR DE INDEPORTES	DISCIPLINA DEPORTIVA	NIVEL (INICIACIÓN 6-8 / INICIACIÓN 9-12 / INICIACIÓN Ó FUNDAMENTACIÓN 13-17 AÑOS)	BENEFICIARIOS NUEVO O ANTIGUO EN EL PROGRAMA	TIPO DE DOCUMENTO (RC, T.I., T.E. ,ETC.)	NÚMERO DE DOCUMENTO (SOLO NÚMEROS, SIN UTILIZAR LETRAS, PUNTOS, COMAS O CUALQUIER OTRO CARÁCTER)	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO (DIA/MES/AÑO)	SEXO (FEMENINO, MASCULINO, INTERSEXUAL)	ORIENTACIÓN SEXUAL HOMOSEXUAL BISEXUAL HETEROSEXUAL TRANSEXUAL	DIRECCIÓN DE RESIDENCIA	SECTOR DE RESIDENCIA (URBANO O RURAL)	G.S Y R.H. (ejemplo: O+)	EPS	GRADO DE ESCOLARIDAD (ejemplo: si es de sexto de bachillerato digito el 6)	NACIONALIDAD DE NACIMIENTO	DEPARTAMENTO DE NACIMIENTO	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 ETNICO INDIGENAS AFROCOLOMBIANO S/NEGRITUDES PALEQUERO ROOM RAIZAL OTROS	TALLA CALZADO	TALLA UNIFORME	NOMBRE ACUDIENTE	¿PARENTESCO?	NÚMERO DE TELEFONO DEL ACUDIENTE	CORREO ELECTRÓNICO DEL ACUDIENTE O BENEFICIARIO
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 6-8	NUEVO	T.I	1069853389	LEIDI TATIANA MENDEZ MENDEZ	7	8/12/2015	FEMENINO	HETEROSEXUAL	ALEMANIA	RURAL	B+	SANITAS	2	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	29	8	MARINA GARZON CASTILLO	MADRE	3138347135	marinagarzonme@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 6-8	NUEVO	T.I	1069853329	JUAN DAVID PRIETO CORTEZ	8	1/04/2015	MASCULINO	HETEROSEXUAL	SAN ROQUE	RURAL	0+	SANITAS	2	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	30	10	ANA ISABEL CORTES JIMENEZ	MADRE	3125710884	isacortejimenez@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 6-8	NUEVO	T.I	1074820587	DEYNER ALEJANDRO BELTRAN CASTILLO	7	28/10/2015	FEMENINO	HETEROSEXUAL	ALEMANIA	RURAL	O+	SANITAS	1	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	26	8	BLANCA PATRICIA RODRIGUEZ	MADRE	3222117944	blancarodri2015@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 6-8	NUEVO	RC	1074419015	NOHELIA GUILIANA MENDOZA BELTRAN	7	11/05/2016	FEMENINO	HETEROSEXUAL	NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO	URBANO	O+	SANITAS	2	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	26	8	LUZ ANGELA BELTRAN	MADRE	3102580733	luzangela86@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 6-8	NUEVO	T.I	1069853315	HELEN DANIELA RODRIGUEZ ARROYAVE	8	11/02/2015	FEMENINO	HETEROSEXUAL	NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO	URBANO	O+	COMPENSAR	3	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	30	10	LILIANA ARROYAVE MORENO	MADRE	3144334643	lilianaarromoreno@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 6-8	NUEVO	T.I	1074418523	SARA GABRIELA PACHON CORTES	8	9/09/2014	MASCULINO	HETEROSEXUAL	NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO	URBANO	O+	NUEVA EPS	3	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	29	10	YAMILE ROCIO CORTES BELTRAN	MADRE	3142770980	yamirocicorbe@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 6-8	NUEVO	T.I	1012435767	MARTIN FELIPE TRONCOSO GARZON	8	20/09/2014	MASCULINO	HETEROSEXUAL	NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO	RURAL	O+	FAMISANAR	3	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	31	12	JENNY MILENA GARZON ROZO	MADRE	3112813415	jennygarzonrozo@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 6-8	NUEVO	T.I	1069853534	DYLAN ALEJANDRO BELTRAN GARZON	6	28/03/2017	FEMENINO	HETEROSEXUAL	ALEMANIA	URBANO	O+	SANITAS	0	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	26	8	YESICA LORENA GARZON REYES	MADRE	3178327758	yelogareyes@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 6-8	NUEVO	T.I	1069853309	HEVELIN ALEJANDRA PRIETO LOSADA	8	19/01/2015	MASCULINO	HETEROSEXUAL	NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO	RURAL	O+	SANITAS	3	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	35	16	DIANA MARCELA LOSADA PEÑUELA	MADRE	3124617024	dianitalosadapeñuela@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 6-8	NUEVO	RC	1074419181	JHONATHAN STIVEN AGUILERA BEJARANO	6	2909-2016	FEMENINO	HETEROSEXUAL	SAN PEDRO	RURAL	O+	NUEVA EPS	1	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	31	8	ANGELA MARIA BEJARANO PEÑA	MADRE	3112643477	angelabejarano07@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 6-8	NUEVO	T.I	1069853387	STHEFANY SALOME BELTRAN MENDEZ	7	15/12/2015	FEMENINO	HETEROSEXUAL	SAN PEDRO	RURAL	O+	NUEVA EPS	2	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	32	12	NANCY CAROLINA MENDEZ ACOSTA	MADRE	3227375998	nacameac10@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 6-8	NUEVO	T.I	1074418710	LAURA SOFIA BABATIVA BELTRAN	8	6/04/2015	MASCULINO	HETEROSEXUAL	ALEMANIA	RURAL	O+	SANITAS	3	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	32	12	MIRYAM BELTRAN PEÑUELA	MADRE	3133794657	miryambelpeñu@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 6-8	NUEVO	T.I	1069853320	JOHAN SAMUEL GONZALES LOPEZ	8	27/01/2015	FEMENINO	HETEROSEXUAL	SAN ROQUE	RURAL	O+	SANITAS	3	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	32	10	LEYDI MARCELA LOPEZ	MADRE	3124422316	leydilopez@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 6-8	NUEVO	T.I	1069306037	KAREN NATALIA PEÑA TORRES	7	30/10/2015	MASCULINO	HETEROSEXUAL	SAN ROQUE	RURAL	O+	SANITAS	2	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	33	12	LEIDY NATALIA TORRES AGUILERA	MADRE	3225894355	leinatatoagui@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 6-8	NUEVO	T.I	1233689054	JUAN JOSE CASTRO RIVERA	7	7/09/2015	MASCULINO	HETEROSEXUAL	SAN ROQUE	RURAL	O+	FAMISANAR	2	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	32	10	ROSA CASTRO	MADRE	3124126704	rosacastro89@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 6-8	NUEVO	T.I	1011108960	ÁNGEL DAVID CORTES AMAYA	6	24/04/2017	MASCULINO	HETEROSEXUAL	SAN ROQUE	RURAL	O+	SANITAS	1	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	25	8	ANA ERIKA AMAYA VELASQUEZ	MADRE	3102909724	erikaamayavelas@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 6-9	NUEVO	RC	1069853492	BRAYAN ESNEYDER ALFONSO BELTRAN	6	1/11/2016	MASCULINO	HETEROSEXUAL	EL ARENAL	RURAL	O+	SANITAS	1	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	31	10	GILBERTO ELQUIN ALFONSO CHITIVA	PADRE	3134358583	gilberalfonso12@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 6-10	NUEVO	T.I	1069853293	LEIDI YULIANA ALFONSO BELTYRAN	8	6/12/2014	FEMENINO	HETEROSEXUAL	EL ARENAL	RURAL	O+	SANITAS	2	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	33	12	GILBERTO ELQUIN ALFONSO CHITIVA	PADRE	3134358583	gilberalfonso12@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 9-12	NUEVO	T.I	1069853211	MARYI ALEJANDRA MENDEZ GARZON	9	15/02/2014	FEMENINO	HETEROSEXUAL	ALEMANIA	RURAL	AB+	NUEVA EPS	3	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	33	10	HELENA HERCILIA GARZON MENDEZ	MADRE	3203837068	helenagarzonmendez@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 9-12	NUEVO	T.I	1074418083	CRISTIAN ALEXANDER ACOSTA AGUILERA	9	6/06/2013	MASCULINO	HETEROSEXUAL	ALEMANIA	RURAL	O+	SANITAS	5	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	35	10	LUIS FERNANDO ACOSTA MENDEZ	PADRE	3115765090	luchoacostamen05@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 9-12	NUEVO	T.I	1069853091	JUAN ANDRES URREGO RODRIGUEZ	10	9/12/2012	MASCULINO	HETEROSEXUAL	ALEMANIA	RURAL	O+	SANITAS	4	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	34	12	DIANA RODRIGUEZ	MADRE	3108433544	dianarodriguez1746@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 9-12	NUEVO	T.I	1069853126	YEIMI NICOL GONZALES RODRIGUEZ	9	22/05/2013	FEMENINO	HETEROSEXUAL	NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO	URBANO	O+	SANITAS	4	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	32	12	SANDRA MILENA RODRIGUEZ GUASCA	MADRE	3112555269	sandritarodriguez@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 9-12	NUEVO	T.I	1222204078	MIGUEL ANGEL GOMEZ DIAZ	10	14/03/2013	MASCULINO	HETEROSEXUAL	NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO	URBANO	A+	SANITAS	4	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	32	12	CARLINA DIAZ PRIETO	MADRE	3213640648	diazcarlina07@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 9-12	NUEVO	T.I	1028893933	ANDRY YULIETH URREGO GOMEZ	9	1/06/2013	FEMENINO	HETEROSEXUAL	SAN PEDRO	RURAL	O+	NUEVA EPS	4	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	32	12	FANNY CONSUELO GOMEZ VARGAS	MADRE	3142210856	fannycongomez09@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 9-12	NUEVO	T.I	1141341068	MIGUEL ANGEL URREGO GOMEZ	9	1/06/2013	MASCULINO	HETEROSEXUAL	SAN PEDRO	RURAL	O+	NUEVA EPS	4	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	34	12	FANNY CONSUELO GOMEZ VARGAS	MADRE	3142210856	fannycongomez09@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 9-12	NUEVO	T.I	1069853120	ANGELA JULETH MENDEZ GARCIA	10	22/04/2013	FEMENINO	HETEROSEXUAL	SAN PEDRO	RURAL	O+	SANITAS	4	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	32	10	LUZ HAIDA GARCIA MANCERA	MADRE	3227093312	luzgarciamancera2013@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 9-12	NUEVO	T.I	1074417488	MAIRA CASSADRA AGUILERA RODRÍGUEZ	11	12/09/2011	FEMENINO	HETEROSEXUAL	SAN ROQUE	RURAL	B+	SANITAS	5	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	33	14	ANA LIGIA RAMOZ GARZON	MADRE	322300940	ligiaramozgar@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 9-12	NUEVO	T.I	1074417487	TANIA XIOMARA AGUILERA RODRIGUEZ	11	12/09/2011	FEMENINO	HETEROSEXUAL	SAN ROQUE	RURAL	O+	SANITAS	5	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	33	12	ANA LIGIA RAMOZ GARZON	MADRE	322300940	ligiaramozgar@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 9-12	NUEVO	T.I	1074440111	JUAN JOSE LIZARAZO VELASQUEZ	10	30/09/2012	MASCULINO	HETEROSEXUAL	SAN ROQUE	URBANO	O+	CONVIDA	5	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	34	12	ELDA NAYIBE VELASQUEZ BARRERA	MADRE	3208895293	nayiju87@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 9-12	NUEVO	T.I	1031823397	JUAN SEBASTIAN GOMEZ DIAZ	12	2/10/2010	MASCULINO	HETEROSEXUAL	NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO	URBANO	AB+	SANITAS	6	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	37	14	CARLINA DIAZ PRIETO	MADRE	3213640648	diazcarlina07@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 9-12	NUEVO	T.I	1074440099	JAROTH MATEO GONZALEZ VELASQUEZ	12	20/12/2011	MASCULINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	O+	SANITAS	6	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	39	16	LUZ YOMALY VELASQUEZ BELTRAN	MADRE	3126428870	estrellita9302@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 9-12	NUEVO	T.I	1074440091	THOMAS MATIAS BELTRAN BELTRAN	12	18/08/2011	MASCULINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	O+	FAMISANAR	6	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	39	16	PAOLA BELTRAN	MADRE	3144191424	paitobelbel07@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 9-12	NUEVO	T.I	1069853209	RONALD ESTEBAN GONZÁLEZ BARRERA	9	5/02/2014	MASCULINO	HETEROSEXUAL	NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO	URBANO	A+	SERVISALUD	4	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	33	16	YURY XIOMARA BARRERA	MADRE	3118183370	yuryba18@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 9-12	NUEVO	T.I	1069853162	DANNY ELIZETH ALFONSO CASTILLO	9	24/08/2013	FEMENINO	HETEROSEXUAL	EL ARENAL	RURAL	A+	SANITAS	3	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	34	12	EDWART NEMECIO ALFONSO	PADRE	3125280039	edwartalfonso@yahoo.es
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 9-12	NUEVO	T.I	1069853156	YEIMY ANGELICA LOPEZ CASTILLO	9	16/08/2013	FEMENINO	HETEROSEXUAL	EL ARENAL	RURAL	0+	SANITAS	3	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	32	14	INELDA LILIANA CASTILLO CHITIVA	MADRE	3143813248	liliscatillo188@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 9-12	NUEVO	T.I	1069853206	ASTRID NATALIA CHITIVA MUÑOZ	9	5/02/2014	FEMENINO	HETEROSEXUAL	EL ARENAL	RURAL	O+	NUEVA EPS	3	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	31	12	TITO ALEXANDER CHITIVA GONZALES	PADRE	3102434851	titonatalia04@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 9-12	NUEVO	T.I	1074418389	KEVIN ADRIAN ROZO LOPEZ	9	3/04/2014	MASCULINO	HETEROSEXUAL	EL ARENAL	RURAL	O-	SANITAS	3	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	34	12	LORENA ESPERANZA LOPEZ	MADRE	3127304964	loreesoeralopez09@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1074440052	MAIRA LORENA PEÑUELA BELTRÁN	16	25/10/2006	FEMENINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	O+	SANITAS	11	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	37	S	MARIA MERCEDES BELTRAN CANTOR	MADRE	3214626984	20mairabeltran@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1074440049	JUANA VALENTINA CASTILLO VELÁSQUEZ	16	29/08/2006	FEMENINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	B+	NUEVA EPS	11	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	41	M	DIANA ALEJANDRA VELASQUEZ RIAÑO	MADRE	3134930754	juanavalentinacastillo57@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1016714905	ROSA CAMILA BELTRÁN BELTRÁN	16	8/11/2006	FEMENINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	O+	FAMISANAR	11	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	37	XS	GLADYS ALEIDA BELTRAN RODRIGUEZ	MADRE	3222124997	camilabelt.12@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1021396859	NAYELI XIMENA CHITIVA BELTRÁN	16	22/06/2006	FEMENINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	O+	SERVISALUD	11	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	36	S	LUZ ALBA BELTRAN BELTRAN	MADRE	3102685823	naximechi@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1024491463	ALISSON YULIETH OLARTE DUARTE	16	14/04/2007	FEMENINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	O+	SANITAS	10	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	36	S	ANGELICA PAOLA DUARTE MUÑOZ	MADRE	3202819288	duartealisso14@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1074415607	MAYRA VALENTINA RODRÍGUEZ ACOSTA	16	24/02/2007	FEMENINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	O+	FAMISANAR	11	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	37	M	SONIA MARGARITA ACOSTA MENDEZ	MADRE	3114719707	Valentinarodriguez24acosta@gmail.com AC14
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1031651451	PAULA STEFANY JIMÉNEZ PEDRAZA	16	28/12/2006	FEMENINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	O+	FAMISANAR	11	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	38	S	DIANA MILENA PEDRAZA CANTOR	MADRE	3125557122	milenacantor2019@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1069852532	LUISA GABRIELA PRIETO DÍAZ	15	18/09/2007	FEMENINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	B+	NUEVA EPS	10	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	34	S	ASTRID DIAZ PRIETO	MADRE	3133800015	asyudipri86@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1069852330	JEFERSON STIVEN MONSALVE CAICEDO	17	8/02/2006	MASCULINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	A+	SANITAS	11	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	40	L	LUZ MARLENY CAICEDO LOPEZ	MADRE	3134397496	jc1069852330@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1021670654	IVAN STIVEN RODRÍGUEZ LARGO	17	6/03/2006	MASCULINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	O+	SANITAS	9	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	41	L	IVAN AGUSTIN RODRIGUEZ RODRIGUEZ	MADRE	3118942550	Stiven10rodriguez06@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1074415977	JULIAN FELIPE LEÓN RODRÍGUEZ	15	27/11/2007	MASCULINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	A+	FAMISANAR	10	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	39	M	CLAUDIA RODRIGUEZ	MADRE	3114401030	leonjulian2711@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1069852389	ADRIEN ZAMED CAICEDO FERNÁNDEZ	16	22/07/2006	MASCULINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	O+	NUEVA EPS	11	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	40	L	DIANA CAROLINA FERNANDOEZ	MADRE	3203712276	zamed5748@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1074415445	TOMAS ESTEBAN VELÁSQUEZ GONZALES	16	31/10/2006	MASCULINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	O+	SANITAS	11	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	41	L	MONICA LILIANA GONZALEZ	MADRE	3144540362	Velasqueztomas915@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1069852509	ANDRES FELIPE GARAVITO RODRÍGUEZ	15	16/08/2007	MASCULINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	O+	NUEVA EPS	10	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	37	L	CLAUDIA MARCELA RODRIGUEZ LEON	MADRE	3142999975	Rodrigaraandresfeli2007@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1030580883	JERSON ADRIAN MENDEZ GONZALEZ	14	5/10/2008	MASCULINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	A+	SANITAS	8	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	37	M	PEDRO IGNACIO MENDEZ BERNAL	PADRE	3228425377	Mendezjerson10@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1074440071	NAYELLY ALEJANDRA RODRIGUEZ ALFONSO	13	5/09/2009	FEMENINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	A+	SANITAS	8	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	38	S	EDITH MAYELI ALFONSO BARRERA	MADRE	3212025136	aedithmayeli@yahoo.es
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1074416132	JOHAN NICOLAS MENDEZ BARRERA	15	7/03/2008	MASCULINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	B+	POLICIA	10	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	36	L	ALEYDA BARRERA AMEZQUITA	MADRE	319457692	aleybarre amez@yahoo.es
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1024495345	KAREN STEFANIA CHAVEZ DUARTE	15	20/07/2007	FEMENINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	O+	NUEVA EPS	9	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	37	L	LUZ MERY MUÑOZ LOPEZ	MADRE	3108133131	merymuñozlopez@yahoo.es
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1033103456	JUAN FELIPE PRIETO MENDEZ	14	27/06/2008	MASCULINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	O+	FAMISANAR	9	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	37	L	JHON PRIETO BUSTOS	PADRE	3102019510	jhonpribu@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1074415318	JENRY ARMANDO PÉREZ LÓPEZ	16	19/08/2007	MASCULINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	O+	SANITAS	9	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	38	L	JORGE PEREZ	PADRE	3138596344	jenry846@gmail.com
GUAVIO	JUNIN	ELMER DWAN BARRERA VELASQUEZ	BALONCESTO	INICIACIÓN 13-17	NUEVO	T.I	1074415872	VALERIE FERNANDA ACOSTA AGUILERA	15	1/09/2007	FEMENINO	HETEROSEXUAL	I.E.D. Escuela Normal Superior	URBANO	A+	SANITAS	10	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTROS	38	L	LUIS FERNANDO ACOSTA MENDEZ	PADRE	3115765090	luisfernandoacostamende@gmail.com

ANEXO 5: DE LA OBLIGACION 7: SESIONES DE CLASE

INICIACINICIACION 1

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

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	7/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN I
OBJETIVO:	Explicar el deporte y familiarizar al niño con el elemento propio del deporte			SESION	94

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica a los niños y niñas, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
10 MIN.		Ejercitar el cuerpo	CALENTAMIENTO	Los niños y niñas realizaran un trote suave en todo el campo deportivo, realizando movimiento de muñecas, luego se realizara el juego de cadenita.	
30 MIN.	FASE CENTRAL	Conoce el balón	EJERCICIO 1	En una distancia determinada por el formador se realizará carreras driblando con mano izquierda y luego derecha según los tiempos que determine el formador, luego deben llevar dos balones utilizando caminata y trote.	
20 MIN.		Manejo de balón con mano dominante	EJERCICIO 2	Se desplaza por el campo de juego realizando dribling con su mano dominante , cada deportista debe intentar agarrar a sus compañeros los cuales están también en manejo de balón intentando así en el menor tiempo posible atrapar la mayor cantidad de compañeros.	
30 MIN.		Manejo de balón con ambas manos con obstaculos	EJERCICIO 3	Se implementarna obstaculos con conos, aros, en donde cada deportista tendra que realizar un recorrido en el menor tiempo posible, deberán realizar zig-zag, giros alrededor de los aros; manejando así su mano dominante y su mano no dominante.	
10 MIN.		juego de habilidad	JUEGO	Se escoge un cuadro grande en el campo deportivo, alli entraran los jugadores con su respectivo balon, cuando el profesor de el pitaso deben empezar a driblar con su mano dominante sin salirsen del cuadro, la mision es botar el balon del compañero fuera del cuadro y asi van saliendo del juego, gana el que quede solo dentro del cuadro.	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Cada integrante de la sesión lleva a cabo su estiramiento de tren superior e inferior con ejercicios ya establecidos y adquiridos.	
		Retroalimentación	RETO PROXIMA SESION	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

#DeporteQueProgresa

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	8/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN I
OBJETIVO:	Mantener la posesión y control del balón llevándolo de uno a otro lado			SESION	95

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica de manera general a los participantes, como se va a desarrollar la sesión del día, las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.		Calentamiento	CALENTAMIENTO	Se desarrolla el calentamiento con movilidad articular de manera dinámica con desplazamiento en distancia establecida, se manejara una distancia de 10 metros donde el ida y vuelta significa una vuelta, se manejaras diferentes movimiento dinámicos de movilidad articular de cada segmento del cuerpo.	
20	FASE CENTRAL	Manejo de doble balon El espejo	EJERCICIO 1	En parejas, ambos con un balón. Uno de ellos será el que mande y el otro tendrá que imitarle. De tal forma que, sí bota con la mano derecha, su compañero deberá de hacerlo con la misma mano. Pasado un tiempo, cambiar de roles. Cuando notes que están atascados, puedes sugerirles acciones que te interese que practiquen.	
20 MIN.		Doble balón	EJERCICIO 2	Primero se dividiran los grupo de a 10 integrantes-, se colocaran conos a una distancia acorde para que los deportistas pasen en zig-zag donde cada mano driblará un balón, el deportista debe ir y venir haciendo el mismo ejercicos y luego pasa su sigueinte compañero de fila	
20 MIN.		Velocidad con balón	EJERCICIO 3	Distribuidos en dos grupos en el mismo numero de deportistas de manera intercalada saldrá un deportista haciendo manejo del balón se lo pasara al formador este le devolverá el pase hacia adelante para que este corra y pase a la fila mientras siguen los demas compañros.	
20 MIN.		Partido	JUEGO	Se hará partidos de 5 vs 5 propios del juego con el fin de que vayas aprendiendo el desarrollo del juego.	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	cada integrante de la sesión lleva a cabo su estiramiento de tren superior e inferior con ejercicios ya establecidos y adquiridos.	
		Retroalimentación	RETO PROXIMA SESION	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

#DeporteQueProgresa

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	TRABAJO EN GRUPO	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	9/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN I
OBJETIVO:	Lanza y Corre la trayectoria de la pelota en el aire o por el suelo.			SESION	96

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica a los niños y niñas, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.		Calentamiento	CALENTAMIENTO	Como primer paso se realiza una carrera a velocidad baja alrededor de la cancha y se realizan a su vez los siguientes ejercicios: Skipping: Se levantan las rodillas a nivel de la cintura. Contraskipping: Se levantan los talones mientras estos casi chocan con los glúteos. Rotación de tobillos y caderas: Se realiza una carrera de forma lateral a la cancha y se rotan tobillos y caderas con un movimiento de 180°..	
20	FASE CENTRAL	Manejo libre de balon	EJERCICIO 1	Botar libremente por la pista e ir cambiando de mano, haciendo reversos, cambios de dirección, cambios de velocidad, haciendo giros botando y continuar por el perimetro de la pistaSegún vaya indicando el Instructor.	
20 MIN.		Dominio balón	EJERCICIO 2	Colocar a los jugadores en grupos de tres, cuatro ó cinco, a lo largo de la linea de fondo del campo. Hacer unas marcas en el suelo a la altura de las dos lineas de tiros libres, en el centro del campo y en cualquier otro punto que considere el Instructor. A la señal, salen los jugadores y en cada señal tienen que realizar lo siguiente: Cambio de mano, reverso,cambio de velocidad, pivote y salida botando, parada en salto, reverso, cambio de mano y salida botando,cambio de dirección.	
20 MIN.		Velocidad con balón "Atrápalo"	EJERCICIO 3	Los jugadores (cada uno con la pelota) botan por el campo tratando de no ser tocados por el jugador "prenda". El jugador que es tocado pasa a ser "prenda" en ese turno. De esta forma los jugadores aprenden a cambiar de mano, hacer reversos, cambios de dirección, velocidad mientras juegan a alcanzar un objetivo (no analiticamente).	
20 MIN.		Partido	JUEGO	Se hará partidos de 5 vs 5 propios del juego con el fin de que vayas aprendiendo el desarrollo del juego.	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	cada integrante de la sesión lleva a cabo su estiramiento de tren superior e inferior con ejercicios ya establecidos y adquiridos.	
		Retroalimentación	RETO PROXIMA SESION	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

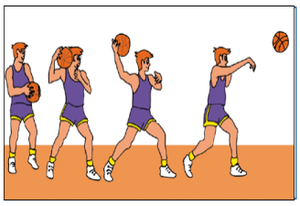
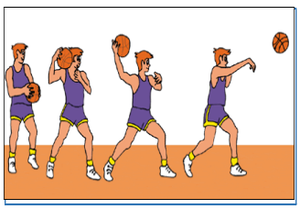
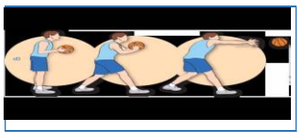
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	HONESTIDAD	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	14/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN I
OBJETIVO:	Conocer la técnica del pase y lo importante en el baloncesto			SESION	97

TIEMPO	FASE	TEMATICA		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	Explicación de la Sesión	SENSIBILIZACIÓN	Se realiza la explicación de la sesión de clase a los niños y niñas, de como se van a desarrollar las actividades y tiempos a lo largo del entrenamiento.	
20 MIN.		Calentamiento	CALENTAMIENTO	Aquí se realizará movilidad articular específica es decir movimiento de articulaciones y elongación de músculos para poder realizar las actividades que prosiguen	
20 MIN.	FASE CENTRAL	2 clases de pases	EJERCICIO 1	**Pasé por encima de la cabeza:** Para iniciar se hacen por parejitas, el ejercicio consiste en lanzar el balón con las dos manos impulsándolo por encima de la cabeza a su compañero, se realiza varias veces hasta tener un buen pase. **Pase de entrega:** Se ubican los deportistaa en un circulo, alli pasaran el balón a las manos de un deportista y al otro deportista y asi sucesivamente, el niño que lo deje caer va saliendo del circulo.	
20 MIN.		2 clases de pases	EJERCICIO 2	**Pase de béisbol:** El ejercicio se realiza por parejitas, se ubican separados de las demas parejas, este trabajo consiste en realizar lanzamiento del balon con mano dominante yluego mano no dominante empleándose para salvar largas distancias. **Pase de pecho:** Se hace un cambio de parejas, se ubican frente a frente y empezaran a realizar el pase donde el balón sale la parte central del pecho y debe llegar a las manos de su compañero a la altura del pecho.	
20 MIN.		Pase picado	EJERCICIO 3	**Pasé picado:** Se vuelve a realizar cambio de parejas, allí el ejercicio consiste en lanzarle el balon a mi compañero, el cual debe picar una vez en el suelo antes de ser recibido.	
20 MIN.		Juego Balon mano	JUEGO	De acuerdo al numero de deportistas se divide el grupo en dos equipos, los cuales van diferenciados con petos, el juego es similar a un partido de baloncesto, pero aca hacemos un pequeño cambio como: entre su equipo realizan diversos pases como los vistos anteriormente sin driblar el balon, solamente pueden dar dos pasos y hacen el pase, pueden incluir variaciones como realizar cestas.	
10 MIN.	FASE FINAL	Vuelta a la calma	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Se realiza una vuelta a la calma donde se ejecuta una elongación muscular	
		Retroalimentacion	RETO PROXIMA SESION	Se realiza una retroalimentación a los alumnos explicándole lo visto en la clase de hoy se le da a conocer a algunos deportistas las fortalezas y debilidades del grupo	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	HONESTIDAD	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	15/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN I
OBJETIVO:	Conocer la técnica del pase y lo importante en el baloncesto			SESION	98

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Explicación de la Sesión	SENSIBILIZACIÓN	Se realiza la explicación de la sesión de clase a los niños y niñas, de como se van a desarrollar las actividades y tiempos a lo largo del entrenamiento.	
20 MIN.		Calentamiento	CALENTAMIENTO	Como primer paso se realiza una carrera a velocidad baja alrededor de la cancha y se realizan a su vez los siguientes ejercicios: **Skipping:** Se levantan las rodillas a nivel de la cintura. **Contraskipping:** Se levantan los talones mientras estos casi chocan con los glúteos. **Rotación de tobillos y caderas:** Se realiza una carrera de forma lateral a la cancha y se rotan tobillos y caderas con un movimiento de 180°.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Pases en la pared:	EJERCICIO 1	Distribuimos el equipo a lo largo de una pared lo suficientemente separados para que no se molesten, cada jugador con su balon deberá realizar un trabajo de muñeca y dedos con una mano como si votáramos en la pared la distancia tiene que ser muy corta respecto a la pared usar ambas manos de frente. Realizaran pases desde el hombro, de pecho y picar tambien teniendo buena recepcion.	
20 MIN.		Manejo balon y pases:	EJERCICIO 2	El ejercicio se realiza de manejo de balón sin voto y en el sitio pasar el balón alrededor de la cabeza de la cintura y una pierna haciendo ochos y otra de las combinaciones posibles entre ellas se hace a toda velocidad y que termine en un pase a un compañero donde usemos más la muñeca y los dedos que la extensión del brazo	
20 MIN.		Pases entre jugadores	EJERCICIO 3	Con una pelota de tenis distribuimos al equipo en parejas por todo el campo, se les entregara una pelota de tenis cada pareja realizará en el sitio toda clase de pases pecho, picado, de béisbol, por la espalda lateral, por debajo de las piernas etc; el compañero recepcionará con una sola mano sin que el balón caiga al suelo y luego cambian haciendo el ejercicio el compañero.	
20 MIN.		3 vs 3	JUEGO	Se realiza un partido de 3 vs 3, alli se implementaran las clases de pases vistas en los ejercicios anteriores.	
10 MIN.	FASE FINAL	Vuelta a la calma	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Se realiza una vuelta a la calma donde se ejecuta una elongación muscular	
		Retroalimentación	RETO PROXIMA SESION	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

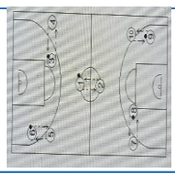
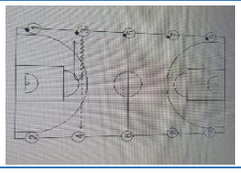
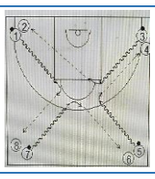
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	HONESTIDAD	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	16/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN I
OBJETIVO:	Conocer la técnica del pase y lo importante en el baloncesto			SESION	99

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica a los niños y niñas, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.		Calentamiento	CALENTAMIENTO	Se realiza el calentamiento estático, para trabajar con las articulaciones: Cuello: Se realiza una combinación de movimientos del cuello Brazos: Se gira de forma circular hacia adelante y hacia atrás cada brazo, luego se toma cada uno y se coloca sobre el brazo contrario y de estira por completo, después siguen las muñecas las cuales se giran de forma circular en ambos sentidos, y finalmente los dedos realizando movimientos varios abriendo y cerrando las manos una y otra vez.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Pases con pelota mixta	EJERCICIO 1	Se organizan los deportistas en parejitas y en difernte parte del campo deportivo, con un balón cada jugador y una pelota extra de tennis, deben psar la pelota de tennis al otro compañero mientras se dribla el balon con la mano dominante, realizando diversas clases de pases, luego cambian y asi sucesivamente.	
20 MIN.		Pases por parejas en movimiento	EJERCICIO 2	Por ejemplo 3 botas ya 4 línea recta o realizando cambios de dirección al llegar al medio campo realice el pase que decidamos luego un beso posición inicial 43 recibir hace lo mismo que 310 y sucesivamente también se pueden realizar una parada confía el tiro y luego are el pase que decidamos	
20 MIN.		Rueda de pases trasparada	EJERCICIO 3	Se distribuye al equipo en cuatro filas situadas en las esquinas del medio campo, a la orden deo profe sale driblando el primero de cada fila hacia el centro, luego realiza un pase de pecho al jugador que está situado en la otra fila este jugador vuelve y hace el mismo ejercicio y pasa a la otra fila y así sucesivamente hasta que todos hayan realizado el ejercicio.	
20 MIN.		Juego	JUEGO	Se conformaran equipos de 5 jugadores, se reliaran partidos de 5 minutos, el equipo que va ganado se va enfrentando a otro equipo y asi sucesivamente.	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento	Estiramiento	Se realiza estiramiento de manera céfalo-caudal de cada segmento muscular del cuerpo para así recuperar los músculos mas trabajados durante la sesión	
		Retroalimentación	Retroalimentación	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

#DeporteQueProgresa

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

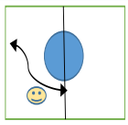
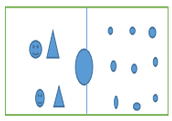
" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPETO	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	21/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN I
OBJETIVO:	Desarrollar en los niños y niñas las habilidades motrices basicas por medio de diferentes ejercicios.			SESION	100

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA DINAMICA	SENSIBILIZACION	Se organiza los participantes para jugar al gato y al ratón resaltando la importancia del respeto entre nosotros y hacia los demas. Se realizaran preguntas del porque es importante este valor y en donde debemos practicalo mas.	
20 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Los niños y niñas haran un trote suave alrededor del campo de deportes luego realizaran desplazamientos en diferentes direcciones	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Ubicación espacial	EJERCICIO 1	Reconocimiento del campo de baloncesto teniendo en cuenta las lineas fundamentales de esta para la practica de la disciplina del baloncesto. Linea de fondo, linea lateral, linea central, linea de 3 puntos, zona de 3 segundos, circulo de tiros libres, circulo de salto.	
20 MIN.		Agilidad y atención	EJERCICIO 2	Los participantes tomara un número de conos y cuando suene el silvato saldra a ubicarlos en las lineas correspondientes o lugares aprendidos y se tomara un tiempo para destacar el más rapido.	
20 MIN.		Desplazamiento con balón	EJERCICIO 3	Cada participante con una pelota de tenis llegara a la linea mencionada picara una vez la linea y se devuelve la punto donde inicio su recorrido.	
20 MIN.		TRIQUI	JUEGO	Se divide el grupo en euipos iguales y cada jugador llevara un cono o objeto de diferente color, gana el equipo que mas triques realice	
10 MIN.	FASE FINAL	Calmante	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Los participantes se ubican en circulos y se realizaran estiramientos resaltando la importancia de estos.	
			RETO PROXIMA SESION	En casa poner en practica el respeto pidiendo permiso si va a tomar algo que no es suyo.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

#DeporteQueProgresa

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

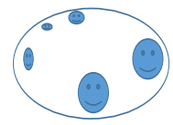
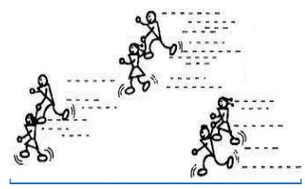
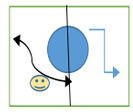
" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	HUMILDAD	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	22/11/2023	NIVEL	INICIACION I
OBJETIVO:	Desarrollar las capacidades cordinativas en diferentes acciones y direcciones			SESION	101

TIEMPO	FASE	TEMATICA		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	LECTURA	SENSIBILIZACION	Se organiza los participantes en circulo para escuchar un audio de la tortuga y la liebre despues haremos unas preguntas de la situaciones presentadas y la moraleja que nos deja, resaltando la importancia de la humildad entre nosotros y hacia los demás.	
20 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Los niños y niñas haran un trote suave alrededor del campo de deportes luego realizaran desplazamientos en diferentes direcciones,luego jugaremos al rey ordena realizando difrenetes ejercicios.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Acoplamiento	EJERCICIO 1	Se tendra diferentes tamaños de pelotas para que los niños realicen las actividades propuestas la del instructor (pinpones ,pelotas locas, pelotas de tenis, pelotas de caucho) Tomara los pinpones y lo lanzara caminando en diferentes direcciones.	
20 MIN.		Agilidad y atencóin	EJERCICIO 2	Realizara ejercicios de carrera con anticipación lanzando la pelota de tenis hacia adelante sin dejarla caer, tira a diferentes puntos indicados por instructor.	
20 MIN.		EQUILIBRIO	EJERCICIO 3	Reconoce su base de sustentación y punto de apoyo. Lanza pelotas locas y las coge lo mas rapido que pueda.	
20 MIN.		PRESICIÓN	JUEGO	Se divide el grupo en equipos iguales y cada jugador lanza una pelota a unos aros ubicados a una distancia con el fin de que quede dentro.	
10 MIN.	FASE FINAL	Calmante	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Los participantes se ubican en circulos y se realizaran estiramientos resaltando la importancia de estos.	
			RETO PROXIMA SESION	Comenta en casa las situaciones en que debe ser humilde.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

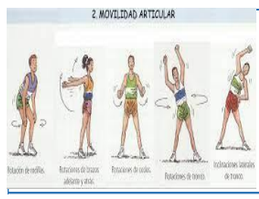
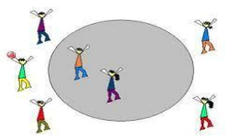
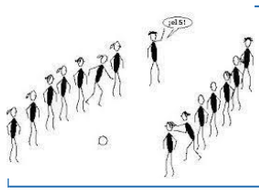
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPETO	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	23/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN I
OBJETIVO:	Mantener la posesión y control del balón llevándolo de uno a otro lado			SESION	102

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA: Explicación de la sesion / SENSIBILIZACION	Se les explica a los niños y niñas, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.	FASE INICIAL	Calentamiento / CALENTAMIENTO	Se realizará movilidad articular específica es decir movimiento de articulaciones y elongación de músculos para poder realizar las actividades que prosiguen de manera dinámica con desplazamiento en distancia para cada segmento del cuerpo.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Pases en círculos / EJERCICIO 1	Organizan los grupos de seis jugadores los cinco jugadores deben pasarse en el varón lo más rápidamente posible sin retenerlo y debe haber un defensor en la mitad del cual debe robar balón y así se van turnando hasta que todos pasen al centro	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Pases en fila / EJERCICIO 2	Se ubican los deportistas en dos filas una frente a la otra, a la orden del entrenador un jugador le hace pase al primero de la otra fila, el cual hace recepcion y envia el pase al jugador de la otra fila y asi sucesivamente hasta realizar diversas clases de pases,	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Velocidad con balón / EJERCICIO 3	Distribuidos en dos grupos en el mismo numero de deportistas de manera intercalada saldrá un deportista haciendo manejo del balón se lo pasara al formador este le devolverá el pase hacia adelante para que este corra y pase a la fila mientras siguen los demas compañros.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Juego / JUEGO	Se hará partidos de 5 vs 5 propios del juego con el fin de que vayas aprendiendo el desarrollo del juego.	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento / ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Separar los pies uno detrás del otro. Sin doblar el tronco bajar suavemente hasta estirar la pierna. Agarrarse las manos por detrás de la espalda y estirar hacia atrás.	
	FASE FINAL	Retroalimentación / Retroalimentación	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

#DeporteQueProgresa

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

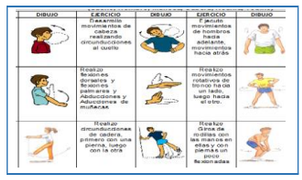
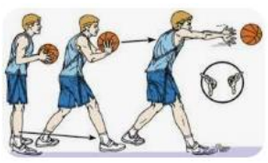
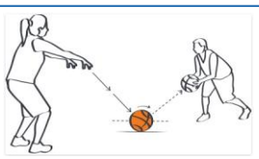
" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPETO	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	28/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN I
OBJETIVO:	Mantener la posesión y control del balón llevándolo de uno a otro lado			SESION	103

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica de manera general a los participantes, como se va a desarrollar la sesión del día, las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.		Calentamiento	CALENTAMIENTO	Se desarrolla el calentamiento con movilidad articular de manera dinámica con desplazamiento en distancia establecida con movilidad articular de cada segmento del cuerpo, mas especificamente Cuello, hombro, muñeca, cadera, rodilla y tobillo.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Pelota a la canasta	EJERCICIO 1	Organizan los grupos de 8 jugadores los cinco jugadores deben pasarse en el balon lo más rápidamente posible sin retenerlo, los niños no driblan la pelota en absoluto y no está permitido desplazarse con el balón. Todo lo que hacen es pasar el balón de persona a persona hasta que alguien está lo suficientemente cerca para hacer un tiro. Esto disminuye las posibilidades de perder el balón a causa de un dribleo imperfecto.	
20 MIN.		Pases de pecho	EJERCICIO 2	Se ejecuta dando un paso hacía el objetivo, mientras se lanza el balón hacia el pecho, utilizando las dos manos, y haciendo que estas terminen girando y con los pulgares hacia abajo. Por ende se ubican los deportistas en dos filas una frente a la otra, a la orden del entrenador un jugador le hace pase al primero de la otra fila, el cual hace recepcion y devuelve asi sucesivamente hasta que lo indique en formador.	
20 MIN.		Pase Picado	EJERCICIO 3	Junto con el de pecho y el elevado, es uno de los tres pases básicos. Consiste en enviar la pelota al compañero botándola en el piso con energía. Bien ejecutado, es difícil que el defensor pueda interceptar el balón. En dos filas una frente a la otra cada jugador le hace pase al que se encuentra al frente, este hace recepcion y devuelve; asi sucesivamente hasta que lo indique el formador.	
20 MIN.		Juego	JUEGO	Se hará partidos de 5 vs 5 niños vs niñas para que se vayan familiarizando con el juego.	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento de pierna y bíceps femoral.	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Siéntate en el suelo y estira la pierna derecha, dobla la pierna izquierda de forma tal que la planta del pie toque el interior del muslo derecho, lleva el torso hacia adelante estirando el brazo derecho; La idea es que puedas tocar la punta del pie con la mano. Apoya la mano izquierda sobre la rodilla izquierda. Mantén esta postura unos segundos y cambia de lado.	
		Retroalimentación	Retroalimentación	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPETO	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	29/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN I
OBJETIVO:	Mantener la posesión y control del balón llevándolo de uno a otro lado			SESION	104

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica a los niños y niñas, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.		Calentamiento	CALENTAMIENTO	Se desarrolla el calentamiento con movilidad articular en rodilla, codos, hombros y tobillos de manera dinámica en sitio asignado para cada deportista.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Correr y cazar	EJERCICIO 1	los jugadores están divididos en dos equipos (cada uno con una pelota) y se sitúan alineados en el medio de la pista (un equipo de cara a una canasta y el otro equipo de cara a la otra). Los equipos están espalda con espalda. A cada equipo se le asigna un número (1 ó 2) o un color (blanco ó negro) y si es luna ó sol. Cada vez que el Instructor dice un número, ó un color, el equipo que es llmado se va botando hacia canasta hacia la linea de fondo y el otro equipo ha de volverse, iniciar el bote e intentar atrapar a los del otro equipo que van corriendo hacia la canasta (cada uno de los jugadores solo puede tocar al jugador con el que estaba espalda con espalda).	
20		3x2	EJERCICIO 2	Los jugadores atacantes no podran realizar pases hacia adelante, solamente hacia atrás o en paralelo, aquí se forman grupos de 5 personas que se ubicaran en el centro de la cancha y a medida que vayan perdiendo el balon, va ingresando el nuevo grupo.	
20 MIN.		Velocidad con balón	EJERCICIO 3	Se organiza partidos de dos contra dos o tres contra tres para enseñarles defensa y la estrategia de equipo. La defensiva es muy importante, aqui tratamos de juntar a los niños con habilidades similares para evitar generar frustración y lesiones y que el juego sea parejo. Estas habilidades les serán de gran utilidad a medida de crezcan y comiencen a jugar para un equipo de básquet hasta que se acostumbren y así podrán integrar el deporte en su vida cotidiana.	
20 MIN.		"Juego de la statua":	JUEGO	Los jugadores botan por el campo (cada uno con una pelota) y a la señal del Instructor, ellos tienen que pararse inmediatamente (los que no se paran pierden un punto). Este ejercicio enseña como pararse (parada en salto y parada en dos tiempos).	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramientos de cadera	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Da un paso hacia adelante con la pierna derecha y ejerce presión hacia abajo con el torso. Los brazos quedan a los laterales del cuerpo. Tras unos segundos, cambia de lado.	
		Retroalimentación	Retroalimentación	Se hace retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines de mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder corregir.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR:

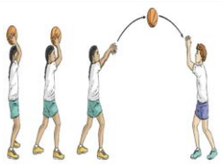
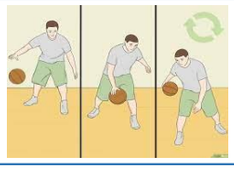
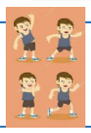
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	30/11/2023	NIVEL	INICIACION I
OBJETIVO:	mantener la posesión y control del balón llevándolo de uno a otro lado			SESION	105

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA: Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica a los niños y niñas, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.		Pre-deportivo	CALENTAMIENTO	Se realizaran una serie de ejercicos para la ejercitacion del cuerpo, antes de iniciar las actividades programadas, adicional se realizaran juegos como: congelados bajo terra, ponchados.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Conoce el balón	EJERCICIO 1	Se le hará entrega de un balón a cada uno de los deportistas, se les explicará la forma adecuada de manejar el balón, realizaran trayectos de mitad del campo a la linea final.	
20 MIN.		pase por encima de la cabeza	EJERCICIO 2	Se debe poner la pelota encima de la cabeza con las dos manos, y luego se empuja el balón hacia adelante extendiendo los dos brazos para pasárselo al compañero. Simultáneamente, el pasador puede hacer un paso hacia adelante para ganar fuerza y estabilidad.	
20 MIN.		Habilidad con el balón	EJERCICIO 3	Cada deportista pasará el balón alrededor de las dos piernas sin que las toque y lo más rápido, luego Pasarán el balón entre las dos piernas abiertas sin que las toque y lo más rápido posible y para terminar hacen rodar el balón por el suelo alrededor de nuestro cuerpo, impulsándolo con la yema de los dedos.	
20 MIN.		Trabajo en equipo	JUEGO	Se realizara un trabajo en pareja, donde uno de los deportistas deberá llevar driblando el balón y llevará los ojos vendados, deberá pasar en zig-zag, su compañero deberá orientarlo hasta llegar al otro lado del campo deportivo	 
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	El profesor dirigira los ejercicios de estiramiento, empezando de tren superior a tren inferior.	
		Retroalimentación	RETO PROXIMA SESION	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

INICIACINICIACION 2

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

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	6/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN II
OBJETIVO:	Mantener la posesión y control del balón llevándolo de uno a otro lado			SESION	94

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica a los niños y niñas, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.		Calentamiento	CALENTAMIENTO	Se desarrolla el calentamiento con movilidad articular de manera dinámica con desplazamiento en distancia establecida, se manejara una distancia de 10 metros donde el ida y vuelta significa una vuelta, se manejaras diferentes movimiento dinámicos de movilidad articular de cada segmento del cuerpo.	
20	FASE CENTRAL	Manejo de doble balon	EJERCICIO 1	En una distancia determinada por el formador se realizará carreras driblando con mano izquierda y luego derecha según los tiempos que determine el formador, luego deben llevar dos balones utilizando caminata y trote.	
20 MIN.		Doble balón	EJERCICIO 2	Primero se dividiran los grupo de a 10 integrantes-, se colocaran conos a una distancia acorde para que los deportistas pasen en zig-zag donde cada mano driblará un balón, el deportista debe ir y venir haciendo el mismo ejercicos y luego pasa su sigueinte compañero de fila	
20 MIN.		Velocidad con balón	EJERCICIO 3	Distribuidos en dos grupos en el mismo numero de deportistas de manera intercalada saldrá un deportista haciendo manejo del balón se lo pasara al formador este le devolverá el pase hacia adelante para que este corra y pase a la fila mientras siguen los demas compañros.	
20 MIN.		Partido	JUEGO	Se hará partidos de 5 vs 5 propios del juego con el fin de que vayas aprendiendo el desarrollo del juego.	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	cada integrante de la sesión lleva a cabo su estiramiento de tren superior e inferior con ejercicios ya establecidos y adquiridos.	
		Retroalimentación	RETO PROXIMA SESION	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	7/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN II
OBJETIVO:	Mantener la posesión y control del balón llevándolo de uno a otro lado			SESION	95

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica de manera general a los participantes, como se va a desarrollar la sesión del día, las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.		Calentamiento	CALENTAMIENTO	Se desarrolla el calentamiento con movilidad articular de manera dinámica con desplazamiento en distancia establecida, se manejara una distancia de 10 metros donde el ida y vuelta significa una vuelta, se manejaras diferentes movimiento dinámicos de movilidad articular de cada segmento del cuerpo.	
20	FASE CENTRAL	Manejo de doble balon El espejo	EJERCICIO 1	En parejas, ambos con un balón. Uno de ellos será el que mande y el otro tendrá que imitarle. De tal forma que, sí bota con la mano derecha, su compañero deberá de hacerlo con la misma mano. Pasado un tiempo, cambiar de roles. Cuando notes que están atascados, puedes sugerirles acciones que te interese que practiquen.	
20 MIN.		Doble balón	EJERCICIO 2	Primero se dividiran los grupo de a 10 integrantes-, se colocaran conos a una distancia acorde para que los deportistas pasen en zig-zag donde cada mano driblará un balón, el deportista debe ir y venir haciendo el mismo ejercicos y luego pasa su sigueinte compañero de fila	
20 MIN.		Velocidad con balón	EJERCICIO 3	Distribuidos en dos grupos en el mismo numero de deportistas de manera intercalada saldrá un deportista haciendo manejo del balón se lo pasara al formador este le devolverá el pase hacia adelante para que este corra y pase a la fila mientras siguen los demas compañros.	
20 MIN.		Partido	JUEGO	Se hará partidos de 5 vs 5 propios del juego con el fin de que vayas aprendiendo el desarrollo del juego.	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	cada integrante de la sesión lleva a cabo su estiramiento de tren superior e inferior con ejercicios ya establecidos y adquiridos.	
		Retroalimentación	RETO PROXIMA SESION	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

#DeporteQueProgresa

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	TRABAJO EN GRUPO	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	8/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN II
OBJETIVO:	Lanza y Corre la trayectoria de la pelota en el aire o por el suelo.			SESION	96

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica a los niños y niñas, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.		Calentamiento	CALENTAMIENTO	Como primer paso se realiza una carrera a velocidad baja alrededor de la cancha y se realizan a su vez los siguientes ejercicios: Skipping: Se levantan las rodillas a nivel de la cintura. Contraskipping: Se levantan los talones mientras estos casi chocan con los glúteos. Rotación de tobillos y caderas: Se realiza una carrera de forma lateral a la cancha y se rotan tobillos y caderas con un movimiento de 180°..	
20	FASE CENTRAL	Manejo libre de balon	EJERCICIO 1	Botar libremente por la pista e ir cambiando de mano, haciendo reversos, cambios de dirección, cambios de velocidad, haciendo giros botando y continuar por el perimetro de la pistaSegún vaya indicando el Instructor.	
20 MIN.		Dominio balón	EJERCICIO 2	Colocar a los jugadores en grupos de tres, cuatro ó cinco, a lo largo de la línea de fondo del campo. Hacer unas marcas en el suelo a la altura de las dos líneas de tiros libres, en el centro del campo y en cualquier otro punto que considere el Instructor. A la señal, salen los jugadores y en cada señal tienen que realizar lo siguiente: Cambio de mano, reverso,cambio de velocidad, pivote y salida botando, parada en salto, reverso, cambio de mano y salida botando,cambio de dirección.	
20 MIN.		Velocidad con balón "Atrápalo"	EJERCICIO 3	Los jugadores (cada uno con la pelota) botan por el campo tratando de no ser tocados por el jugador "prenda". El jugador que es tocado pasa a ser "prenda" en ese turno. De esta forma los jugadores aprenden a cambiar de mano, hacer reversos, cambios de dirección, velocidad mientras juegan a alcanzar un objetivo (no analiticamente).	
20 MIN.		Partido	JUEGO	Se hará partidos de 5 vs 5 propios del juego con el fin de que vayas aprendiendo el desarrollo del juego.	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	cada integrante de la sesión lleva a cabo su estiramiento de tren superior e inferior con ejercicios ya establecidos y adquiridos.	
		Retroalimentación	RETO PROXIMA SESION	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

#DeporteQueProgresa

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	HONESTIDAD	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	13/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN II
OBJETIVO:	Conocer la técnica del pase y lo importante en el baloncesto			SESION	97

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA: Explicación de la Sesión / SENSIBILIZACIÓN	Se realiza la explicación de la sesión de clase a los niños y niñas, de como se van a desarrollar las actividades y tiempos a lo largo del entrenamiento.	
20 MIN.	FASE INICIAL	Calentamiento / CALENTAMIENTO	Como primer paso se realiza una carrera a velocidad baja alrededor de la cancha y se realizan a su vez los siguientes ejercicios: **Skipping:** Se levantan las rodillas a nivel de la cintura. **Contraskipping:** Se levantan los talones mientras estos casi chocan con los glúteos. **Rotación de tobillos y caderas:** Se realiza una carrera de forma lateral a la cancha y se rotan tobillos y caderas con un movimiento de 180°.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Pases en la pared: / EJERCICIO 1	Distribuimos el equipo a lo largo de una pared lo suficientemente separados para que no se molesten, cada jugador con su balon deberá realizar un trabajo de muñeca y dedos con una mano como si votáramos en la pared la distancia tiene que ser muy corta respecto a la pared usar ambas manos de frente. Realizaran pases desde el hombro, de pecho y picar tambien teniendo buena recepcion.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Manejo balon y pases: / EJERCICIO 2	El ejercicio se realiza de manejo de balón sin voto y en el sitio pasar el balón alrededor de la cabeza de la cintura y una pierna haciendo ochos y otra de las combinaciones posibles entre ellas se hace a toda velocidad y que termine en un pase a un compañero donde usemos más la muñeca y los dedos que la extensión del brazo	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Pases entre jugadores / EJERCICIO 3	Con una pelota de tenis distribuimos al equipo en parejas por todo el campo, se les entregara una pelota de tenis cada pareja realizará en el sitio toda clase de pases pecho, picado, de béisbol, por la espalda lateral, por debajo de las piernas etc; el compañero recepcionará con una sola mano sin que el balón caiga al suelo y luego cambian haciendo el ejercicio el compañero.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	3 vs 3 / JUEGO	Se realiza un partido de 3 vs 3, alli se implementaran las clases de pases vistas en los ejercicios anteriores.	
10 MIN.	FASE FINAL	Vuelta a la calma / ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Se realiza una vuelta a la calma donde se ejecuta una elongación muscular	
	FASE FINAL	Retroalimentación / RETO PROXIMA SESION	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

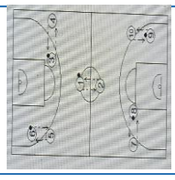
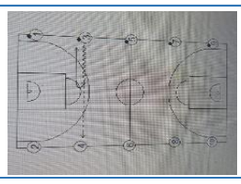
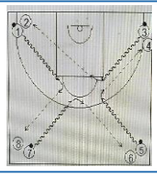
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	HONESTIDAD	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	14/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN II
OBJETIVO:	Conocer la técnica del pase y lo importante en el baloncesto			SESION	98

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica a los niños y niñas, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.		Calentamiento	CALENTAMIENTO	Se realiza el calentamiento estático, para trabajar con las articulaciones: Cuello: Se realiza una combinación de movimientos del cuello Brazos: Se gira de forma circular hacia adelante y hacia atrás cada brazo, luego se toma cada uno y se coloca sobre el brazo contrario y de estira por completo, después siguen las muñecas las cuales se giran de forma circular en ambos sentidos, y finalmente los dedos realizando movimientos varios abriendo y cerrando las manos una y otra vez.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Pases con pelota mixta	EJERCICIO 1	Se organizan los deportistas en parejitas y en difernte parte del campo deportivo, con un balón cada jugador y una pelota extra de tennis, deben psar la pelota de tennis al otro compañero mientras se dribla el balon con la mano dominante, realizando diversas clases de pases, luego cambian y asi sucesivamente.	
20 MIN.		Pases por parejas en movimiento	EJERCICIO 2	Por ejemplo 3 botas ya 4 línea recta o realizando cambios de dirección al llegar al medio campo realice el pase que decidamos luego un beso posición inicial 43 recibir hace lo mismo que 310 y sucesivamente también se pueden realizar una parada confía el tiro y luego are el pase que decidamos	
20 MIN.		Rueda de pases trasparada	EJERCICIO 3	Se distribuye al equipo en cuatro filas situadas en las esquinas del medio campo, a la orden deo profe sale driblando el primero de cada fila hacia el centro, luego realiza un pase de pecho al jugador que está situado en la otra fila este jugador vuelve y hace el mismo ejercicio y pasa a la otra fila y así sucesivamente hasta que todos hayan realizado el ejercicio.	
20 MIN.		Juego	JUEGO	Se conformaran equipos de 5 jugadores, se reliaran partidos de 5 minutos, el equipo que va ganado se va enfrentando a otro equipo y asi sucesivamente.	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento	Estiramiento	Se realiza estiramiento de manera céfalo-caudal de cada segmento muscular del cuerpo para así recuperar los músculos mas trabajados durante la sesión	
		Retroalimentación	Retroalimentación	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

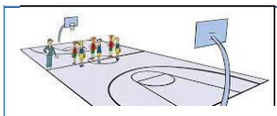
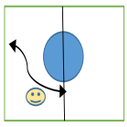
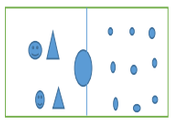
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPETO	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	15/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN II
OBJETIVO:	Desarrollar en los niños y niñas las habilidades motrices basicas por medio de diferentes ejercicios.			SESION	99

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA DINAMICA	SENSIBILIZACION	Se organiza los participantes para jugar al gato y al ratón resaltando la importancia del respeto entre nosotros y hacia los demas. Se realizaran preguntas del porque es importante este valor y en donde debemos practicalo mas.	
20 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Los niños y niñas haran un trote suave alrededor del campo de deportes luego realizaran desplazamientos en diferentes direcciones	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Ubicación espacial	EJERCICIO 1	Reconocimiento del campo de baloncesto teniendo en cuenta las lineas fundamentales de esta para la practica de la disciplina del baloncesto. Línea de fondo, línea lateral, línea central, línea de 3 puntos, zona de 3 segundos, circulo de tiros libres, circulo de salto.	
20 MIN.		Agilidad y atención	EJERCICIO 2	Los participantes tomara un número de conos y cuando suene el silvato saldra a ubicarlos en las lineas correspondientes o lugares aprendidos y se tomara un tiempo para destacar el más rapido.	
20 MIN.		Desplazamiento con balón	EJERCICIO 3	Cada participante con una pelota de tenis llegara a la linea mencionada picara una vez la linea y se devuelve la punto donde inicio su recorrido.	
20 MIN.		TRIQUI	JUEGO	Se divide el grupo en euipos iguales y cada jugador llevara un cono o objeto de diferente color, gana el equipo que mas triques realice	
10 MIN.	FASE FINAL	Calmante	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Los participantes se ubican en circulos y se realizaran estiramientos resaltando la importancia de estos.	
			RETO PROXIMA SESION	En casa poner en practica el respeto pidiendo permiso si va a tomar algo que no es suyo.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

#DeporteQueProgresa

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

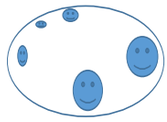
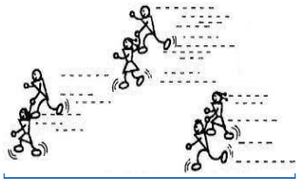
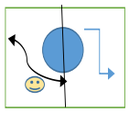
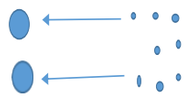
" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	HUMILDAD	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	20/11/2023	NIVEL	INICIACION II
OBJETIVO:	Desarrollar las capacidades cordinativas en diferentes acciones y direcciones			SESION	100

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL — TEMATICA: LECTURA	SENSIBILIZACION	Se organiza los participantes en circulo para escuchar un audio de la tortuga y la liebre despues haremos unas preguntas de la situaciones presentadas y la moraleja que nos deja, resaltando la importancia de la humildad entre nosotros y hacia los demás.	
20 MIN.	FASE INICIAL — Predeportivos	CALENTAMIENTO	Los niños y niñas haran un trote suave alrededor del campo de deportes luego realizaran desplazamientos en diferentes direcciones,luego jugaremos al rey ordena realizando difenetes ejercicios.	
20 MIN.	FASE CENTRAL — Acoplamiento	EJERCICIO 1	Se tendra diferentes tamaños de pelotas para que los niños realicen las actividades propuestas la del instructor (pinpones ,pelotas locas, pelotas de tenis, pelotas de caucho) Tomara los pinpones y lo lanzara caminando en diferentes direcciones.	
20 MIN.	FASE CENTRAL — Agilidad y atencóin	EJERCICIO 2	Realizara ejercicios de carrera con anticipación lanzando la pelota de tenis hacia adelante sin dejarla caer, tira a diferentes puntos indicados por instructor.	
20 MIN.	FASE CENTRAL — EQUILIBRIO	EJERCICIO 3	Reconoce su base de sustentación y punto de apoyo. Lanza pelotas locas y las coge lo mas rapido que pueda.	
20 MIN.	FASE CENTRAL — PRESICIÓN	JUEGO	Se divide el grupo en equipos iguales y cada jugador lanza una pelota a unos aros ubicados a una distancia con el fin de que quede dentro.	
10 MIN.	FASE FINAL — Calmante	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Los participantes se ubican en circulos y se realizaran estiramientos resaltando la importancia de estos.	
		RETO PROXIMA SESION	Comenta en casa las situaciones en que debe ser humilde.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

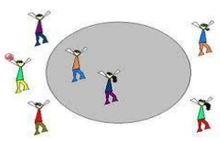
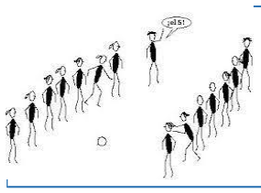
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPETO	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	21/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN II
OBJETIVO:	Mantener la posesión y control del balón llevándolo de uno a otro lado			SESION	101

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica a los niños y niñas, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.		Calentamiento	CALENTAMIENTO	Se desarrolla el calentamiento con movilidad articular de manera dinámica con desplazamiento en distancia establecida con movilidad articular de cada segmento del cuerpo. Se realizara juego dinámico en grupos de a 5 donde uno queda por fuera de los otros 4 que estarán abrazados y tratando de no dejar tocar la espalda de un compañero especifico al compañero que esta afuera de circulo.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Pases en círculos	EJERCICIO 1	Organizan los grupos de seis jugadores los cinco jugadores deben pasarse en el varón lo más rápidamente posible sin retenerlo y debe haber un defensor en la mitad del cual debe robar balón y así se van turnando hasta que todos pasen al centro	
20 MIN.		Pases en fila	EJERCICIO 2	Se ubican los deportistas en dos filas una frente a la otra, a la orden del entrenador un jugador le hace pase al primero de la otra fila, el cual hace recepcion y envia el pase al jugador de la otra fila y asi sucesivamente hasta realizar diversas clases de pases,	
20 MIN.		Velocidad con balón	EJERCICIO 3	Distribuidos en dos grupos en el mismo numero de deportistas de manera intercalada saldrá un deportista haciendo manejo del balón se lo pasara al formador este le devolverá el pase hacia adelante para que este corra y pase a la fila mientras siguen los demas compañros.	
20 MIN.		Juego	JUEGO	Se hará partidos de 5 vs 5 propios del juego con el fin de que vayas aprendiendo el desarrollo del juego.	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Separar los pies uno detrás del otro. Sin doblar el tronco bajar suavemente hasta estirar la pierna. Agarrarse las manos por detrás de la espalda y estirar hacia atrás.	
		Retroalimentación	Retroalimentación	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

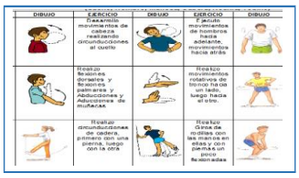
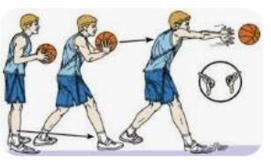
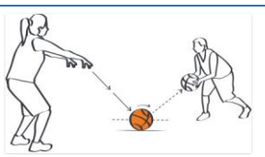
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPETO	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	22/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN II
OBJETIVO:	Mantener la posesión y control del balón llevándolo de uno a otro lado			SESION	102

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA: Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica de manera general a los participantes, como se va a desarrollar la sesión del día, las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.	FASE INICIAL	Calentamiento	CALENTAMIENTO	Se desarrolla el calentamiento con movilidad articular de manera dinámica con desplazamiento en distancia establecida con movilidad articular de cada segmento del cuerpo, mas especificamente Cuello, hombro, muñeca, cadera, rodilla y tobillo.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Pelota a la canasta	EJERCICIO 1	Organizan los grupos de 8 jugadores los cinco jugadores deben pasarse en el balon lo más rápidamente posible sin retenerlo, los niños no driblan la pelota en absoluto y no está permitido desplazarse con el balón. Todo lo que hacen es pasar el balón de persona a persona hasta que alguien está lo suficientemente cerca para hacer un tiro. Esto disminuye las posibilidades de perder el balón a causa de un dribleo imperfecto.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Pases de pecho	EJERCICIO 2	Se ejecuta dando un paso hacía el objetivo, mientras se lanza el balón hacia el pecho, utilizando las dos manos, y haciendo que estas terminen girando y con los pulgares hacia abajo. Por ende se ubican los deportistas en dos filas una frente a la otra, a la orden del entrenador un jugador le hace pase al primero de la otra fila, el cual hace recepcion y devuelve asi sucesivamente hasta que lo indique en formador.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Pase Picado	EJERCICIO 3	Junto con el de pecho y el elevado, es uno de los tres pases básicos. Consiste en enviar la pelota al compañero botándola en el piso con energía. Bien ejecutado, es difícil que el defensor pueda interceptar el balón. En dos filas una frente a la otra cada jugador le hace pase al que se encuentra al frente, este hace recepcion y devuelve; asi sucesivamente hasta que lo indique el formador.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Juego	JUEGO	Se hará partidos de 5 vs 5 niños vs niñas para que se vayan familiarizando con el juego.	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento de pierna y bíceps femoral.	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Siéntate en el suelo y estira la pierna derecha, dobla la pierna izquierda de forma tal que la planta del pie toque el interior del muslo derecho, lleva el torso hacia adelante estirando el brazo derecho; La idea es que puedas tocar la punta del pie con la mano. Apoya la mano izquierda sobre la rodilla izquierda. Mantén esta postura unos segundos y cambia de lado.	
		Retroalimentación	Retroalimentación	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

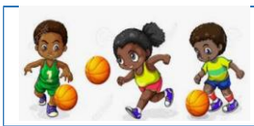
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPETO	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	27/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN II
OBJETIVO:	Mantener la posesión y control del balón llevándolo de uno a otro lado			SESION	103

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica a los niños y niñas, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.		Calentamiento	CALENTAMIENTO	Se desarrolla el calentamiento con movilidad articular en rodilla, codos, hombros y tobillos de manera dinámica en sitio asignado para cada deportista.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Correr y cazar	EJERCICIO 1	los jugadores están divididos en dos equipos (cada uno con una pelota) y se sitúan alineados en el medio de la pista (un equipo de cara a una canasta y el otro equipo de cara a la otra). Los equipos están espalda con espalda. A cada equipo se le asigna un número (1 ó 2) o un color (blanco ó negro) y si es luna ó sol. Cada vez que el Instructor dice un número, ó un color, el equipo que es llmado se va botando hacia canasta hacia la línea de fondo y el otro equipo ha de volverse, iniciar el bote e intentar atrapar a los del otro equipo que van corriendo hacia la canasta (cada uno de los jugadores solo puede tocar al jugador con el que estaba espalda con espalda).	
20		3x2	EJERCICIO 2	Los jugadores atacantes no podran realizar pases hacia adelante, solamente hacia atrás o en paralelo, aquí se forman grupos de 5 personas que se ubicaran en el centro de la cancha y a medida que vayan perdiendo el balon, va ingresando el nuevo grupo.	
20 MIN.		Velocidad con balón	EJERCICIO 3	Se organiza partidos de dos contra dos o tres contra tres para enseñarles defensa y la estrategia de equipo. La defensiva es muy importante, aqui tratamos de juntar a los niños con habilidades similares para evitar generar frustración y lesiones y que el juego sea parejo. Estas habilidades les serán de gran utilidad a medida de crezcan y comiencen a jugar para un equipo de básquet hasta que se acostumbren y así podrán integrar el deporte en su vida cotidiana.	
20 MIN.		"Juego de la statua":	JUEGO	Los jugadores botan por el campo (cada uno con una pelota) y a la señal del Instructor, ellos tienen que pararse inmediatamente (los que no se paran pierden un punto). Este ejercicio enseña como pararse (parada en salto y parada en dos tiempos).	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramientos de cadera	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Da un paso hacia adelante con la pierna derecha y ejerce presión hacia abajo con el torso. Los brazos quedan a los laterales del cuerpo. Tras unos segundos, cambia de lado.	
		Retroalimentación	Retroalimentación	Se hace retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines de mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder corregir.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

#DeporteQueProgresa

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	28/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN II
OBJETIVO:	Explicar el deporte y familiarizar al niño con el elemento propio del deporte			SESION	104

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica a los niños y niñas, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
10 MIN.		Ejercitar el cuerpo	CALENTAMIENTO	Los niños y niñas realizaran un trote suave en todo el campo deportivo, realizando movimiento de muñecas, luego se realizara el juego de cadenita.	
30 MIN.	FASE CENTRAL	Conoce el balón	EJERCICIO 1	En una distancia determinada por el formador se realizará carreras driblando con mano izquierda y luego derecha según los tiempos que determine el formador, luego deben llevar dos balones utilizando caminata y trote.	
20 MIN.		Manejo de balón con mano dominante	EJERCICIO 2	Se desplaza por el campo de juego realizando dribling con su mano dominante , cada deportista debe intentar agarrar a sus compañeros los cuales están también en manejo de balón intentando así en el menor tiempo posible atrapar la mayor cantidad de compañeros.	
30 MIN.		Manejo de balón con ambas manos con obstaculos	EJERCICIO 3	Se implementarna obstaculos con conos, aros, en donde cada deportista tendra que realizar un recorrido en el menor tiempo posible, deberán realizar zig-zag, giros alrededor de los aros; manejando así su mano dominante y su mano no dominante.	
10 MIN.		juego de habilidad	JUEGO	Se escoge un cuadro grande en el campo deportivo, alli entraran los jugadores con su respectivo balon, cuando el profesor de el pitaso deben empezar a driblar con su mano dominante sin salirsen del cuadro, la mision es botar el balon del compañero fuera del cuadro y asi van saliendo del juego, gana el que quede solo dentro del cuadro.	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Cada integrante de la sesión lleva a cabo su estiramiento de tren superior e inferior con ejercicios ya establecidos y adquiridos.	
		Retroalimentación	RETO PROXIMA SESION	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

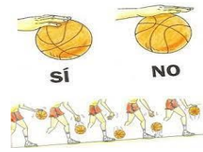
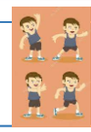
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	29/11/2023	NIVEL	INICIACION II
OBJETIVO:	mantener la posesión y control del balón llevándolo de uno a otro lado			SESION	105

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica a los niños y niñas, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.		Pre-deportivo	CALENTAMIENTO	Se realizaran una serie de ejercicos para la ejercitacion del cuerpo, antes de iniciar las actividades programadas, adicional se realizaran juegos como: congelados bajo terra, ponchados.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Conoce el balón	EJERCICIO 1	Se le hará entrega de un balón a cada uno de los deportistas, se les explicará la forma adecuada de manejar el balón, realizaran trayectos de mitad del campo a la linea final.	
20 MIN.		Habilidad con el balón	EJERCICIO 2	Se realizaran diversos ejercicios con el balon, buscando familiarizar al deportista, se inicia pasandos el balón alrededor de la cabeza sin que la toque lo más rápido posible, luego pasaran el balón alrededor de la cintura sin que la toque lo más rápido posible, se realizaran varias repeticiones.	
20 MIN.		Habilidad con el balón	EJERCICIO 3	Cada deportista pasará el balón alrededor de las dos piernas sin que las toque y lo más rápido, luego Pasarán el balón entre las dos piernas abiertas sin que las toque y lo más rápido posible y para terminar hacen rodar el balón por el suelo alrededor de nuestro cuerpo, impulsándolo con la yema de los dedos.	
20 MIN.		Trabajo en equipo	JUEGO	Se realizara un trabajo en pareja, donde uno de los deportistas deberá llevar driblando el balón y llevará los ojos vendados, deberá pasar en zig-zag, su compañero deberá orientarlo hasta llegar al otro lado del campo deportivo	 
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	El profesor dirigira los ejercicios de estiramiento, empezando de tren superior a tren inferior.	
		Retroalimentación	RETO PROXIMA SESION	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

INICIACINICIACION 3

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

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	6/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN III
OBJETIVO:	Mantener la posesión y control del balón llevándolo de uno a otro lado			SESION	94

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA: Explicación de la sesion / SENSIBILIZACION	Se les explica a los niños y niñas, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.	FASE INICIAL	Calentamiento / CALENTAMIENTO	Se desarrolla el calentamiento con movilidad articular de manera dinámica con desplazamiento en distancia establecida, se manejara una distancia de 10 metros donde el ida y vuelta significa una vuelta, se manejaras diferentes movimiento dinámicos de movilidad articular de cada segmento del cuerpo.	
20	FASE CENTRAL	Manejo de doble balon / EJERCICIO 1	En una distancia determinada por el formador se realizará carreras driblando con mano izquierda y luego derecha según los tiempos que determine el formador, luego deben llevar dos balones utilizando caminata y trote.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Doble balón / EJERCICIO 2	Primero se dividiran los grupo de a 10 integrantes-, se colocaran conos a una distancia acorde para que los deportistas pasen en zig-zag donde cada mano driblará un balón, el deportista debe ir y venir haciendo el mismo ejercicos y luego pasa su sigueinte compañero de fila	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Velocidad con balón / EJERCICIO 3	Distribuidos en dos grupos en el mismo numero de deportistas de manera intercalada saldrá un deportista haciendo manejo del balón se lo pasara al formador este le devolverá el pase hacia adelante para que este corra y pase a la fila mientras siguen los demas compañros.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Partido / JUEGO	Se hará partidos de 5 vs 5 propios del juego con el fin de que vayas aprendiendo el desarrollo del juego.	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento / ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	cada integrante de la sesión lleva a cabo su estiramiento de tren superior e inferior con ejercicios ya establecidos y adquiridos.	
		Retroalimentación / RETO PROXIMA SESION	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	9/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN III
OBJETIVO:	Mantener la posesión y control del balón llevándolo de uno a otro lado			SESION	95

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA: Explicación de la sesion / SENSIBILIZACION	Se les explica de manera general a los participantes, como se va a desarrollar la sesión del día, las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.	FASE INICIAL	Calentamiento / CALENTAMIENTO	Se desarrolla el calentamiento con movilidad articular de manera dinámica con desplazamiento en distancia establecida, se manejara una distancia de 10 metros donde el ida y vuelta significa una vuelta, se manejaras diferentes movimiento dinámicos de movilidad articular de cada segmento del cuerpo.	
20	FASE CENTRAL	Manejo de doble balon El espejo / EJERCICIO 1	En parejas, ambos con un balón. Uno de ellos será el que mande y el otro tendrá que imitarle. De tal forma que, sí bota con la mano derecha, su compañero deberá de hacerlo con la misma mano. Pasado un tiempo, cambiar de roles. Cuando notes que están atascados, puedes sugerirles acciones que te interese que practiquen.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Doble balón / EJERCICIO 2	Primero se dividiran los grupo de a 10 integrantes-, se colocaran conos a una distancia acorde para que los deportistas pasen en zig-zag donde cada mano driblará un balón, el deportista debe ir y venir haciendo el mismo ejercicos y luego pasa su sigueinte compañero de fila	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Velocidad con balón / EJERCICIO 3	Distribuidos en dos grupos en el mismo numero de deportistas de manera intercalada saldrá un deportista haciendo manejo del balón se lo pasara al formador este le devolverá el pase hacia adelante para que este corra y pase a la fila mientras siguen los demas compañros.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Partido / JUEGO	Se hará partidos de 5 vs 5 propios del juego con el fin de que vayas aprendiendo el desarrollo del juego.	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento / ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	cada integrante de la sesión lleva a cabo su estiramiento de tren superior e inferior con ejercicios ya establecidos y adquiridos.	
	FASE FINAL	Retroalimentación / RETO PROXIMA SESION	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

#DeporteQueProgresa

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	TRABAJO EN GRUPO	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	10/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN III
OBJETIVO:	Lanza y Corre la trayectoria de la pelota en el aire o por el suelo.			SESION	96

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA: Explicación de la sesion — SENSIBILIZACION	Se les explica a los niños y niñas, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.	FASE INICIAL	Calentamiento — CALENTAMIENTO	Como primer paso se realiza una carrera a velocidad baja alrededor de la cancha y se realizan a su vez los siguientes ejercicios: Skipping: Se levantan las rodillas a nivel de la cintura. Contraskipping: Se levantan los talones mientras estos casi chocan con los glúteos. Rotación de tobillos y caderas: Se realiza una carrera de forma lateral a la cancha y se rotan tobillos y caderas con un movimiento de 180°..	
20	FASE CENTRAL	Manejo libre de balon — EJERCICIO 1	Botar libremente por la pista e ir cambiando de mano, haciendo reversos, cambios de dirección, cambios de velocidad, haciendo giros botando y continuar por el perimetro de la pistaSegún vaya indicando el Instructor.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Dominio balón — EJERCICIO 2	Colocar a los jugadores en grupos de tres, cuatro ó cinco, a lo largo de la línea de fondo del campo. Hacer unas marcas en el suelo a la altura de las dos líneas de tiros libres, en el centro del campo y en cualquier otro punto que considere el Instructor. A la señal, salen los jugadores y en cada señal tienen que realizar lo siguiente: Cambio de mano, reverso,cambio de velocidad, pivote y salida botando, parada en salto, reverso, cambio de mano y salida botando,cambio de dirección.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Velocidad con balón "Atrápalo" — EJERCICIO 3	Los jugadores (cada uno con la pelota) botan por el campo tratando de no ser tocados por el jugador "prenda". El jugador que es tocado pasa a ser "prenda" en ese turno. De esta forma los jugadores aprenden a cambiar de mano, hacer reversos, cambios de dirección, velocidad mientras juegan a alcanzar un objetivo (no analíticamente).	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Partido — JUEGO	Se hará partidos de 5 vs 5 propios del juego con el fin de que vayas aprendiendo el desarrollo del juego.	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento — ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	cada integrante de la sesión lleva a cabo su estiramiento de tren superior e inferior con ejercicios ya establecidos y adquiridos.	
	FASE FINAL	Retroalimentación — RETO PROXIMA SESION	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

#DeporteQueProgresa

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

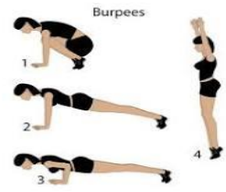
" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	HONESTIDAD	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	13/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN III
OBJETIVO:	Mejorar por medio de ejercicios el acondicionamiento fisico de los jugadores			SESION	97

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL — TEMATICA: Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica a los deportista, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.	FASE INICIAL — Calentamiento	CALENTAMIENTO	Como primer paso se realiza una carrera a velocidad baja alrededor de la cancha y se realizan a su vez los siguientes ejercicios: **Skipping:** Se levantan las rodillas a nivel de la cintura. **Contraskipping:** Se levantan los talones mientras estos casi chocan con los glúteos. **Rotación de tobillos y caderas:** Se realiza una carrera de forma lateral a la cancha y se rotan tobillos y caderas con un movimiento de 180°.	
20 MIN.	FASE CENTRAL — Planchas abdominales frontales	EJERCICIO 1	Los deportistas se ubicaran separados en el campo deportivo, se acostaron boca abajo sobre una colchoneta o en el piso y realizaran la plancha, luego dan media vuelta y a la orden del profe realizaran levantamiento de piernas hasta que el entrenador diga.	
20 MIN.	FASE CENTRAL — trabajo de pies	EJERCICIO 2	Se ubicaran en escaleras, donde realizaran por un tiempo determinado salto con pie derecho e izquierdo, luego realizaran 10 cunclillas en cada escalón.	
20 MIN.	FASE CENTRAL — Burpees	EJERCICIO 3	Para realizar el ejercicio de «burpees» se parte de una posición inicial en cuclillas (o sentadillas), se colocan las manos en el suelo y se mantiene la cabeza erguida. Después se desplazan las piernas hacia atrás con los pies juntos y se hace una flexión de pecho (también conocida como flexión de codos).	
20 MIN.	FASE CENTRAL — 3 vs 3	JUEGO	Se realiza un partido de 3 vs 3, alli se implementaran las clases de pases vistas en los ejercicios anteriores.	
10 MIN.	FASE FINAL — Vuelta a la calma	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Se realiza una vuelta a la calma donde se ejecuta una elongación muscular	
	FASE FINAL — Retroalimentación	RETO PROXIMA SESION	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

#DeporteQueProgresa

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

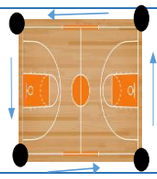
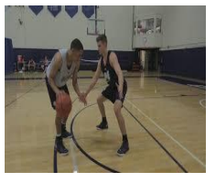
" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	HONESTIDAD	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	16/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN III
OBJETIVO:	Mejorar por medio de ejercicios el acondicionamiento fisico de los jugadores			SESION	98

TIEMPO	FASE	TEMATICA		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica a los deportista, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.	FASE INICIAL	Calentamiento	CALENTAMIENTO	Se realiza el calentamiento estático, para trabajar con las articulaciones: Cuello: Se realiza una combinación de movimientos del cuello Brazos: Se gira de forma circular hacia adelante y hacia atrás cada brazo, luego se toma cada uno y se coloca sobre el brazo contrario y de estira por completo, después siguen las muñecas las cuales se giran de forma circular en ambos sentidos, y finalmente los dedos realizando movimientos varios abriendo y cerrando las manos una y otra vez.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	temperatura corporal	EJERCICIO 1	Sentadilla con lanzamiento de balón. Colocados frente a la pared, se debe hacer una sentadilla tradicional con un balón medicinal de unos tres kilos. Una vez que subas, en esa posición, lanzarás el balón hacia arriba. Se hará la recepción del balón, amortiguando con las piernas y haciendo la sentadilla.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Desplazamientos laterales.	EJERCICIO 2	Se dividen en grupos iguales y cada grupo debera pasar por cada uno de los circuitos, habra uno coordinativo donde se implementara una escalera de coordinación, otra estacion encontraran conos ubicados en zig-zag , en los cuales deberan pasar desplazandose en posicion de defensa.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	resistencia	EJERCICIO 3	Los deportistas hacen grupos de a cuatro personas, cada uno se coloca en la punta de las lineas del campo deportivo, el entrenador dara la orden y deberan correr por toda la línea lateral y final tratando de coger al compañero de adelante, si lo coge este saldra y asi sucesivamente hasta quedar uno solo.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Juego	JUEGO	"El juego del pescador": todos los jugadores (peces) se sitúan de pié detrás de la línea de fondo (cada uno con una pelota), mientras que un jugador está en el medio del campo (pescador). A la señal del Instructor, los jugadores deben de ir botando hasta tratar de alcanzar el otro lado de la pista (pasada la línea) sin dejar que el "pescador" les toque. Aquellos que sean tocados, pasar a ser "pescadores". Al principio del juego, no son muy importante las violaciones que se cometen. El juego enseña velocidad, anticipación y elección del tipo de bote a utilizar.	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento	Estiramiento	Se realiza estiramiento de manera céfalo-caudal de cada segmento muscular del cuerpo para así recuperar los músculos mas trabajados durante la sesión	
		Retroalimentación	Retroalimentación	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

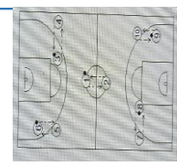
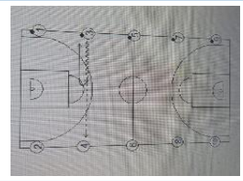
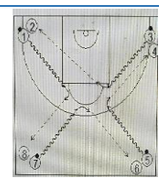
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPETO	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	17/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN III
OBJETIVO:	Conocer la técnica del pase y lo importante en el baloncesto			SESION	99

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA: Explicación de la sesion / SENSIBILIZACION	Se les explica a los deportista, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.		Predeportivos / CALENTAMIENTO	Los deportistas haran un trote suave alrededor del campo de deportes luego realizaran desplazamientos en diferentes direcciones	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Pases con pelota mixta / EJERCICIO 1	Se organizan los deportistas en parejitas y en difernte parte del campo deportivo, con un balón cada jugador y una pelota extra de tennis, deben psar la pelota de tennis al otro compañero mientras se dribla el balon con la mano dominante, realizando diversas clases de pases, luego cambian y asi sucesivamente.	
20 MIN.		Pases por parejas en movimiento / EJERCICIO 2	Por ejemplo 3 botas ya 4 línea recta o realizando cambios de dirección al llegar al medio campo realice el pase que decidamos luego un beso posición inicial 43 recibir hace lo mismo que 310 y sucesivamente también se pueden realizar una parada confía el tiro y luego are el pase que decidamos	
20 MIN.		Rueda de pases trasparada / EJERCICIO 3	Se distribuye al equipo en cuatro filas situadas en las esquinas del medio campo, a la orden deo profe sale driblando el primero de cada fila hacia el centro, luego realiza un pase de pecho al jugador que está situado en la otra fila este jugador vuelve y hace el mismo ejercicio y pasa a la otra fila y así sucesivamente hasta que todos hayan realizado el ejercicio.	
20 MIN.		partido / JUEGO	Se realiza un partido donde implementaran la estategia de realizar pases a todos los del equipo y asi valdra la cesta de lo contrario no.	
10 MIN.	FASE FINAL	Calmante / ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Los participantes se ubican en circulos yse realizaran estiramientos resaltando la importancia de estos.	
		RETO PROXIMA SESION	En casa poner en practica el respeto pidiendo permiso si va a tomar algo que no es suyo.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

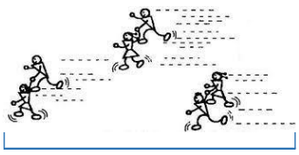
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	HUMILDAD	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	20/11/2023	NIVEL	INICIACION III
OBJETIVO:	Desarrollar las capacidades cordinativas en diferentes acciones y direcciones			SESION	100

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA: Explicación de la sesion / SENSIBILIZACION	Se les explica a los deportista, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.	FASE INICIAL	Predeportivos / CALENTAMIENTO	Se realizara un juego, el cual consiste en que cada deportista tendra un aro, el cual dejaran en el piso y se ubicaran detrás de el, al pitaso todos empiezan a girar alrededor de los aros, cuando vuelva a sonar el pito seberan metersen dentro del aro, sale el jugador que quede sin aro y asi sucesivamente hasta que quede solo un jugador.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	desplazamientos con giros / EJERCICIO 1	Se ubicaran conos en diferentes lugares del campo deportivo, los deportistas deberan pasar por cada uno y realizar un giro ya sea por derecha o izquierda y luego convertir cesta.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	velocidad / EJERCICIO 2	Cada jugador tendra un balon y se ubicara en la linea final, cuando suele el silbato, deberan lanzar el balon al otro lado del campo y los jugadores tendran que correr en velocidad para alcanzarlo, cogerlo y lanzar.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	EQUILIBRIO / EJERCICIO 3	Reconoce su base de sustentación y punto de apoyo. Lanza pelotas locas y las coge lo mas rapido que pueda.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	PRESICIÓN / JUEGO	Se divide el grupo en equipos iguales y cada jugador lanza una pelota a unos aros ubicados a una distancia con el fin de que quede dentro.	
10 MIN.	FASE FINAL	Calmante / ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Los participantes se ubican en circulos y se realizaran estiramientos resaltando la importancia de estos.	
		RETO PROXIMA SESION	Comenta en casa las situaciones en que debe ser humilde.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

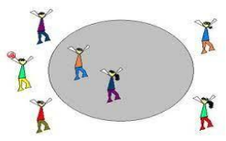
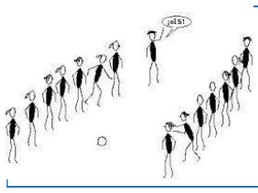
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPETO	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	23/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN III
OBJETIVO:	Mantener la posesión y control del balón llevándolo de uno a otro lado			SESION	101

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica a los deportista, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.	FASE INICIAL	Calentamiento	CALENTAMIENTO	Se desarrolla el calentamiento con movilidad articular de manera dinámica con desplazamiento en distancia establecida con movilidad articular de cada segmento del cuerpo. Se realizara juego dinámico en grupos de a 5 donde uno queda por fuera de los otros 4 que estarán abrazados y tratando de no dejar tocar la espalda de un compañero especifico al compañero que esta afuera de circulo.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Pases en círculos	EJERCICIO 1	Organizan los grupos de seis jugadores los cinco jugadores deben pasarse en el varón lo más rápidamente posible sin retenerlo y debe haber un defensor en la mitad del cual debe robar balón y así se van turnando hasta que todos pasen al centro	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Pases en fila	EJERCICIO 2	Se ubican los deportistas en dos filas una frente a la otra, a la orden del entrenador un jugador le hace pase al primero de la otra fila, el cual hace recepcion y envia el pase al jugador de la otra fila y asi sucesivamente hasta realizar diversas clases de pases,	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Velocidad con balón	EJERCICIO 3	Distribuidos en dos grupos en el mismo numero de deportistas de manera intercalada saldrá un deportista haciendo manejo del balón se lo pasara al formador este le devolverá el pase hacia adelante para que este corra y pase a la fila mientras siguen los demas compañros.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Juego	JUEGO	Se hará partidos de 5 vs 5 propios del juego con el fin de que vayas aprendiendo el desarrollo del juego.	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Separar los pies uno detrás del otro. Sin doblar el tronco bajar suavemente hasta estirar la pierna. Agarrarse las manos por detrás de la espalda y estirar hacia atrás.	
	FASE FINAL	Retroalimentación	Retroalimentación	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

#DeporteQueProgresa

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

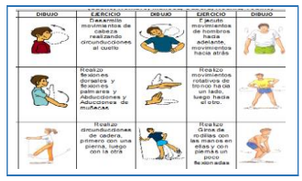
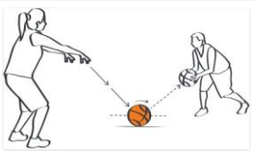
" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPETO	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	24/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN III
OBJETIVO:	Mantener la posesión y control del balón llevándolo de uno a otro lado			SESION	102

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica de manera general a los participantes, como se va a desarrollar la sesión del día, las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.		Calentamiento	CALENTAMIENTO	Se desarrolla el calentamiento con movilidad articular de manera dinámica con desplazamiento en distancia establecida con movilidad articular de cada segmento del cuerpo, mas especificamente Cuello, hombro, muñeca, cadera, rodilla y tobillo.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Pelota a la canasta	EJERCICIO 1	Organizan los grupos de 8 jugadores los cinco jugadores deben pasarse en el balon lo más rápidamente posible sin retenerlo, los niños no driblan la pelota en absoluto y no está permitido desplazarse con el balón. Todo lo que hacen es pasar el balón de persona a persona hasta que alguien está lo suficientemente cerca para hacer un tiro. Esto disminuye las posibilidades de perder el balón a causa de un dribleo imperfecto.	
20 MIN.		Pases de pecho	EJERCICIO 2	Se ejecuta dando un paso hacía el objetivo, mientras se lanza el balón hacia el pecho, utilizando las dos manos, y haciendo que estas terminen girando y con los pulgares hacia abajo. Por ende se ubican los deportistas en dos filas una frente a la otra, a la orden del entrenador un jugador le hace pase al primero de la otra fila, el cual hace recepcion y devuelve asi sucesivamente hasta que lo indique en formador.	
20 MIN.		Pase Picado	EJERCICIO 3	Junto con el de pecho y el elevado, es uno de los tres pases básicos. Consiste en enviar la pelota al compañero botándola en el piso con energía. Bien ejecutado, es difícil que el defensor pueda interceptar el balón. En dos filas una frente a la otra cada jugador le hace pase al que se encuentra al frente, este hace recepcion y devuelve; asi sucesivamente hasta que lo indique el formador.	
20 MIN.		Juego	JUEGO	Se hará partidos de 5 vs 5 niños vs niñas para que se vayan familiarizando con el juego.	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento de pierna y bíceps femoral.	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Siéntate en el suelo y estira la pierna derecha, dobla la pierna izquierda de forma tal que la planta del pie toque el interior del muslo derecho, lleva el torso hacia adelante estirando el brazo derecho; La idea es que puedas tocar la punta del pie con la mano. Apoya la mano izquierda sobre la rodilla izquierda. Mantén esta postura unos segundos y cambia de lado.	
		Retroalimentación	Retroalimentación	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPETO	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	27/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN III
OBJETIVO:	Mantener la posesión y control del balón llevándolo de uno a otro lado			SESION	103

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL — TEMATICA: Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica a los niños y niñas, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.	FASE INICIAL — Calentamiento	CALENTAMIENTO	Se desarrolla el calentamiento con movilidad articular en rodilla, codos, hombros y tobillos de manera dinámica en sitio asignado para cada deportista.	
20 MIN.	FASE CENTRAL — Correr y cazar	EJERCICIO 1	los jugadores están divididos en dos equipos (cada uno con una pelota) y se sitúan alineados en el medio de la pista (un equipo de cara a una canasta y el otro equipo de cara a la otra). Los equipos están espalda con espalda. A cada equipo se le asigna un número (1 ó 2) o un color (blanco ó negro) y si es luna ó sol. Cada vez que el Instructor dice un número, ó un color, el equipo que es llmado se va botando hacia canasta hacia la linea de fondo y el otro equipo ha de volverse, iniciar el bote e intentar atrapar a los del otro equipo que van corriendo hacia la canasta (cada uno de los jugadores solo puede tocar al jugador con el que estaba espalda con espalda).	
20	FASE CENTRAL — 3x2	EJERCICIO 2	Los jugadores atacantes no podran realizar pases hacia adelante, solamente hacia atrás o en paralelo, aquí se forman grupos de 5 personas que se ubicaran en el centro de la cancha y a medida que vayan perdiendo el balon, va ingresando el nuevo grupo.	
20 MIN.	FASE CENTRAL — Velocidad con balón	EJERCICIO 3	Se organiza partidos de dos contra dos o tres contra tres para enseñarles defensa y la estrategia de equipo. La defensiva es muy importante, aqui tratamos de juntar a los niños con habilidades similares para evitar generar frustración y lesiones y que el juego sea parejo. Estas habilidades les serán de gran utilidad a medida de crezcan y comiencen a jugar para un equipo de básquet hasta que se acostumbren y así podrán integrar el deporte en su vida cotidiana.	
20 MIN.	FASE CENTRAL — "Juego de la statua":	JUEGO	Los jugadores botan por el campo (cada uno con una pelota) y a la señal del Instructor, ellos tienen que pararse inmediatamente (los que no se paran pierden un punto). Este ejercicio enseña como pararse (parada en salto y parada en dos tiempos).	
10 MIN.	FASE FINAL — Estiramientos de cadera	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Da un paso hacia adelante con la pierna derecha y ejerce presión hacia abajo con el torso. Los brazos quedan a los laterales del cuerpo. Tras unos segundos, cambia de lado.	
	Retroalimentación	Retroalimentación	Se hace retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines de mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder corregir.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

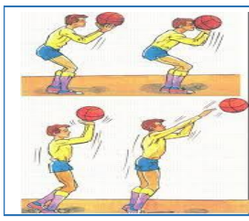
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	BALONCESTO	VALOR	RESPONSABILIDAD	FORMADOR	ELMER BARRERA VELASQUEZ
MUNICIPIO	JUNIN	FECHA	30/11/2023	NIVEL	INICIACION III
OBJETIVO:	Enseñar al deportista por medio de ejercicios dinamicos los diferentes tipos de lanzamiento			SESION	104

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Explicación de la sesion	SENSIBILIZACION	Se les explica a los deportista, como se va a desarrollar la sesión del día, como las actividades y tiempos de la ejecución de la sesión.	
20 MIN.		Pre-deportivo	CALENTAMIENTO	Se realizaran una serie de ejercicos para la ejercitacion del cuerpo, antes de iniciar las actividades programadas, adicional se realizaran juegos como: congelados bajo terra, ponchados.	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Lanzamiento libre	EJERCICIO 1	Cada uno de los deportistas se ubicara en el campo deportivo alli el entrenador explicara los diferentes tipos de lanzamiento, luego ejeutaran lanzamientos con mano dominante y no dominante desplazandose por todo lado.	
20 MIN.		lanza acostado	EJERCICIO 2	Los deportistas deberán acostarse y sostener el balón sobre el pecho deben lanzar el balón hacia arriba con un seguimiento completo extensión total del codo con el propósito de lograr que el balón vuelva a la posición de la que lanza sin que tenga que desplazar las manos para recibirlo este ejercicio se realizará varias veces	
20 MIN.		lanzamiento	EJERCICIO 3	Se ubicara los deportistas por grupo, la actividad consiste en lanzar a canasta desde un banco, Tirar desde círculos dibujados en el suelo y a diferentes distancias, a círculos marcados en la pared. También a círculos hechos con los brazos de otros jugadores.	
20 MIN.		"Juego del 21"	JUEGO	Se divide a los jugadores en dos equipos, y se alinean en las dos lineas de tiros libres. Ala voz de empezar, el premier jugador tira a canasta (2 puntos por canastas, en caso contrario el jugador tienen que ir al rebote y tirar de nuevo, consiguiendo 1 punto si mete la canasta). El segundo jugador comienza a tirar quando el primero ha metido su canasta ó ha gastado sus dos tiros disponibles. El equipo que primero consigue llgar a 21 puntos gana.	
10 MIN.	FASE FINAL	Estiramiento	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	El profesor dirigira los ejercicios de estiramiento, empezando de tren superior a tren inferior.	
		Retroalimentación	RETO PROXIMA SESION	Se lleva a cabo una retroalimentación de lo que se vio en la sesión con fines a mejorar y así tener en cuenta los errores cometidos para poder mejorar.	

OBSERVACIONES:

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

ANEXO 6: DE LA OBLIGACION 9: PLAN MENSUAL

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES: NOVIEMBRE				**MUNICIPIO:**	**JUNIN**	
LUGAR: I.E.D. Escuela Normal Superior				**HORARIO DE PRACTICA:**	**Lunes, martes, miércoles, jueves y Viernes 2 a 4pm Y de 4 a 6pm**	
				NIVEL		
				INICIACIÓN I	**INICIACIÓN II**	**INICIACIÓN III**
DESARROLLO MENSUAL				**6 A 8 AÑOS**	**9 A 12 AÑOS**	**13- 17 AÑOS**
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	X	X	X
			RESPONSABILIDAD	X	X	X
			COMPAÑERISMO	X		X
			JUSTICIA		X	
			COOPERACION	X		
			LEALTAD			
			TRABAJO EN EQUIPO	X	X	X
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD	X	X	X
			OBEDIENCIA	X		
			AUTODISCIPLINA	X	X	
			PARTICIPACIÓN	X	X	X
			PERSEVERANCIA			X
			AUTODOMINIO		X	X
			RECOMPENSA	X	X	X
	PARTE INICIAL	INICIO	INTRODUCCIPON	X	X	X
			MOVILIDAD ARTICULAR	X	X	X
			CALENTAMIENTO	X	X	X
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO			
			RITMO		X	
			EQUILIBRIO		X	X
			ORIENTACION	X	X	
			DIFERENCIACION			
			REACCIÓN	X	X	X
			ADAPTACIÓN		X	X
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA			X
			VELOCIDAD			X
			FLEXIBILIDAD	X	x	X
			RESISTENCIA		X	X
		ELEMENTOS TECNICOS	MANEJO BALON	x	x	
			LANZAMIENTO			X
			PASES	x	x	X
						X
		ELEMENTOS TACTÍCOS	POSICIONES			X
			PIVOTEO CON LAZAMIENTO			X
			DEFENSAS			X
			RECEPCION			
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION	x	x	
			JUEGOS TRADICIONALES			X
			ACTIVIDADES ARTISTICAS			
			CIRCUITOS RECREATIVOS			
			FESTIVALES RECREATIVOS			
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	x	x	X
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)	x	x	X

FIRMA FORMADOR: Elmer Barrera

ANEXO 8, DE LA OBLIGACION 11: CERTIFICADO DE CUMPLIMIENTO MUNICIPAL

MUNICIPIO DE JUNÍN

SECRETARÍA DE DESARROLLO E INTEGRACIÓN SOCIAL

CERTIFICACION

EL DIRECTOR DEL INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACION DE JUNIN

HACE CONSTAR:

Que Elmer Dwan Barrera Velásquez, identificado con la Cédula de Ciudadanía No. 80829485 de Bogotá presto sus servicios como MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE BALONCESTO, durante el período comprendido entre el 01 de NOVIEMBRE del 2023 al 30 de NOVIEMBRE de 2023, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato.

La presente se expide a los 28 del mes de NOVIEMBRE del 2023



FREDY JAMITH RODRIGUEZ HILARION
COORDINADOR DE DEPORTES

PAZ Y SALVO

EL DIRECTOR DEL INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACION DE JUNIN

HACE CONSTAR:

Que Elmer Dwan Barrera Velasquez, identificado con la cedula de ciudadanía No. 80829485 de Bogotá D.C, presto sus servicios como formador deportivo en la escuela de formación de Baloncesto en el municipio de Junín Cundinamarca, durante el periodo comprendido desde el 15 de marzo hasta el 30 de noviembre del 2023, cumpliendo sus obligaciones en el desarrollo del contrato de prestación de servicios # 609 y que a los 28 días del mes de noviembre se encuentra a paz y salvo por todo concepto con la oficina de deportes.

La presente se expide a los 28 días del mes de Noviembre del 2023.

FREDY JAMITH RODRIGUEZ HILARION
COORDINADOR DE DEPORTES