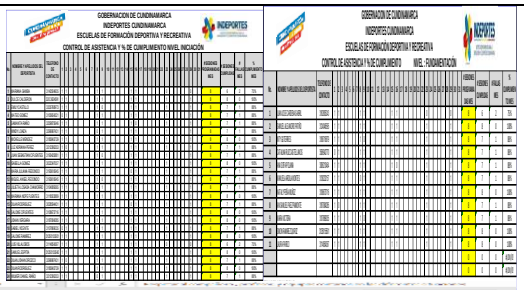
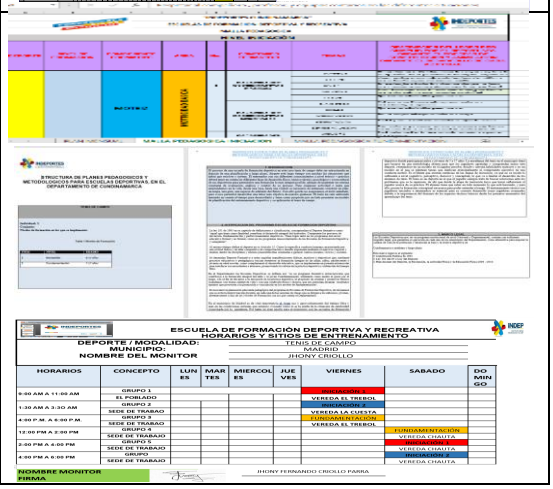
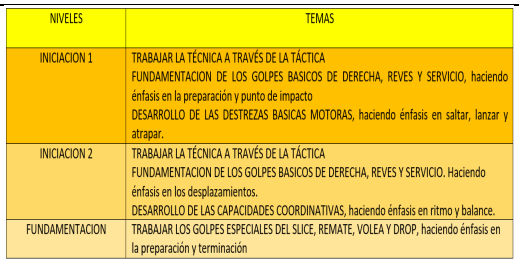
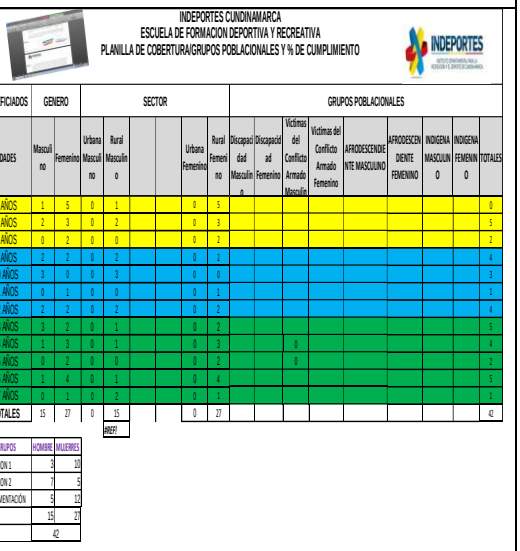
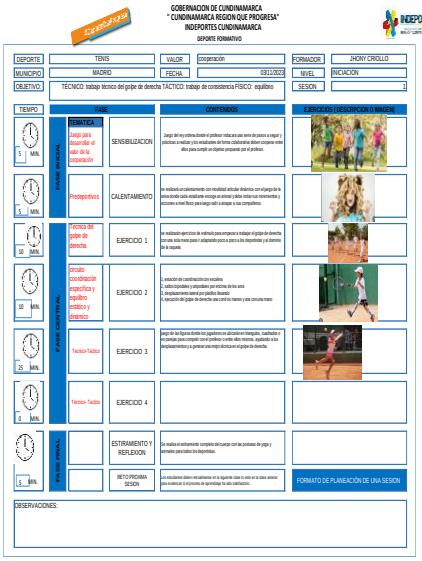
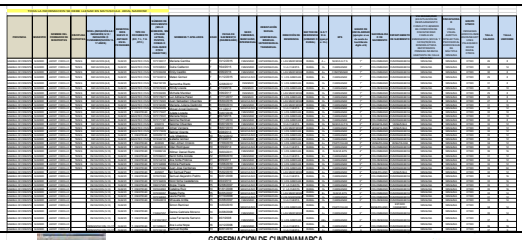
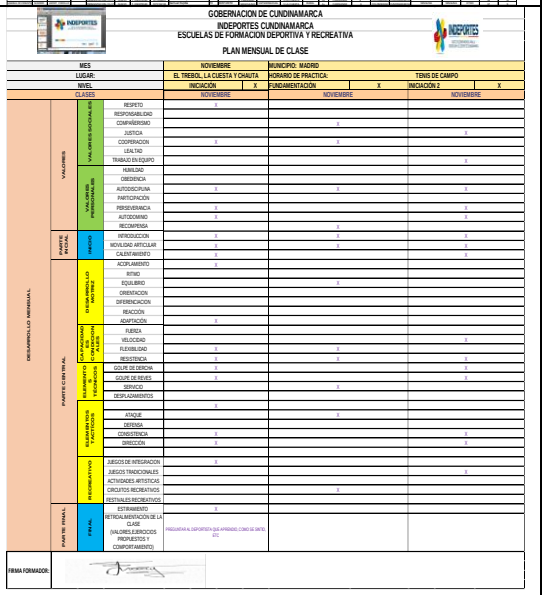
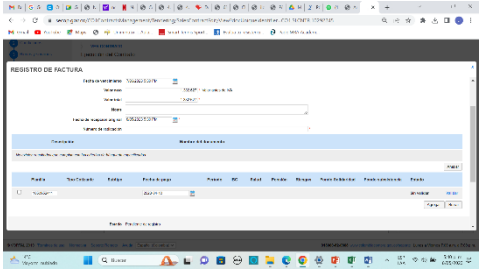
EVIDENCIAS INFORME 08 MES DE OCTUBRE - CTO 550 -2023			
	.		
Número de identificación	80.657.583	**Tipo de documento**	C.C
Período informado	01-11-2023 al 30-11-2023	**N° de Registro Presupuestal**	**2023000537** **Fecha de expedición 8 marzo 2023.**

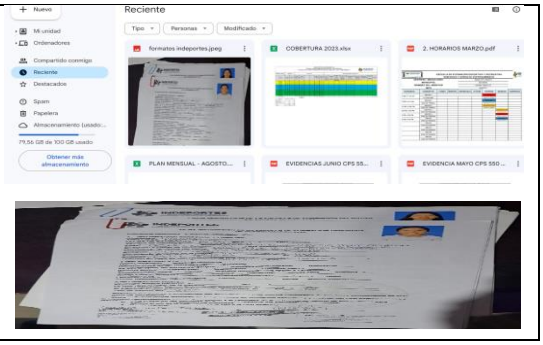
Objeto del Contrato: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO "CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA", PARA EL CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES – CUNDINAMARCA.

Obligaciones específicas:	Actividades realizadas:
	ANEXO: PDF EVIDENCIAS:
1. Efectuar la organización, planeación, dirección y realización de las actividades que se requieran para la consecución de mínimo 2 grupos de formación en el deporte, en los niveles de **iniciación, fundamentación**, en el municipio asignado por el supervisor. El contratista será la persona responsable de adelantar y gestar los procesos de convocatoria e inscripción en los mencionados niveles, a través de los medios necesarios, involucrando a las Juntas de Acción Comunal, Instituciones Educativas, Resguardos Indígenas, personas con discapacidad, población diversa y demás comunidades que se puedan beneficiar con el programa.	
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..	
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.	

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.	 NIVELES / TEMAS INICIACION 1: TRABAJAR LA TÉCNICA A TRAVÉS DE LA TÁCTICA FUNDAMENTACION DE LOS GOLPES BASICOS DE DERECHA, REVES Y SERVICIO, haciendo énfasis en la preparación y punto de impacto DESARROLLO DE LAS DESTREZAS BASICAS MOTORAS, haciendo énfasis en saltar, lanzar y atrapar. INICIACION 2: TRABAJAR LA TÉCNICA A TRAVÉS DE LA TÁCTICA FUNDAMENTACION DE LOS GOLPES BASICOS DE DERECHA, REVES Y SERVICIO. Haciendo énfasis en los desplazamientos. DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS, haciendo énfasis en ritmo y balance. FUNDAMENTACION: TRABAJAR LOS GOLPES ESPECIALES DEL SLICE, REMATE, VOLEA Y DROP, haciendo énfasis en la preparación y terminación
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 FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO BENEFICIADOS / GENERO / SECTOR / GRUPOS POBLACIONALES EDADES: 6 AÑOS (1, 5, 0, 1, 0, 5); 7 AÑOS (2, 3, 0, 2, 0, 3); 8 AÑOS (0, 2, 0, 0, 0, 2); 9 AÑOS (2, 2, 0, 2, 0, 4); 10 AÑOS (3, 0, 0, 3, 0, 6); 11 AÑOS (0, 1, 0, 0, 0, 1); 12 AÑOS (2, 2, 0, 2, 0, 4); 13 AÑOS (3, 2, 0, 1, 0, 5); 14 AÑOS (1, 3, 0, 1, 0, 5); 15 AÑOS (0, 2, 0, 0, 0, 2); 16 AÑOS (1, 4, 0, 1, 0, 5); 17 AÑOS (0, 1, 0, 2, 0, 3) TOTALES: 15, 27, 0, 15, 0, 27, 42 BIREF GRUPOS / HOMBRE / MUJERES INICIACION 1: 9, 10 INICIACION 2: 1, 5 FUNDAMENTACIÓN: 5, 12 TOTAL: 15, 27 TOTAL: 42
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.	

7. reparar y ejecutar **9 sesiones** de formación a la semana 3 por cada grupo de formación, mínimo 36 sesiones al mes con las escuelas de formación del área URBANA a cargo o 6 **sesiones** de formación a la semana 3 por cada grupo de formación, mínimo 24 sesiones al mes con las escuelas de formación a cargo del área RURAL, cabe resaltar que las sesiones que se desarrollan en área rural, aplican siempre y cuando el formador deba desplazarse a la zona rural a una distancia mayor a 30 minutos . La sesión de práctica debe tener una duración de 120 minutos (2 horas) distribuidas con cada grupo de formación con una fase inicial, central y final, las sesiones de práctica no son acumulables en el mismo día (máximo una sesión diaria por grupo de formación. Las sesiones deben programarse en días intercalados y no se pueden modificar los horarios.	 GOBERNACION DE CUNDINAMARCA " CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA" INDEPORTES CUNDINAMARCA DEPORTE FORMATIVO DEPORTE: TENIS · VALOR: cooperación · FORMADOR: JHONY CRICILLO MUNICIPIO: MADRID · FECHA: 03/11/2023 · NIVEL: INICIACIÓN OBJETIVO: TÉCNICO trabajo técnico del golpe de derecha TÁCTICO trabajo de consistencia FISICO equilibrio · SESION: 1 TIEMPO · FASE · CONTENIDOS · EJERCICIOS (DESCRIPCION O IMAGEN) PARTE INICIAL: TEMATICA — Juego para desarrollar el valor de la cooperación — SENSIBILIZACION Predeportivos — CALENTAMIENTO PARTE CENTRAL: Técnica del golpe de derecha — EJERCICIO 1 Circuito coordinación inespecifica y equilibrio estático y dinámico — EJERCICIO 2 Técnico-Tactico — EJERCICIO 3 Técnico- Tactico — EJERCICIO 4 PARTE FINAL — ESTIRAMIENTO Y REFLEXION RETO PROXIMA SESION FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION OBSERVACIONES:
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.	 GOBERNACION DE CUNDINAMARCA INDEPORTES CUNDINAMARCA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA PLAN MENSUAL DE CLASE MES: NOVIEMBRE · MUNICIPIO: MADRID LUGAR: EL TREBOL, LA CUESTA Y CHAUTA · HORARIO DE PRACTICA: · TENIS DE CAMPO NIVEL: INICIACIÓN X · FUNDAMENTACIÓN X · INICIACIÓN 2 X CLASES: NOVIEMBRE · NOVIEMBRE · NOVIEMBRE DESARROLLO MENSUAL · PARTE CENTRAL · PARTE INICIAL · PARTE FINAL VALORES · VALORES SOCIALES · RESPETO, RESPONSABILIDAD, COMPAÑERISMO, JUSTICIA, COOPERACION, LEALTAD, TRABAJO EN EQUIPO VALORES PERSONALES · HONRADEZ, OBEDIENCIA, AUTODISCIPLINA, PARTICIPACIÓN, PERSEVERANCIA, AUTODOMINIO, RECOMPENSA PARTE INICIAL · FISICO · INTRODUCCION, MOVILIDAD ARTICULAR, CALENTAMIENTO, ACONDICIONAMIENTO DESARROLLO MOTRIZ · RITMO, EQUILIBRIO, ORIENTACION, DIFERENCIACION, REACCIÓN, ADAPTACION CAPACIDAD CONDICIONAL · FUERZA, VELOCIDAD, FLEXIBILIDAD, RESISTENCIA ELEMENTOS TECNICOS · GOLPE DE DERCHA, GOLPE DE REVES, SERVICIO, DESPLAZAMIENTOS ELEMENTOS TACTICOS · ATAQUE, DEFENSA, CONSISTENCIA, DIRECCIÓN RECREATIVO · JUEGOS DE INTEGRACION, JUEGOS TRADICIONALES, ACTIVIDADES ARTISTICAS, CIRCUITOS RECREATIVOS, FESTIVALES RECREATIVOS FINAL · ESTIRAMIENTO, RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO), PREGUNTA AL DEPORTISTA QUE APRENDIO, COMO SE SINTIO ETC FIRMA FORMADOR:

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.	 EVALUACION INTEGRAL Y PRUEBAS ANTROPOMETRICAS ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA TEST DEPORTIVOS PROVINCIA SABANA OCCIDENTE 2023 MUNICIPIO MADRID - CUNDINAMARCA DEPORTE TENIS DE CAMPO Introducción
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.	 IDRM INSTITUTO MUNICIPAL PARA EL DEPORTE Y LA RECREACION DE MADRID Nit. 800.222.095 – 4 EL DIRECTOR GENERAL DEL INSTITUTO MUNICIPAL PARA EL DEPORTE Y LA RECREACION DE MADRID HACE CONSTAR: Que el Señor **JHONY FERNANDO CRIOLLO PARRA**, Identificado con la Cédula de Ciudadanía No. 80.657.583, prestó sus servicios como **PROFESOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE TENIS DE CAMPO**, durante el periodo comprendido entre el día 1 al día 30 de Noviembre de 2023, en las Veredas: Chauta, La Cuesta y Fuente Piedra (Sector El Trebol), cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo contrato. Igualmente se encuentra a paz y salvo en el Municipio por todo concepto. Dada en Madrid Cundinamarca, el Primer (1) dia del mes de Diciembre de Dos Mil Veintitrés (2023). Cordialmente, **JORGE ALEJANDRO GONZALEZ M.** Director General Elaboró: Janeth Bedoya, Auxiliar Administrativo Aprobó: Carlos Julio Rodriguez C. Enlace Deportivo – Zona Rural IDRM – CER 271 Carrera 7 N° 8 - 45 Coliseo Cubierto Tels. (031) 8255549 Madrid
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.	
13 Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.	
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.	Entregaré al área de archivo de la Subgerencia Administrativa y Financiera el Formato Único de Inventario Documental (FUID) o su equivalente, cuando lo soliciten.
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).	 REGISTRO DE FACTURA

16. Entregar y mantener actualizado la documentación requerida en medio físico la documentación de las inscripción y participación de los beneficiarios al programa deporte formativo	

OBLIGACION 1 PDF ANEXO NO 01 FOCALIZACION



OBLIGACION 2 PDF ANEXO NO 02 ASISTENCIAS

ASISTENCIA INICIACION 1

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL INICIACIÓN MES DE NOVIEMBRE

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	MARIANA GAMBA	3142504605			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
2	DULCE CALDERON	320 3624591			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
3	EMILY CASTILLO	3335768373			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
4	MATEO GOMEZ	3105654321			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
5	SAMANTA RIAÑO	3259875646			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
6	WINDY LOAIZA	3296987431			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
7	MICHELLE MENDEZ	3185843739			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
8	LUZ ADRIANA PEREZ	3212395253			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
9	JUAN SEBASTIAN CIFUENTES	3193425881			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
10	ISABELLA GOMEZ	3022347057			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
11	MARIA JULIANA REDONDO	3193610645			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
12	MIGUEL ANGEL REDONDO	3193610645			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
13	JULIETA LOSADA CHAMORRO	3104089365			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
14	MARIANA NOPE FUENTES	3118503889			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
15	DILAN RODRIGUEZ	3028594431			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
16	SALOME CIFUENTES	3108673716			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
17	JOHAN VERGARA	3187084285			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
18	SABIEL VICENTE	3107869035			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
19	SALOME RAMIREZ	31250155501			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
20	LUIS VILLALOBOS	3114854367			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
21	SAMUEL ESPITIA	31250155542			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
22	DILAN JOHAN OROZCO	3296987431			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
23	DILAN RODRIGUEZ	3185843739			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
24	WILMER DANIEL RIAÑO	3212395253			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
25																																		0	0	0	#¡DIV/0!

Página 1

ASISTENCIA INICIACION 2

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL : Iniciación 2 / MES DE NOVIEMBRE

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	DAVID HERNANDEZ	3005725493			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
2	DANNA KATALINA QUINTERO	3225149820			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
3	MATEO URREGO HERNANDEZ	3212300185			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
4	ANDRES VAZQUES	3154868890			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
5	SOFIA QUINTERO	3208910385			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
6	SARAY SANDOVAL	3118864012			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
7	ANA NOPE	3115657893			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
8	HASBLEYDI MOLINA	3138991444			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
9	SAMUEL AVILA	3124817969			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
10	VALERY GUALTEROS	3112280634			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
11																																		0	0	0	#¡DIV/0!
12																																		0	0	0	#¡DIV/0!
13																																		0	0	0	#¡DIV/0!
14																																		0	0	0	#¡DIV/0!
15																																		0	0	0	#¡DIV/0!
16																																		0	0	0	#¡DIV/0!
17																																		0	0	0	#¡DIV/0!
18																																		0	0	0	#¡DIV/0!
19																																		0	0	0	#¡DIV/0!
20																																		0	0	0	#¡DIV/0!

Página 1

ASISTENCIA FUNDAMENTACION

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL : FUNDAMENTACIÓN - MES NOVIEMBRE

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	#	28	29	30	31	# SESIONES	# SESIONES	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO
1	JUAN JOSE CARDENAS ABRIL	3162805243			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
2	SAMUEL ALEJANDRO PATIÑO LARGO	3124046595			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
3	INTY GUTIERRES	3188716879			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
4	CATALINA RUIZ CASTELLANOS	3506942770			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
5	ANA SOFIA POLANIA	3006213464			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
6	MANUELA ARDILA MONTES	3138232157			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
7	NATALY PEÑA MUÑOZ	3108673716			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
8	IAN SAMUEL PAEZ PIAMONTE	3187084285			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
9	MARIA VICTORIA	3107869035			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
10	SIMON RAMIREZ QUIROZ	31250155501			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
11	LAURA PARDO	3114854367			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
12	ANGIE TRIANA	31250155542			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
13	NICOL CASTELLANOS	3144595872			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
14	KAROL SOFIA ACOSTA	3193610645			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
15	DANNA GABRIELA MORENO FUENTES	3212234367			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
16	LUISA FERNANDA SERRANO CHAMOR	3104089365			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
17	ANA LUCIA NOPE FUENTES	3118503889			1	1						1	1						1	1						1	1							8	8	0	100%
18																																		0	0	0	#¡DIV/0!
19																																		0	0	0	#¡DIV/0!
20																																		0	0	0	#¡DIV/0!

Página 1

OBLIGACION 3 PDF ANEXO NO 03 PLAN PEDAGOGICO Y MALLA CURRICULAR Y HORARIOS

PLAN PEDAGOGICO

ESTRUCTURA DE PLANES PEDAGOGICOS Y METODOLOGICOS PARA ESCUELAS DEPORTIVAS, EN EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA

TENIS DE CAMPO

Individual: X

Conjunto:

Niveles de formación en los que se implementa:

Tabla 1 Niveles de Formación

ITEM	NIVEL	EDADES
1	**Iniciación**	6-17 años
2	Fundamentación	7-17 años

PROPUESTA ESTRUCTURA DE PLANES PEDAGOGICOS Y METODOLOGICOS PARA ESCUELAS DEPORTIVAS, EN EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA

1. INTRODUCCION

El proceso de una escuela de formación deportiva en este caso tenis de campo debe ser estructurada en función de una planificación a largo plazo, durante este largo tiempo son muchas las situaciones que habrá que resolver y sortear. El entrenador con sus diferentes conocimientos a nivel teórico – práctico deberá tener en cuenta las diferentes fases de desarrollo físico, técnico-táctico, psicológico y sociocultural de sus deportistas para permitirles una formación lo más integral posible, además de mantener un sistema constante de evaluación, análisis y control de su proceso. Para cualquier actividad o meta que emprendamos en la vida, desde una casa, hasta una ciudad, es necesario de antemano construir un plan, un mapa, una guía, una especie de adelanto del futuro. Con ello quizás no aseguremos el éxito anhelado, pero si nos permitirá desarrollar una labor más objetiva de nuestro quehacer. El texto ha sido elaborado teniendo en cuenta el tiempo para desarrollarlo y tiene como propósito por un lado presentar un modelo de planificación del entrenamiento deportivo y su aplicación al tenis de campo

2.JUSTIFICACION DEL PROGRAMA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA

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

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

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

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

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

En el municipio de Madrid es de vital importancia el buen uso y aprovechamiento del tiempo libre y más en las condiciones actuales que estamos viviendo como lo es la salida de la situación de salubridad

ocasionada por la pandemia. Por tanto un gran aporte para el municipio son las escuelas de formación deportiva donde participaran niños y jóvenes de 5 a 17 años. La enseñanza del tenis en el municipio tiene que basarse en una metodología abierta para que los jugadores aprendan y comprendan mejor este deporte, centrándose en un modelo en el jugador percibe, decide y ejecuta habilidades motrices y no un modelo en el que se plantean tareas que implican principalmente el componente ejecutivo de una conducta motriz. Es evidente que existen carencias en las etapas de iniciación, ya que no se incide lo suficiente a nivel cognitivo, perceptivo, decisivo y conceptual, lo que va a limitar el desarrollo de los alumnos de tenis. El tenis es un deporte en el que el jugador siempre trata de buscar soluciones ante los problemas que se le aparecen, de ahí que desde la etapa de iniciación haya que hacer reflexionar al jugador acerca de su práctica. El alumno tiene que saber en todo momento lo que está haciendo, y para ello, poseer la formación conceptual necesaria para poder entender el juego. El entrenamiento táctico con jugadores iniciados e intermedios es esencial para su correcto desarrollo como jugadores avanzados debido a la importancia del dominio de los aspectos tácticos básicos desde los primeros momentos del aprendizaje del tenis.

3. MARCO LEGAL

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

Cundinamarca a mediano y largo plazo.

Este marco legal es el siguiente:

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

4. OBJETIVOS

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

Objetivos específicos: Implementar actividades recreo deportivas y de formación integral pertinentes para conformación de un proyecto de vida y práctica del tenis de campo en el municipio

- Generar responsabilidad, respeto hacia los demás y transmitir la alegría entre los alumnos que caracterizan a una escuela de formación deportiva para mejorar su calidad de vida

Proyectar y dar a conocer a la población de Madrid la escuela de formación deportiva de tenis de campo

- Fomentar la práctica del tenis de campo y las demás disciplinas deportivas
- Concientizar a la población la importancia de la práctica de la actividad física y deportes para el bienestar físico y mental
- Trabajar de la mano con el instituto de deporte y recreación del municipio de Madrid para lograr los objetivos propuestos
- Trabajar en equipo con los alumnos teniendo una enseñanza reciproca de las actividades a desarrollar
- Transmitir conocimiento sobre las reglas del tenis de campo y su reconocimiento en cancha

5. POBLACION OBJETO Y COBERTURA

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

Las Escuela Deportiva de tenis de campo está dirigida a niños, niñas y adolescentes entre los 5 y 17 años que manifiesten su interés por la práctica deportiva.

-Los principales participantes identificados son:

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

- Cooperantes: Municipios de Departamento

- Niños y Niñas de 5 a 9 años estarán en el nivel de iniciación y niños de 10 a 17años estarán en el nivel de fundamentación, todos ellos pertenecientes a el sector rural del municipio de Madrid, todas las sesiones se desarrollarán en las veredas de chauta, el trébol y la cuesta y la administración facilito los coliseos de cada una de estas veredas.

6. CARACTERIZACION DEL DEPORTE

A lo largo del tiempo hemos hablado del Tenis que es una disciplina deportiva individual de gran importancia que demanda concentración, disciplina, estado físico adecuado, entrenamiento continuo. La práctica del Tenis no genera grandes beneficios a nivel físico como a nivel mental. Un ejemplo claro es evitar enfermedades como la hipertensión, estrés, problemas cardiovasculares. A nivel mental una de las características importantes es que sube el ánimo considerablemente de las personas que lo practican y así poder tener una mejor calidad de vida. Todo lo anterior demanda esfuerzo y dedicación constante por tal razón es de vital importancia dar a conocer este deporte a toda la comunidad y así lograr involucrar cada día más niños y jóvenes a la práctica de esta disciplina deportiva.

El tenis de campo y la actividad física en su totalidad es una herramienta básica en el ámbito profesional, de salud, personal y social que día a día va cosechando campeones y profesionales en todas sus ramas, el tenis de campo es una disciplina famosa y con gran número de seguidores a nivel mundial.

7. ESTRUCTURA TEMATICA

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

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

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

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

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

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

7.1 ESTRUCTURA POR NIVELES

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

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

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

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

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

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

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

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

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

En el nivel de iniciación se trabajará todos los niños nuevos de 6 a 8 años de 9 a 12 años y 13 a 17 y el nivel de fundamentación se trabajará con todos los niños antiguos.

COMPONENTES ESTRUCTURALES	ÁREAS	CONTENIDO	TEMAS	SUB TEMAS	NIVELES
				Caminar, Perseguir	
				Correr, Frenar	

MOTRIZ	FUNCIONES MOTORAS BÁSICAS	CAPACIDADES COORDINATIVAS	Coordinación Básica	Lanzar, Golpear	I1- I2
				Atrapar	
				Saltar	
			Coordinación General	Equilibrio	I2 – F1
				Ritmo	
				Anticipación	
				Orientación	
				Diferenciación	
			Coordinación Especial	Agilidad	I2- I3
				Diferenciación Motriz (Coordinación inter e intramuscular)	
		FLEXIBILIDAD		Pasiva	I1- I2-F1
				Asistida	I1- I2-F1
				Resistida	I1- I2-F1
				Balística	I1- I2-F1
				Facilitación Neuromuscular Propioceptiva	F3
		CAPACIDADES CONDICIONALES	RESISTENCIA	Aeróbica	I1- I2-F1
				Anaeróbica	I1- I2-F1
			FUERZA	Adaptación anatómica	F3
				Fuerza Resistencia	F2 – F3
				Fuerza Máxima	F3
				Fuerza Explosiva	F2 – F3
				Fuerza Hipertrofia	
			VELOCIDAD	Traslación	F2 – F3
		ESQUEMA CORPORAL	Percepción y control del cuerpo		I1
			Equilibrio postural		I1- I2-F1
			Estructuración espaciotemporal		I1- I2
			Lateralidad		I1- I2

			Independencia segmentaria		I2
COMPONENTES ESTRUCTURALES	**ÁREAS**	**CONTENIDO**	**TEMAS**	**SUB TEMAS**	**NIVELES**
LENGUAJE EXPRESIVO CORPORAL Y AXIOLÓGICO	COGNITIVO SOCIAL	FORMACIÓN EN VALORES	VALORES OLÍMPICOS	Respeto	I1- I2- I3
				Excelencia	
				Amistad	
			VALORES PARALÍMPICOS	Coraje	
				Determinación	
				Inspiración	
				Igualdad	
			COMPONENTES VOLITIVO	Autoconfianza*	I2
				Autocuidado	
				Motivación*	
				Control Emocional*	
				Disciplina	
				Asertividad	I2 - I3
				Empatía	I1- I2-I3 F1-F2-F3
				Trabajo en equipo*	
				Responsabilidad	
				Liderazgo	I3
				Atención y concentración*	F3
LÚDICO Y RECREATIVO	LÚDICO DEPORTIVO	ACTIVIDADES RÍTMICAS Y JUEGO	Formas jugadas		I1-I2
			Pre-deportivos		I2
			Mini deportes		I3
			Deporte Especifico		I3

	ÁREAS	CONTENIDO	TEMAS	SUB TEMAS	NIVELES

COMPONENTES ESTRUCTURALES					
HABILIDADES DEPORTIVAS ESPECIFICAS	FUNDAMENTOS TÉCNICOS	GOLPES BASICOS	REGLAMENT DRIVE REVES VOLEA SAQUE POSICION FUNDAMENTAL	Que es un punto, que es un set, como está conformado un game	I1- I2-I3
				Preparación del golpe de drive Punto de impacto del drive Terminación del drive	I1- I2-F3
				Preparación del golpe de revés a dos manos Punto de impacto del revés a dos manos Terminación del revés a dos manos	I1- I2-I3
				Preparación del golpe del saque Punto de impacto del saque Terminación del saque	I1- I2-I3
				Preparación del golpe de la volea Punto de impacto de la volea Terminación de la volea	I1- I2-I3
				Juego cooperativo Jugar desde la zona 1 desde el punto de impacto, pasar 30 bolas seguidas	I1- I2-F3
				Mantener la bola cruzada	

HABILIDADES DEPORTIVAS ESPECIFICAS	FUNDAMENTOS TÉCNICOS – TÁCTICOS	GOLPES BASICOS	CONSISTENCIA DIRECCCION ALTURA EFECTO PROFUNDIDAD	Mantener la bola paralela	I1- I2-F3
				Jugar a 2 raquetas por encima de la red desde la línea base	I1- I2-F3
				Mantener la bola detrás de los cuadros de servicio	I1- I2-I3
				Juego cooperativo competitivo	I1- I2-I3
			SITUACIONES DE JUEGO	Pasarle los 4 dedeos a la pelota para mayor efecto	
				Buscar el punto débil del oponente	
					I1- I2-I3
				Saque al centro Saque abierto Saque a la t	
				Resto al cetro	
				Resto abierto Resto buscando el revés.	
				Cambio de direcciones en el resto	
				Ataque	
				Defensa	
				peloteo	

	FUNDAMENTOS TÁCTICOS			Saque y red	
				Volea al espacio	
				Remate paralelo Remate cruzado	

8. METODOLOGIA

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

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

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

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

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

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

9. COMPONENTES BASICOS A FORTALECER

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

Tabla 2 Conceptos de enfoque por componente

Componentes a Fortalecer	Fundamento
Básicas **Área de Educación Física, recreación y deporte**	Teniendo en cuenta el documento de Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, la Recreación y el Deporte, el cual busca desarrollar y fortalecer las siguientes competencias específicas: **Motriz:** En esta competencia se desarrollará la comprensión y conocimiento del desarrollo del cuerpo, elementos perceptivos motrices, las condiciones motrices, los patrones básicos de movimiento, las habilidades y capacidades físicas, condición física, técnicas de movimiento, ubicación temporo-espacial, lenguaje corporal y motriz. **Expresiva Corporal** Esta competencia comprende el desarrollo del lenguaje expresivo del cuerpo, la exteriorización y comunicación de emociones, actitudes y gestos, expresión corporal, habilidades y destrezas para el control y límite de sus emociones y su relación con el movimiento desde las diferentes formas expresivas de manera autónoma y la progresión de su corporeidad. **Axiológica Corporal** El fortalecimiento de esta competencia se orienta a la búsqueda de reconocer y valorar el cuerpo en su relación desde una perspectiva individual y grupal, al

	cuidado de sí mismo e interacción social, hábitos de higiene, salud, alimentación, y el conocimiento de los cuidados del cuerpo, los valores en el uso de su cuerpo, actitudes y comportamientos para preservar la vida, el conocimiento de las normas y sus consecuencias y su aporte a la construcción de sí mismo y su proyecto de vida personal.
Axiológico	Se fortalecerá en los niños, niñas, jóvenes y adolescentes por medio de la irradiación de los valores olímpicos: la excelencia, el respeto y la amistad y los valores paralímpicos: el coraje, la determinación, la igualdad, y la inspiración.
Volitivo	Por medio del componente socioemocional se fortalecerá en los niños, niñas, jóvenes y adolescentes el desarrollo de habilidades sociales mediante el aprendizaje orientado a la acción, permitiéndole expresarse de manera racional, libre y consiente, procurando auto regular positivamente su conducta de forma motivacional mejorando sus relaciones intra e interpersonales y comunicación asertiva. los componentes de compromiso, la efectividad, la flexibilidad, el seguimiento de normas y la resolución de conflictos en el desarrollo de habilidades sociales de Autoestima y Autoconfianza, Trabajo en equipo y Liderazgo.

Fuente: Construcción propia (Hibrido modelo TEC)

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

10. ENFOQUE AXIOLOGICO

10.1. Valores Olímpicos

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

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

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

10.2. Valores Paralímpicos.

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

11.ENFOQUE VOLITIVO

Habilidades Sociales

- **Autoestima y Autoconfianza:** La autoestima es un conjunto de pensamientos, percepciones y evaluaciones que hacemos de nosotros mismos, a la vez está influenciada por las creencias que tenemos acerca de nuestras propias competencias y habilidades (auto concepto), que se construyen a través de la interpretación de las experiencias propias y de los roles que desempeñamos en sociedad (autoimagen). Mediante este proceso de autoconocimiento, las emociones juegan un papel crucial en la construcción de estas percepciones, pensamientos y/o creencias acerca de nosotros mismos.

- De igual manera, la autoconfianza o confianza en uno mismo es esencial para desenvolvernos en la vida. La confianza en uno mismo, es clave para la toma de decisiones y para todo lo que conlleva. Una persona que confía en sí misma y en sus posibilidades, no dudará a la hora de tomar diferentes caminos, de enfrentarse a problemas y de relacionarse con los demás, tendrá su propio criterio y será capaz de no dejarse llevar.
- **Trabajo en Equipo:** El trabajo en equipo es una manera de articular actividades de un grupo de personas entorno a conjunto de metas y objetivos a alcanzar, el trabajo en equipo implica interdependencia activa entre las personas de un grupo que asumen y comparten un objetivo común, haciendo que se genere la interacción, la colaboración y la solidaridad entre ellos.

- **Liderazgo:** El Liderazgo es entendido como el conjunto de habilidades que hacen que una persona sea apta para ejercer tareas, es decir, es la función que ocupa una persona que se distingue del resto y es capaz de tomar decisiones acertadas para el equipo u organización que preceda, inspirando al resto de los que participan de ese grupo a alcanzar una meta común. Para ser líder se necesita del apoyo de sus seguidores y son ellos que notando las aptitudes y actitudes de una persona líder lo escogen para guiarlos.

- Las habilidades de un líder implican tener valores como el respeto, la excelencia, la igualdad y la determinación con el fin de aportar positivamente incentivando a los miembros de un equipo para trabajar por un objetivo común
- **Expresión de Emociones:** La Expresión de Emociones es la capacidad de reconocer y manifestar los sentimientos y necesidades propias, respetando al otro. Por lo anterior, se hace necesario aprender a reconocer los propios sentimientos, las necesidades, deseos, motivaciones, a las personas, las situaciones y pensamientos que causan las emociones y las consecuencias que nos provocan y cómo nos afectan.

- **Relaciones Interpersonales:** Las relaciones interpersonales son vínculos o lazos entre las personas integrantes de una comunidad, que resultan indispensables para el desarrollo integral del ser humano, y en especial el valor de la amistad, inspiración y valor. A través de ellas, intercambiamos formas de sentir la vida, perspectivas, necesidades y afectos donde entra en juego la interacción con el entorno.

- **Comunicación Asertiva:** La comunicación asertiva es la manera de comunicarnos de una forma clara y concisa en un momento oportuno haciendo valer nuestro punto de vista sin llegar a comportamientos pasivos o agresivos con las demás personas, siendo la habilidad que tenemos para transmitir los sentimientos, creencias y opiniones propios con honestidad, respeto a sí mismo y oportunidad, y al mismo tiempo respetando los derechos de los demás.

12. CRITERIOS DE EVALUACION

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

Test deportivo

Festivales al Interior de la Escuela Deportiva.

TEST ITN

13. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

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

Documento No. 15 Orientaciones pedagógicas para la educación física, recreación y deporte. MEN https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-340033_archivo_pdf_Orientaciones_EduFisica_Rec_Deporte.pdf

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

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

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

MALLAS PEDAGOGICAS

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL INICIACIÒN 1

DEPORTE	NIVEL DE FORMACIÓN	COMPONENTE FORMATIVO	ÁREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCIÓN DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
TENIS DE CAMPO	INICIACIÓN	MOTRIZ	MOTRICIDAD BÁSICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	LOGRAR MOVIMIENTOS CON PRECISIÓN Y EFICACIA ENTRE EL DEPORTISTA Y LOS ELEMENTOS RAQUETA-PELOTA
						RITMO	LOGRAR ACCIONES MOTORAS vs ESTIMULOS DE ACUERDO A SITUACIONES DE JUEGO
						EQUILIBRIO	LOGRAR UNA POSTURA ADECUADA PARA LA MANIPULACION DE LA RAQUETA Y SUS TIPOS DE AGARRES
						ORIENTACIÓN	LOGRAR LA UBICACIÓN TEMPORO ESPACIAL EN EL CAMPO DE JUEGO
						DIFERENCIACION	IDENTIFICAR LOS DIFERENTES MOVIMIENTOS APLICADOS EN LAS SITUACIONES DE JUEGO
						REACCIÓN	LOGRAR QUE INICIE SUS ACCIONES RAPIDAMENTE EN DIFERENTES ACCIONES MOTRICES
						ADAPTACIÓN	LOGRAR LAS CONDICIONES DE MOVIMIENTO QUE SE REQUIEREN CON LA RAQUETA, LA PELOTA Y SU ENTORNO
				2	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA REALICE DESPLAZAMIENTOS DE FORMA VARIADA DE ACUERDO A LAS NECESIDADES QUE SE LE PRESENTEN
						CORRER	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA REALICE DESPLAZAMIENTOS DE FORMA CORRECTA FISIOLOGICAMENTE DE ACUERDO A LAS NECESIDADES
						SALTAR	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA REALICE DESPLAZAMIENTOS JUNTO CON SALTOS EN ACCIONES MOTRICES ESPSECIFICAS COMO
						ATRAPAR	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA REALICE ACCIONES DE CONTACTO Y ATRAPAR LA PELOTA EN LOS SERVICIOS DE MAS COMPONENTES
						RODAR	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA REALICE DESPLAZAMIENTOS DE FORMA VARIADA DE ACUERDO A LAS NECESIDADES QUE SE LE PRESENTEN
		FISICA	C CC	1	RESISTENCIA	AEROBICA	LOGRAR DESARROLLAR LA CAPACIDAD AEROBICA POR MEDIO DEL JUEGO Y EJECICIOS DIDACTICOS
						ANAEROBICA	LOGRAR EL TRABAJO DE CAPACIDADES ANAEROBICAS CON SITUACIONES DE JUEGO DONDE INVOLUCREN EL DESARROLLO DE
				2	VELOCIDAD	DE REACCIÓN	LOGRAR DESARROLLAR LA CAPACIDAD DE REACCIÓN O ACCIONES DE REACCIÓN TANTO EN SITUACIONES DE JUEGO COMO EN SITUACIONES DE SEGURIDAD
						DE DESPLAZAMIENTO	LOGRAR DESARROLLAR DE MANERA ADECUADA MOVIMIENTOS Y DESPLAZAMIENTOS EFECTIVOS Y EFICACES EN EL DESARROLLO DEL JUEGO Y LA AGILIDAD MOTRIZ MARICA
						GESTUAL	LOGRAR LA EFICIENCIA DE LOS MOVIMIENTOS ESPECIFICOS DEL TENIS DE CAMPO , EN SU COMPONENTE TECNICO Y FISICO
				3	FLEXIBILIDAD	PASIVA	LOGRAR DESARROLLAR NIVELES OPTIMOS DE ALASTICIDAD Y FLEXIBILIDAD DE MANERA ASISTIDA
						ACTIVA	LOGRAR QUE LOS DEPORTISTAS REALICEN MOVIMIENTOS DE FLEXIBILIDAD Y ELASTICIDAD DE MANERA INDIVIDUAL Y EN
		TÉCNICO	DESTREZAS	1	SERVICIO	PREPARACION Y POSICIÓN	LOGRAR QUE LOS DEPORTISTAS ADOPTEN UNA POSICIÓN CORPORAL ADECUADA Y CORRECTA EN EL MOMENTO DE REALIZAR EL GESTO
						MOVIMIENTO DE LA RACUETA	LOGRAR QUE LOS DEPORTISTAS REALICEN LOS MOVIMIENTOS DE CORRECTA FORMA DE AGARRAR LA RAQUETA Y LA POSICION DE LA
						LANZAMIENTO	LOGRAR INTERIORIZAR EL ADECUADO GESTO DEPORTIVO AL MOMENTO DE SUBIR LA MANO LANZAR LA PELOTA Y LOGRAR EL
						GOLPE	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA REALICE EL GOLPE ASOCIANDO GESTOS TECNICOS Y CUALIDADES TACTICAS ESPECIFICAS PLANIFICADAS
						FINALIZACION	DESARROLLAR EN EL DEPORTISTA EL CORRECTO GESTO DE FINALIZACIÓN EN EL MOVIMIENTO O ACTIVIDD DE SQUE O SERVICIO
				2	EMPUÑADURAS	EMPUÑADURA CONTINENTAL	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA TOME LA RAQUETA DE MANERA SENCILLA EN NIVELES DE INICIACION
						EMPUÑADURA ESTE DE FOREHAND	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA TOME LA RAQUETA DE MANERA SENCILLA CON FIJACION Y EFICACIA
						EMPUÑADURA CONTINENTAL Y ESTE DE REVES A DOS	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA TOME LA RAQUETA DE MANERA MAS COMPLEJA PARA UN TIPO DE GOLPE DIFERENTE
						EMPUÑADURA DE REVES A DOS MANOS	LOGRAR SINCRONIZAR EL AGARRE DE L RAQUETA A DOS MANOS DE MANERA EFECTIVA EN EL GOLPE DE REVES
				3	GOLPES	GOLPE DE DERECHA	LOGRAR REALIZAR EL MOVIMIENTO DEL GOLPE DE DERECHA DE MANERA CORRECTA DE FORMA ASCENDENTE EN BUSCA DE UN GOLPEO
						GOLPE DE REVES	LOGRAR REALIZAR EL MOVIMIENTO DEL GOLPE DE REVES DE MANERA CORRECTA DE FORMA ASCENDENTE EN BUSCA DE UN GOLPEO
						VOLEA	LOGRAR LA POSICION ADECUADA DEL CUERPO Y ESPECIFICAMENTE DE LOS PIES EN ESCUADRA PARA EL GOLPE DE REVES
						DEJADA	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA REALICE EL MOVIMIENTO DEL GOLPE DE MANERA CORRECTA DE FORMA DESENDENTE EN BUSCA DE UN
						GLOBO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA REALICE EL MOVIMIENTO DEL GOLPE DE MANERA CORRECTA DE FORMA ASCENDENTE EN BUSCA DE UN GOLPEO
				4	POSICIONES	ABIERTA	LOGRAR LA POSICIÓN ADECUADA DEL CUERPO Y ESPECIFICAMENTE DE LOS PIES AL ANCHO DE LOS HOMBROS PARA EL GOLPE DE
						SEMI ABIERTA	LOGRAR LA POSICION ADECUADA DEL CUERPO Y ESPECIFICAMENTE DE LOS PIES EN ESCUADRA PARA EL GOLPE DE REVES.
						DE LADO	LOGRAR LA POSICION ADECUADA DEL CUERPO Y ESPECIFICAMENTE DE LOS PIES TENIENDO UNO MAS ADELANTE DEL OTRO PARA EL
						CERRADA	LOGRAR LA POSICION ADECUADA DEL CUERPO Y ESPECIFICAMENTE DE LOS PIES TENIENDO UNO ADELANTE Y EL OTRO ATRAS PARA EL GOLPE DE DERECHA A DOS MANOS.
		TEORICO	DESARROLLO COGNITIVO	1	HISTORIA DEL DEPORTE	ORIGEN	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA CONOZCA LOS ORIGENES DE LA DISCIPLINA EN NUESTRO PAÍS Y A NIVEL MUNDIAL
						PERSONAJES DEL TENIS	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA CONOZCA DE LOS PRIMEROS DEPORTISTAS QUE MOTIVARON LA DISCIPLINA EN NUESTRO PAÍS Y A NIVEL MUNDIAL.
						CREADOR O PROMOTOR	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA CONOZCA DE LA PERSONA QUE MOTIVO LA DISCIPLINA EN EL MUNDO
				2	REGLAMENTACION	NORMATIVIDADES BASICAS DEL DEPORTE	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA ADQUIERA LA NORMATIVIDAD BASE DE ESTA DISCIPLINA
						CARATERISTICAS CAMPO DE JUEGO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA CONOZCA E IDENTIFIQUE LAS MEDIDAS Y ZONAS DEL CAMPO
						FALTAS	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA IDENTIFIQUE LAS DIFERENTES FALTAS BASICAS QUE SE PRESENTAN EN LA DISCIPLINA
						IMPLEMENTACIÓN	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA CONOZCA LA IMPLEMETACIÓN ADECUADA PARA REALIZAR ESTA PRACTICA DEPORTIVA
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	CONOCIMIENTO DE SU MUNICIPIO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA IDENTIFIQUE LAS DIFERENTES CARATERISTICAS Y CUALIDADES DEPORTIVAS CON LAS QUE
						CONOCIMIENTO DE SU DEPARTAMENTO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA IDENTIFIQUE LAS DIFERENTES CARATERISTICAS Y CUALIDADES DEPORTIVAS CON LAS QUE
						CUIDADO DE LOS ESCENARIOS DEPORTIVOS	SOBRESALE SU DEPARTAMENTO
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO		1	VALORES	JUEGO LIMPIO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA APIANCE LA IMPORTANCIA DE ESTE VALOR
						RESPETO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA APIANCE LA IMPORTANCIA DE ESTE VALOR CON SUS PARES, SUS FORMADORES Y SU ENTORNO
						TRABAJO EN EQUIPO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA APIANCE LA IMPORTANCIA DE ESTE VALOR
						DISCIPLINA	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA APIANCE LA DEDICACION Y EL TRABAJO DURO EN ESTA DISCIPLINA
						HUMILDAD	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA APIANCE LA IMPORTANCIA DE ESTE VALOR
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA INCORPORE ESTE HABITO A SU QUE HACER DIARIO
						ALIMENTACIÓN	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA INCORPORE ESTE HABITO A SU QUE HACER DIARIO
						PRESENTACIÓN PERSONAL	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA INCORPORE ESTE HABITO A SU QUE HACER DIARIO
						DESCANSO Y SUEÑO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA INCORPORE ESTE HABITO A SU QUE HACER DIARIO
						EJERCICIO FISICO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA INCORPORE ESTE HABITO A SU QUE HACER DIARIO
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	INSPIRAR EN EL DEPORTISTA LA IMPORTANCIA DE INETERIORIZAR ESTE CONCEPTO Y LO EXPRESE EN SUS ACCIONES
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	INSPIRAR EN EL DEPORTISTA LA IMPORTANCIA DE INETERIORIZAR ESTE CONCEPTO Y LO EXPRESE EN SUS ACCIONES
						DEDICACION	INSPIRAR EN EL DEPORTISTA LA IMPORTANCIA DE INETERIORIZAR ESTE CONCEPTO Y LO EXPRESE EN SUS ACCIONES
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	AUTO CONTROL	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA ADQUIERA ESTOS PROCESOS ES SUS DIARIO VIVIR
						TOLERANCIA	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA ADQUIERA LOS PRINCIPIOS SOCIALES DE FORMA ADECUADA
						MANEJO DE SITUACIONES	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA MANEJE LAS DIFERENTES SITUACIONES DE ADVERSIDAD O DIFERENCIA QUE SE PUEDAN ENCONTRAR EN EL TRABAJO VIVIR
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y	1	JUEGOS DE INTEGRACIÓN	JUEGOS DE COHESIÓN	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA ADQUIERA E IDENTIFIQUE LA IMPORTANCIA DE LA INTEGRACIÓN Y EL TRABAJO EN EQUIPO
						JUEGOS DE ESPIRITU DEPORTIVO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA RECONOZCA E IDENTIFIQUE LOS ACTORES QUE INTERVIENEN DE ESTA DISCIPLINA Y ENTIENDA EL
						JUEGOS DE COOPERACIO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA ADQUIERA LOS FORMADORES DE MANERA ARTICULADA, DE LA MANO DE LA INTEGRACIÓN E INTERACCIÓN CON SU ENTORNO
				2	JUEGOS TRADICIONALES	PONCHADOS	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA A TRAVÉS DE LOS JUEGOS FORTALEZCA SUS ACCIONES DEPORTIVAS
						CADENITA	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA A TRAVÉS DE LOS JUEGOS FORTALEZCA SUS ACCIONES DEPORTIVAS
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	JUEGOS DE ROLES	LOGRAR ARTICULA EL DEPORTE CON LAS HABILIDADES ARTISTICAS DE CADA DEPORTISTA
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	TRIKI	FOMETAR LA PARTICIPACION Y LA HABILIDAD COGNITIVA DE LA MANO CON ACCIONES MOTRICES ESPECIFICAS
						LA CULEBRITA	FOMETAR LA PARTICIPACION Y LA HABILIDAD COGNITIVA DE LA MANO CON ACCIONES MOTRICES ESPECIFICAS
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	JUEGOS TRADICIONALES	FOMETAR LA PRACTICA DE ACTIVIDADES RECREATIVAS TRADICIONALES COMO JUEGOS DE MESA, CALLE Y PELOTA.
						JUEGOS DE PISO	ACTIVIDADES RECREATIVAS QUE POTENCIEN HABILIDADES SOCIALES DE BASE.

FECHA DE ENTREGA	marzo 9
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	JHONY FERNANDO CRIOLLO PARRA
MUNICIPIO	MADRID CUNDINAMARCA

TENIS DE CAMPO	FUNDAMENTACION	MOTRIZ	MOTRICIDAD BÁSICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	LOGRAR MOVIMIENTOS CON PRECISIÓN Y EFICACIA ENTRE EL DEPORTISTA Y LOS ELEMENTOS RAQUETA-PELOTA
						RITMO	LOGRAR ACCIONES MOTORAS vs ESTIMULOS DE ACUERDO A SITUACIONES DE JUEGO
						EQUILIBRIO	LOGRAR UNA POSTURA ADECUADA PARA LA MANIPULACION DE LA RAQUETA Y SUS TIPOS DE AGARRES
						ORIENTACION	LOGRAR LA UBICACIÓN TEMPORO ESPACIAL EN EL CAMPO DE JUEGO
						DIFERENCIACION	IDENTIFICAR LOS DIFERENTES MOVIMIENTOS APLICADOS EN LAS SITUACIONES DE JUEGO.
						REACCIÓN	LOGRAR QUE INICIE SUS ACCIONES RAPIDAMENTE EN DIFERENTES ACCIONES MOTRICES
						ADAPTACIÓN	LOGRAR LAS CONDICIONES DE MOVIMIENTO QUE SE REQUIEREN CON LA RAQUETEA, LA PELOTA Y SU ENTORNO
				2	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA REALICE DESPLAZAMIENTOS DE FORMA VARIADA DE ACUERDO A LAS NECESIDADES QUE SE LE PRESENTEN
						CORRER	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA REALICE DESPLAZAMIENTOS DE FORMA CORRECTA FISIOLOGICAMENTE DE ACUERDO A LAS NECESIDADES QUE SE LE PRESENTEN
						SALTAR	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA REALICE DESPLAZAMIENTOS JUNTO CON SALTOS EN ACCIONES MOTRICES ESPSECIFICAS COMO SERVICIOS, REMATES ETC
						ATRAPAR	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA REALICE ACCIONES DE LANZAR Y ATRAPAR LA PELOTA EN LOS SERVICIOS DE MAS COMPENENTES
						RODAR	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA REALICE DESPLAZAMIENTOS DE FORMA VARIADA DE ACUERDO A LAS NECESIDADES QUE SE LE PRESENTEN
		FISICA	C CC	1	RESISTENCIA	AEROBICA	LOGRAR DESARROLLAR LA CAPACIDAD AEROBICA POR MEDIO DEL JUEGO Y EJECICIOS DIDACTICOS
						ANAEROBICA	LOGRAR EL TRABAJO DE CAPACIDADES ANAEROBICAS CON SITUACIONES DE JUEGO DONDE INVOLUCREN EL DESARROLLO DE ESTA CAPACIDAD EN EL JUEGO
				2	VELOCIDAD	DE ANTICIPACION	LOGRAR DESRROLLAR EN EL DEPORTISTA LA CAPCIDAD DE ANTICIPAR JUGADAS PROPIAS DEL DEPORTE EN VELOCIDAD.
						DE REACCIÓN	LOGRAR DESARROLLAR GESTOS O ACCIONES DE RRACCION TANTO EN SITUACIONES DE JUEGO COMO EN SITUACIONES DE SEGURIDAD O PREVENCION
						DE DESPLAZAMIENTO	LOGRAR DESARROLLAR DE MANERA ADECUADA MOVIMIENTOS Y DESPLAZAMIENTOS EFECTIVOS Y EFICACES EN EL DESARROLLO DEL JUEGO LA MEJOR MOTRIZ MANUAL
						GESTUAL	LOGRAR LA EFICIENCIA DE LOS MOVIMIENTOS ESPECIFICOS DEL TENIS DE CAMPO , EN SU COMPONENTE TECNICO Y FISICO
				3	MOVILIDAD	ELASTICIDAD	LOGRAR DESARROLLAR LA PACACIDAD DE CONTRACCION Y VUELTA AL PUNTO INICIO EN ENTRENAMIENTOS ESPECIFICOS DE MOVILIDAD Y SOPORTE CON EL CUERPO
						FLEXIBILIDAD	LOGRAR EN EL DEPORTISTA LA CAPACIDAD DE MAXIMO RANGO DE MOVIMIENTO ARTICULAR EN SITUACIONES DE JUEGO Y ENTRENAMIENTOS ESPECIFICOS
		TÉCNICO	DESTREZAS	1	SERVICIO	PREPARACION Y POSICION	LOGRAR QUE LOS DEPORTISTAS ADOPTEN UNA POSICION CORPORAL ADECUADA Y CORRECTA EN EL MOMENTO DE REALIZAR EL GESTO TECNICO INTERIORIZAR
						MOVIMIENTO DE LA RAQUETA	LOGRAR INTERIORIZAR EL ADECUADO GESTO DEPORTIVO, LA CORRACTA FORMA DE AGARRAR LA RAQUETA Y LA POSICION DE LA RAQUETA EN EL GESTO TECNICO
						LANZAMIENTO	LOGRAR INTERIORIZAR EL ADECUADO GESTO DEPORTIVO AL MOMENTO DE SUBIR LA MANO LANZAR LA PELOTA Y LOGRAR EL ACOPLAMIENTO RITMO Y DIFERENCIACION PARA UN GOLPE
						GOLPE	LOGRAR GOLPE LA PELOTA DE MANERA CORRECTA ADECUANDO GESTOS TECNICOS Y CUALIDADES TACTIAS ESPECIFICAS PLANIFICADAS
						FINALIZACION	DESARROLLAR EN EL DEPORTISTA EL CORRECTO GESTO DE FINALIZACION EN EL MOVIMIENTO O ACTIVIDD DE SQUE O SERVICIO
				2	EMPUÑADURAS	EMPUÑADURA DE DERECHA A DOS MANOS	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA TOME LA RAQUETA DE MANERA SEGURA PARA LA EJECUCIOPN TECNICA DEL GOLPE.
						EMPUÑADURA CONTINENTAL	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA TOME LA RAQUETA DE MANERA SENCILLA EN INICIOS DE INICIACION
						EMPUÑADURA DE DERECHA	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA TOME LA RAQUETA DE MANERA SENCILLA CON FIJACION Y EFICACIA
						EMPUÑADURA DE REVES	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA TOME LA RAQUETA DE MANERA MAS COMPLEJA PARA UN TIPO DE GOLPE DIFERENTE
						EMPUÑADURA DE REVES A DOS MANOS	LOGRAR SINCRONIZAR EL AGARRE DE L RAQUETA A DOS MANOS DE MANERA EFECTIVA EN EL GOLPE DE REVES
				3	GOLPES	SLICE	LOGRAR RALIZAR EL MOVIMIENTO DEL GOLPE CON MANO CAMBIADA DE MANERA CORRECTA DE FORMA DESENDENTE EN BUSCA DE UN GOLPES SENCILLO Y EFECTIVO
						GOLPE DE DERECHA	LOGRAR REALIZAR EL MOVIMIENTO DEL GOLPE DE DERECHA DE MANERA CORRECTA DE FORMA ASCENDENTE EN BUSCA DE UN GOLPES SENCILLO, EFECTIVO Y CON UN NIVEL DE COMPLEJIDAD
						GOLPE DE REVES	LOGRAR RALIZAR EL MOVIMIENTO DEL GOLPE DE REVES DE MANERA CORRECTA DE FORMA ASCENDENTE EN BUSCA DE UN GOLPES SENCILLO, EFECTIVO Y CON UN NIVEL DE COMPLEJIDAD
						VOLEA	LOGRAR RALIZAR EL MOVIMIENTO DEL GOLPE DE DERECHA DE MANERA CORRECTA DE FORMA DESENDENTE EN BUSCA DE UN GOLPES SENCILLO, EFECTIVO Y CON EFECTO
						DEJADA	LOGRAR RALIZAR EL MOVIMIENTO DEL GOLPE DE MANERA CORRECTA DE FORMA DECENDENTE EN REVES EN BUSCA DE UN GOLPES SENCILLO, EFECTIVO
						GLOBO	LOGRAR RALIZAR EL MOVIMIENTO DEL GOLPE DE MANERA CORRECTA DE FORMA ASCENDENTE EN BUSCA DE UN GOLPEO SENCILLO, PARABOLICO Y EFECTIVO
				4	POSICIONES	ABIERTA	LOGRAR LA POSICION ADECUADA DEL CUERPO Y ESPECIFICAMENTE DE LOS PIES AL ANCHO DE LOS HOMBROS PARA EL GOLPE DE DERECHA Y DERECHA A DOS MANOS.
						SEMI ABIERTA	LOGRAR LA POSICION ADECUADA DEL CUERPO Y ESPECIFICAMENTE DE LOS PIES ESCUADRA PARA EL GOLPE DE REVES.
						DE LADO	LOGRAR LA POSICION ADECUADA DEL CUERPO Y ESPECIFICAMENTE DE LOS PIES TENIENDO UNO MAS ADELANDE DEL OTRO PARA EL GOLPE DE DERECHA, REVES Y A DOS MANOS
						CERRADA	LOGRAR LA POSICION ADECUADA DEL CUERPO Y ESPECIFICAMENTE DE LOS PIES TENIENDO UNO ADELANDE Y EL OTRO ATRAS PARA EL GOLPE DE DERECHA A DOS MANOS.
		TEORICO		1	HISTORIA DEL DEPORTE	ORIGEN	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA CONOZCA LOS ORIGENES DE LA DISCIPLINA EN NUESTRO PAÍS Y A NIVEL MUNDIAL
						PERSONAJES DEL TENIS	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA CONOZCA DE LOS PRIMEROS DEPORTISTAS QUE MOTIVARON LA DISCIPLINA EN NUESTRO PAÍS Y A NIVEL MUNDIAL
						CREADOR O PROMOTOR	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA CONOZCA DE LA PERSONA QUE MOTIVO LA DISCIPLINA EN EL MUNDO
				2	REGLAMENTACION	NORMAS BASICAS DEL DEPORTE ADAPTATIVO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA ADQUIERA LA NORMATIVIDAD BASE DE ESTA DISCIPLINA
						CARATERISTICAS CAMPO DE JUEGO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA CONOZCA E IDENTIFIQUE LAS MEDIDAS Y ZONAS DEL CAMPO
						FALTAS	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA IDENTIFIQUE LAS DIFERENTES FALTAS BASICAS QUE SE PRESENTAN EN LA DISCIPLINA
						IMPLEMENTACIÓN	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA CONOZCA LA IMPLEMETACÓN ADECUADA PARA REALIZAR ESTA PRACTICA DEPORTIVA
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	CONOCIMIENTO DE SU MUNICIPIO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA IDENTIFIQUE LAS DIFERENTES CARATERISTICAS Y CUALIDADES DEPORTIVAS CON LAS QUE SOBRESALE SU MUNICIPIO
						CONOCIMIENTO DE SU DEPARTAMENTO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA IDENTIFIQUE LAS DIFERENTES CARATERISTICAS Y CUALIDADES DEPORTIVAS CON LAS QUE SOBRESALE SU DEPARTAMENTO
						CUIDADO DE LOS ESCENARIOS DEPORTIVOS	LOGRAR FOMENTAR EL CUIDADO Y MANTENIMIENTO DE LS ESCENARIOS DEPORTIVOS UTILIZADOS EN LA PRACTICA DEPORTIVA.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	JUEGO LIMPIO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA AFIANCE LA IMPORTANCIA DE ESTE VALOR
						RESPETO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA AFIANCE LA IMPORTANCIA DE ESTE VALOR CON SUS PARES, SUS FORMADORES Y SU ENTORNO
						TRABAJO EN EQUIPO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA AFIANCE LA IMPORTANCIA DE ESTE VALOR
						DISCIPLINA	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA AFIANCE LA DEDICACION Y EL TRABAJO DURO EN ESTA DISCIPLINA
						HUMILDAD	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA AFIANCE LA IMPORTANCIA DE ESTE VALOR
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA INCORPORE ESTE HABITO A SU QUE HACER DIARIO
						ALIMENTACIÓN	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA INCORPORE ESTE HABITO A SU QUE HACER DIARIO
						PRESENTACION PERSONAL	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA INCORPORE ESTE HABITO A SU QUE HACER DIAIO
						DESCANSO Y SUEÑO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA INCORPORE ESTE HABITO A SU QUE HACER DIARIO
						EJERCICIO FISICO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA INCORPORE ESTE HABITO A SU QUE HACER DIARIO
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	INSPIRAR EN EL DEPORTISTA LA IMPORTANCIA DE INETERIORIZAR ESTE CONCEPTO Y LO EXPRESE EN SUS ACCIONES
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	INSPIRAR EN EL DEPORTISTA LA IMPORTANCIA DE INETERIORIZAR ESTE CONCEPTO Y LO EXPRESE EN SUS ACCIONES
						DEDICACION	INSPIRAR EN EL DEPORTISTA LA IMPORTANCIA DE INETERIORIZAR ESTE CONCEPTO Y LO EXPRESE EN SUS ACCIONES
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	AUTO CONTROL	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA ADQUIERA ESTOS PROCESOS ES SUS DIARIO VIVIR
						TOLERANCIA	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA ADQUIERA LOS PRINCIPIOS SOCIALES DE FORMA ADECUADA
						MANEJO DE SITUACIONES	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA MANEJE LAS DIFERENTES SITUACIONES DE ADVERSIDAD O DIFERENCIA QUE SE PUEDA ENCONTRAR EN EL DIARIO VIVIR
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y	1	JUEGOS DE INTEGRACION	JUEGOS DE COHESIÓN	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA ADQUIERA E IDENTIFIQUE LA IMPORTANCIA DE UNIN Y TRABAJO EN EQUIPO
						JUEGOS DE ESPIRITU DEPORTIVO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA IDENTIFIQUE LOS DIFERENTES ACTORES QUE INTERVIENEN DE ESTA DISCIPLINA Y ENTIENDA EL OBJETIVO DE ESTO EN SU FORMA DE VIDA
						JUEGOS PRE DEPORTIVO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA REALICE POWER-PROTOTRICES DE MANERA ARTICULADA, DE LA MANO DE LA INTEGRACION E INTERACCIÓN CON SU ENTORNO.
				2	JUEGOS TRADICIONALES	PONCHADOS CON LOS P	LOGRAR QUE EL DEPORTITA A TRAVÉS DE LOS JUEGOS FORTALEZCA SUS ACCIONES DEPORTIVAS, RECREATIVAS Y DE PARTICIPACION
						CADENITA	LOGRAR QUE EL DEPORTITA A TRAVÉS DE LOS JUEGOS FORTALEZCA SUS ACCIONES DEPORTIVAS
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	JUEGOS DE ROLES	LOGRAR ARTICULA EL DEPORTE CON LAS HABILIDADES ARTISTICAS DE CADA DEPORTISTA
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	TRIKI CON OBTACULOS	FOMETAR LA PARTICIPACION Y LA HABILIDAD COGNITIVA DE LA MANO CON ACCIONES MOTRICES ESPECIFICAS.
						LA CULEBRITA	FOMETAR LA PARTICIPACION Y LA HABILIDAD COGNITIVA DE LA MANO CON ACCIONES MOTRICES ESPECIFICAS.
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	JUEGOS TRADICIONALES	FOMETAR LA PRACTICA DE ACTIVIDADES RECREATIVAS TRADICIONALES COMO JUEGOS DE MESA, CANE Y PELOTA.
						JUEGOS DE PISO	ACTIVIDADES RECREATIVAS QUE POTENCIEN HABILIDADES SOCIALES DE BASE.

FECHA DE ENTREGA	MARZZO
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID CUNDINAMARCA

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

MALLA PEDAGOGICA

NIVEL FUNDAMENTACIÓN

DEPORTE	NIVEL DE FORMACIÓN	COMPONENTE FORMATIVO	ÁREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCIÓN DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
TENIS DE CAMPO	PERFECCIONAMIENTO	MOTRIZ	MOTRICIDAD BÁSICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	LOGRAR MOVIMIENTOS CON PRECISIÓN Y EFICACIA ENTRE EL DEPORTISTA Y LOS ELEMENTOS DE RAQUETA-PELOTA
						RITMO	LOGRAR ACCIONES MOTORAS vs ESTIMULOS DE ACUERDO A SITUACIONES DE JUEGO COMPLEJAS
						EQUILIBRIO	LOGRAR UNA POSTURA ADECUADA PARA LA MANIPULACION DE LA RAQUETA Y SUS TIPOS DE AGARRES
						ORIENTACION	LOGRAR LA UBICACIÓN TEMPORO ESPACIAL EN EL CAMPO DE JUEGO
						DIFERENCIACION	IDENTIFICAR LOS DIFERENTES MOVIMIENTOS APLICADOS EN LAS SITUACIONES DE JUEGO.
						REACCIÓN	LOGRAR QUE INICIE SUS ACCIONES RAPIDAMENTE EN DIFERENTES ACCIONES MOTRICES
						ADAPTACIÓN	LOGRAR LAS CONDICIONES DE MOVIMIENTO QUE SE REQUIEREN CON LA RAQUTEA, LA PELOTA Y SU ENTORNO
				2	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA REALICE DESPLAZAMIENTOS DE FORMA VARIADA DE ACUERDO A LAS NECESIDADES QUE SE LE PRESENTEN
						CORRER	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA REALICE DESPLAZAMIENTOS DE FORMA CORRECTA FISIOLOGICAMENTE DE ACUERDO A LAS NECESIDADES
						SALTAR	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA REALICE DESPLAZAMIENTOS JUNTO CON SALTOS EN ACCIONES MOTRICES ESPECIFICAS COMO
						ATRAPAR	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA REALICE ACCIONES DE LANZAR Y ATRAPAR LA PELOTA EN LOS SERVICIOS DE MAS COMPENENTES
						RODAR	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA REALICE DESPLAZAMIENTOS DE FORMA VARIADA DE ACUERDO A LAS NECESIDADES QUE SE LE PRESENTEN
		FISICA	CICIC	2	FUERZA	EXPLOSIVA	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA LA CAPACIDAD DE FUERZA EN SU ENFOQUE EXPLOSIVO CON AJERCICIOS ESPECIFICOS CON
						RESISTECIA	LOGRAR DESARROLLAR EN EL DEPORTISTA LA FUERZA RESISTENCIA CON EJERCICIOS DE SERIES Y REPECIONES CON UN 80% DE LA RM.
						MAXIMA	LOGRAR DESARROLLAR EN EL DEPORTISTA LA FUERZA RESISTENTA CON EJERCICIOS DE SERIES Y REPECIONES ENTRE EL 70 Y EL 100% DE LA RM
					RESISTENCIA	AEROBICA	LOGRAR DESARROLLAR LA CAPACIDAD AEROBICA POR MEDIO DEL JUEGO Y EJECICIOS DIDACTICOS
						ANAEROBICA LACTICA	LOGRAR DESARROLLAR LA CAPACIDAD ANAEROBICA POR MEDIO DEL JUEGO Y EJECICIOS ESPECIFICOS EN SITUACIONES REALES Y
						ANAEROBICA ALACTICA	LOGRAR DESARROLLAR LA CAPACIDAD ANAEROBICA ALACTICA POR MEDIO DEL JUEGO Y EJECICIOS ESPECIFICOS EN SITUACIONES REALES Y
						ANAEROBICA	LOGRAR DESARROLLAR LA CAPACIDAD ANAEROBICA POR MEDIO DE SITUACIONES DE JUEGO DONDE INVOLUCREN EL DESARROLLO DE
				3	VELOCIDAD	DE REACCIÓN	LOGRAR REACCIONAR POR ESTIMULOS O ACCIONES DE REACCION TANTO EN SITUACIONES DE JUEGO COMO EN SITUACIONES DE SEGURIDAD
						DE DESPLAZAMIENTO	LOGRAR DESARROLLAR DE MANERA ADECUADA MOVIMIENTOS Y DESPLAZAMIENTOS EFECTIVOS Y EFICACES EN EL DESARROLLO DEL
						GESTUAL	LOGRAR LA EFICIENCIA DE LOS MOVIMIENTOS ESPECIFICOS DEL TENIS DE CAMPO , EN SU COMPONENTE TECNICO Y FISICO
				4	FLEXIBILIDAD	ELASTICIDAD	LOGRAR DESARROLLAR LA CAPACIDAD DE CONTRACCION Y VUELTA AL PUNTO INICIO EN ENTRENAMIENTOS ESPECIFICOS DE MOVILIDAD
						FLEXIBILIDAD	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA LA CAPACIDAD DE MAXIMO RANGO DE MOVIMIENTO ARTICULAR EN SITUACIONES DE
		TÉCNICO	DESTREZAS	1	SERVICIO	PREPARACION Y POSICION	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA ADQUIERA UNA POSICION CORPORAL ADECUADA Y CORRECTA EN EL MOMENTO DE REALIZAR EL GESTO TECNICO DEL SERVICIO
						MOVIMIENTO DE LA RAQUETA	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA EL ADECUADO GESTO DEPORTIVO, LA CORRACTA FORMA DE AGARRAR LA RAQUETA Y LA POSICION DE LA
						LANZAMIENTO	LOGRAR INTEGRAR EL ADECUADO GESTO DEPORTIVO AL MOMENTO DE SUBIR LA MANO LANZAR LA PELOTA Y LOGRAR EL
						GOLPE	LOGRAR GOLPEAR LA PELOTA DE MANERA CORRECTA, ASOCIANDO GESTOS TECNICOS Y CUALIDADES TACTICAS ESPECIFICAS
						FINALIZACION	DESARROLLAR EN EL DEPORTISTA EL CORRECTO GESTO DE FINALIZACION EN EL MOVIMIENTO O ACTIVIDO DE SQUE O SERVICIO
				2	EMPUÑADURAS	EMPUÑADURA CONTINENTAL	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA TOME LA RAQUETA DE MANERA SENCILLA EN NIVELES DE INICIACION
						EMPUÑADURA DE DERECHA	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA TOME LA RAQUETA DE MANERA SENCILLA CON FIJACION Y EFICACIA
						EMPUÑADURA DE REVES	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA TOME LA RAQUETA DE MANERA MAS COMPLEJA PARA UN TIPO DE GOLPE DIFERENTE
						EMPUÑADURA DE REVES A DOS MANOS	LOGRAR SINCRONIZAR EL AGARRE DE LA RAQUETA A DOS MANOS DE MANERA EFECTIVA EN EL GOLPE DE REVES
				3	GOLPES	GOLPE DE DERECHA	LOGRAR REALIZAR EL MOVIMIENTO DEL GOLPE DE DERECHA DE MANERA CORRECTA DE FORMA ASCENDENTE EN BUSCA DE UN GOLPE SENCILLO Y EFECTIVO
						GOLPE DE REVES	LOGRAR REALIZAR EL MOVIMIENTO DEL GOLPE DE REVES DE MANERA CORRECTA DE FORMA ASCENDENTE EN BUSCA DE UN GOLPE
						VOLEA	LOGRAR EL MOVIMIENTO DEL GOLPE DE DERECHA DE MANERA CORRECTA DE FORMA DESENDENTE EN BUSCA DE UN GOLPE SENCILLO Y EFECTIVO
						DEJADA	LOGRAR REALIZAR EL MOVIMIENTO DEL GOLPE DE MANERA CORRECTA DE FORMA DECENDENTE EN REVES EN BUSCA DE UN GOLPE SENCILLO Y EFECTIVO
						GLOBO	LOGRAR REALIZAR EL MOVIMIENTO DEL GOLPE DE MANERA CORRECTA DE FORMA ASCENDENTE EN BUSCA DE UN GOLPE
				4	POSICIONES	ABIERTA	LOGRAR LA POSICION ADECUADA DEL CUERPO Y ESPECIFICAMENTE DE LOS PIES AL ANCHO DE LOS HOMBROS PARA EL GOLPE DE
						SEMI ABIERTA	LOGRAR LA POSICION ADECUADA DEL CUERPO Y ESPECIFICAMENTE DE LOS PIES EN ESCUADRA PARA EL GOLPE DE REVES
						DE LADO	LOGRAR LA POSICION ADECUADA DEL CUERPO Y ESPECIFICAMENTE DE LOS PIES TENIENDO UNO MAS ADELANTE DEL OTRO PARA EL
						CERRADA	LOGRAR LA POSICION ADECUADA DEL CUERPO Y ESPECIFICAMENTE DE LOS PIES TENIENDO UNO ADELANDE Y EL OTRO ATRAS PARA EL
		TEORICO	DESARROLLO COGNITIVO	1	HISTORIA DEL DEPORTE	ORIGEN	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA CONOZCA LOS ORIGENES DE LA DISCIPLINA EN NUESTRO PAÍS Y A NIVEL MUNDIAL
						PERSONAJES DEL TENIS	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA CONOZCA DE LOS PRIMEROS DEPORTISTAS QUE MOTIVARON LA DISCIPLINA EN NUESTRO PAÍS Y A NIVEL MUNDIAL
						CREADOR O PROMOTOR	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA CONOZCA DE LA PERSONA QUE MOTIVO LA DISCIPLINA EN EL MUNDO
				2	REGLAMENTACION	NORMAS BASICAS DEL DEPORTE	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA ADQUIERA LA NORMATIVIDAD BASE DE ESTA DISCIPLINA
						CARATERISTICAS CAMPO DE JUEGO Y ZONAS DEL CAMPO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA CONOZCA E IDENTIFIQUE LAS MEDIDAS
						FALTAS	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA IDENTIFIQUE LAS DIFERENTES FALTAS BASICAS QUE SE PRESENTAN EN LA DISCIPLINA
						IMPLEMENTACIÓN	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA CONOZCA LA IMPLEMETACÓN ADECUADA PARA REALIZAR ESTA PRACTICA DEPORTIVA
				3	SENTIDO DE PERTENENCIA	CONOCIMIENTO DE SU MUNICIPIO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA IDENTIFIQUE LAS DIFERENTES CARATERISTICAS Y CUALIDADES DEPORTIVAS CON LAS QUE
						CONOCIMIENTO DE SU DEPARTAMENTO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA IDENTIFIQUE LAS DIFERENTES CARACTERISTICAS Y CUALIDADES DEPORTIVAS CON LAS QUE SOBRESALE SU DEPARTAMENTO
						CUIDADO DE LOS ESCENARIOS DEPORTIVOS	LOGRAR FOMENTAR EL CUIDADO Y MANTENIMIENTO DE LS ESCENARIOS DEPORTIVOS UTILIZADOS EN LA PRACTICA DEPORTIVA.
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	JUEGO LIMPIO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA AFIANCE LA IMPORTANCIA DE ESTE VALOR
						RESPETO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA AFIANCE LA IMPORTANCIA DE ESTE VALOR CON SUS PARES, SUS FORMADORES Y SU ENTORNO
						TRABAJO EN EQUIPO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA AFIANCE LA IMPORTANCIA DE ESTE VALOR
						DISCIPLINA	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA AFIANCE LA DEDICACION Y EL TRABAJO DURO EN ESTA DISCIPLINA
						HUMILDAD	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA AFIANCE LA IMPORTANCIA DE ESTE VALOR
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	ASEO CORPORAL	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA INCORPORE ESTE HABITO A SU QUE HACER DIARIO
						ALIMENTACIÓN	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA INCORPORE ESTE HABITO A SU QUE HACER DIARIO
						PRESENTACION PERSONAL	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA INCORPORE ESTE HABITO A SU QUE HACER DIARIO
						DESCANSO Y SUEÑO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA INCORPORE ESTE HABITO A SU QUE HACER DIARIO
						EJERCICIO FISICO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA INCORPORE ESTE HABITO A SU QUE HACER DIARIO
				3	MOTIVACIÓN	ACTITUD POSITIVA	INSPIRAR EN EL DEPORTISTA LA IMPORTANCIA DE INETERIORIZAR ESTE CONCEPTO Y LO EXPRESE EN SUS ACCIONES
						ESFUERZO Y SUPERACIÓN	INSPIRAR EN EL DEPORTISTA LA IMPORTANCIA DE INETERIORIZAR ESTE CONCEPTO Y LO EXPRESE EN SUS ACCIONES
						DEDICACION	INSPIRAR EN EL DEPORTISTA LA IMPORTANCIA DE INETERIORIZAR ESTE CONCEPTO Y LO EXPRESE EN SUS ACCIONES
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	AUTO CONTROL	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA ADQUIERA ESTOS PROCESOS ES SUS DIARIO VIVIR
						TOLERANCIA	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA ADQUIERA LOS PRINCIPIOS SOCIALES DE FORMA ADECUADA
						MANEJO DE SITUACIONES	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA MANEJE LAS DIFERENTES SITUACIONES DE ADVERSIDAD O DIFERENCIA QUE SE PUEDAN ENCONTRAR EN EL DIARIO VIVIR
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y	1	JUEGOS DE INTEGRACION	JUEGOS DE COHESIÓN	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA ADQUIERA E IDENTIFIQUE LA IMPORTANCIA DE UNION Y TRABAJO EN EQUIPO
						JUEGOS DE ESPIRITU DEPORTIVO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA AFIANCE EL RESPETO CON TODOS LOS ACTORES QUE INTERVIENEN EN ESTA DISCIPLINA Y ENTIENDA EL OBJETIVO DEPORTIVO COMO FORMADOR DE VIDA.
						JUEGOS DE COOPERACIO	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA APRENDA DE LA MANO DE LA INTEGRACION E INTERACCIÓN CON SU ENTORNO.
				2	JUEGOS TRADICIONALES	PONCHADOS	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA A TRAVÉS DE LOS JUEGOS FORTALEZCA SUS ACCIONES DEPORTIVAS
						CADENITA	LOGRAR QUE EL DEPORTISTA A TRAVÉS DE LOS JUEGOS FORTALEZCA SUS ACCIONES DEPORTIVAS
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	JUEGOS DE ROLES	LOGRAR ARTICULA EL DEPORTE CON LAS HABILIDADES ARTISTICAS DE CADA DEPORTISTA
				4	CIRCUITOS RECREATIVOS	JUEGOS DE EQUIPO	FOMETAR LA PARTICIPACION Y LA HABILIDAD COGNITIVA DE LA MANO CON ACCIONES MOTRICES ESPECIFICAS
						PRE DEPORTIVOS	FOMETAR LA PARTICIPACION Y LA HABILIDAD COGNITIVA DE LA MANO CON ACCIONES MOTRICES ESPECIFICAS
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	JUEGOS TRADICIONALES	FOMETAR LA PRACTICA DE ACTIVIDADES RECREATIVAS TRADICIONALES COMO JUEGOS DE MESA, CALLE Y PELOTA.
						JUEGOS DE PISO	ACTIVIDADES RECREATIVAS QUE POTENCIEN HABILIDADES SOCIALES DE BASE.

FECHA DE ENTREGA	marzo 9
NOMBRES Y APELLIDOS DEL	JHONY FERNANDO CRIOLLO PARRA
MUNICIPIO	MADRID CUNDINAMARCA

ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE / MODALIDAD: TENIS DE CAMPO
MUNICIPIO: MADRID
NOMBRE DEL MONITOR JHONY CRIOLLO

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
9:00 AM A 11:00 AM	GRUPO 1					INICIACIÓN 1		
	EL POBLADO					VEREDA EL TREBOL		
1:30 AM A 3:3O AM	GRUPO 2					INICIACIÓN 2		
	SEDE DE TRABAO					VEREDA LA CUESTA		
4:00 P.M. A 6:00 P.M.	GRUPO 3					FUNDAMENTACIÓN		
	SEDE DE TRABAO					VEREDA EL TREBOL		
12:00 PM A 2:00 PM	GRUPO 4						FUNDAMENTACIÓN	
	SEDE DE TRABAJO						VEREDA CHAUTA	
2:00 PM A 4:00 PM	GRUPO 5						INICIACIÓN 1	
	SEDE DE TRABAJO						VEREDA CHAUTA	
4:00 PM A 6:00 PM	GRUPO						INICIACIÓN 2	
	SEDE DE TRABAJO						VEREDA CHAUTA	

NOMBRE MONITOR JHONY FERNANDO CRIOLLO PARRA
FIRMA

OBLIGACION 4 PDF ANEXO NO 04 EXCEL DE TEMAS A TRABAJAR

NIVELES	TEMAS
INICIACION 1	TRABAJAR LA TÉCNICA A TRAVÉS DE LA TÁCTICA FUNDAMENTACION DE LOS GOLPES BASICOS DE DERECHA, REVES Y SERVICIO, haciendo énfasis en la preparación y punto de impacto DESARROLLO DE LAS DESTREZAS BASICAS MOTORAS, haciendo énfasis en saltar, lanzar y atrapar.
INICIACION 2	TRABAJAR LA TÉCNICA A TRAVÉS DE LA TÁCTICA FUNDAMENTACION DE LOS GOLPES BASICOS DE DERECHA, REVES Y SERVICIO. Haciendo énfasis en los desplazamientos. DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES COORDINATIVAS, haciendo énfasis en ritmo y balance.
FUNDAMENTACION	TRABAJAR LOS GOLPES ESPECIALES DEL SLICE, REMATE, VOLEA Y DROP, haciendo énfasis en la preparación y terminación

OBLIGACION 5 PDF ANEXO NO 05 COBERTURA

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

BENEFICIADOS	GENERO		SECTOR						GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino			Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Masculin	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
6 AÑOS	1	5	0	1			0	5									0
7 AÑOS	2	3	0	2			0	3									5
8 AÑOS	0	2	0	0			0	2									2
9 AÑOS	2	2	0	2			0	2									4
10 AÑOS	3	0	0	3			0	0									3
11 AÑOS	0	1	0	0			0	1									1
12 AÑOS	2	2	0	2			0	2									4
13 AÑOS	3	2	0	1			0	2									5
14 AÑOS	1	3	0	1			0	3			0						4
15 AÑOS	0	2	0	0			0	2			0						2
16 AÑOS	1	4	0	1			0	4									5
17 AÑOS	0	1	0	2			0	1									1
TOTALES	15	27	0	15			0	27									42
				#REF!													

GRUPOS	HOMBRE	MUJERRES
INICIACION 1	3	10
INICIACION 2	7	5
FUNDAMENTACIÓN	5	12
TOTAL	15	27
TOTAL	42	

OBLIGACION 6 PDF ANEXO NO 06 FOTOS CON IMAGEN INSTITUCIONAL



OBLIGACION 7 PDF ANEXO NO 07 SESIONES DE CLASES DIARIAS SESIONES DIARIA INICIACION 1

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

DEPORTE	TENIS	VALOR	cooperación	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	03/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN
OBJETIVO:	TÉCNICO: trabajo técnico del golpe de derecha TÁCTICO: trabajo de consistencia FÍSICO: equilibrio			SESION	1

TIEMPO	FASE	TEMATICA		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	Juego para desarrollar el valor de la cooperación	SENSIBILIZACION	Juego del rey ordena donde el profesor indacara una serie de pasos a seguir y prácticas a realizar y los estudiantes de forma colaborativa deben cooperar entre ellos para cumplir un objetivo propuesto por el profesor.	
5 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	se realizará un calentamiento con movilidad articular dinámica con el juego de la selva donde cada estudiante escoge un animal y debe imitar sus movimientos y acciones a nivel físico para luego salir a atrapar a sus compañeros.	
10 MIN.	FASE CENTRAL	Tecnica del golpe de derecha	EJERCICIO 1	se realizarán ejercicios de estimulo para empezar a trabajar el golpe de derecha con una sola mano para ir adaptando poco a poco a los deportistas y al dominio de la raqueta	
10 MIN.		circuito coordinación específica y equilibro estático y dinámico	EJERCICIO 2	1, estación de coordinación con escalera 2, saltos bipodales y unipodales por encima de los aros 3, desplazamiento lateral por platillos llevando 4, ejecución del golpe de derecha una cond os manos y una con una mano	
25 MIN.		Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	juego de las figuras donde los jugadores se ubicarán en triangulos, cuadrados o en parejas para competir con el profesor o entre ellos mismos, ayudando a los desplazamientos y a generar una mejro técnica en el golpe de derecha.	
0 MIN.		Técnico- Tactico	EJERCICIO 4		
5 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Se realiza el estiramiento completo del cuerpo con las posturas de yoga y animales para todos los deportistas.	
			RETO PROXIMA SESION	Los estudiantes deben retroalimentar en la siguiente clase lo visto en la clase anterior para evidenciar si el proceso de aprendizaje ha sido satisfactorio.	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

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

DEPORTE	TENIS	VALOR	cooperación	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	04/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN 1
OBJETIVO:	Fortalecer la técnica a través de la táctica, haciendo en fasis en las situaciones de juego peloteo.			SESION	2

TIEMPO	FASE		TEMATICA	CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	SENSIBILIZACION	Juego para desarrollar el valor de la cooperación	Juego del rey ordena donde el profesor indacara una serie de pasos a seguir y prácticas a realizar y los estudiantes de forma colaborativa deben cooperar entre ellos para cumplir un objetivo propuesto por el profesor.	
10 MIN.		CALENTAMIENTO	Predeportivos	se realizará un calentamiento con movilidad articular dinámica con el juego de la selva donde cada estudiante escoge un animal y debe imitar sus movimientos y acciones a nivel físico para luego salir a atrapar a sus compañeros.	
30 MIN.	FASE CENTRAL	EJERCICIO 1	Tecnica del golpe de derecha	se realizarán ejercicios de estimulo para empezar a trabajar el golpe de derecha con una sola mano para ir adaptando poco a poco a los deportistas y al dominio de la raqueta	
30 MIN.		EJERCICIO 2	circuito coordinación especifica y equilibro estático y dinámico	1, estación de coordinación con escalera 2, saltos bipodales y unipodales por encima de los aros 3, desplazamiento lateral por platillos llevando 4, ejecución del golpe de derecha una cond os manos y una con una mano	
25 MIN.		EJERCICIO 3	Tecnico-Táctico	juego de las figuras donde los jugadores se ubicarán en triangulos, cuadrados o en parejas para competir con el profesor o entre ellos mismos, ayudando a los desplazamientos y a generar una mejro técnica en el golpe de derecha.	
0 MIN.		EJERCICIO 4	Técnico- Tactico		
15 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION		Se realiza el estiramiento completo del cuerpo con las posturas de yoga y animales para todos los deportistas.	
		RETO PROXIMA SESION		Los estudiantes deben retroalimentar en la siguiente clase lo visto en la clase anterior para evidenciar si el proceso de aprendizaje ha sido satisfactorio.	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

DEPORTE	TENIS	VALOR	cooperación	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	10/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN
OBJETIVO:	TÉCNICO: trabajo técnico del golpe de derecha TÁCTICO: trabajo de consistencia FÍSICO: equilibrio			SESION	3

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL — TEMATICA: Juego para desarrollar el valor de la cooperación	SENSIBILIZACION	Juego del rey ordena donde el profesor indacara una serie de pasos a seguir y prácticas a realizar y los estudiantes de forma colaborativa deben cooperar entre ellos para cumplir un objetivo propuesto por el profesor.	
5 MIN.	FASE INICIAL — Predeportivos	CALENTAMIENTO	se realizará un calentamiento con movilidad articular dinámica con el juego de la selva donde cada estudiante escoge un animal y debe imitar sus movimientos y acciones a nivel físico para luego salir a atrapar a sus compañeros.	
10 MIN.	FASE CENTRAL — Tecnica del golpe de derecha	EJERCICIO 1	se realizarán ejercicios de estimulo para empezar a trabajar el golpe de derecha con una sola mano para ir adaptando poco a poco a los deportistas y al dominio de la raqueta	
10 MIN.	FASE CENTRAL — circuito coordinación específica y equilibro estático y dinámico	EJERCICIO 2	1, estación de coordinación con escalera 2, saltos bipodales y unipodales por encima de los aros 3, desplazamiento lateral por platillos llevando 4, ejecución del golpe de derecha una cond os manos y una con una mano	
25 MIN.	FASE CENTRAL — Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	juego de las figuras donde los jugadores se ubicarán en triangulos, cuadrados o en parejas para competir con el profesor o entre ellos mismos, ayudando a los desplazamientos y a generar una mejro técnica en el golpe de derecha.	
0 MIN.	FASE CENTRAL — Técnico- Tactico	EJERCICIO 4		
5 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Se realiza el estiramiento completo del cuerpo con las posturas de yoga y animales para todos los deportistas.	
		RETO PROXIMA SESION	Los estudiantes deben retroalimentar en la siguiente clase lo visto en la clase anterior para evidenciar si el proceso de aprendizaje ha sido satisfactorio.	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

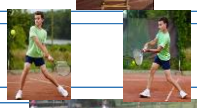
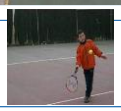
#DeporteQueProgresa

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA

INDEPORTES

DEPORTE FORMATIVO

DEPORTE	TENIS	VALOR	Trabajo en equipo	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	11/11/2023	NIVEL	Iniciación
OBJETIVO:	TÉCNICO: trabajo técnico para el golpe de reves TÁCTICO: trabajo de las direcciones cruzada y paralela, FÍSICO: atrapar y diferenciación			SESION	4

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Juego encaminado al valor del compañerismo y trabajo motriz	SENSIBILIZACION	golpear un reves y armar un rompecabezas	
5 MIN.		Predeportivos, específico y estiramiento	CALENTAMIENTO	Ejercicio de diferenciación con pelotas, raqueta y conos, estimulando esta capacidad coordinativa en los infantes	
10 MIN.	FASE CENTRAL	Tecnica del Golpe de reves	EJERCICIO 1	1, estimulo del golpe de reves utilizando solamente la mano izquierda sin raqueta 2, Estimulo del golpe de reves con queta utilizando solo la mano no dominante y haciendo amarillo y azul 3, ejecución técnica del golpe de reves con ambas manos	
10 MIN.		circuito coordinación específica y equilibro estático y dinámico	EJERCICIO 2	Estacion 1 desplazamiento con saltos por encima de los conos lanzado y atrapando una pelota Estación 2 desplazamiento lateral por los aros hacia atrás Estación 3 equilibrio dinámico con el lazo trasportandose con un pie delante de otro Estacion 4 ejercicio de gole de reves y derecha, se enfoca más en el reves debido a que se quiere fortalecer el trabajo técnico.	
25 MIN.		Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	Juego de pinocho en el cual se realiza consistencia con el profesor, cada estudiante debe buscar completar el pinocho, 5 de las 8 pelotas golpeadas deben realizarse con el golpe de reves y se realizan desplazamientos hacia atrás para entrenar	
0 MIN.		Técnico- Tactico	EJERCICIO 4		
5 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Se realiza la retroalimentación de la clase, se realizan estiramientos con posturas de yoga y los estudiantes deben dirigir el estiramiento.	
			RETO PROXIMA SESION	Cada deportista debe aportar un comentario positivo y constructivo a sus compañeros dentro de la sesión de clases.	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

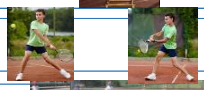
OBSERVACIONES:

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

DEPORTE	TENIS	VALOR	Trabajo en equipo	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	17/11/2023	NIVEL	Iniciación
OBJETIVO:	FORTALECER LA TÉCNICA POR MEDIO DE REPETICIONES HACIENDO ENFASIS EN EL PUNTO DE IMPACTO DE REVES.			SESION	5

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Juego encaminado al valor del compañerismo y trabajo motriz	SENSIBILIZACION	golpear un reves y armar un rompecabezas	
5 MIN.		Predeportivos, específico y estiramiento	CALENTAMIENTO	Ejercicio de diferenciación con pelotas, raqueta y conos, estimulando esta capacidad coordinativa en los infantes	
10 MIN.	FASE CENTRAL	Tecnica del Golpe de reves	EJERCICIO 1	1, estimulo del golpe de reves utilizando solamente la mano izquierda sin raqueta 2, Estimulo del golpe de reves con queta utilizando solo la mano no dominante y haciendo amarillo y azul 3, ejecución técnica del golpe de reves con ambas manos	
10 MIN.		circuito coordinación específica y equilibro estático y dinámico	EJERCICIO 2	Estacion 1 desplazamiento con saltos por encima de los conos lanzado y atrapando una pelota Estación 2 desplazamiento lateral por los aros hacia atrás Estación 3 equilibrio dinámico con el lazo trasportandose con un pie delante de otro Estacion 4 ejercicio de gole de reves y derecha, se enfoca más en el reves debido a que se quiere fortalecer el trabajo técnico.	
25 MIN.		Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	Juego de pinocho en el cual se realiza consistencia con el profesor, cada estudiante debe buscar completar el pinocho, 5 de las 8 pelotas golpeadas deben realizarse con el golpe de reves y se realizan desplazamientos hacia atrás para entrenar	
0 MIN.		Técnico- Tactico	EJERCICIO 4		
5 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Se realiza la retroalimentación de la clase, se realizan estiramientos con posturas de yoga y los estudiantes deben dirigir el estiramiento.	
			RETO PROXIMA SESION	Cada deportista debe aportar un comentario positivo y constructivo a sus compañeros dentro de la sesión de clases.	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

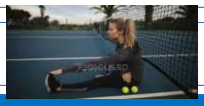
OBSERVACIONES:

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

DEPORTE	TENIS	VALOR	Compañerismo	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	18/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN
OBJETIVO:	FORTALECER LA TÉCNICA DE LOS GOLPES BASICOS HACIENDO ENFASIS EN LOS DESPLAZAMIENTOS			SESION	6

TIEMPO	FASE	TEMATICA		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	Juego encaminado al valor del respeto	SENSIBILIZACION	Juego del vaquero, los estudiantes se desplazaran corriendo por la canchay el profe saldrá a atraparlos con unos aros, deben trabajar en equipo y de forma colaborativa para evitar que el profe los atrape a todos.	
15 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	ejercicios coordinativos con aros, conos y pelotas, trabajando todo el cuerpo con el fin de generar movilidad articular y elevación de la frecuencia cardiaca.	
30 MIN.	FASE CENTRAL	Tecnica del servicio por debajo	EJERCICIO 1	se empezarán a realizar servicios con amarillo y azul utilizando unicamente las manos, la progresión se hará utilizando la raqueta con la mano habil y luego se realizará con ambas manos	 
30 MIN.		circuito coordinación específica y reacción	EJERCICIO 2	Estacion 1 desplazamiento con zigzag Estación 2 salto por encima de los aros con pelota en la raqueta haciendo equilibrio Estación 3 equilibrio dinámico con el lazo y transporte de la pelota en raquerta Estacion 4 servicio con ambas manos en amarillo y azul	E. 1 Desplazarse con pasos laterales por los conos E. 2 inicia saltando con ambos pies, luego alterna los saltos uno con derecha, luego con izquierda. E.3 lanzar con la mano derecha hacia arriba y atrapar con un cono 10 veces E.4 cada niño realiza 3 repeticiones con su mano no habil para el golpe de reves y cada 3 series se realiza progresión del ejercicio
25 MIN.		Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	partido en sencillos contra el profesor y los compañeros, el requisito es realizar un pinocho entre el profeosr y los estudiantes pero la pelota se debe poner en juego si o si con el servicio, para poder iniciar a jugar el punto.	
0 MIN.		Técnico- Tactico	EJERCICIO 4		
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Estiramientos dirigidos por los estudiantes, cada uno debe proponer un estiramiento y se les enseñara el orden del estiramiento de arriba abajo y de abajo arriba	
			RETO PROXIMA SESION	Traer para la siguiente clase un juego donde incluya el compañerismo y trabajo en equipo	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

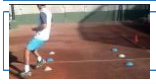
OBSERVACIONES:

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

DEPORTE	TENIS	VALOR	Cooperación	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	24/11/2023	NIVEL	IICIACION
OBJETIVO:	TÉCNICO: trabajo técnico de los desplazamientos laterales hacia atrás TÁCTICO: Consistencia, FÍSICO: lanzar y atrapar			SESION	7

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Juego predeportivo encaminado al valor de la cooperación	SENSIBILIZACION	Juego de las raqueta en carrera, los estudiantes se ubicaran en equipos de la misma cantidad de participantes, ubicaran las raquetas en el suelo y a una distancia de 2 metros de ellos, deben correr e ir ubicando una raqueta delante de la otra en el suelo hasta llega a la malla, el primer equipo en llevar las raquetas a la malla gana.	
15 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	se empiza a enseñar la movilidad articular a los niños dentro de un circulo con movimientos de los animales para que empiecen a comprender las fases del calentamiento antes de su práctica deportiva. - Elongación muscular dinámica	
30 MIN.	FASE CENTRAL	Tecnica del Golpe de reves	EJERCICIO 1	se realizará el juego del mono de malas pulgas, los estudiantes deben desplazarse por unos conos ubicados en la cancha, y se deben desplazar hacia atrás de forma lateral mientras el docente lanza las pelotas por el suelo, la idea es no dejarse atrapar de las pelotas y genrar los desplazamientos correctos, con y sin raqueta.	 
30 MIN.		circuito lanzar y atrapar, equilibro estático y dinámico	EJERCICIO 2	Estacion 1 desplazamiento con saltos por encima de los conos lanzado y atrapando una pelota Estación 2 desplazamiento lateral por los aros hacia atrás Estación 3 equilibrio dinámico con el lazo trasportandose con un pie delante de otro Estacion 4 ejercicio de desplazamientos hacia atrás por derecha y reves con ejecución del golpe.	 
25 MIN.		Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	Ejercicio de consistencia mario bros, se ubican en parejas los estudiantes y juegan contra el profesor, el primer equipo que logre completar 10 peltoas con el profesor en consistencia se ganara un honguito con un super poder de mario bros y así podra proteger el castillo creado con conos de bowser, gana el equipo que mas honguitos gane al final de la clase.	
0 MIN.		Técnico- Tactico	EJERCICIO 4		
5 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Reflexión sobre la importancia de la cooperación entre los estudiantes y estiramientos con posturas de yoga para el estado de normalización.	
			RETO PROXIMA SESION	Cada niño debe realizar un ejercicio de cooperación en su conjunto o dentro de su colegio con el fin de fortalecer los valores enseñados durante la clase.	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

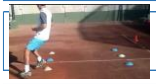
OBSERVACIONES:

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

DEPORTE	TENIS	VALOR	Cooperación	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	25/11/2023	NIVEL	IICIACION
OBJETIVO:	TRABAJAR LA TÁCTICA POR MEDIO DE JUEGOS COPERATIVOS Y CIRCUITOS PARA EL FORTALECIMIENTO DEL GOLPE DE DERECHA			SESION	8

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Juego predeportivo encaminado al valor de la cooperación	SENSIBILIZACION	Juego de las raqueta en carrera, los estudiantes se ubicaran en equipos de la misma cantidad de participantes, ubicaran las raquetas en el suelo y a una distancia de 2 metros de ellos, deben correr e ir ubicando una raqueta delante de la otra en el suelo hasta llega a la malla, el primer equipo en llevar las raquetas a la malla gana.	
15 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	se empiza a enseñar la movilidad articular a los niños dentro de un circulo con movimientos de los animales para que empiecen a comprender las fases del calentamiento antes de su práctica deportiva. - Elongación muscular dinámica	
30 MIN.	FASE CENTRAL	Tecnica del Golpe de reves	EJERCICIO 1	se realizará el juego del mono de malas pulgas, los estudiantes deben desplazarse por unos conos ubicados en la cancha, y se deben desplazar hacia atrás de forma lateral mientras el docente lanza las pelotas por el suelo, la idea es no dejarse atrapar de las pelotas y genrar los desplazamientos correctos, con y sin raqueta.	 
30 MIN.		circuito lanzar y atrapar, equilibro estático y dinámico	EJERCICIO 2	Estacion 1 desplazamiento con saltos por encima de los conos lanzado y atrapando una pelota Estación 2 desplazamiento lateral por los aros hacia atrás Estación 3 equilibrio dinámico con el lazo trasportandose con un pie delante de otro Estacion 4 ejercicio de desplazamientos hacia atrás por derecha y reves con ejecución del golpe.	 
25 MIN.		Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	Ejercicio de consistencia mario bros, se ubican en parejas los estudiantes y juegan contra el profesor, el primer equipo que logre completar 10 peltoas con el profesor en consistencia se ganara un honguito con un super poder de mario bros y así podra proteger el castillo creado con conos de bowser, gana el equipo que mas honguitos gane al final de la clase.	
0 MIN.		Técnico- Tactico	EJERCICIO 4		
5 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Reflexión sobre la importancia de la cooperación entre los estudiantes y estiramientos con posturas de yoga para el estado de normalización.	
			RETO PROXIMA SESION	Cada niño debe realizar un ejercicio de cooperación en su conjunto o dentro de su colegio con el fin de fortalecer los valores enseñados durante la clase.	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

PLANEACION INICIACION 2

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

#DeporteQueProgresa

INDEPORTES

DEPORTE	TENIS	VALOR	cooperación	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	03/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN 2
OBJETIVO:	TÉCNICO: trabajo técnico del golpe de derecha TÁCTICO: trabajo de consistencia FÍSICO: balance			SESION	1

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Juego para desarrollar el valor de la cooperación	SENSIBILIZACION	Juego del rey ordena donde el profesor indacara una serie de pasos a seguir y prácticas a realizar y los estudiantes de forma colaborativa deben cooperar entre ellos para cumplir un objetivo propuesto por el profesor.	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	se realizará un calentamiento con movilidad articular dinámica con el juego de la selva donde cada estudiante escoge un animal y debe imitar sus movimientos y acciones a nivel físico para luego salir a atrapar a sus compañeros.	
30 MIN.	FASE CENTRAL	Técnica del golpe de derecha	EJERCICIO 1	se realizarán ejercicios de estimulo para empezar a trabajar el golpe de derecha con una sola mano para ir adaptando poco a poco a los deportistas y al dominio de la raqueta	
30 MIN.		circuito coordinación específica y equilibro estático y dinámico	EJERCICIO 2	1, estación de coordinación con escalera 2, saltos bipodales y unipodales por encima de los aros 3, desplazamiento lateral por platillos llevando 4, ejecución del golpe de derecha una cond os manos y una con una mano	
25 MIN.		Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	juego de las figuras donde los jugadores se ubicarán en triangulos, cuadrados o en parejas para competir con el profesor o entre ellos mismos, ayudando a los desplazamientos y a generar una mejro técnica en el golpe de derecha.	
0 MIN.		Técnico- Tactico	EJERCICIO 4		
15 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Se realiza el estiramiento completo del cuerpo con las posturas de yoga y animales para todos los deportistas.	
			RETO PROXIMA SESION	Los estudiantes deben retroalimentar en la siguiente clase lo visto en la clase anterior para evidenciar si el proceso de aprendizaje ha sido satisfactorio.	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

#DeporteQueProgresa

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
" CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIVO

INDEPORTES

DEPORTE	TENIS	VALOR	cooperación	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	04/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN 2
OBJETIVO:	Fortalecer la técnica a través de la táctica, haciendo en fasis en las situaciones de juego peloteo.			SESION	2

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL — TEMATICA: Juego para desarrollar el valor de la cooperación	SENSIBILIZACION	Juego del rey ordena donde el profesor indacara una serie de pasos a seguir y prácticas a realizar y los estudiantes de forma colaborativa deben cooperar entre ellos para cumplir un objetivo propuesto por el profesor.	
10 MIN.	Predeportivos	CALENTAMIENTO	se realizará un calentamiento con movilidad articular dinámica con el juego de la selva donde cada estudiante escoge un animal y debe imitar sus movimientos y acciones a nivel físico para luego salir a atrapar a sus compañeros.	
30 MIN.	FASE CENTRAL — Tecnica del golpe de derecha	EJERCICIO 1	se realizarán ejercicios de estimulo para empezar a trabajar el golpe de derecha con una sola mano para ir adaptando poco a poco a los deportistas y al dominio de la raqueta	
30 MIN.	circuito coordinación específica y equilibro estático y dinámico	EJERCICIO 2	1, estación de coordinación con escalera 2, saltos bipodales y unipodales por encima de los aros 3, desplazamiento lateral por platillos llevando 4, ejecución del golpe de derecha una cond os manos y una con una mano	
25 MIN.	Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	juego de las figuras donde los jugadores se ubicarán en triangulos, cuadrados o en parejas para competir con el profesor o entre ellos mismos, ayudando a los desplazamientos y a generar una mejro técnica en el golpe de derecha.	
0 MIN.	Técnico- Tactico	EJERCICIO 4		
15 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Se realiza el estiramiento completo del cuerpo con las posturas de yoga y animales para todos los deportistas.	
		RETO PROXIMA SESION	Los estudiantes deben retroalimentar en la siguiente clase lo visto en la clase anterior para evidenciar si el proceso de aprendizaje ha sido satisfactorio.	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

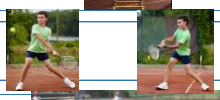
OBSERVACIONES:

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

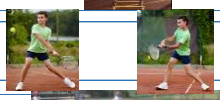
DEPORTE	TENIS	VALOR	Trabajo en equipo	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	10/11/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	TÉCNICO: trabajo técnico para el golpe de reves TÁCTICO: trabajo de las direcciones cruzada y paralela, FÍSICO: atrapar y diferenciación			SESION	3

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Juego encaminado al valor del compañerismo y trabajo motriz	SENSIBILIZACION	golpear un reves y armar un rompecabezas	
15 MIN.		Predeportivos, específico y estiramiento	CALENTAMIENTO	Ejercicio de diferenciación con pelotas, raqueta y conos, estimulando esta capacidad coordinativa en los infantes	
30 MIN.	FASE CENTRAL	Tecnica del Golpe de reves	EJERCICIO 1	1, estimulo del golpe de reves utilizando solamente la mano izquierda sin raqueta 2, Estimulo del golpe de reves con queta utilizando solo la mano no dominante y haciendo amarillo y azul 3, ejecución técnica del golpe de reves con ambas manos	
30 MIN.		circuito coordinación específica y equilibro estático y dinámico	EJERCICIO 2	Estacion 1 desplazamiento con saltos por encima de los conos lanzado y atrapando una pelota Estación 2 desplazamiento lateral por los aros hacia atrás Estación 3 equilibrio dinámico con el lazo trasportandose con un pie delante de otro Estacion 4 ejercicio de gole de reves y derecha, se enfoca más en el reves debido a que se quiere fortalecer el trabajo técnico.	
25 MIN.		Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	Juego de pinocho en el cual se realiza consistencia con el profesor, cada estudiante debe buscar completar el pinocho, 5 de las 8 pelotas golpeadas deben realizarse con el golpe de reves y se realizan desplazamientos hacia atrás para entrenar	
10 MIN.		Técnico- Tactico	EJERCICIO 4		
5 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Se realiza la retroalimentación de la clase, se realizan estiramientos con posturas de yoga y los estudiantes deben dirigir el estiramiento.	
			RETO PROXIMA SESION	Cada deportista debe aportar un comentario positivo y constructivo a sus compañeros dentro de la sesión de clases.	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

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

DEPORTE	TENIS	VALOR	Trabajo en equipo	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	11/11/2023	NIVEL	INICIACION 2
OBJETIVO:	FORTALECER LA TÉCNICA POR MEDIO DE REPETICIONES HACIENDO ENFASIS EN EL PUNTO DE IMPACTO DE REVES.			SESION	4

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Juego encaminado al valor del compañerismo y trabajo motriz	SENSIBILIZACION	golpear un reves y armar un rompecabezas	
5 MIN.		Predeportivos, específico y estiramiento	CALENTAMIENTO	Ejercicio de diferenciación con pelotas, raqueta y conos, estimulando esta capacidad coordinativa en los infantes	
10 MIN.	FASE CENTRAL	Tecnica del Golpe de reves	EJERCICIO 1	1, estimulo del golpe de reves utilizando solamente la mano izquierda sin raqueta 2, Estimulo del golpe de reves con queta utilizando solo la mano no dominante y haciendo amarillo y azul 3, ejecución técnica del golpe de reves con ambas manos	
10 MIN.		circuito coordinación específica y equilibro estático y dinámico	EJERCICIO 2	Estacion 1 desplazamiento con saltos por encima de los conos lanzado y atrapando una pelota Estación 2 desplazamiento lateral por los aros hacia atrás Estación 3 equilibrio dinámico con el lazo trasportandose con un pie delante de otro Estacion 4 ejercicio de gole de reves y derecha, se enfoca más en el reves debido a que se quiere fortalecer el trabajo técnico.	
25 MIN.		Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	Juego de pinocho en el cual se realiza consistencia con el profesor, cada estudiante debe buscar completar el pinocho, 5 de las 8 pelotas golpeadas deben realizarse con el golpe de reves y se realizan desplazamientos hacia atrás para entrenar	
0 MIN.		Técnico- Tactico	EJERCICIO 4		
5 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Se realiza la retroalimentación de la clase, se realizan estiramientos con posturas de yoga y los estudiantes deben dirigir el estiramiento.	
			RETO PROXIMA SESION	Cada deportista debe aportar un comentario positivo y constructivo a sus compañeros dentro de la sesión de clases.	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

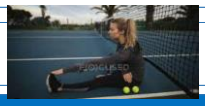
OBSERVACIONES:

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

DEPORTE	TENIS	VALOR	Compañerismo	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	17/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN 2
OBJETIVO:	FORTALECER LA TÉCNICA DE LOS GOLPES BASICOS HACIENDO ENFASIS EN LOS DESPLAZAMIENTOS			SESION	5

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Juego encaminado al valor del respeto	SENSIBILIZACION	Juego del vaquero, los estudiantes se desplazaran corriendo por la canchay el profe saldrá a atraparlos con unos aros, deben trabajar en equipo y de forma colaborativa para evitar que el profe los atrape a todos.	
15 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	ejercicios coordinativos con aros, conos y pelotas, trabajando todo el cuerpo con el fin de generar movilidad articular y elevación de la frecuencia cardiaca.	
30 MIN.	FASE CENTRAL	Tecnica del servicio por debajo	EJERCICIO 1	se empezarán a realizar servicios con amarillo y azul utilizando unicamente las manos, la progresión se hará utilizando la raqueta con la mano habil y luego se realizará con ambas manos	 
30 MIN.		circuito coordinación específica y reacción	EJERCICIO 2	Estacion 1 desplazamiento con zigzag Estación 2 salto por encima de los aros con pelota en la raqueta haciendo equilibrio Estación 3 equilibrio dinámico con el lazo y transporte de la pelota en raquerta Estacion 4 servicio con ambas manos en amarillo y azul	E. 1 Desplazarse con pasos laterales por los conos E. 2 inicia saltando con ambos pies, luego alterna los saltos uno con derecha, luego con izquierda. E.3 lanzar con la mano derecha hacia arriba y atrapar con un cono 10 veces E.4 cada niño realiza 3 repeticiones con su mano no habil para el golpe de reves y cada 3 series se realiza progresión del ejercicio
25 MIN.		Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	partido en sencillos contra el profesor y los compañeros, el requisito es realizar un pinocho entre el profeosr y los estudiantes pero la pelota se debe poner en juego si o si con el servicio, para poder iniciar a jugar el punto.	
0 MIN.		Técnico- Tactico	EJERCICIO 4		
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Estiramientos dirigidos por los estudiantes, cada uno debe proponer un estiramiento y se les enseñara el orden del estiramiento de arriba abajo y de abajo arriba	
			RETO PROXIMA SESION	Traer para la siguiente clase un juego donde incluya el compañerismo y trabajo en equipo	FORMATO DE PLANEACIÓN DE UNA SESION

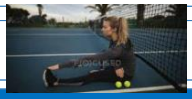
OBSERVACIONES:

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

DEPORTE	TENIS	VALOR	Compañerismo	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	18/11/2023	NIVEL	INICIACIÓN 2
OBJETIVO:	FORTALECER LA TÉCNICA DE LOS GOLPES DE FONDO HACIENDO ENFASIS EN LOS DESPLAZAMIENTOS			SESION	6

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Juego encaminado al valor del respeto	SENSIBILIZACION	Juego del vaquero, los estudiantes se desplazaran corriendo por la canchay el profe saldrá a atraparlos con unos aros, deben trabajar en equipo y de forma colaborativa para evitar que el profe los atrape a todos.	
15 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	ejercicios coordinativos con aros, conos y pelotas, trabajando todo el cuerpo con el fin de generar movilidad articular y elevación de la frecuencia cardiaca.	
30 MIN.	FASE CENTRAL	Tecnica del servicio por debajo	EJERCICIO 1	se empezarán a realizar servicios con amarillo y azul utilizando unicamente las manos, la progresión se hará utilizando la raqueta con la mano habil y luego se realizará con ambas manos	 
30 MIN.		circuito coordinación específica y reacción	EJERCICIO 2	Estacion 1 desplazamiento con zigzag Estación 2 salto por encima de los aros con pelota en la raqueta haciendo equilibrio Estación 3 equilibrio dinámico con el lazo y transporte de la pelota en raquerta Estacion 4 servicio con ambas manos en amarillo y azul	E. 1 Desplazarse con pasos laterales por los conos E. 2 inicia saltando con ambos pies, luego alterna los saltos uno con derecha, luego con izquierda. E.3 lanzar con la mano derecha hacia arriba y atrapar con un cono 10 veces E.4 cada niño realiza 3 repeticiones con su mano no habil para el golpe de reves y cada 3 series se realiza progresión del ejercicio
25 MIN.		Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	partido en sencillos contra el profesor y los compañeros, el requisito es realizar un pinocho entre el profeosr y los estudiantes pero la pelota se debe poner en juego si o si con el servicio, para poder iniciar a jugar el punto.	
0 MIN.		Técnico- Tactico	EJERCICIO 4		
10 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Estiramientos dirigidos por los estudiantes, cada uno debe proponer un estiramiento y se les enseñara el orden del estiramiento de arriba abajo y de abajo arriba	
			RETO PROXIMA SESION	Traer para la siguiente clase un juego donde incluya el compañerismo y trabajo en equipo	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

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

DEPORTE	TENIS	VALOR	Cooperación	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	24/11/2023	NIVEL	IICIACION
OBJETIVO:	TÉCNICO: trabajo técnico de los desplazamientos laterales hacia atrás TÁCTICO: Consistencia, FÍSICO: lanzar y atrapar			SESION	7

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Juego predeportivo encaminado al valor de la cooperación	SENSIBILIZACION	Juego de las raqueta en carrera, los estudiantes se ubicaran en equipos de la misma cantidad de participantes, ubicaran las raquetas en el suelo y a una distancia de 2 metros de ellos, deben correr e ir ubicando una raqueta delante de la otra en el suelo hasta llega a la malla, el primer equipo en llevar las raquetas a la malla gana.	
15 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	se empiza a enseñar la movilidad articular a los niños dentro de un circulo con movimientos de los animales para que empiecen a comprender las fases del calentamiento antes de su práctica deportiva. - Elongación muscular dinámica	
30 MIN.	FASE CENTRAL	Tecnica del Golpe de reves	EJERCICIO 1	se realizará el juego del mono de malas pulgas, los estudiantes deben desplazarse por unos conos ubicados en la cancha, y se deben desplazar hacia atrás de forma lateral mientras el docente lanza las pelotas por el suelo, la idea es no dejarse atrapar de las pelotas y genrar los desplazamientos correctos, con y sin raqueta.	 
30 MIN.		circuito lanzar y atrapar, equilibro estático y dinámico	EJERCICIO 2	Estacion 1 desplazamiento con saltos por encima de los conos lanzado y atrapando una pelota Estación 2 desplazamiento lateral por los aros hacia atrás Estación 3 equilibrio dinámico con el lazo trasportandose con un pie delante de otro Estacion 4 ejercicio de desplazamientos hacia atrás por derecha y reves con ejecución del golpe.	 
25 MIN.		Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	Ejercicio de consistencia mario bros, se ubican en parejas los estudiantes y juegan contra el profesor, el primer equipo que logre completar 10 peltoas con el profesor en consistencia se ganara un honguito con un super poder de mario bros y así podra proteger el castillo creado con conos de bowser, gana el equipo que mas honguitos gane al final de la clase.	
0 MIN.		Técnico- Tactico	EJERCICIO 4		
5 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Reflexión sobre la importancia de la cooperación entre los estudiantes y estiramientos con posturas de yoga para el estado de normalización.	
			RETO PROXIMA SESION	Cada niño debe realizar un ejercicio de cooperación en su conjunto o dentro de su colegio con el fin de fortalecer los valores enseñados durante la clase.	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

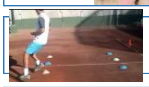
OBSERVACIONES:

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

DEPORTE	TENIS	VALOR	Cooperación	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	25/11/2023	NIVEL	IICIACION 2
OBJETIVO:	TRABAJAR LA TÁCTICA POR MEDIO DE JUEGOS COPERATIVOS Y CIRCUITOS PARA EL FORTALECIMIENTO DEL GOLPE DE DERECHA			SESION	8

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Juego predeportivo encaminado al valor de la cooperación	SENSIBILIZACION	Juego de las raqueta en carrera, los estudiantes se ubicaran en equipos de la misma cantidad de participantes, ubicaran las raquetas en el suelo y a una distancia de 2 metros de ellos, deben correr e ir ubicando una raqueta delante de la otra en el suelo hasta llega a la malla, el primer equipo en llevar las raquetas a la malla gana.	
15 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	se empiza a enseñar la movilidad articular a los niños dentro de un circulo con movimientos de los animales para que empiecen a comprender las fases del calentamiento antes de su práctica deportiva. - Elongación muscular dinámica	
30 MIN.	FASE CENTRAL	Tecnica del Golpe de reves	EJERCICIO 1	se realizará el juego del mono de malas pulgas, los estudiantes deben desplazarse por unos conos ubicados en la cancha, y se deben desplazar hacia atrás de forma lateral mientras el docente lanza las pelotas por el suelo, la idea es no dejarse atrapar de las pelotas y genrar los desplazamientos correctos, con y sin raqueta.	 
30 MIN.		circuito lanzar y atrapar, equilibro estático y dinámico	EJERCICIO 2	Estacion 1 desplazamiento con saltos por encima de los conos lanzado y atrapando una pelota Estación 2 desplazamiento lateral por los aros hacia atrás Estación 3 equilibrio dinámico con el lazo trasportandose con un pie delante de otro Estacion 4 ejercicio de desplazamientos hacia atrás por derecha y reves con ejecución del golpe.	 
25 MIN.		Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	Ejercicio de consistencia mario bros, se ubican en parejas los estudiantes y juegan contra el profesor, el primer equipo que logre completar 10 peltoas con el profesor en consistencia se gamara un honguito con un super poder de mario bros y así podra proteger el castillo creado con conos de bowser, gana el equipo que mas honguitos gane al final de la clase.	
0 MIN.		Técnico- Tactico	EJERCICIO 4		
5 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Reflexión sobre la importancia de la cooperación entre los estudiantes y estiramientos con posturas de yoga para el estado de normalización.	
			RETO PROXIMA SESION	Cada niño debe realizar un ejercicio de cooperación en su conjunto o dentro de su colegio con el fin de fortalecer los valores enseñados durante la clase.	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

PLANEACION FUNDAMENTACION

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

DEPORTE	TENIS	VALOR	Trabajo en equipo	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MADRID	MADRID	FECHA	03/11/2023	NIVEL	Fundamentación
OBJETIVO:	TÉCNICO: trabajo técnico de bla volea por reves y derechaTÁCTICO: consistencia, FÍSICO: Reacción			SESION	1

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Juego encaminado al valor del trabajo en equipo y la reacción	SENSIBILIZACION	Se ubicarán los jugadores en quipos de a 3 personas, se realizará el juego de quien llena primero la canasta, con este juego se trabará el valor del trabajo en equipo y la reacción.	los jugadores se ubican dos en la linea de base y otro al otro lado de la cancha cercano a la malla, un jugador se ubica delante de la linea de base mirando hacia la reja, el otro se ubica igual pero delante de este, este lanzo una pelota envia una señal y el compañero atrapa la pelota y corre hacia donde esta el jugador en la malla, se la lanza, este debe atraparla con un cono y colocarla dentro de un aro, gana el equipo que mas pelotas reuna en 5 minutos.
5 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	se realizará movilidad articular completa del tren inferior y superior mediante el juego de quien llena la canasta, luego se realizan sombras de volea por reves para introducirse al gesto técnico y luego elongaciones.	
10 MIN.	FASE CENTRAL	Tecnica de la volea por derecha y reves	EJERCICIO 1	se realiza un circuito donde se trabaje la velocidad del tren inferior.	1, desplazamientos con skiping pro encima de los conos 2, pasos laterales rapidos por los aros 3, trabajo coordinativo de escalera 4, gesto técnico del golpe de la volea.
10 MIN.		circuito de velocidad tren inferior y volea	EJERCICIO 2	se amarrara una cuerda de extremo extremo de la cancha, donde los jugadores se ubicarán en parejas, uno con raqueta el otro sin raqueta, tendrán una pelota y el compañero sin raqueta debe alimentar la pelota a su compañero con raquete y este debe generar el gesto técnico de la volea, hace 8 voleas y van rotando entre compañeros y entre golpes, volea de derecha y de reves.	
15 MIN.		Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	juego del sapito para estimular la situación técnica de la volea, se ubican jugadores en los postes de la malla y otro en el fondo de la cancha, los sapitos se ubicarán cercanos en la red para la volea y los demás jugarán en el fondo, si el sapito garra la pelota en la red pasa a reemplazar a sus compañeros del fondo.	
10 MIN.		Técnico- Tactico	EJERCICIO 4	trabjo de competencia en dobles donde un jugador de encuentra en la malla y otro en el fondo, los de la volea deben buscar cruzarse y generar una volea para ganar el punto, se juega a 2 puntos, si el de la volea gana en la red pasan automaticamente al lado ganador, de lo contrario deben jugar 2 puntos.	
5 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Se realizan los estiramientos del tren inferior y superior y se pregunta cual es la importancia de la responsabilidad cuando nos preparamos para una competencia de tenis	
			RETO PROXIMA SESION	Cada estudiante debe ver al menos 10 minutos de un partido de tenis de campo y explicar que aprendio y a nivel estratégico y táctico que puedo interpretar para ir desarrollando conocimientos y conceptos sobre táctica y estratégia.	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

DEPORTE	TENIS	VALOR	RESPETO	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	04/11/2023	NIVEL	FUNDAMENTACIÓN
OBJETIVO:	TÉCNICO: trabajo técnico del servicio y el golpe de derecha TÁCTICO: consistencia con servicio, FÍSICO: Orientación y velocidad			SESION	2

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
15 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Juego encaminado al valor del respeto y la orientación	SENSIBILIZACION	Juego del piedra papel o tijera entrenando la orientación ya que se deben ubicar en la cancha de acuerdo a ciertas lineas para realizar el piedra papel o tijera y se aplicaran una reglas especiales para el juego aplicando el valor del respeto hacia el reglamento y los compañeros.	
15 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Se realizará un proceso de movilidad articular con el tingo, tingo tango, donde cada vez que algun deportista le toque el tango deberá indicar que movimiento realizar y todos lo deben ejecutar. - Estiramiento dinamico	
20 MIN.	FASE CENTRAL	Tecnica del servicio con golpe de reves	EJERCICIO 1	Ejecución técnica del servicio desde el bucle y generando una buena terminación golpe de reves en desplazamiento hacia adelante y hacia atrás	los deportista se ubicaran de a parejas, uno sirviendo por el lado par y otro por el inpar, deben generar un servicio al tiempo y luego se desplazarán a pegar su golpe de derecha y derecha invertida hacia adelante o atrás según lo indique el profesor.
30 MIN.		circuito coordinación específica y equilibro estático y dinámico	EJERCICIO 2	Estacion 1 desplazamiento con zigzag por los platillos Estación 2 salto por encima de los aros con pasos laterales simulando un desplazamiento hacia adelante Estación 3 saltos hacia adelante con pies juntos por encima de unos conos Estacion 4 ejercicio de golpe de derecha y derecha invertida hacia adelante y hacia atrás	
35 MIN.		Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	Competencia en dobles con servicio y winner.	Se ubican en parejas y se enfrentan 2 contra 2, uno de los integrantes del equipo debe generar un servicio para iniciar el punto, luego el profesor alimenta una pelota para el golpe de derecha y se juega el punto, si el equipo retador gana pasa al otro lado y se genera el winner que en este caso será con un golpe de derecha hacia adelante entrenando lo aprendido en clase.
0 MIN.		Técnico- Tactico	EJERCICIO 4		
5 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Se realizan los estiramientos del tren inferior y superior y se pregunta cual es la importancia del respeto dentro de la cancha de tenis y porque el servicio es fundamental para un partido de tenis.	
			RETO PROXIMA SESION	Cada estudiante debe ver al menos 10 minutos de un partido de tenis de campo y explicar que aprendio y a nivel estratégico y táctico que puedo interpretar para ir desarrollando conocimientos y conceptos sobre táctica y estratégia.	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

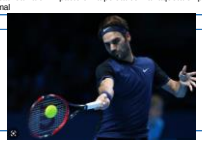
OBSERVACIONES:

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

DEPORTE	TENIS	VALOR	PARTICIPACION	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	10/11/2023	NIVEL	FUNDAMENTACION
OBJETIVO:	TÉCNICO: trabajo técnico del golpe de derecha enfásis en el efecto TÁCTICO: consistencia con efecto y altura, FÍSICO: reacción y resistencia aeróbica			SESION	3

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Juego encaminado al valor de la participación y la reacción	SENSIBILIZACION	Juego del día y la noche, donde se ubican dos deportistas de espaldas el uno con el otro, uno será el día y otro la noche, cuando el profesor indique día o noche ese deportista debe girar y salir corriendo a atrapar a su compañero, este se salva si cruza la linea	
10 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Se realizará un proceso de movilidad articular donde cada deportista debe ejecutar un movimiento de movilidad articular previamente establecido en las clases anteriores. - Estiramiento dinamico	
30 MIN.	FASE CENTRAL	Tecnica del servicio con golpe de	EJERCICIO 1	trabajo técnico del golpe de derecha haciendo enfásis en el punto de impacto con el fin de mejorar el desarrollo del efecto en este golpe	1, el estudiante realiza sombras desde e punto de impacto en su golpe de derecha 2, el deportista ejecuta un impacto a la pelota desde el punto de impacto cogiendo la raqueta mas corta de lo normal 3, el deportista realiza un impacto en la pelota con la raqueta empuñada de manera normal
30 MIN.		Ejercicio del golpe de derecha con desplazamientos	EJERCICIO 2	se atara una cinta de seguridad a raqueta y media de altura por encima de la malla, los estudiantes cruzarán un circuito aerobico y ejecutarán un golpe de derecha de o a 3 y otro de o a 6 buscando generar mucho efecto en la pelota y pasarla por encima de la linea de seguridad.	
35 MIN.		Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	competencia con juego loco en situación de dobles donde el profesor alimenta la pelota por el golpe de derecha al jugador 1, una vez este impacte se posicionan ambas parejas en dobles y juegan el punto, el equipo defensor, aquel que recibe la pelota despues del primer impacto en caso de perder es reemplazado por la otra pareja, se compite con la cinta de seguridad puesta.	
0 MIN.		Técnico- Tactico	EJERCICIO 4		
5 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Se realizan los estiramientos del tren inferior y superior y se explica la responsabilidad que cada deportista tiene dentro y fuera de la cancha de tenis, con sus implementos, elementos de entrenamientos y hacia sus compañeros.	
			RETO PROXIMA SESION	Se motiva a los deportistas a traer o inventar juegos relacionados con la competencia donde implementen algún aspecto táctico y técnico motivandolos a mejorar su participación dentro de la clase.	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

DEPORTE	TENIS	VALOR	Compañerismo	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	11/11/2023	NIVEL	FUNDAMENTACION
OBJETIVO:	TÉCNICO: trabajo técnico de los desplazamientos laterales hacia el open stand TÁCTICO: trabajo de altura en situación de defensa, FÍSICO: Equilibrio			SESION	4

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Charla sobre el reto de la clase anterior, introducción al compañerismo	SENSIBILIZACION	Se realiza la charla sobre uno de los partidos de tenis vistos por los estudiantes, se les pregunta si el golpe de derecha es fundamental y si el trabajo en equipo es importante, se introduce al compañerismo como fortalecimiento del trabajo en equipo.	
15 MIN.		trabajo y fortalecimiento del equilibrio estático y dinámico	CALENTAMIENTO	Se realiza el juego de equilibrio fuera de la cancha donde deben desplazarse por el campo de golf haciendo equilibrio dinámico con un platillo en la cabeza	
30 MIN.	FASE CENTRAL	Introducción técnica al desplazamiento lateral y apoyo en open stand	EJERCICIO 1	los estudiantes se ubican en la linea de dobles uno delante del otro mas o menos a un metro de distancia entre ellos, al lado de ellos a dos metros de distancia se encuentra un aro en el suelo, cada uno debe desplazarse y preparar el golpe de derecha o reves según se les indique y llegar a realizar una sombra.	de su golpe con el pie mas proximo a la preparación apoyado en el aro, genera la sombre como estimulo y aprendizaje.
30 MIN.		Circuito coordinación dinámica general y equilibro estático y	EJERCICIO 2	Circuito de coordinación dinámica general con enfasis en el equilibrio estático y dinámico 1, desplazamientos laterales hacia los lados según se ubiquen los conos 2, salto por encima de dos conos acostados, salta con ambos pies y cae con uno solo manteniendo el equilibrio constantemente, 3, desplazamiento lateral hacia el aro, apoyo en open stand y ejecución del golpe, primero derecha y luego reves, trabajo de altura en el impacto en situación de defensa.	
25 MIN.		Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	se realiza el juego del juego loco, ya que este permite unos desplazamientos laterales faciles y ayuda a estimular el apoyo en opend stand para la ejecución de un gole, se realiza en competencia de dobles.	 
0 MIN.		Técnico- Tactico	EJERCICIO 4		
5 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Se realizan los estiramientos estáticos para volver al estado de normalización, se pregunta a algún estudiante que simule una situación de partido de tenis donde aplique el open stand aprendido	
			RETO PROXIMA SESION	se debe buscar trabajar mas en equipo, con mas compañerimos y colorando siempre a los que se pueda, con el fin de obrar bien dentro y fuera de la cancha.	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

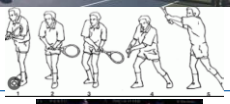
OBSERVACIONES:

#DeporteQueProgresa

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

INDEPORTES

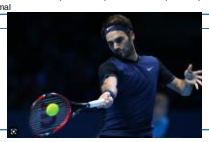
DEPORTE	TENIS	VALOR	COMPAÑERISMO	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	17/11/2023	NIVEL	FUNDAMENTACION
OBJETIVO:	TÉCNICO: trabajo técnico del reves y desplazamientos lateralesTÁCTICO: Consistencia y altura, FÍSICO: flexibilidad y equilibrio			SESION	5

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
10 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA juego de cooperación y compañerismo	SENSIBILIZACION	Se realizará el juego de las carretillas humanas, los deportistas deben ubicarse en pareja, uno tomara los pies del otro y el otro debe desplazarse con sus manos en el piso, deben ser compañeristas y trabajar en equipo para llevar la mayor cantidad de pelotas hasta el otro lado de la cancha	
5 MIN.		Ejercicios para el entrenamiento de la diferenciación	CALENTAMIENTO	se realizará una movilidad articular estática y dinámica a través del juego de tingo tingo tango y se realizará una elongaciòm muscular completa haciendo enfásis en la flexibilidad del tren inferior.	
30 MIN.	FASE CENTRAL	trabajo de estimulo en sombra del golpe de rves con sus desplazamientos hacia adelante y de	EJERCICIO 1	se realizarán desplazamientos en circuitos de coordinación del tren inferior y gesto del golpe de reves con pasos laterales adelante y atrás.	
30 MIN.		circuito coordinación específica y equilibro estático y dinámico	EJERCICIO 2	1, desplazamientos laterales por los aros 2, desplazamientos laterales en zigzag hacia adelante y atrás 3, saltos en un solo pie y ambos pies por encima de los platillos 4, gesto técnico del golpe de reves con desplazamientos especificos	
25 MIN.		Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	se realizarán trabajos de consistencia cruzada en posición de dobles entrenando la consistencia y la altura de la pelota, juego de gingles cuando quede una sola pelota en juego.	
0 MIN.		Técnico- Tactico	EJERCICIO 4		
5 MIN.	FASE FINAL	estiramiento del tren superior e inferior haciendo enfasis en el tren inferior	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Se realizan estiramientos especificos del tren inferior y superior, haciendo enfasis en los del inferior para ir mejorar la flexibilidad y rango de movilidad articular en los estudiantes.	
			RETO PROXIMA SESION	cada estudiante debe simular una situación táctica de juego donde de incluyan los desplazamientos vistos en clase.	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

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

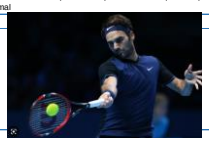
DEPORTE	TENIS	VALOR	participación	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	18/11/2023	NIVEL	Fundamentación
OBJETIVO:	TÉCNICO: trabajo técnico del golpe de derecha enfásis en el efecto TÁCTICO: consistencia con efecto y altura, FÍSICO: reacción y resistencia aeróbica			SESION	6

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Juego encaminado al valor de la participación y la reacción	SENSIBILIZACION	Juego del día y la noche, donde se ubican dos deportistas de espaldas el uno con el otro, uno será el día y otro la noche, cuando el profesor indique día o noche ese deportista debe girar y salir corriendo a atrapar a su compañero, este se salva si cruza la linea	
5 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Se realizará un proceso de movilidad articular donde cada deportista debe ejecutar un movimiento de movilidad articular previamente establecido en las clases anteriores. - Estiramiento dinamico	
40 MIN.	FASE CENTRAL	Tecnica del servicio con golpe de	EJERCICIO 1	trabajo técnico del golpe de derecha haciendo enfásis en el punto de impacto con el fin de mejorar el desarrollo del efecto en este golpe	1, el estudiante realiza sombras desde e punto de impacto en su golpe de derecha 2, el deportista ejecuta un impacto a la pelota desde el punto de impacto cogiendo la raqueta mas corta de lo normal 3, el deportista realiza un impacto en la pelota con la raqueta empuñada de manera normal
30 MIN.		Ejercicio del golpe de derecha con desplazamientos	EJERCICIO 2	se atara una cinta de seguridad a raqueta y media de altura por encima de la malla, los estudiantes cruzarán un circuito aerobico y ejecutarán un golpe de derecha de o a 3 y otro de o a 6 buscando generar mucho efecto en la pelota y pasarla por encima de la linea de seguridad.	
25 MIN.		Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	competencia con juego loco en situación de dobles donde el profesor alimenta la pelota por el golpe de derecha al jugador 1, una vez este impacte se posicionan ambas parejas en dobles y juegan el punto, el equipo defensor, aquel que recibe la pelota despues del primer impacto en caso de perder es reemplazado por la otra pareja, se compite con la cinta de seguridad puesta.	
0 MIN.		Técnico- Tactico	EJERCICIO 4	Competencia en dobles con situación táctica especifica, el profesor alimenta una pelota a la derecha del jugador 1, este jugador debe jugar cruzado al fondo de la cancha al jugador 2 del otro equipo, el jugador 2 golpea con su derecha paralela hacia el jugador 3 compañero del jugador 1, este debe volear y pasar la pelota al jugador 4 compañero del jugador 2 y este debe volear, en este punto se inicia el juego libre de competencia	
5 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Se realizan los estiramientos del tren inferior y superior y se explica la responsabilidad que cada deportista tiene dentro y fuera de la cancha de tenis, con sus implementos, elementos de entrenamientos y hacia sus compañeros.	
			RETO PROXIMA SESION	Se motiva a los deportistas a traer o inventar juegos relacionados con la competencia donde implementen algún aspecto táctico y técnico motivandolos a mejorar su participación dentro de la clase.	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

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

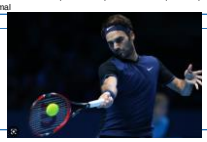
DEPORTE	TENIS	VALOR	participación	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	24/11/2023	NIVEL	Fundamentación
OBJETIVO:	TRABAJAR LAS 5 SITUACIONES DE JUEGO, ATAQUE, DEFENSA			SESION	7

TIEMPO	FASE		CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL — TEMATICA: Juego encaminado al valor de la participación y la reacción	SENSIBILIZACION	Juego del día y la noche, donde se ubican dos deportistas de espaldas el uno con el otro, uno será el día y otro la noche, cuando el profesor indique día o noche ese deportista debe girar y salir corriendo a atrapar a su compañero, este se salva si cruza la linea	
5 MIN.	FASE INICIAL — Predeportivos	CALENTAMIENTO	Se realizará un proceso de movilidad articular donde cada deportista debe ejecutar un movimiento de movilidad articular previamente establecido en las clases anteriores. - Estiramiento dinamico	
40 MIN.	FASE CENTRAL — Tecnica del servicio con golpe de derecha	EJERCICIO 1	trabajo técnico del golpe de derecha haciendo enfásis en el punto de impacto con el fin de mejorar el desarrollo del efecto en este golpe	1, el estudiante realiza sombras desde e punto de impacto en su golpe de derecha 2, el deportista ejecuta un impacto a la pelota desde el punto de impacto cogiendo la raqueta mas corta de lo normal 3, el deportista realiza un impacto en la pelota con la raqueta empuñada de manera normal
30 MIN.	FASE CENTRAL — Ejercicio del golpe de derecha con desplazamientos	EJERCICIO 2	se atara una cinta de seguridad a raqueta y media de altura por encima de la malla, los estudiantes cruzarán un circuito aerobico y ejecutarán un golpe de derecha de o a 3 y otro de o a 6 buscando generar mucho efecto en la pelota y pasarla por encima de la linea de seguridad.	
25 MIN.	FASE CENTRAL — Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	competencia con juego loco en situación de dobles donde el profesor alimenta la pelota por el golpe de derecha al jugador 1, una vez este impacte se posicionan ambas parejas en dobles y juegan el punto, el equipo defensor, aquel que recibe la pelota despues del primer impacto en caso de perder es reemplazado por la otra pareja, se compite con la cinta de seguridad puesta.	
0 MIN.	FASE CENTRAL — Técnico- Tactico	EJERCICIO 4	Competencia en dobles con situación táctica especifica, el profesor alimenta una pelota a la derecha del jugador 1, este jugador debe jugar cruzado al fondo de la cancha al jugador 2 del otro equipo, el jugador 2 golpea con su derecha paralela hacia el jugador 3 compañero del jugador 1, este debe volear y pasar la pelota al jugador 4 compañero del jugador 2 y este debe volear, en este punto se inicia el juego libre de competencia	
5 MIN.	FASE FINAL	ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Se realizan los estiramientos del tren inferior y superior y se explica la responsabilidad que cada deportista tiene dentro y fuera de la cancha de tenis, con sus implementos, elementos de entrenamientos y hacia sus compañeros.	
	FASE FINAL	RETO PROXIMA SESION	Se motiva a los deportistas a traer o inventar juegos relacionados con la competencia donde implementen algún aspecto táctico y técnico motivandolos a mejorar su participación dentro de la clase.	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

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

DEPORTE	TENIS	VALOR	participación	FORMADOR	JHONY CRIOLLO
MUNICIPIO	MADRID	FECHA	25/11/2023	NIVEL	Fundamentación
OBJETIVO:	FORTALECER LA PARTE TÉCNICO TÁCTICA HACIEDO ENFASIS EN LA CONSITECIA, DIRECCION Y PROFUNDIDA			SESION	8

TIEMPO	FASE			CONTENIDOS	EJERCICIOS (DESCRPCION O IMAGEN)
5 MIN.	FASE INICIAL	TEMATICA Juego encaminado al valor de la participación y la reacción	SENSIBILIZACION	Juego del día y la noche, donde se ubican dos deportistas de espaldas el uno con el otro, uno será el día y otro la noche, cuando el profesor indique día o noche ese deportista debe girar y salir corriendo a atrapar a su compañero, este se salva si cruza la linea	
5 MIN.		Predeportivos	CALENTAMIENTO	Se realizará un proceso de movilidad articular donde cada deportista debe ejecutar un movimiento de movilidad articular previamente establecido en las clases anteriores. - Estiramiento dinamico	
40 MIN.	FASE CENTRAL	Tecnica del servicio con golpe de	EJERCICIO 1	trabajo técnico del golpe de derecha haciendo enfásis en el punto de impacto con el fin de mejorar el desarrollo del efecto en este golpe	1, el estudiante realiza sombras desde e punto de impacto en su golpe de derecha 2, el deportista ejecuta un impacto a la pelota desde el punto de impacto cogiendo la raqueta mas corta de lo normal 3, el deportista realiza un impacto en la pelota con la raqueta empuñada de manera normal
30 MIN.		Ejercicio del golpe de derecha con desplazamientos	EJERCICIO 2	se atara una cinta de seguridad a raqueta y media de altura por encima de la malla, los estudiantes cruzarán un circuito aerobico y ejecutarán un golpe de derecha de o a 3 y otro de o a 6 buscando generar mucho efecto en la pelota y pasarla por encima de la linea de seguridad.	
25 MIN.		Tecnico-Táctico	EJERCICIO 3	competencia con juego loco en situación de dobles donde el profesor alimenta la pelota por el golpe de derecha al jugador 1, una vez este impacte se posicionan ambas parejas en dobles y juegan el punto, el equipo defensor, aquel que recibe la pelota despues del primer impacto en caso de perder es reemplazado por la otra pareja, se compite con la cinta de seguridad puesta.	
0 MIN.		Técnico- Tactico	EJERCICIO 4	Competencia en dobles con situación táctica especifica, el profesor alimenta una pelota a la derecha del jugador 1, este jugador debe jugar cruzado al fondo de la cancha al jugador 2 del otro equipo, el jugador 2 golpea con su derecha paralela hacia el jugador 3 compañero del jugador 1, este debe volear y pasar la pelota al jugador 4 compañero del jugador 2 y este debe volear, en este punto se inicia el juego libre de competencia	
5 MIN.	FASE FINAL		ESTIRAMIENTO Y REFLEXION	Se realizan los estiramientos del tren inferior y superior y se explica la responsabilidad que cada deportista tiene dentro y fuera de la cancha de tenis, con sus implementos, elementos de entrenamientos y hacia sus compañeros.	
			RETO PROXIMA SESION	Se motiva a los deportistas a traer o inventar juegos relacionados con la competencia donde implementen algún aspecto táctico y técnico motivandolos a mejorar su participación dentro de la clase.	FORMATO DE PLANEACIÒN DE UNA SESION

OBSERVACIONES:

OBLIGACION 8 PDF ANEXO NO 08 CUADRO DE BENEFICIARIOS

TODA LA INFORMACION SE DEBE LLENAR EN MAYUSCULA ARIAL NARROW

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 AFROCOLOMBIANOS/NEGRITUDES PALEQUERO ROOM RAIZAL OTROS	TALLA CALZADO	TALLA UNIFORME
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (6-8)	NUEVO	REGISTRO CIVIL	1073180017	Mariana Gamba	7	13/12/2015	FEMENINO	HETEROSEXUAL	V. LAS MERCEDES	RURAL	A+	NUEVA E.P.S	1°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	26	8
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (6-8)	NUEVO	REGISTRO CIVIL	1070389951	Dulce Calderon	7	7/04/2015	FEMENINO	HETEROSEXUAL	V.LA CUESTA	RURAL	O+	FAMISANAR	1°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	32	14
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (6-8)	NUEVO	REGISTRO CIVIL	1070389208	Emily Castillo	6	2/06/2016	FEMENINO	HETEROSEXUAL	V. LAS MERCEDES	RURAL	A+	COMPENSAR	1°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	30	8
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (6-8)	NUEVO	REGISTRO CIVIL	1071632014	Mateo Gomez	7	31/12/2015	MASCULINO	HETEROSEXUAL	V. LOS ARBOLES	RURAL	B+	FAMISANAR	1°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	29	8
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (6-8)	NUEVO	REGISTRO CIVIL	1064190185	Samantha Riaño	5	12/08/2017	FEMENIO	HETEROSEXUAL	V. LOS ARBOLES	RURAL	O+	FAMISANAR	1°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	31	8
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (6-8)	NUEVO	REGISTRO CIVIL	1073576324	Windy Loaiza	6	5/10/2016	FEMENIO	HETEROSEXUAL	V. LOS ARBOLES	RURAL	B+	FAMISANAR	1°	COLOMBIANA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	30	10
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (6-8)	NUEVO	REGISTRO CIVIL	1070389085	Michelle Mendez	5	1/06/2017	FEMENIO	HETEROSEXUAL	V. LAS MERCEDES	RURAL	O+	FAMISANAR	1°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	29	8
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (6-8)	NUEVO	REGISTRO CIVIL	1073178271	Luz Adriana Perez	5	17/11/2017	FEMENIO	HETEROSEXUAL	V. LOS ARBOLES	RURAL	O+	FAMISANAR	1°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	29	8
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (6-8)	NUEVO	REGISTRO CIVIL	1073176503	Juan Sebastian Cifuentes	7	16/04/2015	MASCULINO	HETEROSEXUAL	V. LAS MERCEDES	RURAL	O+	FAMISANAR	1°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	27	8
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (6-8)	NUEVO	REGISTRO CIVIL	1074190285	Mariana Juliana Dedondo	8	29/09/2014	FEMENINO	HETEROSEXUAL	V. LAS MERCEDES	RURAL	AB+	FAMISANAR	2°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	31	10
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (6-8)	NUEVO	REGISTRO CIVIL	1076252039	Miguel Angel Dedondo	5	7/11/2017	MASCULINO	HETEROSEXUAL	V.LA CUESTA	RURAL	O+	FAMISANAR	1°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	32	12
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (6-8)	NUEVO	T. IDENTIDAD	1073173427	Julieta Lozada	6	13/07/2016	FEMENINO	HETEROSEXUAL	V. LOS ARBOLES	RURAL	O+	FAMISANAR	3°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	32	10
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (6-8)	NUEVO	REGISTRO CIVIL	1073173531	Mariana Nope	7	8/07/2015	FEMENINO	HETEROSEXUAL	V. LOS ARBOLES	RURAL	A+	FAMISANAR	3	COLOMBIANA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	31	10
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (6-8)	NUEVO	REGISTRO CIVIL	1073171187	Salome Ramirez	8	17/11/2014	FEMENINO	HETEROSEXUAL	V. LOS ARBOLES	RURAL	O+	FAMISANAR	4°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	30	8
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (6-8)	NUEVO	REGISTRO CIVIL	6392015	Salome Cifuentes	9	23/07/2013	FEMENINO	HETEROSEXUAL	V.LA CUESTA	RURAL	O+	NUEVA E.P.S	2°	VENEZOLANO	VENEZUELA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	32	12
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (6-8)	NUEVO	REGISTRO CIVIL	4926320	Johan Vergara	9	18/07/2013	MASCULINO	HETEROSEXUAL	V. LAS MERCEDES	RURAL	A+	FAMISANAR	3°	VENEZOLANO	VENEZUELA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	32	12
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (6-8)	NUEVO	REGISTRO CIVIL	1073172639	Sabriel Vicente	9	6/08/2013	MASCULINO	HETEROSEXUAL	V. LOS ARBOLES	RURAL	O+	FAMISANAR	2°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	32	12
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (6-8)	NUEVO	T. IDENTIDAD	1222209112	Luis Villalobos	10	26/12/2012	MASCULINO	HETEROSEXUAL	V. LOS ARBOLES	RURAL	O+	FAMISANAR	2°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	35	12
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (6-8)	NUEVO	REGISTRO CIVIL	1074346132	Isabella Gomez	9	8/10/2013	FEMENINO	HETEROSEXUAL	V. LOS ARBOLES	RURAL	O+	FAMISANAR	3°	COLOMBIANA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	32	12
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (6-8)	NUEVO	T. IDENTIDAD	4536505	Dilan Johan Orozco	10	17/09/2013	MASCULINO	HETEROSEXUAL	V. LOS ARBOLES	RURAL	A+	PARTICULAR	3°	VENEZOLANA	VENEZOLANA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	34	12
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (9-12)	NUEVO	T. IDENTIDAD	1092463515	Dilan Rodriguez	10	1/09/2014	MASCULINO	HETEROSEXUAL	V.LA CUESTA	RURAL	A+	FAMISANAR	3°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	32	12
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (9-12)	NUEVO	T. IDENTIDAD	1102866146	Wilmer Daniel Riaño	12	19/03/2011	FEMENINO	HETEROSEXUAL	V. LOS ARBOLES	RURAL	O-	NUEVA EPS	4°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	36	16
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (9-12)	NUEVO	T. IDENTIDAD	1070396531	Karol Sofia Acosta	12	29/09/2010	FEMENINO	HETEROSEXUAL	V.LA CUESTA	RURAL	B+	FAMISANAR	3°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	31	12
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (9-12)	NUEVO	T. IDENTIDAD	1076744724	Ana Sofia Polonia	11	4/09/2011	FEMENINO	HETEROSEXUAL	V. LOS ARBOLES	RURAL	O+	FAMISANAR	5°	COLOMBIANA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	34	12
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (9-12)	NUEVO	T. IDENTIDAD	1073168888	Victoria Pedraza	12	13/06/2010	FEMENINO	HETEROSEXUAL	V. LOS ARBOLES	RURAL	O+	FAMISANAR	5°	COLOMBIANA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	32	12
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO	TENIS	INICIACION (9-12)	NUEVO	T. IDENTIDAD	1037975686	Juan Jose Cardenas	13	10/10/2009	MASCULINO	HETEROSEXUAL	V. LOS ARBOLES	RURAL	O+	FAMISANAR	5°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	39	34
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO		INICIACION (9-12)	NUEVO	T. IDENTIDAD	4529827	Ian Samuel Paez	13	15/02/2010	MASCULINO	HETEROSEXUAL	V. LAS MERCEDES	RURAL	A+	FAMISANAR	5°	VENEZOLANO	VENEZUELA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	32	12
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO		INICIACION (9-12)	NUEVO	T. IDENTIDAD	1070970962	Samuel Alejandro Patiño	14	30/01/2009	MASCULINO	HETEROSEXUAL	V.LA CUESTA	RURAL	O+	FAMISANAR	5°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	34	16
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO		INICIACION (9-12)	NUEVO	T. IDENTIDAD	1073168839	Nicol Sofia Castellanos	13	6/04/2010	MASCULINO	HETEROSEXUAL	V. LOS ARBOLES	RURAL	O+	FAMISANAR	5°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	33	16
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO		INICIACION (9-12)	NUEVO	T. IDENTIDAD	1069747903	Angie Triana	15	22/08/2007	MASCULINO	HETEROSEXUAL	V. LA CUESTA	RURAL	O+	FAMISANAR	3°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	35	12
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO		INICIACION (9-12)	NUEVO	T. IDENTIDAD	1022044863	Catalina Ruiz	14	31/01/2009	MASCULINO	HETEROSEXUAL	V. LA CUESTA	RURAL	O+	FAMISANAR	4°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	35	16
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO		INICIACION (9-12)	NUEVO	T. IDENTIDAD	1070395957	Nataly Peña	15	30/05/2007	MASCULINO	HETEROSEXUAL	V. LAS MERCEDES	RURAL	B+	NUEVA EPS	5°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	33	14
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO		INICIACION (9-12)	NUEVO	T. IDENTIDAD	1073168663	Laura Pardo	13	27/10/2009	MASCULINO	HETEROSEXUAL	V.LOA MERCEDES	RURAL	O+	FAMISANAR	3°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	31	12
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO		INICIACION (9-12)	NUEVO	T. IDENTIDAD	1028948618	Mnauela Ardila	15	24/08/2007	FEMENINO	HETEROSEXUAL	V.LA CUESTA	RURAL	O+	FAMISANAR	5°	COLOMBIANA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	35	14
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO		INICIACION (9-12)	NUEVO			Simon Ramirez	13	14/03/2010	MASCULINO	HETEROSEXUAL	V. LOS ARBOLES	RURAL	O+	PARTICULAR	2°	BENEZOLANO	ESTADO CARABOBO	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	34	14
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO		INICIACION (9-12)	NUEVO	T. IDENTIDAD	1104947257	Danna Gabriela Moreno	14	24/08/2008	FEMENINO	HETEROSEXUAL	V. LAS MERCEDES	RURAL	A+	FAMISANAR	5°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	35	14
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO		INICIACION (9-12)	NUEVO	T. IDENTIDAD	1141052837	Luisa Fernanda Serrano	14	30/7/2008	FEMENINO	HETEROSEXUAL	V. LOS ARBOLES	RURAL	AB+	FAMISANAR	5°	COLOMBIANA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	37	S
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO		FNDMENTACION (13-17	NUEVO	T. IDENTIDAD	1011208431	Ana Lucia Nope	16	14/12/2006	FEMENINO	HETEROSEXUAL	V.LA CUESTA	RURAL	O+	FAMISANAR	6°	COLOMBIANO	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	36	16
SABANA OCCIDENTE	MADRID	JHONY CRIOLLO		FNDMENTACION (13-17	NUEVO	T. IDENTIDAD	1073159130	Samuel Espita	13	30/01/2010	MASCULINO	HETEROSEXUAL	V.LA CUESTA	RURAL	A+	FAMISANAR	6	COLOMBIANA	CUNDINAMARCA	NINGUNA	NINGUNA	OTRO	37	S

OBLIGACION 9 PDF ANEXO NO 9 PLAN MENSUAL



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES					**NOVIEMBRE**		**MUNICIPIO: MADRID**			
LUGAR:					**EL TREBOL, LA CUESTA Y CHAUTA**		**HORARIO DE PRACTICA:**		**TENIS DE CAMPO**	
NIVEL					**INICIACIÓN**	**X**	**FUNDAMENTACIÓN**	**X**	**INICIACIÓN 2**	**X**
CLASES					**NOVIEMBRE**		**NOVIEMBRE**		**NOVIEMBRE**	
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO		X					
			RESPONSABILIDAD							
			COMPAÑERISMO				X			
			JUSTICIA						X	
			COOPERACION		X		X			
			LEALTAD							
			TRABAJO EN EQUIPO						X	
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD							
			OBEDIENCIA							
			AUTODISCIPLINA		X		X		X	
			PARTICIPACIÓN							
			PERSEVERANCIA		X				X	
			AUTODOMINIO		X				X	
			RECOMPENSA				X			
	PARTE INCIAL	INICIO	INTRODUCCION		X		X		X	
			MOVILIDAD ARTICULAR		X		X		X	
			CALENTAMIENTO		X				X	
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO		X					
			RITMO							
			EQUILIBRIO				X			
			ORIENTACION							
			DIFERENCIACION							
			REACCIÓN							
			ADAPTACIÓN		X					
		CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA							
			VELOCIDAD						X	
			FLEXIBILIDAD		X		X			
			RESISTENCIA		X		X		X	
		ELEMENTOS TÉCNICOS	GOLPE DE DERCHA		X				X	
			GOLPE DE REVES		X				X	
			SERVICIO				X			
			DESPLAZAMIENTOS							
		ELEMENTOS TACTICOS			X					
			ATAQUE				X			
			DEFENSA							
			CONSISTENCIA		X				X	
			DIRECCIÓN		X				X	
		RECREATIVO	JUEGOS DE INTEGRACION		X					
			JUEGOS TRADICIONALES						X	
			ACTIVIDADES ARTISTICAS							
			CIRCUITOS RECREATIVOS				X			
			FESTIVALES RECREATIVOS							
	PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO		X					
			RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (VALORES,EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)		PREGUNTAR AL DEPORTISTA QUE APRENDIO, COMO SE SINTIO, ETC					

FIRMA FORMADOR:

OBLIGACION 10 PDF ANEXO NO 10 PRUEBAS ANTROPOMETRICAS

ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA
TEST DEPORTIVOS PROVINCIA SABANA OCCIDENTE 2023
MUNICIPIO MADRID – CUNDINAMARCA
DEPORTE TENIS DE CAMPO ANALISIS CUALITATIVO Y CUANTITATIVO

PESO CORPORAL: Según el análisis realizado a los 40 deportistas podemos inferir que tienen un peso adecuado para sus edades, sin embargo, en base a las tablas de la organización mundial de la salud 2 niños entre 6 y 8 uno presenta sobre peso ya que su IMC está por arriba de 18 y otro niño que tiene desnutrición moderada ya que se encuentra por debajo de 12, los otros 28 se encuentran en estado normal, también se puede evidenciar que este porcentaje es debido a que poseen buenos hábitos alimenticios que ayudan a mantenerse fuertes y sanos.

ESTATURA DE PIE: De acuerdo al análisis realizado a los 40 deportista se deduce que 25 deportistas tienen una estatura acorde a su edad, 8 deportistas tienen una estatura mayor al promedio de su edad y 7 deportistas están un centímetro por debajo de la estatura acorde a la edad.

ESTATURA SENTADOS: De acuerdo al análisis realizado a los 40 deportista se deduce que 25 deportistas tienen una estatura acorde a su edad, 10 deportistas tienen una estatura mayor a la acorde a su edad y 5 deportistas están un centímetro por debajo de la estatura acorde a la edad.

ENVERGADURA: Según el análisis realizado a los 40 deportistas se infiere que 25 deportistas tienen su envergadura acorde a su estatura de pie y edad y que 15 deportistas tienen su envergadura mayor a edad y estatura de pie.

PERIMETRO DE CINTURA: Según el análisis realizado a los 40 deportistas se infiere que 32 deportistas tienen un perímetro normal a su edad y estatura por su contextura,7 tienen un perímetro mayor a la acorde a su estatura y edad por su contextura gruesa y 1 deportistas tienen un perímetro inferior a su estatura y peso por su contextura delgada.

NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA <8 AÑOS

20 METROS: Según el análisis realizado a los 14 deportistas de este nivel se dice que 10 deportistas obtuvieron un tiempo acorde a su edad; 2 deportistas obtuvieron un tiempo superior a un niño de su edad y 1 deportistas obtuvieron un tiempo inferior al de un niño de su edad, en comparación con las primeras pruebas realizadas en el mes de abril; La mayoría de deportistas tienen una buena condición física para correr ya que, para la edad de la mayoría, tienen un buen rendimiento.

SALTO LARGO SIN IMPULSO: Según el análisis realizado a los 14 deportistas de este nivel se dice que 8 deportistas obtuvieron un mejor resultado en las pruebas realizadas en el mes de abril que en las segundas pruebas que se realizaron en el mes de septiembre y que 6 deportistas obtuvieron un mejor resultado en las pruebas realizadas en la segunda toma de test físicos que en las que se realizaron en el mes de abril. La capacidad de salto largo sin impulso es buena a nivel general

SALTO VERTICAL: Según el análisis realizado a los 14 deportistas de este nivel se dice que 4 deportistas obtuvieron un mejor resultado en la primera toma de test que se realizó en abril, que en la segunda toma de test que se realizó en el mes de septiembre y que 9 deportistas obtuvieron un mejor resultado en la segundas pruebas que se realizaron en el mes de septiembre que en los primeros test que se realizaron en el mes de abril y 1 obtuvo el mismo resultado en las dos tomas de test realizada en el año. El estándar en saltos vertical es bueno ya que hay una buena capacidad, que es esencial para la ejecución del deporte.

Deportistas que obtuvieron el mejor resultado en cada prueba:
20 METROS: Mateo Gómez 4 segundos con 56 milésimas
SALTO LARGO SIN IMPULSO: Mateo Gómez; 1,51 centímetros
SALTO VERTICAL: ANGEL PINILLA; María Juliana Redondo 1,12 centímetros

NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA 9 A 12 AÑOS

20 METROS: Según el análisis realizado a los 12 deportistas de este nivel se dice que 8 deportistas obtuvieron un tiempo acorde a su edad; 3 deportistas obtuvieron un tiempo superior a un niño de su edad y 1 deportistas obtuvieron un tiempo inferior al de un niño de su edad, en comparación con las primeras pruebas realizadas en el mes de abril; La mayoría de deportistas tienen una buena condición física para correr ya que, para la edad de la mayoría, tienen un buen rendimiento.

SALTO LARGO SIN IMPULSO: Según el análisis realizado a los 12 deportistas de este nivel se dice que 4 deportistas obtuvieron un mejor resultado en las pruebas realizadas en el mes de abril que en las segundas pruebas que se realizaron en el mes de septiembre; que 8 deportistas obtuvieron un mejor resultado en las pruebas realizadas en la segunda toma de test físicos, realizada en el mes de septiembre, que en las que se realizaron en el mes de abril. La capacidad de salto largo sin impulso es buena a nivel general

SALTO VERTICAL: Según el análisis realizado a los 12 deportistas de este nivel se dice que 5 deportistas obtuvieron un mejor resultado en la primera toma de test que se realizó en abril, que en la segunda toma de test que se realizó en el mes de septiembre y que 7 deportistas obtuvieron un mejor resultado en la segunda prueba que se realizó en el mes de septiembre que en los primeros test que se realizaron en el mes de abril. El estándar en saltos vertical es bueno ya que hay una buena capacidad, que es esencial para la ejecución del deporte.

S. RUN: Según el análisis realizado a los 12 deportistas de este nivel se dice que 8 deportistas obtuvieron un tiempo acorde a su edad, y 4 deportistas obtuvieron un tiempo superior a un niño de su edad de acuerdo a los resultados obtenidos en el mes de abril cuando se realizó la primera toma de test físicos. La mayoría de deportistas mantienen una buena condición física para correr.

Deportistas que obtuvieron el mejor resultado en cada prueba:
20 METROS: Dilan Rodriguez; 3 segundos con 2 milésimas
SALTO LARGO SIN IMPULSO: Luis Villalobos 162 centímetros
SALTO VERTICAL: Wilmer Riaño; 262 centímetros
S. RUN4X10: Ana Polonia; 11 segundos con 27 milésimas

NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA 13 A 17 AÑOS

20 METROS: Según el análisis realizado a los 14 deportistas de este nivel se dice que 10 deportistas obtuvieron un tiempo acorde a su edad; y 4 deportistas obtuvo un tiempo inferior al de

un niño de su edad, en comparación con las primeras pruebas realizadas en el mes de abril. Los de deportistas tienen una condición física básica para correr, por lo tanta se debe seguir trabajando para mejorar.

SALTO LARGO SIN IMPULSO: Según el análisis realizado a los 14 deportistas de este nivel se dice que 1 deportistas obtuvieron un mejor resultado en la primera toma de test realizada en abril que en la segunda toma que se realizó en; que 13 deportistas obtuvieron un mejor resultado en en la segunda toma de test físicos realizada en septiembre que el primero que se realizó en abril, La capacidad del salto largo sin impulso es buena a nivel general.

SALTO VERTICAL: Según el análisis realizado a los 14 deportistas de este nivel se dice que 4 deportistas obtuvieron un mejor resultado en el primer intento que en el segundo intento y que 10 deportistas obtuvieron un mejor resultado en la segunda toma de test físicos realizada en septiembre que la primera que se realizó en abril. El estándar en saltos vertical es bueno ya que hay una buena capacidad, que es esencial para la ejecución del deporte.

S. RUN: Según el análisis realizado a los 14 deportistas de este nivel se dice que 10 deportistas obtuvieron un tiempo acorde a su edad, y 4 deportistas obtuvieron un tiempo inferior a un niño de su edad. La mayoría de deportistas tienen una buena condición física para correr ya que para la edad de la mayoría tienen un buen rendimiento, pero hay que mejorar.

Deportistas que obtuvieron el mejor resultado en cada prueba:
20 METROS: Samuel Espitia; 2 segundos con 7 milésimas
SALTO LARGO SIN IMPULSO: Ana Lucia Nope; 187 centímetros
SALTO VERTICAL: Samuel Alejandro Patiño; 278 centímetros
S. RUN: CHERRIL XIMENA RODRIGUES PEÑA; 11 segundos con 25 milésimas

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: 6 A 8 AÑOS

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL	ESTATURA DE PIE	ESTATURA SENTADO	ENVERGADURA	PERIMETRO DE CINTURA
					KG	CMS.	CMS.	CMS.	CMS.
1	Mariana Gamba	7	13/12/2015	TENIS	24.3	1.26	57	1.23	60
2	Dulce Calderon	7	7/04/2015	TENIS	23.7	1.13	56	1.14.	59
3	Emily Castillo	6	2/06/2016	TENIS	27.9	1.23	48	1.11	58
4	Mateo Gomez	7	31/12/2015	TENIS	24.4	1.23	55	1.22	61
5	Samantha Riaño	5	12/08/2017	TENIS	16.8	124	40	1.11	56
6	Windy Loaiza	6	5/10/2016	TENIS	24.2	1.16	48	1.14	58
7	Michelle Mendez	5	1/06/2017	TENIS	23.1	1.26	39	1.18	56
8	Luz Adriana Perez	5	17/11/2017	TENIS	23.0	1.15	38	1.18	54
9	Juan Sebastian Cifuentes	7	16/04/2015	TENIS	23.0	1.22	57	1.28	60
10	Mariana Juliana Dedondo	8	29/09/2014	TENIS	20.6	1.20	64	1.16	56
11	Miguel Angel Dedondo	5	7/11/2017	TENIS	17.2	1.06	60	1.04	56
12	Julieta Lozada	6	13/07/2016	TENIS	30.5	1.27	67	1.20	65
13	Mariana Nope	7	8/07/2015	TENIS	24.3	1.29	65	1.26	58
14	Salome Ramirez	8	17/11/2014	TENIS	27.9	1.30	71	1.32	55
15									
16									
17									
18									
19									
20									
MUNICIPIO EVALUADO:									
FORMADOR:									

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: 9 A 12 AÑOS

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL	ESTATURA DE PIE	ESTATURA SENTADO	ENVERGADURA	PERIMETRO DE CINTURA
					KG	CMS.	CMS.	CMS.	CMS.
1	Salome Cifuentes	9	23/07/2013	TENIS	46.6	1.38	78	1.35	86
2	Johan Vergara	9	18/07/2013	TENIS	32.3	1.40	70	1.39	60
3	Sabriel Vicente	9	6/08/2013	TENIS	28.8	1.23	72	1.20	59
4	Luis Villalobos	10	26/12/2012	TENIS	29.3	1.50	70	1.48	57
5	Isabella Gomez	9	8/10/2013	TENIS	30.5	1.33	59	1.43	64
6	Dilan Johan Orozco	10	17/09/2013	TENIS	33.4	1.38	75	1.35	58
7	Dilan Rodriguez	10	1/09/2014	TENIS	25.9	1.32	65	1.27	60
8	Wilmer Daniel Riaño	12	19/03/2011	TENIS	37.5	1.58	76	1.51	67
9	Inti Zoeg Gutierrez	12	5/12/2010	TENIS	41.3	1.48	78	1.46	63
10	Karol Sofia Acosta	12	29/09/2010	TENIS	43.7	1.48	70	1.43	65
11	Ana Sofia Polonia	11	4/09/2011	TENIS	36.1	1.42	72	1.43	61
12	Victoria Pedraza	12	13/06/2010	TENIS	43.1	1.45	70	1.53	66
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
MUNICIPIO EVALUADO:									
FORMADOR:									

FUNDAMENTACION

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIV0

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: 13 a 17 AÑOS

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL	ESTATURA DE PIE	ESTATURA SENTADO	ENVERGADURA	PERIMETRO DE CINTURA
					KG	CMS.	CMS.	CMS.	CMS.
1	Juan Jose Cardenas	13	10/10/2009	TENIS	61.0	1.67	89	1.72	79
2	Ian Samuel Paez	13	15/02/2010	TENIS	47.9	1.58	77	1.57	62
3	Samuel Alejandro Patiño	14	30/01/2009	TENIS	65.0	1.74	88	1.73	80
4	Nicol Sofia Castellanos	13	6/04/2010	TENIS	64.7	1.52	80	1.51	69
5	Angie Triana	15	22/08/2007	TENIS	49.5	1.66	86	1.61	64
6	Catalina Ruiz	14	31/01/2009	TENIS	48.1	1.50	78	1.50	68
7	Nataly Peña	15	30/05/2007	TENIS	44.6	1.63	86	1.64	60
8	Laura Pardo	13	27/10/2009	TENIS	49.8	1.50	80	1.50	70
9	Mnauela Ardila	15	24/08/2007	TENIS	57.5	1.65	86	1.67	71
10	Simon Ramirez	13	14/03/2010	TENIS	45.7	1.60	82	1.57	69
11	Danna Gabriela Moreno	14	24/08/2008	TENIS	49.6	1.59	80	1.58	67
12	Luisa Fernanda Serrano	14	3/07/2008	TENIS	50.8	1.60	81	1.57	64
13	Ana Lucia Nope	16	14/12/2006	TENIS	60.6	1.62	84	1.61	75
14	Samuel Espitia	13	30/01/2010	TENIS	55.3	1.60	78	1.62	75
15									
16									
17									
18									
19									
20									
	MUNICIPIO EVALUADO:								
	FORMADOR:								

NIVEL NIÑOS (AS) HASTA <8 AÑOS

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIV0

PRIMER SEMESTRE

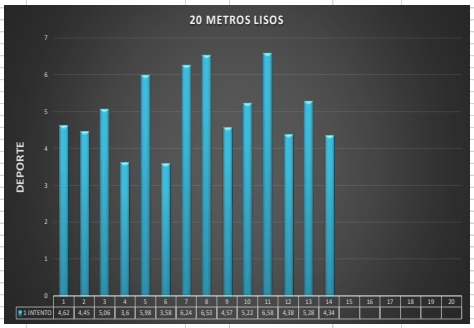
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

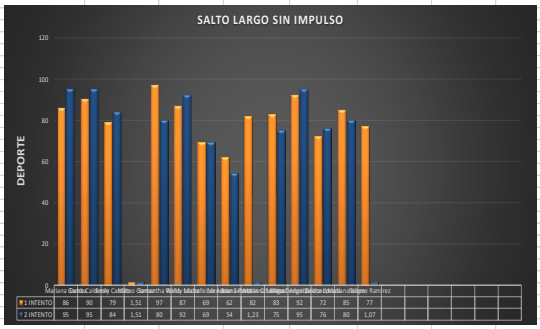
NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA <8 AÑOS

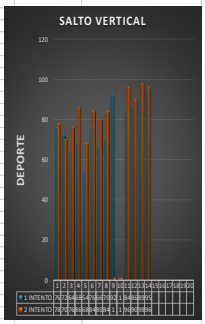
	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	20 METROS LISOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS
	NOMBRES Y APELLIDOS				1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO		
1	Mariana Gamba	7	13/12/2015	TENIS	4,62		86	95	90,5	95	76	78	77	78
2	Dulce Calderon	7	7/04/2015	TENIS	4,45		90	95	92,5	95	72	70	71	72
3	Emily Castillo	6	2/06/2016	TENIS	5,06		79	84	81,5	84	64	76	70	76
4	Mateo Gomez	7	31/12/2015	TENIS	3,6		1,51	1,51	1,51	1,51	68	86	77	86
5	Samantha Riaño	5	12/08/2017	TENIS	5,98		97	80	88,5	97	54	68	61	68
6	Windy Loaiza	6	5/10/2016	TENIS	3,58		87	92	89,5	92	76	84	80	84
7	Michelle Mendez	5	1/06/2017	TENIS	6,24		69	69	69	69	66	80	73	80
8	Luz Adriana Perez	5	17/11/2017	TENIS	6,53		62	54	58	62	70	84	77	84
9	Juan Sebastian Cifuentes	7	16/04/2015	TENIS	4,57		82	1,23	41,615	1,23	92	1,08	46,54	1,08
10	Mariana Juliana Dedondo	8	29/09/2014	TENIS	5,22		83	75	79	83	1,08	1,12	1,1	1,12
11	Miguel Angel Dedondo	5	7/11/2017	TENIS	6,58		92	95	93,5	95	84	96	90	96
12	Julieta Lozada	6	13/07/2016	TENIS	4,38		72	76	74	76	86	90	88	90
13	Mariana Nope	7	8/07/2015	TENIS	5,28		85	80	82,5	85	89	98	93,5	98
14	Salome Ramirez	8	17/11/2014	TENIS	4,34		77	1,07	39,035	1,07	95	96	95,5	96
15														
16														
17														
18														
19														
20														

MUNICIPIO EVALUADO:

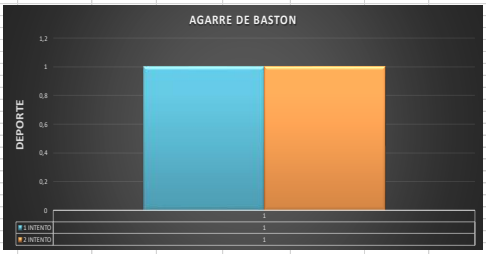
FORMADOR :











NIVEL NIÑOS (AS) DE 9 A 12 AÑOS

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIV0

PRIMER SEMESTRE

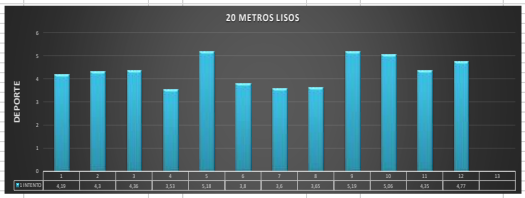
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

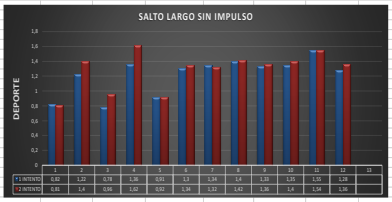
NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA 9 A 12 AÑOS

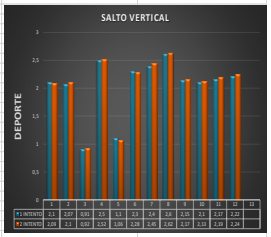
	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	20 METROS LISOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGÚN LOS 2 INTENTOS
	NOMBRES Y APELLIDOS				1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO				
1	Salome Cifuentes	9	23/07/2013	TENIS	4,19		0,82	0,81	0,815	0,82	2,1	2,09	2,095	2,1	14,42	14,42
2	Johan Vergara	9	18/07/2013	TENIS	4,3		1,22	1,4	1,31	1,4	2,07	2,1	2,085	2,1	12,75	12,75
3	Sabriel Vicente	9	6/08/2013	TENIS	4,36		0,78	0,96	0,87	0,96	0,91	0,92	0,915	0,92	15,83	15,83
4	Luis Villalobos	10	26/12/2012	TENIS	3,53		1,36	1,62	1,49	1,62	2,5	2,52	2,51	2,52	11,71	11,71
5	Isabella Gomez	9	8/10/2013	TENIS	5,18		0,91	0,92	0,915	0,92	1,1	1,06	1,08	1,1	15,1	15,1
6	Dilan Johan Orozco	10	17/09/2013	TENIS	3,8		1,3	1,34	1,32	1,34	2,3	2,28	2,29	2,3	11,95	11,95
7	Dilan Rodriguez	10	1/09/2014	TENIS	3,6		1,34	1,32	1,33	1,34	2,4	2,45	2,425	2,45	12,16	12,16
8	Wilmer Daniel Riaño	12	19/03/2011	TENIS	3,65		1,4	1,42	1,41	1,42	2,6	2,62	2,61	2,62	12,1	12,1
9	Inti Zoeg Gutierrez	12	5/12/2010	TENIS	5,19		1,33	1,36	1,345	1,36	2,15	2,17	2,16	2,17	11,28	11,28
10	Karol Sofia Acosta	12	29/09/2010	TENIS	5,06		1,35	1,4	1,375	1,4	2,1	2,13	2,115	2,13	12,38	12,38
11	Ana Sofia Polonia	11	4/09/2011	TENIS	4,35		1,55	1,54	1,545	1,55	2,17	2,19	2,18	2,19	11,27	11,27
12	Victoria Pedraza	12	13/06/2010	TENIS	4,77		1,28	1,36	1,32	1,36	2,22	2,24	2,23	2,24	17,29	17,29
13																

MUNICIPIO EVALUADO:

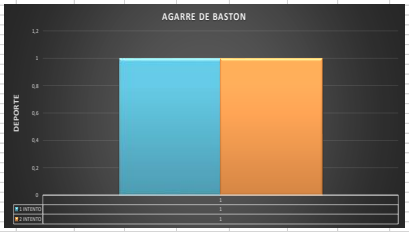
FORMADOR :











NIVEL NIÑOS (AS) DE 13 A 17 AÑOS

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIV0

PRIMER SEMESTRE

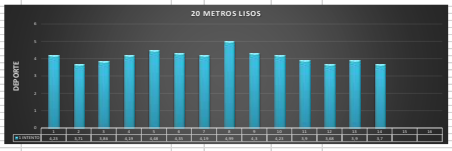
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) 13 A 17 AÑOS

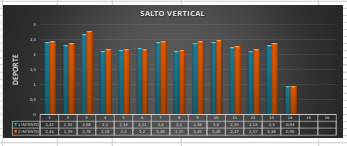
	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	20 METROS LISOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS BAJO SEGÚN LOS 2 INTENTOS
					1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO				
1	Juan Jose Cardenas	13	10/10/2009	TENIS	4,23		1,39	1,4	1,395	1,4	2,42	2,44	2,43	2,44	18,39	18,39
2	Ian Samuel Paez	13	15/02/2010	TENIS	3,71		1,79	1,81	1,8	1,81	2,31	2,39	2,35	2,39	17,29	17,29
3	Samuel Alejandro Patiño	14	30/01/2009	TENIS	3,86		1,94	2,03	1,985	2,03	2,68	2,78	2,73	2,78	19,45	19,45
4	Nicol Sofia Castellanos	13	6/04/2010	TENIS	4,19		1,17	1,21	1,19	1,21	2,1	2,18	2,14	2,18	12,06	12,06
5	Angie Triana	15	22/08/2007	TENIS	4,48		1,38	1,4	1,39	1,4	2,14	2,2	2,17	2,2	11,85	11,85
6	Catalina Ruiz	14	31/01/2009	TENIS	4,35		1,38	1,58	1,48	1,58	2,21	2,2	2,205	2,2	11,99	11,99
7	Nataly Peña	15	30/05/2007	TENIS	4,19		1,53	1,58	1,555	1,58	2,4	2,46	2,43	2,46	13,02	13,02
8	Laura Pardo	13	27/10/2009	TENIS	4,99		1,2	1,27	1,235	1,27	2,1	2,15	2,125	2,15	11,63	11,63
9	Mnauela Ardila	15	24/08/2007	TENIS	4,3		1,65	1,72	1,685	1,72	2,38	2,45	2,415	2,45	11,86	11,86
10	Simon Ramirez	13	14/03/2010	TENIS	4,23		1,54	1,63	1,585	1,63	2,4	2,48	2,44	2,48	11,25	11,25
11	Danna Gabriela Moreno	14	24/08/2008	TENIS	3,9		1,7	1,72	1,71	1,72	2,25	2,27	2,26	2,27	12,22	12,22
12	Luisa Fernanda Serrano	14	3/07/2008	TENIS	3,68		1,68	1,65	1,665	1,68	2,13	2,17	2,15	2,17	17,08	17,08
13	Ana Lucia Nope	16	14/12/2006	TENIS	3,9		1,8	1,87	1,835	1,87	2,3	2,38	2,34	2,38	11,96	11,96
14	Samuel Espitia	13	30/01/2010	TENIS	3,7		1,24	1,3	1,27	1,3	0,93	0,96	0,945	0,96	12,21	12,21
15																
16																

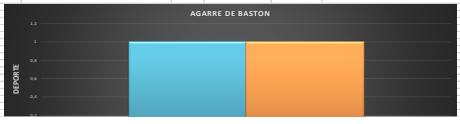
MUNICIPIO EVALUADO:

FORMADOR :











FOTOS











PRUEBAS FISICAS INICIACIÓN


















OBLIGACION 11 PDF ANEXO NO 11 CERTIFICACION DEL MUNICIPO

INSTITUTO MUNICIPAL PARA EL DEPORTE Y LA RECREACION DE MADRID
Nit. 800.222.095 – 4

EL DIRECTOR GENERAL DEL INSTITUTO MUNICIPAL PARA EL DEPORTE Y LA RECREACION DE MADRID

HACE CONSTAR:

Que el Señor **JHONY FERNANDO CRIOLLO PARRA**, Identificado con la Cédula de Ciudadanía No. 80.657.583, prestó sus servicios como **PROFESOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE TENIS DE CAMPO**, durante el período comprendido entre el día 1 al día 30 de Noviembre de 2023, en las Veredas: Chauta, La Cuesta y Puente Piedra (Sector El Trébol), cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo contrato. Igualmente se encuentra a paz y salvo en el Municipio por todo concepto.

Dada en Madrid Cundinamarca, el Primer (1) día del mes de Diciembre de Dos Mil Veintitrés (2023).

Cordialmente,

JORGE ALEJANDRO GONZALEZ M.
Director General

Elaboró. Janeth Bedoya, Auxiliar Administrativo.
Aprobó. Carlos Julio Rodriguez C. Enlace Deportivo – Zona Rural

IDRM – CER.271

OBLIGACION 12 PDF ANEXO NO 12 FESTIVALES ESCOLARES





INDEPORTES

REGISTRO DE ENTREGA DE ELEMENTOS
DESARROLLO DE FESTIVALES DEPORTIVO
FORMATIVO Y ESCOLAR 2023

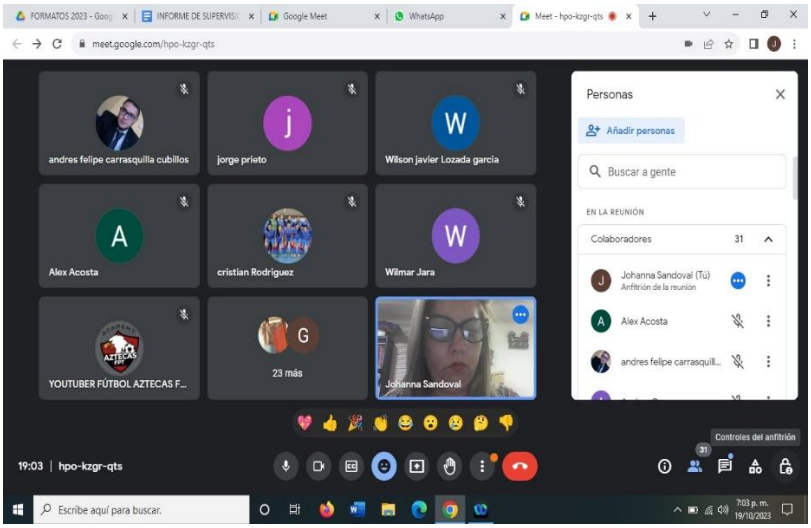
DEPORTIVOS Y FORMATIVOS Escolares

NOMBRE QUIEN ENTREGA: JHONY CRILLO DISCIPLINA: TENIS DE CAMPO

MUNICIPIO: MADRID CARGO: FORMADOR FECHA: 12 DE AGOSTO DE 2023 TELEFONO: 3144046595

	NOMBRES	TELEFONO	IDENTIFICACION	ELEMENTO RECIBIDO	CANTIDAD	FIRMA
1	WENDY TAPIERO LOZAIZA	3143225391	1032600396	REFRIGERIOS	2	
2	SALOME CIFUENTES SAENZ	3045580897	1073169147	REFRIGERIOS	2	
3	MARIANA CAMBA SAENZ	3045580897	1073174965	REFRIGERIOS	2	
4	JUAN SEBASTIAN BERMUDEZ CIFUENTES	3229353576	1027296647	REFRIGERIOS	2	
5	LUZ ADRIANA AMORTEGUI	3043409930	1213714023	REFRIGERIOS	2	
6	EVELYN ROSE CORTES	3103149451	1069649649	REFRIGERIOS	2	
7	ANDREW CORTES SICHACA	3103149451	1070397629	REFRIGERIOS	2	
8	EMILY CASTILLA RIAÑO	3228963577	1070984235	REFRIGERIOS	2	
9	JHOJAN YESSITH ESPITIA AMORTEGUI		1032188462	REFRIGERIOS	2	
10	DULCE MARIA CALDERON RIAÑO	3123753188	1029841441	REFRIGERIOS	2	
11	LAURA VALENTINA ACHAGUA PRADA	3106686870	1055909966	REFRIGERIOS	2	
12	MARIANA SANCHEZ RODRIGUEZ	3226239913	1070390126	REFRIGERIOS	2	
13	MARIA VICTORIA PEDRAZA WILCHES	3182772668	1070392900	REFRIGERIOS	2	
14	INTY ZOCY	3188716879	1011207464	REFRIGERIOS	2	
15	MARIA JULIANA REDONDO ACOSTA	3193610848	1070397488	REFRIGERIOS	2	
16	KAROL SOFIA ACOSTA SUAREZ	3193610848	1070393290	REFRIGERIOS	2	

OBLIGACION 13 PDF ANEXO NO 13 REUNIONES

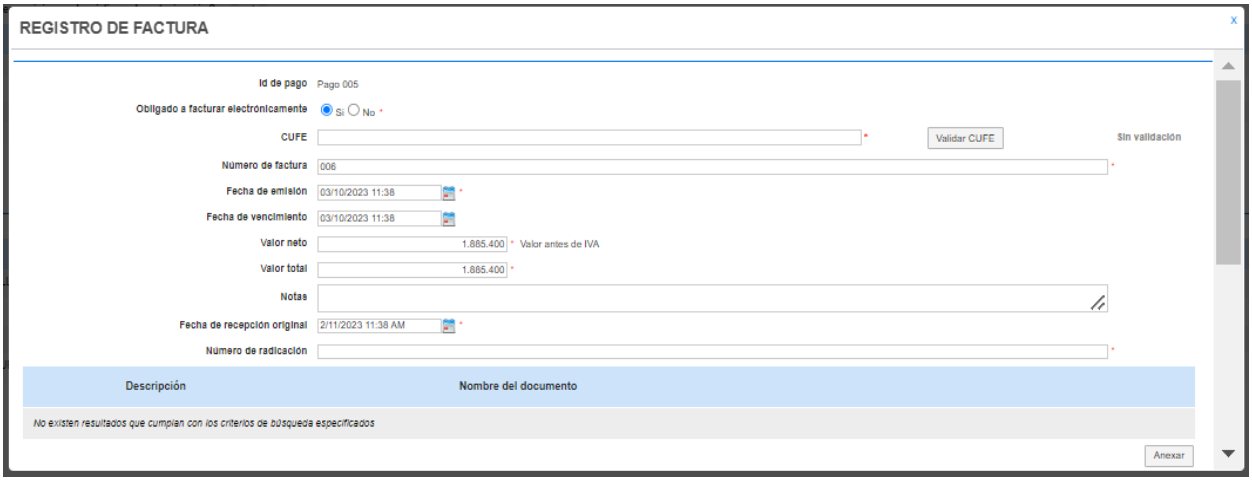




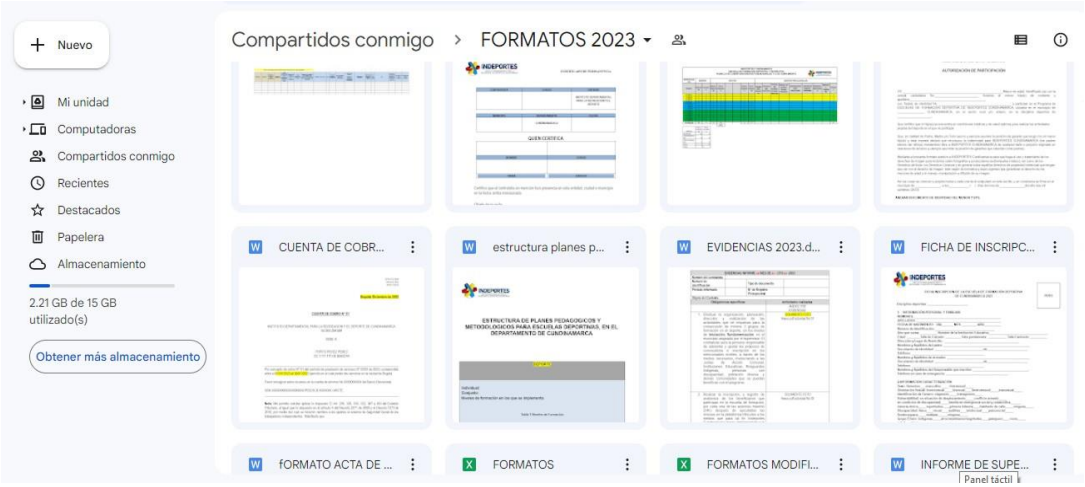
OBLIGACION 14 PDF ANEXO NO 14 FIUD

Entregaré al área de archivo de la Subgerencia Administrativa y Financiera el Formato Único de Inventario Documental (FUID) o su equivalente, cuando lo solicite

OBLIGACION 15 PDF ANEXO NO 15 SECOPII



OBLIGACION 16 PDF ANEXO NO 16 DOCUMENTOS DE LAS INSCRICIONES





FOTOS POR NIVEL: INICIACIÓN, FUNDAMENTACIÓN

INICIACION 1	
	
FECHA Y LUGAR: 4 DE NOVIEMBRE CHAUTA	**FECHA Y LUGAR: LA CUESTA 3 DE NOVIEMBRE**

	
FECHA Y LUGAR:17 DE NOVIEMBRE EN EL TREBOL	**FECHA Y LUGAR: 18 DE NOVIEMBRE LA CUESTA**
FUNDAMENTACIÓN	
	
FECHA Y LUGAR: 17 EL TREBOL	**FECHA Y LUGAR: 24 CHAUTA**
	
FECHA Y LUGAR: 17 NOVIEMBRE EL TREBOL	**FECHA Y LUGAR: 03 NOVIEMBRE LA CUESTA**

	
FECHA Y LUGAR: 1O de NOVIEMBRE EL TREBOL	**FECHA Y LUGAR: 10 OCTUBRE LA CUESTA**
	
FECHA Y LUGAR: 10 DE NOVIEMBRE CHAUTA	**FECHA Y LUGAR:11 DE NOVIEMBRE TREBOL**