ANALISIS CUALITATIVO Y CUANTITAVO DE LOS DEPORTISTAS DE LA PROVINCIA DE ORIENTE.

RAFAEL ANTONIO CAMARGO RAMIREZ

INDEPORTES -CUNDINAMARCA
SUBGERENCIA TECNICA.
COMPONENTE DEPORTE FORMATIVO
MEDINA
2023

ANALISIS CUALITATIVO Y CUANTITAVO DE LOS DEPORTISTAS DE LA PROVINCIA DE ORIENTE.

RAFAEL ANTONIO CAMARGO RAMIREZ

CPS 984

FUTBOL DE SALÓN

COMPONENTE DEPORTE FORMATIVO

INDEPORTES -CUNDINAMARCA
SUBGERENCIA TECNICA.
COMPONENTE DEPORTE FORMATIVO
MEDINA
2023

índice

Introducción..... 4

Antecedentes. 6

Justificación..... 7

Planteamiento del problema..... 8

Objetivo General. 10

Objetivos Específicos 10

Diseño metodológico..... 11

Paradigma de investigación..... 11

Alcance..... 12

Población y Muestra 13

Consideraciones éticas..... 13

MARCO TEORICO..... 14

Interpretación datos:..... 16

Cualitativa..... 16

Cuantitativo:..... 24

Anexos..... 52

Referencias Bibliográficas. 60

Introducción.

El programa de escuelas de formación de Indeportes Cundinamarca tiene como objetivo la formación integral para la vida a través procesos deportivos, y plantea dentro de sus propósitos el seguimiento, control y mejoramiento a partir de la evaluación del acervo motor, utilizando como herramienta de medición los diferentes test avalados por el área metodológica de Indeportes Cundinamarca. Dentro de lo que se busca evaluar en el proceso de entrenamiento y formación deportiva, es indispensable determinar el estado inicial en el que se encuentran los deportistas a través de la aplicación de test que permiten conocer las características de la población y de cada uno de los individuos, lo cual garantizara la debida planificación y elaboración de un programa de entrenamiento que tiene como fin la mejora constante de las habilidades físicas, motrices, socio afectivas, volitivas y axiológicas del deportistas.

La evaluación por competencias nos exige la construcción de unos indicadores que previamente fueron diseñados por el componente de deporte formativo de la provincia del oriente cundinamarqués estructurados en las mallas y planes pedagógicos, desempeños tales como; la exploración de pruebas de medición de las capacidades físicas y llevar un adecuado registro de ellas, comprender los conceptos de las pruebas que miden la capacidad física y la aplicación de las mismas, buscar la preparación previa del deportista para la ejecución de las pruebas de forma natural mediante la práctica de juegos pre deportivos y las formas jugadas.

Se busca que el deportista comprenda los conceptos que miden con el fin de observar y evaluar el estado de desarrollo de una competencia que construye unidades de aprendizaje, que posibilitaran la formación y adecuada evaluación del mismo para satisfacer las necesidades y exigencias de cada una de las disciplinas deportivas ,la realización de test, pruebas antropométricas, físicas y técnicas al inicio del programa son la base, para controlar, evaluar y dosificar de acuerdo al nivel de formación en el que se encuentra el deportista, componentes tales como; condición física, técnicas del cuerpo y desarrollo motor.

Por ello, el presente documento desarrolla lo anteriormente mencionado a partir de un estudio cualitativo y cuantitativo de los resultados obtenidos de los test de valoración físicos y antropométricos, de manera que en la provincia de oriente se realice un registro que perdure con el tiempo y sirva de base para la detección de presentes o futuros talentos deportivos en el departamento de Cundinamarca.

Antecedentes.

La provincia del oriente cundinamarqués está formada por 12 municipios (Cáqueza, Choachí, Guayabetal, Fomeque, Ubaque, Chipaque, Une, Fosca, Gutiérrez, Paratebueno, Medina y Quetame),los cuales están integrados por población que en su gran mayoría se dedica a las labores del campo y la ganadería, desde la gobernación de Cundinamarca y su plan de desarrollo “REGION QUE PROGRESA” y el Instituto departamental para la recreación y el deporte de Cundinamarca INDEPORTES Cundinamarca en la vigencia 2020-2023, se ha buscado llevar el deporte formativo para la vida con altos estándares de calidad a los 116 municipios del departamento y los municipios del oriente del mismo no fueron la excepción, se iniciaron procesos de formación en deportes en los 12 municipios de la provincia principalmente impactando poblaciones nunca antes intervenidas con estos tipos de programas, víctimas del conflicto, campesinado y demás población descentralizada históricamente de los centros poblados de los municipios.

Resaltamos como eje de investigación, evaluación y análisis, una temática primordial para el desarrollo deportivo y de gran alcance para nuestros factores de rendimiento, índices que focalizan habilidades y destrezas en unos test antropométricos y físicos, fundamentales en la estructuración a nuestro sistema del deporte de la región y el departamento. Se enmarca como test antropométricos los siguientes parámetros (estatura de pie, peso corporal, estatura sentada, envergadura y perímetro de cintura) y físicos (20 mts lisos, salto largo sin impulso, salto vertical, shutter run 4x10, agarre de bastón, 300 mts planos, course navette 20 mts). Dichas pruebas se han ejecutado trimestrales durante el periodo del año en

aras de analizar, observar, planear y evaluar el progreso deportivo de cada deportista perteneciente a estas escuelas de formación deportiva de la región del oriente cundinamarqués.

Justificación

Dentro el proceso evaluativo de los test de valoración aplicados en los deportistas de la zona del oriente de Cundinamarca, tiene como finalidad conocer el desarrollo motriz, la capacidades y habilidades básicas motrices en las que se encuentran estos deportistas, teniendo en cuenta cada etapa de formación, y así poder indagar a profundidad los procesos de formación deportiva de cada uno de los instructores en cada una de las disciplinas integradas en estos municipios.

La aplicación de los test evaluativos ayuda a encontrar y descubrir talentos deportivos, los cuales pueden ser llevados a un nivel más alto y ser representantes del municipio, departamento y por qué no de nuestro país, en la disciplina deportiva que se destaca este. Esto se logrará con el seguimiento y apoyo del componente de alto rendimiento deportivo del Instituto de Recreación y Deporte de Cundinamarca. (INDEPORTES).

Planteamiento del problema

Indeportes Cundinamarca trata todo lo referente al deporte de nuestro departamento. En lo que concierne al deporte formativo de reviso en la página web y no se encuentra hallazgo ninguno sobre registro de datos sobre test de valoración para los integrantes que conforman este programa que está direccionado hacia niños, niñas y jóvenes de 6 a 17 años de edad de todos los municipios de Cundinamarca, aunque si se encuentra un par de capacitaciones que han Sido dirigidas hacia los formadores para que apliquen estás pruebas en cada uno de sus procesos deportivos.

Surge la necesidad de planear, proyectar e implementar un registro con datos exactos transcritos y aplicados por profesionales en el deporte que sirvan de medición y evaluación de los distintos procesos deportivos que se desarrollan en la provincia de oriente en sus distintas disciplinas tanto individuales como de conjunto.

No hay una articulación entre deporte de altos logros y deporte formativo lo cual no permite la trascendencia y evolución del deportista amateur a una posible competitividad a nivel de alto rendimiento.

Urge la necesidad de procesos comunicativos, inclusivos y promovidos dónde todos los actores y entes deportivos del departamento tengan acceso a la información de los test de valoración de cada uno de los deportistas

Cundinamarqueses para de está manera descentralizar apoyos e incentivos que lleguen a todos los rincones del departamento y de esta manera no haya fuga de capital y talento humano hacia otras ligas del país.

No hay una eficiente articulación institucional y una promoción con la suficiente cobertura de un programa como el Plan Estrellas liderado por Indeportes que pareciera dirigido solo a municipios de primera categoría y no a los de sexta cómo los de oriente de Cundinamarca, claro está que para potencializar el talento se necesita por ejemplo de una infraestructura adecuada para cada disciplina deportiva pero en nuestra provincia partiendo de ese principio llevamos desventaja ya que nuestros deportistas no cuentan con las garantías necesarias para desarrollarse en el mejor nivel posible.

Tal vez, si los deportistas se enteraran de los incentivos que existen por destacarse a nivel deportivo en el departamento se motivarían un poco más y se exigirían cada vez más por ser la mejor versión como deportistas. Una manera de hacer visible a esta población es precisamente la Inter institucionalidad de los datos de los test de valoración en dónde quizá aparezca una promesa deportiva que estaba escondida en lo más recóndito del departamento.

Ahora bien, se necesita del compromiso real y profesional de cada uno de los docentes vinculados al programa de deporte formativo para la promoción de las posibles estrellas del deporte a nivel departamental con proyección nacional y por qué no internacional.

En años anteriores se escogía una sede de la provincia de oriente para realizar los test a los muchachos más avanzados pero los resultados ni siquiera fueron compartidos con los deportistas ni con la oficina de deportes, y es que, desafortunadamente cada vez que cambia el gobernador de turno llega con su nuevo gabinete y los procesos se cambian o se da una continuidad de manera que

beneficie a los deportistas, sino que muchas veces, es como si el deportista iniciará nuevamente de cero sin las bases lo suficientemente fuerte que le permitan desarrollar su verdadero potencial y en dónde al no existir sistematización e información interinstitucional articulara, clara y veraz se genera un retroceso en la visualización y detección del talento deportivo en el departamento.

Objetivo General.

Realizar la toma de medidas antropométricas y test de valoración con el fin de conocer el estado de los deportistas de la provincia del Oriente Cundinamarqués.

Objetivos Específicos.

1. Evaluar la composición corporal de los deportistas del programa de deporte formativo de las escuelas deportivas del oriente Cundinamarqués en cuanto a factores tales como estatura de pie y sentado, peso en kg y demás datos requeridos para obtener el IMC de los deportistas.
2. Evaluar las capacidades físicas y motrices de los deportistas del oriente mediante la aplicación de test de valoración tales como; course navette, shuttle run, entre otros.
3. Obtener resultados medibles desde lo cuantitativo y que desde lo cualitativo aporten datos y conceptos que contribuyan a la formación de los deportistas y a someter al respectivo ajuste los procesos dentro de la provincia.

4. Identificar falencias en cada uno de los deportistas de los programas de escuelas de formación, y establecer una hoja de ruta pedagógica para re ajustar y optimizar los procesos.

Diseño metodológico

Este trabajo, está enfocado en la aplicación de unos test, el cual busca mediante el desarrollo de estas herramientas servir para mejorar los procesos deportivos de los deportistas pertenecientes a las escuelas de formación deportiva de Indeportes Cundinamarca provincia del oriente. A continuación, se describe de manera detallada, el enfoque, el paradigma y las particularidades metodológicas que caracterizan este proyecto.

Enfoque de investigación

Para Lincoln y Denzin (1994) La investigación cualitativa es un campo interdisciplinar, transdisciplinar y en muchas ocasiones contra disciplinar. atraviesa las humanidades, las ciencias sociales y las físicas. La investigación cualitativa es muchas cosas al mismo tiempo. Es multiparadigmática en su enfoque.

> “El enfoque cuantitativo utiliza la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis previamente hechas, confía en la medición numérica, el conteo y frecuentemente en el uso de estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento enuna población” (Hernández, Fernández y Baptista, 2003, p. 5)

Paradigma de investigación

El presente trabajo de investigación se enmarca en un paradigma metodológico:

Según Restrepo, “La investigación-acción es un instrumento que permite al maestro comportarse como aprendiz de largo alcance, aprendiz de por vida, ya que le enseña como aprender a aprender, cómo comprender la estructura de su propia práctica y cómo transformar permanente y sistemáticamente su práctica pedagógica” (2003, p. 7).

A partir de la aplicación de los test en las diferentes Escuelas de Formación el cual se ejecutará en tres tomas una inicial una intermedia y una final, con lapso de distancia entre cada toma de 3 meses, donde se podrá determinar y evaluar y así atender las particularidades y las características funcionales de los deportistas.

Alcance

Este trabajo es de alcance descriptivo; basado en lo propuesto por Ponce, Domínguez y Arriaga, (2014), quienes manifiestan que los estudios de alcance descriptivo buscan caracterizar, presentar, resultados de conductas o de aspectos generales; específicamente hablando para este trabajo de investigación, consiste en lo que se encontró tanto en la evaluación de las diferentes tomas de los test.

De igual manera, Ortiz (2004), indica que la investigación descriptiva, consiste en medir un grupo de personas u objetos variables y proporcionar su descripción, indagando la incidencia y los valores en que se manifiestan en las mismas. En el caso particular de esta investigación la propuesta dentro de los planes y mallas pedagógicos con la aplicación de los test, pretende ser la base para el trabajo de intervención en cada una de las escuelas de formación, permitiendo a los formadores deportivos planificar las diferentes sesiones de clase basado en las necesidades particulares del grupo a intervenir.

Población y Muestra

La población, es definida como “el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones” (Lepkowski, 2008b) lo que indica que para el presente proyecto de investigación la población son los deportistas de las Escuelas de Formación deportiva de la provincia de oriente, que reciben como herramienta la aplicación de los diferentes test lo cual permite evaluar y tener una propuesta clara sobre la evolución de cada niño.

“La muestra representa el comportamiento de algunas variables o fenómenos de la población” (Rojas, 2006. p.181). Para este caso, se realizó una la aplicación de los test a los niños que hacen parte de la población ya mencionada.

Consideraciones éticas

Dentro de las consideraciones éticas se tuvieron en cuenta los aspectos científicos en la construcción de la investigación la cual se basó en la protección, en el ejercicio y la influencia de los participantes, evitando la vulneración de sus derechos y su relación con la ética (Colciencias, 2014).

MARCO TEORICO

Las Orientaciones para la enseñanza y el aprendizaje de la Educación Física, Recreación y Deporte ofrecen una fundamentación conceptual, pedagógica y didáctica de las competencias específicas que posibilitan los procesos formativos en esta área obligatoria y fundamental del currículo. A su vez, contribuyen al desarrollo de las competencias básicas.

Son definitorios de las competencias, su intrínseca exigencia de flexibilidad conceptual demanda reconocer que no existe una concepción única de competencia, sino varias y diversas, relacionadas con las exigencias para el trabajo -para la educación o para la vida.

Por ejemplo, Chomsky expone que la competencia:

1. Es específica del dominio, es decir, aplica a un área de actividad particular.

2. Se expresa en un “saber hacer” o saber cómo conocimiento implícito en la actuación misma.

3. No es producto de un aprendizaje en sentido estricto.

Meinel (1977) plantea, desde una perspectiva pedagógica, que el movimiento humano debe ser visto como una acción que conduce siempre a la realización de una tarea cinética concreta, determinada por la relación dialéctica del ser humano con el medio. Toda acción humana, y por ende deportiva y educativa, está determinada por relaciones propias del hombre con los otros hombres y con el mundo de las cosas, como una forma de comportamiento orientada a una finalidad. Estas finalidades se dirigen hacia la utilización pedagógica del movimiento, como medio formativo y educativo de conservación de la salud, de trabajo físico, de creación artística, de comunicación humana y de adquisición de conocimientos. En este planteamiento se destaca el sentido de la acción, en tensión constante con las exigencias cambiantes del entorno en la que se realiza.

Cagigal (1979), los enunciados sobre el ser humano dueño y señor de su cuerpo, y el ser humano adaptado al entorno a través de su cuerpo, producto de la reflexión antropo-filosófica, condensan la aspiración de un ser humano educado para actuar. Tal actuación implica la formación personal en relación con un contexto social y ambiental. El cuerpo y el movimiento son los fundamentos desde los cuales se alcanzan los niveles de implicación o enriquecimiento personal, como por ejemplo, inteligencia motriz, eficiencia física, vivencia integral y comunicación del movimiento y disfrute o placer funcional del mismo.

El documento de Lineamientos Curriculares de Educación Física, Recreación y Deporte (MEN, 2000) ofrece una aproximación al concepto de competencia en el contexto de la educación física. En particular, indica que “la competencia praxeológica permite interpretar las diferentes formas de establecer las relaciones teoría–práctica–contexto en la educación física” (p. 91).

Parlebas (2001) centra la Educación Física no en el movimiento sino en el sujeto que se mueve, que halla en sus acciones una organización significativa. Esto implica la presencia de un comportamiento motor cuyos datos observables están dotados de sentido, que es vivido de forma consciente o inconsciente por la persona que actúa. Esta conducta motriz permite considerar, en el desarrollo mismo de la acción, los elementos de tipo cognitivo, relacional, afectivo y significativo motor. Las conductas motrices implican procesos cognitivos, entendidos no como conocimientos declarativos sino como habilidades y destrezas, procedimientos comportamentales, formas de reacción, pre-actuar y actuar que desarrollan las competencias adaptativas del individuo. Es en la conducta motriz, y no en el ejercicio, donde la Educación Física debe buscar un reconocimiento a la participación del sujeto en su totalidad y no como una parte de él.

•La competencia motriz, entendida como la construcción de una corporeidad autónoma que otorga sentido al desarrollo de habilidades motrices, capacidades físicas y técnicas de movimiento reflejadas en saberes y destrezas útiles para atender el cultivo personal y las exigencias siempre cambiantes del entorno con creatividad y eficiencia. No sobra advertir que lo motriz es una unidad, pero para efectos de claridad y de orientación didáctica es necesario utilizar un enfoque analítico, aunque en la vida real la motricidad se expresa mediante acciones unitarias.

•La competencia expresiva corporal, debe entenderse como el conjunto de conocimientos acerca de sí mismo (ideas, sentimientos, emociones), de técnicas para canalizar la emocionalidad (liberar tensiones, superar miedos, aceptar su cuerpo), de disponibilidad corporal y comunicativa con los otros, a través de la expresión y la representación posible, flexible, eficiente y creativa, de gestos, posturas, espacio, tiempo e intensidades.

•La competencia axiológica corporal, entendida como el conjunto de valores culturalmente determinados como vitales, conocimientos y técnicas adquiridos a través de actividades físicas y lúdicas, para construir un estilo de vida orientado a su cuidado y preservación, como condición necesaria para la comprensión de los valores sociales y el respeto por el medio ambiente.

Interpretación datos:

Cualitativa*:*

SE EVIDENCIO QUE los deportistas entre los 6 a 8 años en la ejecución del test de 20 metros lisos poseen técnicas de ejecución en desplazamiento en proceso ya que sus acciones motoras están siendo corregidas a edades tempranas, en el cual el aprendiz adquiere de manera repetitiva buenos gestos de ejecución en cuanto una observación de gestos biomecánicos.

en cuanto lo comportamental se observa que los deportistas están participando activamente fijando metas de superación a medida que van avanzando en su proceso de aprendizaje adquiriendo nuevos retos que les permite mejorar significativamente sus marcas personales.

Se identifico que algunos deportistas de la escuela de formación de futbol de salón del municipio de Medina-Cundinamarca poseen mejores condiciones motoras de acuerdo a sus vivencias y entorno social que los rodea sin apartar los deportistas que tienen las capacidades menos desarrolladas hacen su mayor esfuerzo en busca de una superación personal generando nuevos retos.

Los deportistas se sienten seguros de si mismo y lo demuestran de manera alegre y espontanea permitiendo que se realizara la prueba con mas seguridad y dinamismo.

Test de salto largo sin impulso

Los deportistas ponen en practica lo aprendido durante el proceso de formación permitiéndoles mejorar y potenciar gradualmente las capacidades físicas mediante esta evaluación.

Los aprendices de la escuela de formación de futbol de salón del municipio de Medina dentro de su ambiente demuestran una permanente participación brindando aportes como experiencia propia y la comparte con sus compañeros originando mas confianza para los que aun no presentaban la prueba mejorando y presentando buenos gestos técnicos y registros

Salto vertical

A partir de una observación comportamental los deportistas se sienten a gusto con el método de ejecución generando expectativas y retos entre sus compañeros beneficiando el desarrollo de la actividad ya que se hace mas participativa y activa el desarrollo de la misma .

Los deportistas demuestran que su mayor placer es romper su marca alcanzada en el primer intento permitiéndoles ajustar su estrategia haciendo más eficiente su desempeño.

Algunos deportistas debido a sus condiciones anatómicas realizan su mayor esfuerzo, pero no les permite romper su propia marca, pero es acogido por sus demás compañeros como muestra de compañerismo y respeto entre ellos mismos.

Los aprendices ejecutan bien los gestos técnicos requeridos para la ejecución de la prueba permitiéndoles alcanzar una mejor marca y es socializada finalmente como experiencia entre todos al terminar la sesión y se reconoce los tres mejores resultados en masculino y femenino.

SHUTTER RUN 4X10

Durante la ejecución del test los deportistas demostraron las capacidades físicas de velocidad y agilidad siendo una evaluación asertiva y eficiente para su desempeño como deportistas en proceso de formación.

En algunos deportistas se observa una buena velocidad de desplazamiento, pero en agilidad su proceso aumento en proporción con el tiempo de ejecución y se determina que es una secuencia de espontaneidad y determinación.

Los deportistas participan activamente y su perspectiva de competencia crece empleando a fondo su capacidad y hace que sea mas eficiente y veras la información aportada durante su desempeño.

Los aprendices poseen de buenas virtudes comportamentales de desplazamiento y obtienen buen desempeño en la ejecución de la prueba generando lapsos de confianza entre si mismo y el formador en pro de las mejoras deportivas y actividades en su que hacer diario dentro de su entorno social y vivencias de los cuales se destacan los dos primeros y finaliza.

Evaluación niños de 9 y 10 años

En el deportista de la escuela de formación es el único en el rango de edad con 9 años, su desempeño comportamental en el desarrollo de la prueba de 20 metros lisos se observa que posee una buena técnica de zancada, pero requiere de mejorar la velocidad de desplazamiento a continuación se expone los resultados.

Oscar Leonardo Turriago Romero con un tiempo de duración de la prueba de 4,33 seg

Test de salto largo sin impulso

El deportista dentro de su ambiente demuestra una permanente participación brindando aportes como experiencia propia y la comparte con el formador originando más confianza para que el tutor o docente le explique nuevamente la técnica.

El alumno determina y adopta una buena técnica de salto mejorando su marca personal del primer intento sintiendo satisfacción de crecimiento y avance en la ejecución. Por ende, se reconoce su esfuerzo y se comparte el registro.

Salto vertical

El deportista de la escuela de formación de futbol de salón del municipio de Medina aprende y comprende que el uso de la técnica es muy fundamental para realizar un buen salto.

Realiza la prueba demostrando el potencial muscular del tren inferior que se ve permanentemente durante la práctica deportiva del futbol de salón para ganar altura al adversario en cabeceos o siendo portero entre otros como base fundamental en su vida personal no solo como deportista sino del entorno que lo rodea.

Participa activamente en el desarrollo de la actividad el cual él genera nuevos retos de superación mejorando su primera marca.

SHUTTER RUN 4X10

Durante la ejecución del test el deportista demostró las capacidades físicas de velocidad y agilidad siendo una evaluación asertiva y eficiente para su desempeño como deportistas en proceso de formación.

El deportista dio lo mejor de sí para poder identificar como se encuentra en el nivel de capacidad motora en su proceso de formación la cual permite intervenir en él mismo y mejorar sus comportamientos saludables.

Evaluación niños de 11 a 13 años

En los deportista de 11 a 13 años de la escuela de formación de futbol de salón se vivencio que sus desempeños comportamentales en el desarrollo de la prueba de 20 metros lisos poseen de buena disposición para la ejecución de la misma permitiendo hacer un seguimiento asertivo de sus capacidades físicas de desplazamiento.

Los deportistas participan activamente y se plantean nuevos retos para la superación de su marca personal y buscan superar al compañero.

En deportistas se debe mejorar su velocidad de desplazamiento basado en la planificación del entrenamiento y la carga reconociendo que son deportistas que viven en condiciones diferentes.

Test de salto largo sin impulso

Los deportistas de la escuela de formación de futbol de salón del municipio de Medina dentro de su ambiente demuestran una permanente participación brindando aportes como experiencia propia y la comparte con los demás compañeros y formador originando más confianza para que el tutor o docente le explique nuevamente la técnica.

Los alumnos determinan y adoptan una buena técnica de salto mejorando las marcas personales del primer intento sintiendo satisfacción de crecimiento y avance en la ejecución para hacer seguimiento de la fuerza en los miembros inferiores basados en la condición musculo esquelética de los participantes.

Salto vertical

Los deportistas de la escuela de formación en futbol de salón del municipio de Medina aprenden y comprenden que el uso de la técnica es muy fundamental para realizar un buen salto.

Realizan la prueba demostrando el potencial muscular del tren inferior que se usa permanentemente durante la práctica deportiva del futbol de salón para ganar altura al adversario en cabeceos o siendo portero entre otros como base fundamental en su vida personal no solo como deportistas sino de las acciones que representa dentro del entorno que los rodea.

Participan activamente exigiendo sus capacidades a máximo, generando nuevos retos superación para potenciar su cuerpo mejorando su primer registro.

SHUTTER RUN 4X10

Durante la ejecución del test los deportistas de la escuela de formación de futbol de salón del municipio de Medina demuestran como están las capacidades físicas de velocidad y agilidad siendo una evaluación asertiva y eficiente para su desempeño como deportistas en proceso de formación.

Los deportistas dieron lo mejor de sí para poder identificar como se encuentra en el nivel de capacidad motora en su proceso de formación la cual permite intervenir en edades tempranas y mejorar sus comportamientos saludables.

Test 300 metros planos

Los participantes de la escuela de formación de futbol de salón definen claramente los objetivos de la prueba y su metodología de aplicación con su respectivo protocolo y el enfoque de este.

Los deportistas ejecutaron la prueba de 300 metros planos y se emplean de manera consciente y acertada para hacer el respectivo seguimiento del consumo del vo2max y por ende mejorar la condición física para llevar en buena proporción su estado físico y de salud.

Los alumnos asumen la prueba como reto personal y lucha por superar la mejor marca personal y la de sus compañeros.

Evaluación de 14 a 17 años

En los deportista de 14 a 17 años de la escuela de formación de futbol de salón del municipio de Medina se vivencio que sus desempeños comportamentales en el desarrollo de la prueba de 20 metros lisos poseen de buena disposición para la ejecución de la misma permitiendo hacer un seguimiento asertivo de sus capacidades físicas de desplazamiento.

Los deportistas participan activamente y se plantean nuevos retos para la superación de su marca personal y buscan superar al compañero.

En deportistas se debe mejorar su velocidad de desplazamiento basado en la planificación del entrenamiento y la carga reconociendo que son deportistas que viven en condiciones diferentes.

Test de salto largo sin impulso

Los deportistas dentro de su ambiente demuestran una permanente participación brindando aportes como experiencia propia y la comparte con los demás compañeros y formador originando más confianza para que el tutor o docente le explique nuevamente la técnica.

Los alumnos determinan y adoptan una buena técnica de salto mejorando las marcas personales del primer intento sintiendo satisfacción de crecimiento y avance en la ejecución para hacer seguimiento de la fuerza en los miembros inferiores basados en la condición musculo esquelética de los participantes.

Salto vertical

Los deportistas aprenden y comprenden que el uso de la técnica es muy fundamental para realizar un buen salto.

Realizan la prueba demostrando el potencial muscular del tren inferior que se usa permanentemente durante la práctica deportiva del futbol de salón para ganar altura al adversario en cabeceos o siendo portero entre otros como base fundamental en su vida personal no solo como deportistas sino de las acciones que representa dentro del entorno que los rodea.

Participan activamente exigiendo sus capacidades a máximo, generando nuevos retos superación para potenciar su cuerpo mejorando su primer marca.

SHUTTER RUN 4X10

Durante la ejecución del test los deportista demuestran como están las capacidades físicas de velocidad y agilidad siendo una evaluación asertiva y eficiente para su desempeño como deportistas en proceso de formación.

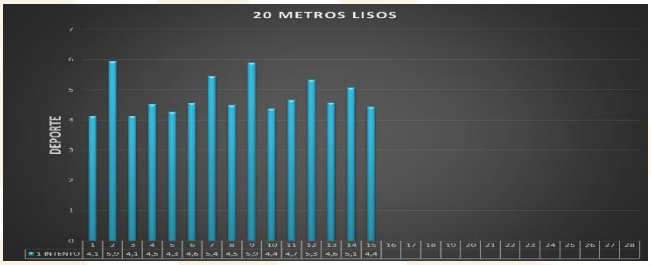
Los deportistas dieron lo mejor de sí para poder identificar como se encuentra en el nivel de capacidad motora en su proceso de formación la cual permite intervenir en edades tempranas y mejorar sus comportamientos saludables.

Cuantitativo:

Test de hasta 8 años escuela de formación de futbol de salón

Análisis de test de 20 metros lisos para deportistas de 6 a 8 años

se evidencia que hay deportistas con buen desempeño en sus desplazamientos con relación a la edad y se representa en la grafica donde se mide el desempeño por escala de menor tiempo en ejecución a mayor, donde el menos tiempo las barras de porcentaje son más cortas a comparación al de menor desempeño por que aumenta en tiempo y la pendiente de la barra.



Grafica 1:test 20 metros lisos

Referencias

TABLA1 : resultados en cuanto duración test de 20 metros lisos

NOMBRES Y APELLIDOS	
KEINER CIPRIAN GUZMAN	4”,13
JERIK SALOME ALVARADO	5”,94
DAVID JERONIMO PADILLA	4”,13
FERNEY SANTIAGO DELGADO	4”,52
LAURA NATALIA BARRETO	4”,26
DANNA SOFIA LEON	4”,56
ASHLEY BELTRAN	5”,44
SARAY HOYA ALVARADO	4”,49
JULIANA LANCHEROS	5”,89

KEILY LUCERO MONDRAGON	4”,37
JINETH DIAZ NAVAS	4”,66
SARA BELTRAN PRIETO	5”,32
ANDRES LEON	4”,57
DANIELA MONDRAGON	5”,07
MARIA SALOME RODRIGUEZ	4”,43

Test de salto largo sin impulso

se evidencia que 15 estudiantes de la escuela de formación presentaron la prueba donde el mejor tiempo obtenido por el deportista es sacado del mejor desempeño en los dos intentos y que pertenece al primero en lista , la barra de color naranja identifica el balance en el primer intento y la azul el segundo intento.

Grafica 2 test salto largo sin impulso

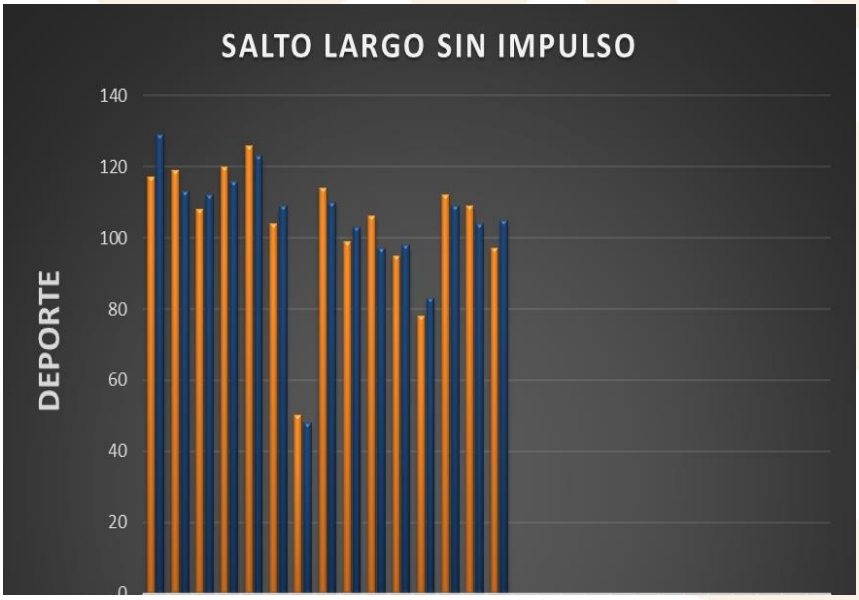


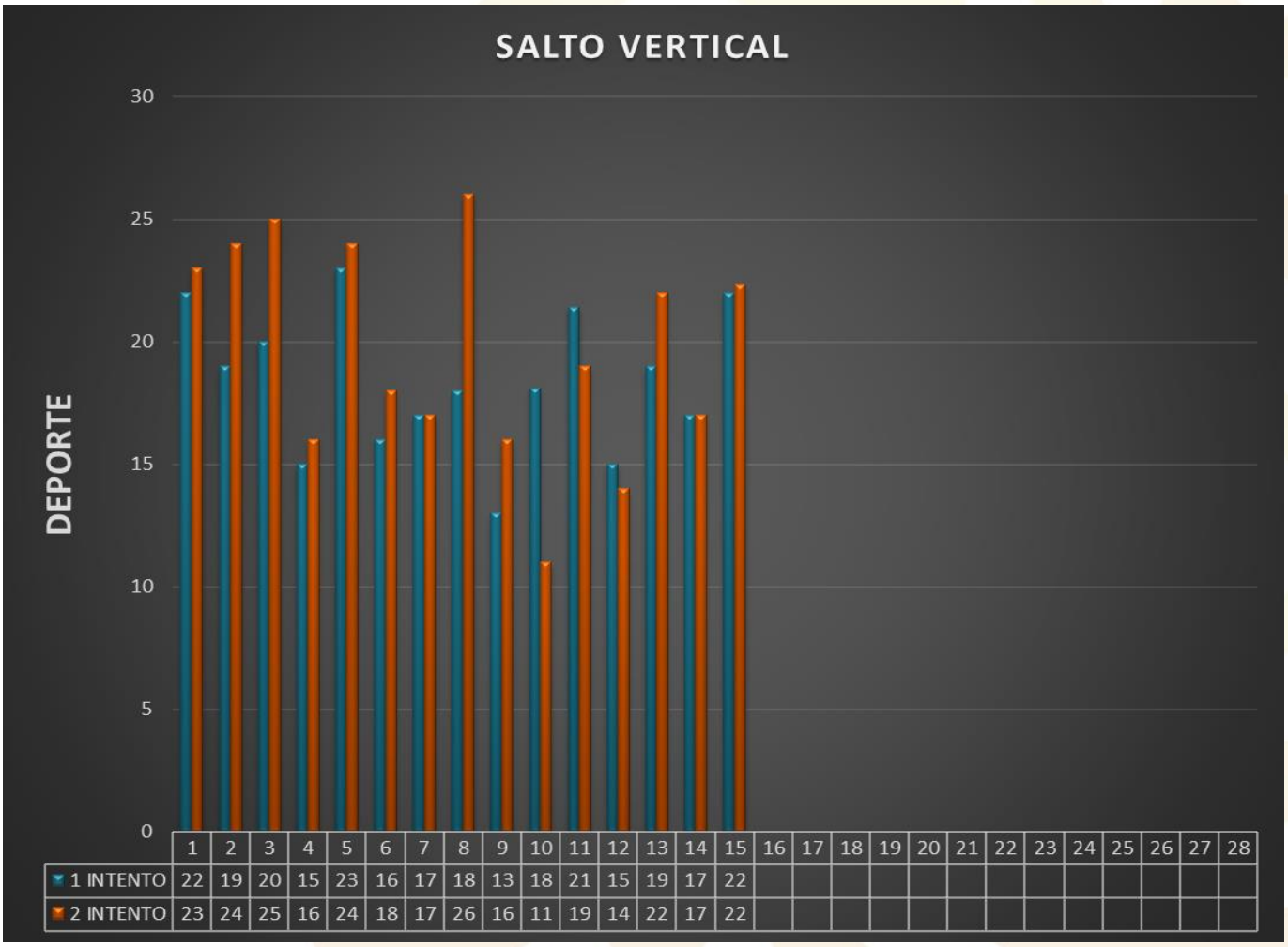
Tabla 2 resultado test de salto largo sin impulso

NOMBRES Y APELLIDOS	Intento 1	Intento 2
KEINER DAVID GUZMAN	117 cm	129 cm
JERIKN SALOME HOYA	119cm	113 cm
DAVID JERONIMO PADILLA	108 cm	112 cm
FERNEY SALGADO	120 cm	116 cm
LAURA MANCERA	126 cm	123 cm
DANNA LEON	104 cm	109 cm
ASHLEY BELTRAN	50 cm	48 cm
SARAY ALVARADO	114 cm	110 cm
JULIANA LANCHEROS	99 cm	103 cm
LUCERO MONDRAGON	106 cm	97 cm
JINETH NAVAS	95 cm	98 cm
SARA PRIETO	78 cm	83 cm
ANDRES LEON	112 cm	109 cm
DANIELA MONDRAGON	109 cm	104 cm
MARIA LEON	97 cm	105 cm

Test salto vertical

Se observa en la gráfica 3 que 8 deportistas de la escuela de formación de futbol sala hasta 8 años poseen buen salto esto comprende que su fuerza muscula del tren inferior es buena , los 7 restantes están en un nivel medio por ende requiere de planificar sesiones de entrenamiento enfocadas al mejoramiento de la fuerza explosiva tren inferior .

grafica 3



	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
1 INTENTO	22	19	20	15	23	16	17	18	13	18	21	15	19	17	22													
2 INTENTO	23	24	25	16	24	18	17	26	16	11	19	14	22	17	22													

Tabla 3 resultados distancia obtenida de elevación tren inferior en cm test de salto vertical

NOMBRES Y APELLIDOS	Intento 1	Intento 2
KEINER CIPRIAN	22 cm	23 cm
JERIK ALVARADO	19 cm	24 cm
DAVID PADILLA	20 cm	25 cm
FERNEY SALGADO	15 cm	16 cm
LAURA BARRETO MANCERA	23 cm	24 cm
DANNA LEON	16 cm	18 cm
ASHLEY BELTRAN	17 cm	17 cm
SARAY NOVOA	18 cm	26 cm
JULIANA LANCHEROS	13 cm	16 cm
LUCERO MONDRAGON	18,1 cm	11 cm
YINETH NAVAS	21,4 cm	19 cm
SARA PRIETO	15 cm	14 cm
ANDRES MANCERA	19 cm	22 cm
DANIELA MONDRAGON	17 cm	17 cm
MARIA RODRIGUEZ	22 cm	22,3 cm

Test shutter run 4x 10

Se evidencia en la que los deportistas de la escuela de formación de futbol de salón en la realización del test presentan un nivel promedio , se observa que entre menos pendiente mejor tiempo obtenido en la ejecución de la prueba por ello el mejor desempeño lo obtuvo al deportista 4 en la lista.

grafica 4 test shutter run 4x10



Tabla 4 listado con resultados test de shutter run

NOMBRES Y APELLIDOS	Tiempo en “
KEINER CIPRIAN GUZMAN	14”,21
JERIK HOYA ALVARADO	13”,94
DAVID PADILLA	14”,21
FERNEY SALGADO	13”,35
LAURA BARRETO	15”,69
DANNA LEON	14”,95
ASHLEY ALVARADO	15”,38
SARAY ALVARADO	14”,27
JULIANA LANCHEROS	15”,52
KEILY MONDRAGON	14”,88
JINETH NAVAS	14”,87
SARA PRIETO	16”,48
ANDRES LEON	14”,21
DANIELA MONDRAGON	17”,5
MARIA SALOME RODRIGUEZ	14”,41

Test de 20 metros lisos 9 a 10 años escuela de formación de futbol de salón

se evidencia que el deportista obtiene un desempeño regular en sus desplazamientos con relación a la edad y se representa en la gráfica donde se mide el trabajo con el cronograma de barras de Gantt y muestra que entre más alta sea la pendiente más tiempo en la ejecución .

Grafica 6:test 20 metros lisos 9 a 10 años

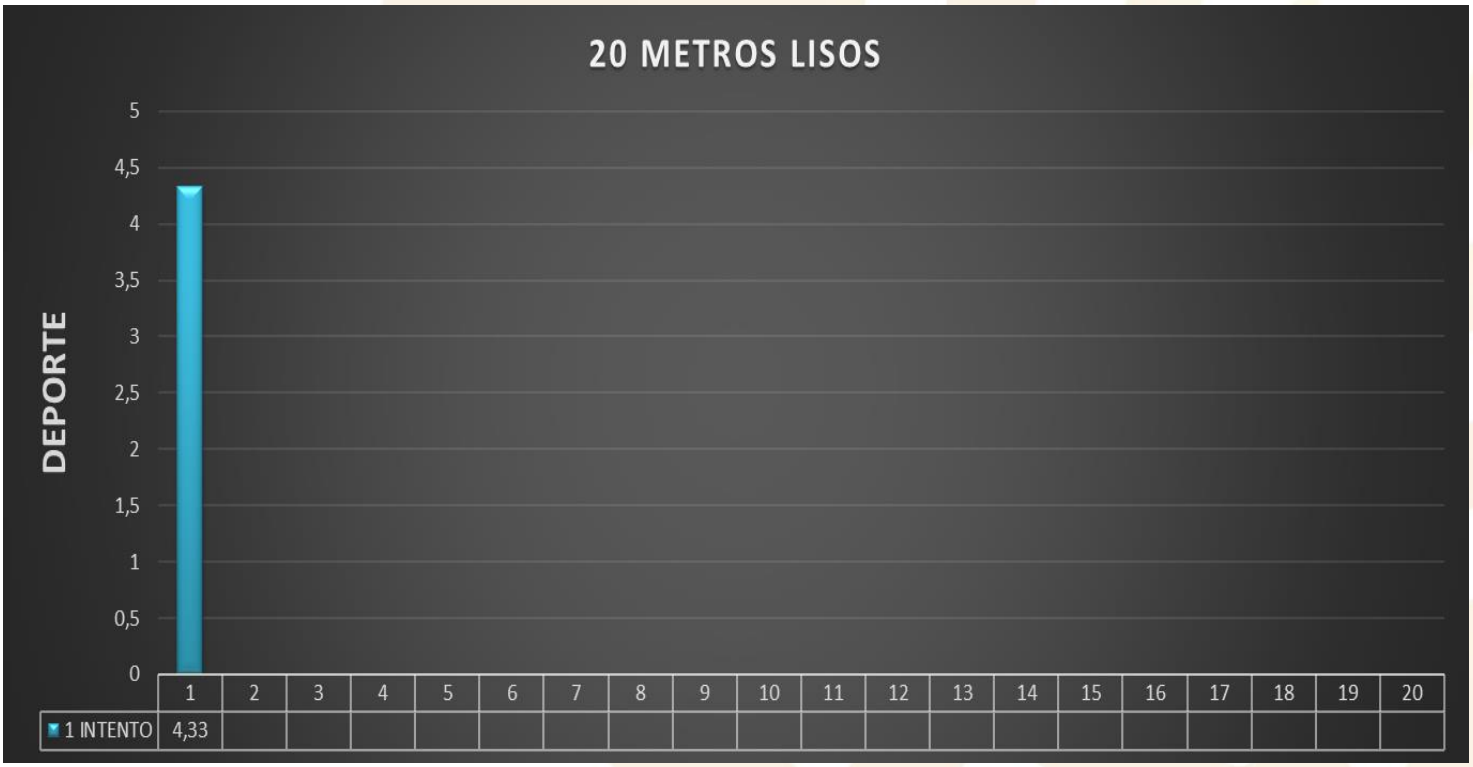


tabla6 **:** resultado en cuanto duración test de 20 metros lisos

NOMBRES Y APELLIDOS	TIEMPO EJECUCION
	4”,33

Test de salto largo sin impulso 9 a 10 años

se evidencia que 1 estudiante de 9 años de la escuela de formación presento la prueba donde el mejor tiempo obtenido por el deportista es sacado del mejor desempeño el cual fue obtenido en el segundo intento, la barra de color naranja identifica el balance en el primer intento y la azul el segundo intento.

Grafica 7 test salto largo sin impulso

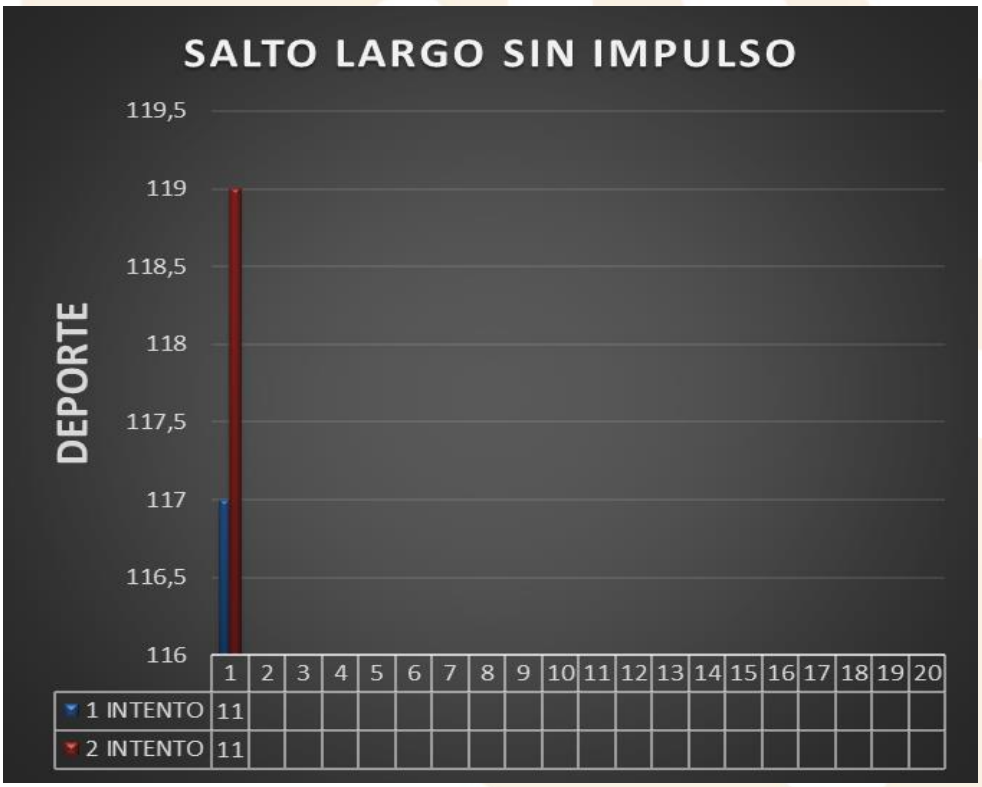


Tabla 7 resultado test de salto largo sin impulso

NOMBRES Y APELLIDOS	Intento 1	Intento 2
	117 cm	119 cm

Test salto vertical 9 a 10 años

Se observa en la gráfica 8 que solo un deportista de la escuela de formación de futbol sala de 9 años presento el test se interpreta que posee buen salto en el segundo intento esto comprende que mejoro la técnica y por ende su fuerza muscular del tren inferior fue más ejercida en el segundo intento.

grafica 8 test salto vertical

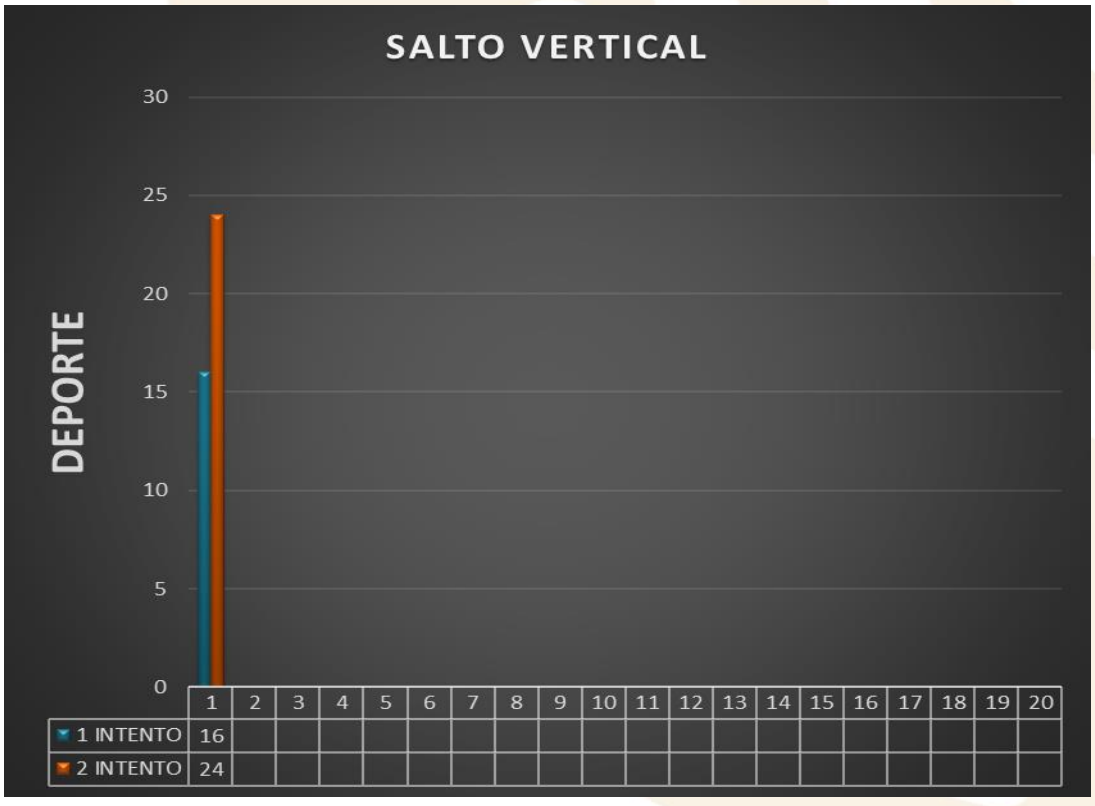


Tabla 8 resultado test de salto vertical

NOMBRES Y APELLIDOS	Intento 1	Intento 2
KEINER CIPRIAN	16 cm	24 cm

Test shutter run 4x 10

Se evidencia en la gráfica que el deportista de la escuela de formación de futbol de salón en la realización del test presento un nivel bajo en comparación a estudiantes de menos edad y estatura , por ende se reforzara en estos 2 meses de trabajo.

Grafica 9 test shutter run 4x10

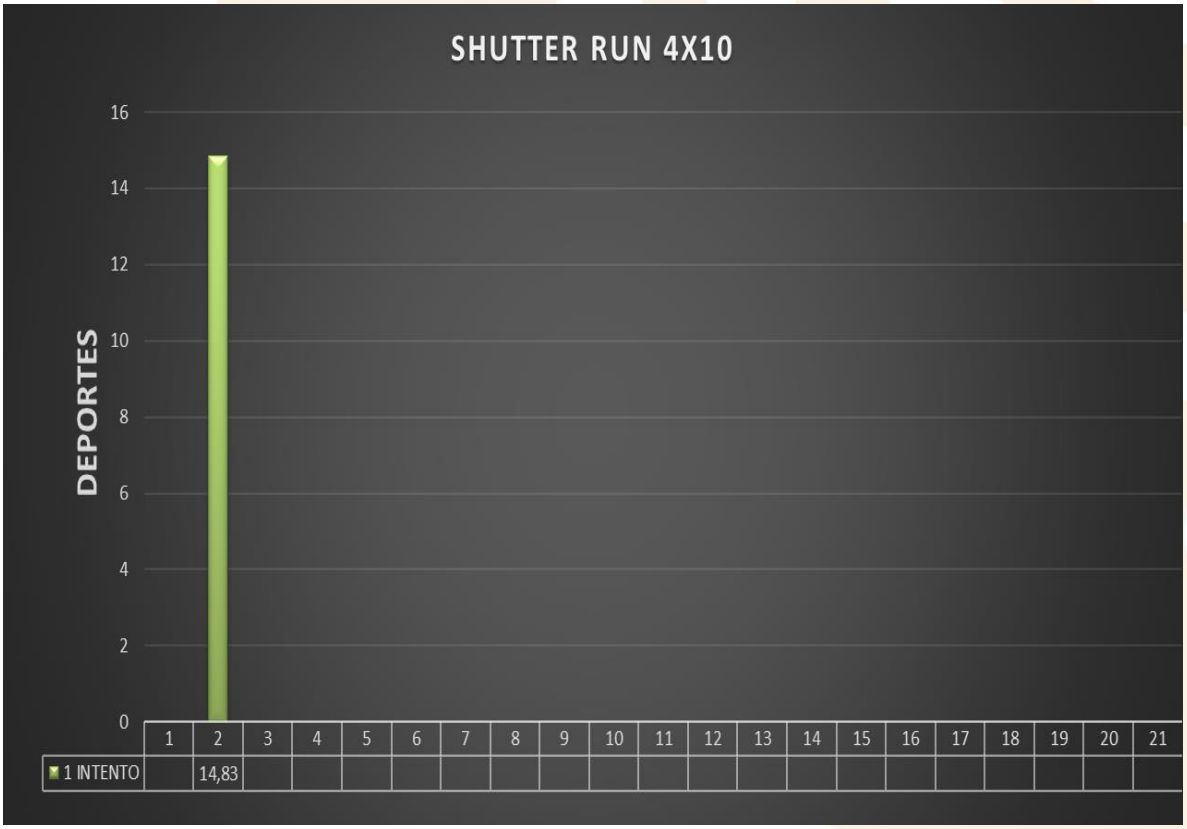


Tabla 9 resultado test de shutter run

NOMBRES Y APELLIDOS	Tiempo
KEINER CIRPRIAN	14”,83

Test de 11 a 13 años escuela de formación de futbol de salón

Análisis de test de 20 metros lisos para deportistas de 6 a 8 años

se evidencia que hay deportistas con buen desempeño en sus desplazamientos con relación a la edad y se representa en la gráfica donde se mide el desempeño por escala de menor tiempo en ejecución a mayor, donde el menos tiempo las barras de porcentaje son más cortas a comparación al de menor desempeño porque aumenta en tiempo y la pendiente de la barra.

Grafica 11:test 20 metros lisos

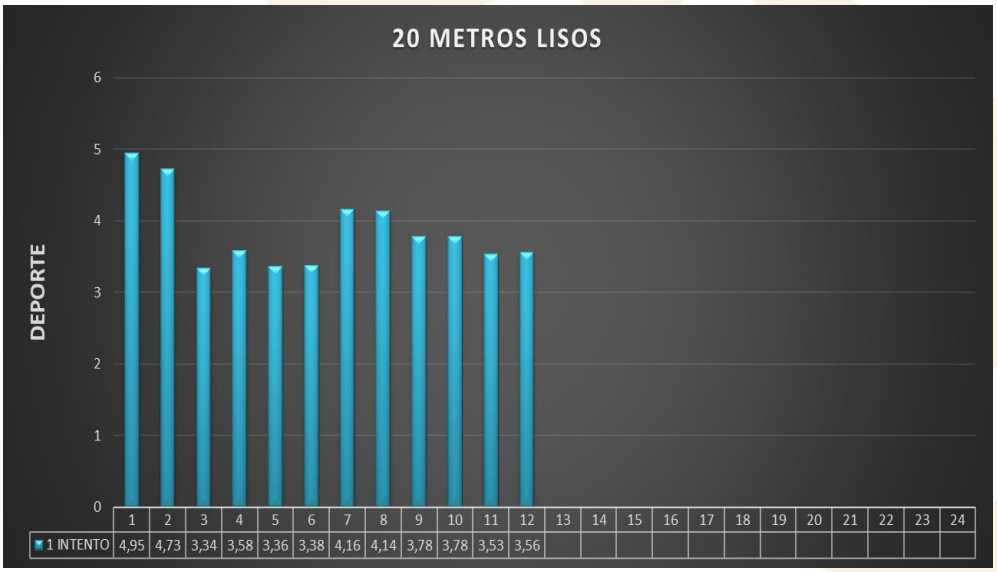


TABLA11: resultados en cuanto duración test de 20 metros lisos

NOMBRES Y APELLIDOS	TIEMPO
HANSEL BAUTISTA	4”,95
FELIPE URREA CORTEZ	4”,73
SANDY URREA	3”,34
VALENTINA CORTEZ	3”,58
ALEXANDRA GARZON	3”,36
MATIAS GARZON	3”,38
TATIANA MELGAREJO	4”,16
IVAN LOPEZ	4”,14
GERARDO LOPEZ	3”,78
MANUEL AMAYA	3”,78
AGUSTO MARTINEZ	3”,53
DAYANA AMAYA	3”,56

Test salto largo sin impulso 11 a 13 años

se evidencia que 12 estudiantes de la escuela de formación presentaron la prueba donde el mejor tiempo obtenido por el deportista es sacado del mejor desempeño en los dos intentos y que pertenece al tercero en lista, la barra de color naranja identifica el balance en el primer intento y la azul el segundo intento.

Grafica 12 test salto largo sin impulso



Tabla 12 resultado test de salto largo sin impulso

NOMBRES Y APELLIDOS	Intento 1	Intento 2
HANSEL BAUTISTA	148 cm	152 cm
CRISTIAN URREA	130 cm	150 cm
SANDY URREA	193 cm	187 cm
VALENTINA CORTEZ	149 cm	160 cm
ALEXANDRA GARZON	149 cm	167 cm
MATIAS GARZON	147 cm	155 cm
TATIANA MELGAREJO	134 cm	141 cm
IVAN LOPEZ	174 cm	179 cm
GERARDO LOPEZ	140 cm	146 cm
MANUEL AMAYA	168 cm	157 cm
AGUSTO MARTINEZ	166 cm	153 cm
DAYANA AMAYA	191 cm	189 cm

Test salto vertical 11 a 13 años

Se observa en la gráfica que hay un deportista de la escuela de formación de futbol sala hasta 11 que posee un nivel muy baja esto comprende que su fuerza muscular del tren inferior es muy propensa en comparación con niños en edades más tempranas , 5 están en un promedio y los 6 restantes están en un buen nivel por ende requiere de planificar sesiones de entrenamiento enfocadas al mejoramiento de la fuerza explosiva tren inferior y potenciar a los de mejor condición. .

Grafica 13 test salto vertical

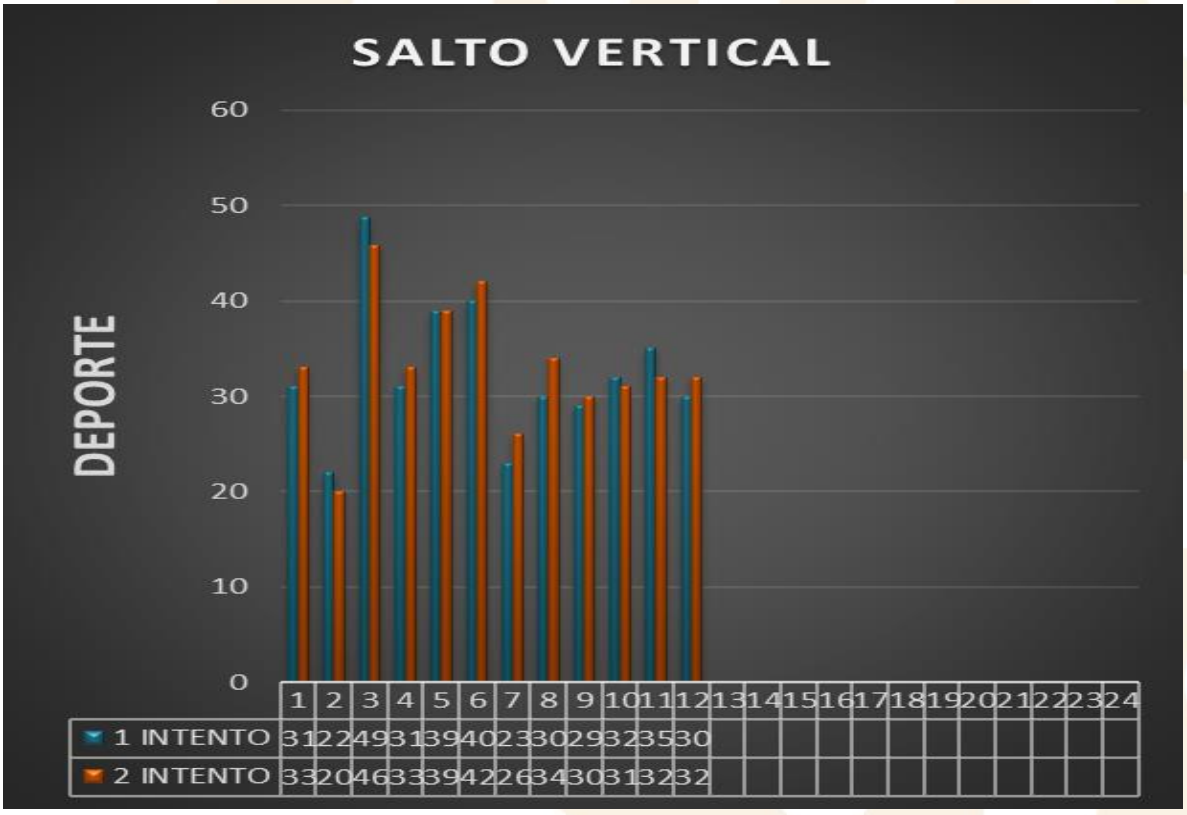


Tabla 13 resultado test de salto vertical

NOMBRES Y APELLIDOS	Intento 1	Intento 2
HANSEL BAUTISTA	22	23
CRISTIAN CORTEZ	19	24
SANDY URREA	20	25
VALENTINA CORTEZ	15	16
ALEXANDRA GARZON	23	24
MATIAS GARZON	16	18
TATIANA MALGAREJO	17	17
IVAN LOPEZ	18	26
GERARDO LOPEZ	13	16
MANUEL AMAYA	18,1	11
AGUSTO MARTINEZ	21,4	19
DAYANA AMAYA	15	14

Test shutter run 4x 10 11 a 13 años

Se evidencia en la gráfica que los deportistas de la escuela de formación de futbol de salón en la realización del test presentan un nivel promedio , se observa que entre menos pendiente mejor tiempo obtenido en la ejecución de la prueba por ello el mejor desempeño lo obtuvo al deportista 12 en la lista.

grafica 14 test shutter run 4x10



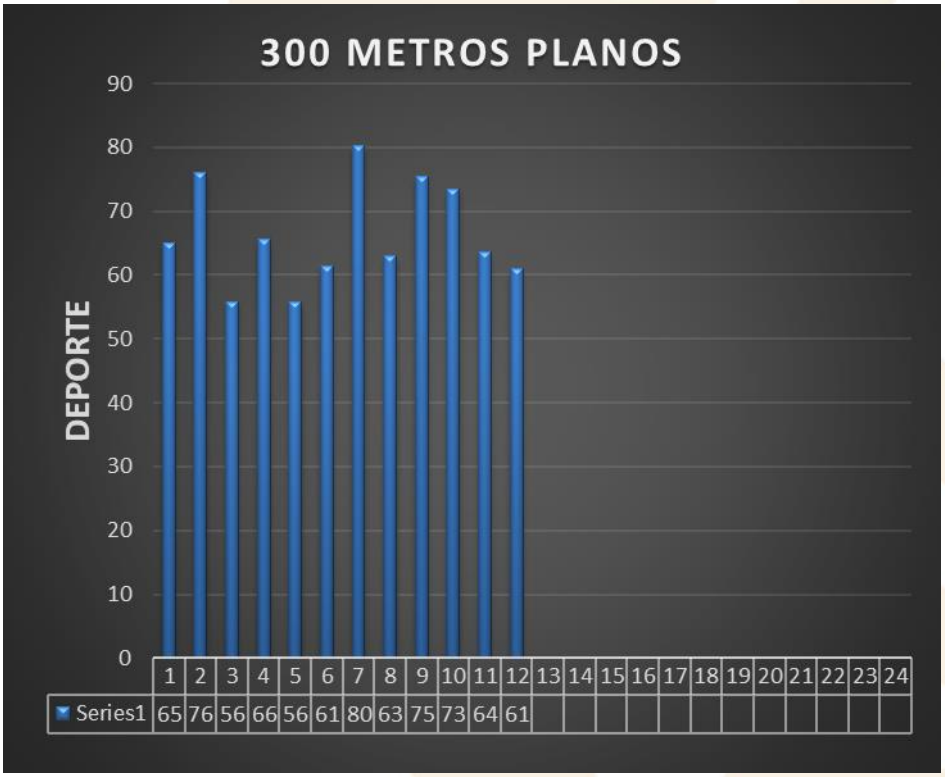
TABLA14: resultados en cuanto duración test de 20 shutter run

NOMBRES Y APELLIDOS	TIEMPO
HANSEL BAUTISTA	**12,31**
CRISTIAN URREA	**12,81**
SANDY URREA	**11,97**
VALENTINA CORTEZ	**13,31**
MATIAS GARZON	**11,65**
TATIANA MELGAREJO	**11,81**
IVAN LOPEZ	**12,5**
GERARDO LOPEZ	**11,33**
MANUEL AMAYA	**12,14**
AGUSTO MARTINEZ	**12,11**
DAYANA AMAYA	**12,84**
FERNEY LOPEZ	**10,53**

Test de 300 metros planos 11 a 13 años

En la gráfica de evidencia que hay buenos deportistas con velocidad y por ende el tiempo estipulado es por segundos eso afirma que *emplean de manera consciente y acertada para ver el consumo del vo2max entre menos pendiente mejor rendimiento e inverso entre más pendiente menos rendimiento.*

Tabla 16 test de 300 metros planos



Test de 14 a 17 años escuela de formación de futbol de salón

se evidencia que hay deportistas con buen desempeño en sus desplazamientos con relación a la edad y se representa en la gráfica donde se mide el desempeño por escala de menor tiempo en ejecución a mayor, donde el menos tiempo las barras de porcentaje son más cortas a comparación al de menor desempeño porque aumenta en tiempo y la pendiente de la barra.

Grafica 17:test 20 metros lisos

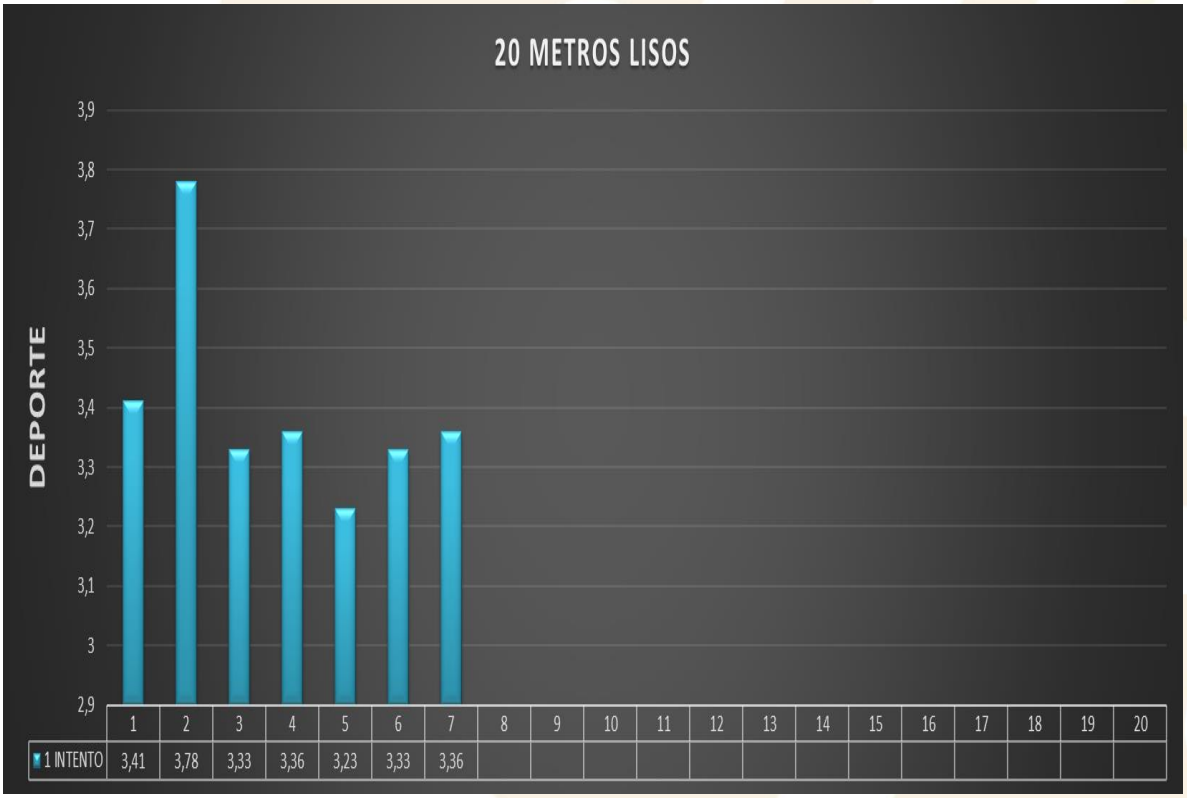


TABLA11: resultados en cuanto duración test de 20 metros lisos

NOMBRES Y APELLIDOS	TIEMPO
ERIKA LOPEZ	**3´´,41**
FERNEY RODRIGUEZ	**3´´,78**
STIVEN URREA	**3´´,33**
FELIPE CALDERON	**3´´,36**
MANUEL MURCIA	**3´´,23**
FREDY URREA	**3´´,33**
YURENI PINEDA	**3´´,36**

Test salto largo sin impulso 14 a 17 años

se evidencia que 7 estudiantes de la escuela de formación presentaron la prueba donde el mejor tiempo obtenido por el deportista es sacado del mejor desempeño en los dos intentos la barra de color naranja identifica el balance en el primer intento y la azul el segundo intento.

Grafica 18 test salto largo sin impulso

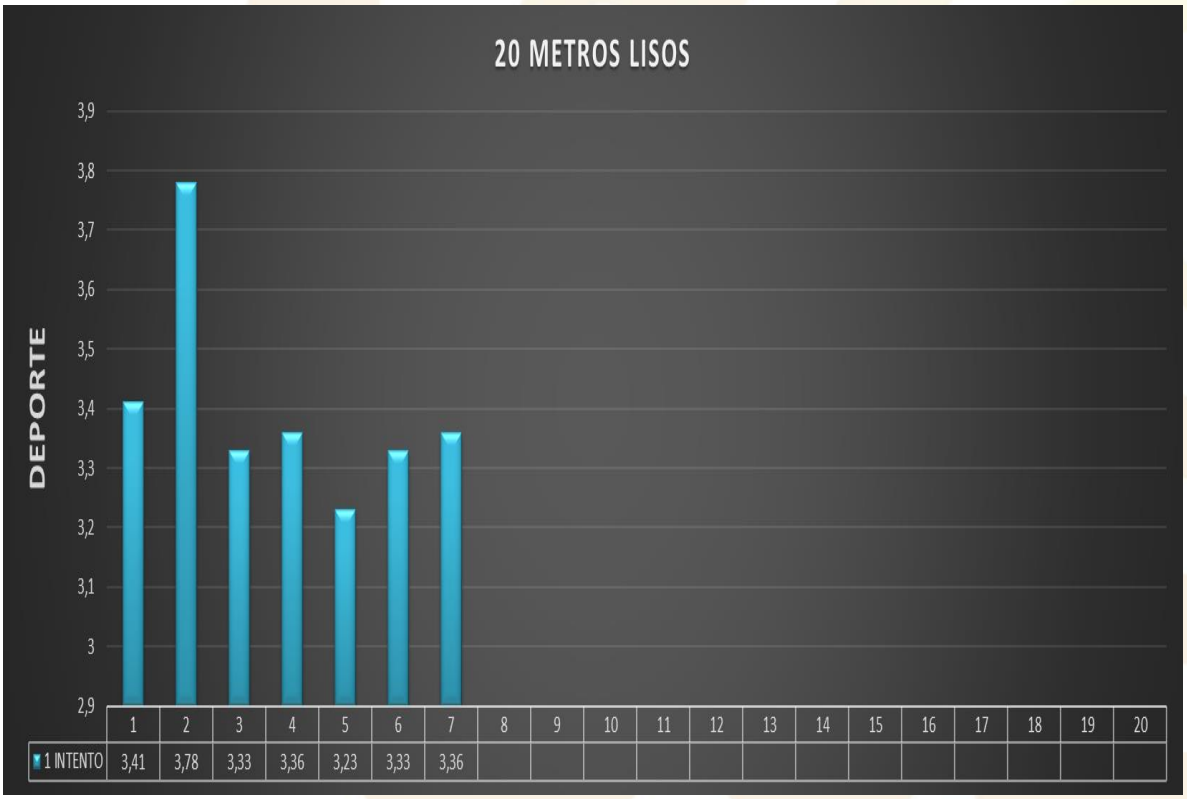


Tabla 18 resultado test de salto largo sin impulso

NOMBRES Y APELLIDOS	Intento 1	Intento 2
ERIKA LOPEZ	**162 cm**	**174 cm**
LINDA URREA	**147 cm**	**149 cm**
RICARDO RODRIGUEZ	**179 cm**	**177 cm**
MANUEL MURCIA	**199 cm**	**206 cm**
JHON URREA	**215 cm**	**224 cm**
STIVEN URREA	**212 cm**	**216 cm**
FELIPE CALDERON	**190 cm**	**210 cm**

Test salto vertical 14 a 17años

Se observa en la gráfica que deportista de la escuela de formación de futbol sala poseen de una fuerza muscular del tren inferior bien desarrollado ya que su elevación oscila entre los 29 cm en adelante

Grafica 19 test salto vertical

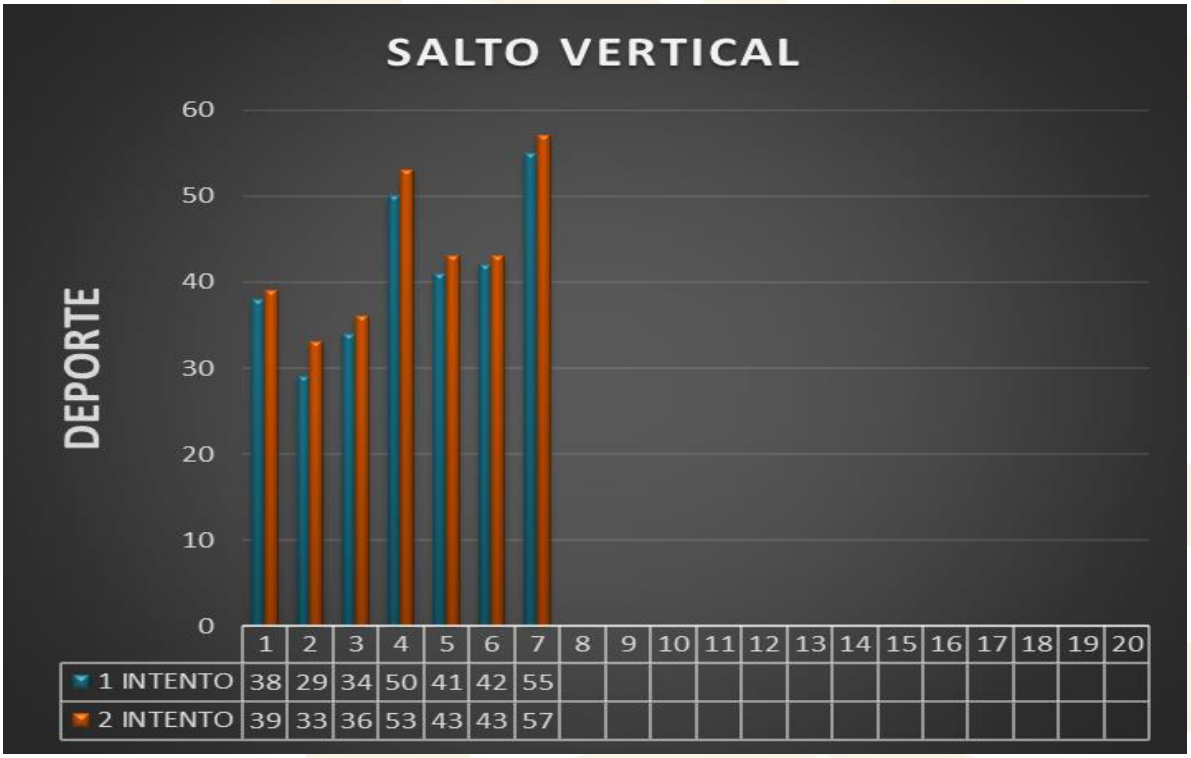


Tabla 13 resultado test de salto vertical

NOMBRES Y APELLIDOS	Intento 1	Intento 2
ERIKA LOPEZ	38 cm	39 cm
FERNEY RODRIGUEZ	29 cm	33 cm
STIVEN URREA	34 cm	36 cm
FELIPE CALDERON	50 cm	53 cm
MANUEL MURCIA	41 cm	43 cm
FREDY URREA	42 cm	43 cm
YURENI PINEDA	55 cm	57 cm

Test shutter run 4x 10 14 a 17 años

Se evidencia en la gráfica que los deportistas de la escuela de formación de futbol de salón en la realización del test presentan un nivel promedio, se observa que entre menos pendiente mejor tiempo obtenido en la ejecución de la prueba por ello el mejor desempeño el deportista 4 en la lista.

grafica 20 test shutter run 4x10



TABLA 20: resultados en cuanto duración test de 20 shutter run

NOMBRES Y APELLIDOS	TIEMPO
ERIKA LOPEZ	12´´,91
FERNEY RODRIGUEZ	12´´,54
STIVEN URREA	10´´,76
FELIPE CALDERON	10´´,38
MANUEL MURCIA	10´´,49
FREDY URREA	10´´,64
RICARDO RODRIGUEZ	10´´,67

Anexos

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: DISCIPLINA:

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL KG	ESTATURA DE PIE CMS.	ESTATURA SENTADO CMS.	ENVERGADURA CMS.	PERIMETRO DE CINTURA CMS.
22	Juan José Castañeda Ayala	7 años	2/05/2015	Edad de 2023	23,1	125	67	121	55
23	Juan Santiago Gonzalez Noyoga	8 años	26/08/2014		25,2	126	67	126	51
24	Daniel Santiago Noyoga Nova	6 años	13/05/2016		21,95	111	56	112	57
25	Juan Emanuel Reyes Rey	8	25/01/2014		24,85	128	68,5	128	50
26	Juan Emanuel Herrera Gonzalez	8	29/09/2014		22,6	113	62,5	113	56
27	Horal Camilo Moreno Quevedo	7	29/10/2014		33,9	132	67,5	132,5	65
28	Dilan Nicolas Ruiz Cubillos	6	12/10/2015		40,35	122	67,5	121	77
29	Thomas Santiago Sanchez Ladino	6	9/04/2016		18,5	114	60	109,5	48
30	Juan Camilo Cepeda Rodriguez	7	1/01/2015		25,1	118	59	121	49
31	Helena Valentina Rodriguez Cubillos	8	22/07/2014		22,75	117	61,5	118	57
32	Yuber Yadir Rey Rey	8	21/03/2014		~~24,5~~ 33,12	124,3	68	121	57
33	Nicolas steven Ruiz Riveros	5	10/01/2017		18,75	112,1	60	115	52
34	Cristian Paul Gonzalez Villareal	8			21,35	116	63	115,5	56
35	Jhoel Jimenez Peralta	6	24/11/2015		29,75	121	64,5	119	59

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: DISCIPLINA:

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	PESO CORPORAL KG	ESTATURA DE PIE CMS.	ESTATURA SENTADO CMS.	ENVERGADURA CMS.	PERIMETRO DE CINTURA CMS.
1	Sara Isabela Vargas Sanabria	8	24/04/2014		25,85	127	66	131	52
2	Oscar Leonardo Turriago Ramos	9	10/02/2013		37,85	149	73	143	63
3	Wilber Kaleth Moreno Morales	12	1/10/2010		32,6	149	72	149,4	56
4	Heylen Zamara Moreno Ladino	11	1/01/2011		42,85	148	77	154	70
5	Juan Felipe Ruiz Gonzalez	13	17/10/2009		39,25	160	80	155	54
6	Julian Andres Gonzalez Cardenas	12	10/06/2010		35,35	144,3	75	144	60
7	Julian Esteiver Quevedo Rojas	13	28/04/2009		51,445	160,5	82	166,2	65
8	Diego Andres Acosta Hernandez	13	11/10/2009		43,85	145	75	146,8	64
9	Luis Alberto Andrade Sanabria	11	28/04/2011		39,5	146,8	72	140	59
10	Dilan Fancider Gonzalez Cruz	13	24/08/2009		40,95	149	76,5	154	58
11	Juan Alexander Arevalo Murillo	11	2/07/2011		32	138	70	141	57
12	Juan Steven Barrio Guevara	11	2/02/2011		32,75	136,4	68	141	58
13	Enyerber Jesus Mora Tisoy	13	24/06/2009		31,5	137	73	136	56
14	Duver Nicolas Rozo Ladino	14	8/05/2008		52,85	166	83	171	67
15	Luis Daniel Castillo Uscategui	13	1/08/2009		48,9	156,6	78,5	163	61
16	Kendry Camila Moreno Mesa	14	18/09/2008		47,35	151	77	157	68
17	Juan Ricardo Ruiz Moreno	15	19/10/2007		59,2	170	86	175	64
18	Jaiver Yadir Morales Jimenez	16	12/05/2006		51,5	169	86	173	64
19	Daniel Alexander Vargas Gutierrez	15	27/04/2007		66,35	173	92	174	74
20	Cristian Fabian Peralta Moreno	17	9/12/2005		64,55	163	85,5	173	73
21	Breiner Stayton Del castillo Ruiz	15	3/11/2006		66,7	175	81	176,5	74

)BERNACION DE CUNDINAMARCA
INAMARCA REGION QUE PROGRES.
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO

SEGUNDO SEMESTRE

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA <8 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

NOMBRES Y APELLIDOS	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	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		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	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	
NOMBRES Y APELLIDOS		1 INTENTO	1 INTENT.	2 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO		1 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO
Juan Jose Ostañeda A		4,13	117	129	22	23	23	14,21	22	18
Jhoan Santiago Sanabria M		5,94	119	113	19	24	24	13,44	8	19
Daniel santiago Noriega N		4,13	108	112	20	25	25	14,21	30	24
Jhon Emmanuel Rojas Roj		4,52	120	116	15	16	16	13,35	28	26,5
Jhon Emmanuel Moreno G		4,26	126	123	23	24	24	15,69	26	36
Harol Camilo Moreno Q		4,56	104	109	16	18	18	14,95	22	25
Dilan Nicolas Ruiz C.		5,44	50	48	17	17	17	15,38	21	22
Thomas Santiago Jerez L		4,49	114	110	18	26	26	14,27	27	16
Juan Camilo Gaona R		5,89	99	103	13	16	16	15,62	32	23
Helena Valentina Rodriguez		4,37	106	97	18,1	11	18	14,88	48	24
Yuber Yadir Rojas Roj		4,66	95	98	21,4	19	21,4	14,87	41	32
Ricardo stiven Ruiz Rivera		5,32	78	83	15	14	15	16,48	39	31
Cristian Paul Sanabria U.		4,57	112	109	19	22	22	14,21	31	23
Dixel Jimenez Peralta		5,07	109	104	17	12	17	17,5	26	30
Sara Isabela Vargas S.		4,43	97	105	22	22,3	22,3	14,41	31	17

)BERNACION DE CUNDINAMARCA
INAMARCA REGION QUE PROGRESA"
NDEPORTES CUNDINAMARCA
SEGUNDO SEMESTRE

NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA 9 A 10 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

NOMBRES Y APELLIDOS	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	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	
NOMBRES Y APELLIDOS		1 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO
Oscar Leonardo Tarazo Rojas		4,33	117	119	16	24	14,83	24	19

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO
SEGUNDO SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES
NIVEL: NIÑOS(AS) 11 A 13 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

	NOMBRES Y APELLIDOS	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	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (0) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		300 METROS PLANOS UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA
			1 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO	
	Wilber Kalith Munoz Morales		4,95	148	152	31	33	12,31	26	10	65"
	Helian Zamara Moreno		4,73	130	150	22	20	12,81	31	24	76"
	Jhon Felipe Ruiz G.		3:34	193	187	48,8	45,8	11,97	20	25	55",78
	Julian Gonzalez Cardenas		3,58	149	160	31	33	8,31	29	27	65",64
	Johan Quevedo Rojas		3,36	149	167	39	39	11,65	21	12	55,78
	Diego Andres Acosta A		3,38	147	155	40	42	11,81	23	28	61",34
	Luis Alberto Andrade		4,16	134	141	23	26	12,5	15	22	80",21

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO
SEGUNDO SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES
NIVEL: NIÑOS(AS) 11 A 13 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

	NOMBRES Y APELLIDOS	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	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,5) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (0) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		300 METROS PLANOS UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA
			1 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO	
	Dilan Gonzalez Cruz.		4,14	174	179	30	34	11,33	21	23	62"97
	Johan Alexander Arevalo		3,78	140	146	29	30	12,14	18	21	75",36
	Johan Steven Barrio		3,78	168	157	32	31	12,11	32	24	73",148
	Anyuber Maria Tipas		3:53	166	153	35	32	12,84	16	10	65",53
	Luis Daniel Castillo		3,56	191	189	30	32	10,53	18	20	60",97

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

SEGUNDO SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) 14 A 17 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

NOMBRES Y APELLIDOS	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	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,0) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (0) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		COURSE NAVETTE 20 MTS NUMERO DE ETAPA LOGRADA	RESULTADO NUMERO DE RECTAS	COURSE NAVETTE 20 METROS DISTANCIA ACUMULADA DE RECTAS UNIDAD DE MEDIDA: NUMERO DE RECTAS X 20
		1 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO	ETAPA		
Dair Nicolas Rojo		3,41	162	174	38	39	12,91	23	17	6	49	980
Kendry Mariño Morales		3,28	147	149	29	33	12,54	26	19	5,5	38	760
Juan Ricardo Ruiz		3,33	179	177	34	36	10,76	24	23,5	7,5	63	1260
Jaiver Morales Jimenez		3,36	199	206	50	53	10,38	21	19	7	57	1140
Daniel Vargas G		3,23	215	224	41	43	10:49	17	21	8	69	1380
Cristian Peralta.		3,33	212	216	42	43	10,64	19	23	9	80	1600

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

SEGUNDO SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) 14 A 17 AÑOS NOTA :ESCRIBIR TODO MAYUSCULA LETRA ARIAL 11 COLOR NEGRO

NOMBRES Y APELLIDOS	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	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (130,0) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		SHUTTER RUN 4X10 UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	AGARRE DE BASTON UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (0) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		COURSE NAVETTE 20 MTS NUMERO DE ETAPA LOGRADA	RESULTADO NUMERO DE RECTAS	COURSE NAVETTE 20 METROS DISTANCIA ACUMULADA DE RECTAS UNIDAD DE MEDIDA: NUMERO DE RECTAS X 20
		1 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO	1 INTENTO	2 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO	ETAPA		
Beiner del castillo		3,36	190	210	55	57	10,67	16	16	7,5	64	1280

EVIDENCIA FOTOGRAFICA TEST	
PESO	**TALLA DE PIE**
	
TALLA SENTADO	**PERÍMETRO ABDOMINAL**
	

ENVERGADURA	**TEST 20 METROS LISOS**
	

SALTO LARGO SIN IMPULSO	**SALTO VERTICAL**
	

EVIDENCIA FOTOGRAFICA TEST	
PESO	**TALLA DE PIE**
	
	PERÍMETRO ABDOMINAL

Referencias Bibliográficas.

Instituto Departamental Para La Recreación y el Deporte de Cundinamarca. http://www.indeportescundinamarca.gov.co

La investigación-acción: una propuesta para la formación y titulación en las carreras de Educación Inicial y Primaria de una institución de educación superior privada de Lima (LIZA CABRERA MORGAN, 12-06-2017). http://www.scielo.org.pe/pdf/educ/v26n51/a07v26n51.pdf

Metodología de la investigación [Archivo PDF]. http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lad/blanco_s_nl/capitulo3.pdf

Metodología de investigación, enfoque cualitativo (3 Sep 2014. https://sites.google.com/site/metodologiadeinvestigaciontese/enfoque-cualitativo

Castán, Y. (2014). Introducción al método científico y sus etapas. Metodología en Salud Pública España.haykhuyay.com. http://www.haykhuyay.com/A1/Generic/ECO1/U1U2/metodoCientifico.pdf

Cauas, D. (2015). Definiciones de las variables, enfoque, y tipo de investigación. Academia.edu. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/36805674/I-Variables-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1630695989&Signature=WFyEiyXsGaGzVLU8dmL0JXsYjD0eJi5~yKlwpbEAYWSSXxgkwhoybe8OQ-4W5syzRfOB6qAJipdJwCLBZBmPAwfXGYCdnDkupHmPRO6Ib0JBSPeRDbm59UM4IZZvx hobP1J7zLQgWEBYu9JmRF4wvMtF6HqJBvTlnbehZ8o7b~2WUHNE9i~flSFGmoQC9fCu2T NTgIstdVUzqEvfHSPvBeRbAr5USDjiVcGNo16P0hRf~1L1WP6rZBw8xWqLmLeFGkoXkOfx~ 5Jx9qsxdKtPNoNDEz5rEB4oSAFHpAdgFk~Ec6ZimhLJ-ZJ3aQehCtqIXPfLoFEDR6pzOMHlAOo00Q__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

Facal Fondo, T. (2015). Guía para elaborar proyecto de investigación social. Ediciones Paraninfo. https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=LULUBgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA9&dq=conceptos+de+que+es+un+Proyecto+de+investigaci%C3%B3n&ots=oLJgSvMEjW&sig=Myb3W3whfHYw7bZt1nJT4-vheJA#v=onepage&q=conceptos%20de%20que%20es%20un%20Proyecto%20de%20investigaci%C3%B3n&f=false

Funandi.edu. (s.f.). El proyecto de investigación. Google-Sites https://sites.google.com/a/funandi.edu.co/investigacion/planteamiento-del-problema-1

Hernández Sampieri, R. (2014). Metodología de la investigación (6.ª). McGraw-Hill.

Quecedo Lecanda, R. y Castaño Garrido, C. (2003). Introducción a la metodología de investigación cualitativa. Revista de Psicodidáctica, 14. https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/48130/142-203-1-PB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Rivera-García, P. (1998). Marco teórico, elemento fundamental en el proceso de investigación científica. AUCJ. https://bivir.uacj.mx/Reserva/Documentos/rva200334.pdf

Tesis y Master Colombia (2019, 20 de noviembre). ¿Qué es un anteproyecto?

https://tesisymasters.com.co/que-es-un-anteproyecto/

Universidad Internacional Iberoamericana. (2021). La importancia de definir los objetivos en un proyecto.Unini. https://blogs.unini.edu.mx/proyectos/2021/03/20/uninimx-importancia-definir-objetivos-proyecto

Organización Panamericana de la Salud (s.f.). Educación en inocuidad de alimentos: Clasificación de la investigación.[OPS]. https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=10484:educacion-inocuidad-alimentos-clasificacion-de-investigacion&Itemid=41279&lang=es#gsc.tab=0