INFORME ACTIVIDADES CONTRATISTA INDEPORTES CUNDINAMARCA
CONTRATO 951 DE 2023

PRESTACIÓN SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO "CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA", EN CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES - CUNDINAMARCA	**INFORME FINAL**
JUAN FRANCISCO MÉNDEZ LASPRIELLA	SUPERVISOR

INFORMACIÓN FINAL

MUNICIPIO	UNE
FECHA DEL INFORME	6 DE DICIEMBRE DE 2023
PERIODO DEL INFORME	05 de JULIO del 2023 al 04 de DICIEMBRE del 2023
CONTRATISTA	JAIRO ALONSO ANGEL PARDO

PRINCIPALES ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL PERIODO.

Dando alcance al objeto contractual del contrato de Prestación de servicios No. 951 de 2023 me permito informar las actividades de mayor relevancia en el siguiente informe final.

Ejecución del contrato por el tiempo de CINCO (5) MESES.

En el transcurso del desarrollo del siguiente contrato estas son las actividades más relevantes durante el periodo 05 de julio al 05 de diciembre del 2023

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 y 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.

Se realiza preinscripciones para la escuela de ajedrez en el municipio de UNE el 01/08/2023, pero fueron muy pocos los niños que se inscribieron, así que el 03/08/2023 me dirijo a todas las aulas de los colegios del municipio realizando la invitación a los niños, todo en pro de dar cumplimiento a lo estipulado por el instituto de recreación y deporte de Cundinamarca – Indeportes Cundinamarca. El día 04/08/2023 se realizan las inscripciones, viendo mejores resultados para el

desarrollo y formación de la escuela deportiva de ajedrez

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

Realice las diferentes secciones de entrenamiento por niveles de formación de la escuela de formación de ajedrez del municipio de une durante el periodo de ejecución del contrato.

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.

Realice los avances en la realización del plan y malla pedagógica socializados por Indeportes Cundinamarca el día 01/08/2023. ya el mes anterior se había desarrollado el plan pedagógico de voleibol, por los sucesos se presenta el plan pedagógico y la malla pedagógica para Ajedrez

Link del drive
PLAN Y MALLA PEDAGÓGICOS
https://drive.google.com/drive/folders/1G65QlzRXQz22kj105y4nSGQ_yV5ZCNeN

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.

Realice a satisfacción las unidades de entrenamiento durante el periodo de ejecución del contrato para cada nivel de formación estipulados por el INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA – INDEPORTES CUNDINAMARCA.

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.

Ejecute a satisfacción las unidades de entrenamiento con una población general

de 21 deportistas tanto en el nivel de e Iniciación (9) Fundamentación I (8), Fundamentación II (4), en aras de cumplir con los requerimientos impuestos por el Instituto departamental para la recreación y deporte de Cundinamarca - INDEPORTES CUNDINAMARCA.

MARTES, JUEVES Y VIERNES DE 1:00 A 3:00 **INICIACIÓN**, DE 3:00 A 5:00 **FUNDAMENTACIÓN I,** DE 5:00 A 7:00 PM **FUNDAMENTACIÓN II**

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.

Asistí a las diferentes reuniones realizadas por el INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA – INDEPORTES CUNDINAMARCA, Portando y llevando en alto el nombre y símbolos de nuestra entidad estatal.

7. Preparar y ejecutar 9 sesiones de formación a la semana 3 por cada grupo de formación, mínimo 36 sesiones al mes con las escuelas de formación del área URBANA a cargo o 6 sesiones de formación a la semana 3 por cada grupo de formación, mínimo 24 sesiones al mes con las escuelas de formación a cargo del área RURAL, cabe resaltar que las sesiones que se desarrollan en área rural, aplican siempre y cuando el formador deba desplazarse a la zona rural a una distancia mayor a 30 minutos
La sesión de práctica debe tener una duración de 120 minutos (2 horas) distribuidas con cada grupo de formación con una fase inicial, central y final, las sesiones de práctica no son acumulables en el mismo día (máximo una sesión diaria por grupo de formación. Las sesiones deben programarse en días intercalados y no se pueden modificar los horarios.

Realice a satisfacción las unidades de entrenamiento durante el periodo contractual del 5 de julio al 5 de diciembre de 2023 para cada nivel de formación estipulados por el INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA – INDEPORTES CUNDINAMARCA.

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.

Realice todo lo estipulado y acordado a lo presentado por Indeportes Cundinamarca, entrega de documentación y formatos adjuntados en la plataforma del DRIVE, con el fin de darle fortalecimiento a los procesos enmarcados por la escuela de formación de ajedrez del municipio de UNE.

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.

Realice la entrega solicitada de las diferentes planeaciones de clase teniendo en cuenta el componente de cada unidad de entrenamiento y el nivel a trabajar.

Especifiqué para el desarrollo de cada planeación diaria, objetivos generales y específicos de acuerdo al plan pedagógico y malla curricular; transversalidad de valores sociales y personales, partes de las sesiones de clase, contenidos psicomotrices, físicos, técnicos, tácticos, procesos metodológicos utilizados y todos los componentes que necesitan refuerzo para un mejor desempeño de los deportistas.

Por otro lado, realice soporte fotográfico, para cada uno de los niveles o grupos de trabajo de acuerdo al formato establecido; destacando las actividades metodológicas desarrolladas en clase; mediante ejercicios, juegos pre deportivos, actividades recreativas, entre otras; dejando una excelente imagen de los programas que promueve INDEPORTES Cundinamarca.

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.

Se realizaron los test de valoración. Para identificar el estado físico de los chicos al ingresar, se realizan pruebas antropométricas y demás solicitadas por Indeportes

TEST DE ÍNDICE DE MASA CORPORAL

- PESO CORPORAL
- ESTATURA
- PERÍMETRO DE CINTURA
- ESTATURA SENTADO
- ENVERGADURA

TEST DE 20 METROS LISOS
TEST DE SALTO LARGO SIN IMPULSO
SALTO VERTICAL
TEST SHUTTLE RUN 4 X 10 METROS

VALORACIONES DE ENTRADA

Link al DRIVE
TEST 1 Y 2 DE VALORACION ANTROPOMETRICOS Y FISICOS
https://docs.google.com/spreadsheets/d/1p4Bze3yeMgjaox4-6E53o4RchIAGPuZ5/edit#gid=1407223962

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.

Realice la entrega de la documentación solicitada por la administración municipal para la generación de la certificación y paz y salvo mes a mes durante la ejecución del contrato.

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.

Realice el registro de deportistas de INDEPORTES CUNDINAMARCA y ejecución del festival de deporte formativo 2023 en el municipio de UNE el día 16/09/2023.

13. Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.

- 06/07/2023 REUNIÓN DE INFORMACION SOBRE LA ESCUELA DEPORTIVA DE VOLEIBOL EN PRESENCIA DE LA DOCTORA PATRICIA, JEFE DE ÁREA DE DESARROLLO SOCIAL, DE GUAYABETAL. CON QUIEN SE DIALOGÓ SOBRE LA INICIACIÓN DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA EN EL ÁREA DE VOLEIBOL POR PARTE DE INDEPORTES CUNDINAMARCA, ADEMÁS, SE COMUNICÓ QUE TEMÁTICAS Y FUNDAMENTOS SE DESARROLLARÍAN DURANTE ESTE PROCESO FORMATIVO, E INCLUÍ INFORMACIÓN SOBRE EL IMPACTO SOCIAL POSITIVO QUE CONLLEVA EL TRABAJO DE LA MANO DEL DEPORTE CON LAS NIÑAS NIÑOS Y ADOLESCENTES DEL MUNICIPIO.
- 17/07/2023: ACOMPAÑAMIENTO A LA BIENVENIDA DE JUGADORES DE LA ESCUELA DEPORTIVA EN GUAYABETAL, QUE ESTUVIERON REPRESENTANDO EL PAIS EN FRANCIA.
- 23/07/2023: APOYO A LA RECOLECCION DE DONACIONES PARA LA RECUPERACION DEL MUNICIPIO DE QUETAME.
- 25/07/2023: REUNION CON EL COMPONENTE DEPORTIVO DE INDEPORTES CUNDINAMARCA DEL MUNICIPIO DE UNE Y ALCALDIA MUNICIPAL.
- 01/08/2023 SE REALIZAN PREINSCRIPCIONES DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DE AJEDREZ
- 03/08/2023 DESARROLLO DE CONVOCATORIAS EN LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE UNE CUNDINAMARCA
- 04/08/2023 REALIZACIÓN DE LAS INSCRIPCIONES A LA ESCUELA
- 09/08/2023 REUNIÓN POR GOOGLE MEETS, CON EL FIN DE HABLAR SOBRE TEMAS DE INTERCOLEGIADOS
- 27/08/2023 APOYO A LA FERIA DE SERVICIOS DE LA INSTITUCIÓN EN EL MUNICIPIO DE QUETAME
- 28/08/2023 REUNIÓN ENTREGA DE INFORMES GESTOR PROVINCIAL
- 30/08/2023 DESARROLLO DE TEST VALORATIVOS
- EVENTO DEL ADULTO MAYOR PROVINCIA DE ORIENTE EN EL MUNICIPIO DE FOSCA - 07/09/2023

- REUNION COMPONENTE DEPORTIVO PARA LA REALIZACION DE LOS FESTIVALES DEPORTE FORMATIVO EN LA PROVINCIA DE ORIENTE - 13/09/2023
- REUNION INAGURACION JUEGOS INTERALCALDIAS MUNICIPIO DE FUNZA - 14/09/2023
- REALIZACION DEL FESTIVAL DEPORTE FORMATIVO EN EL MUNICIPIO DE UBAQUE - 16/09/2023
- CAPACITACION FUNDACION UNIVERSITARIA AREA ANDINA EN LA CIUDAD DE BOGOTA - 18/09/2023
- FINAL DEPARTAMENTAL JUEGOS INTERCOLEGIADOS CAT: PREJUVENIL EN EL MUNICIPIO DE CHIPAQUE - FUTBOL - 26/09/2023
- REUNION COMPONENTE DEPORTIVO PARA SOCIALIZACION JUEGOS INTERCOLEGIADOS CAT: PREJUVENIL EN EL MUNICIPIO DE CHOACHI - 21/09/2023
- REUNION ENTREGA DE INFORMES AL GESTOR DEPORTIVO DE LA PROVINCIA DE ORIENTE EN EL MUNICIPIO DE CAQUEZA - 03/10/2023
- REUNION ENTREGA DE INFORMES AL GESTOR DEPORTIVO DE LA PROVINCIA DE ORIENTE EN EL MUNICIPIO DE CAQUEZA - 04/11/2023
- CAPACITACION EN EL MUNICIPIO DE MOSQUERA - INVITADO ESPECIAL RIGOBERTO URAN - 01/11/2023
- REUNION VIRTUAL CON EL COMPONENTE DEPORTIVO DE INDEPORTES CUNDINAMARCA - GESTOR WILLIAM MOYA -14/11/2023
- REUNION CON EL COMPONENTE DEPORTIVO DE INDEPORTES CUNDINAMARCA DE LA PROVINCIA DE ORIENTE PARA LA ENTREGA DE INFORMES - MUNICIPIO DE CAQUEZA - 24/11/2023
- REUNION CON EL COMPONENTE DEPORTIVO DE INDEPORTES CUNDINAMARCA DE LA PROVINCIA DE ORIENTE PARA LA EJECUCION DE LOS ULTIMOS EVENTOS DEL AÑO - 22/11/2023
- REUNION REALIZACION DE FESTIVAL DE DEPORTE FORMATIVO EN EL MUNICIPIO DE UNE Y ENTREGA DE UNIFORMES - 23/11/2023

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.

Entregue debidamente diligenciado al área de archivo de la Subgerencia Administrativa y Financiera el Formato Único de Inventario Documental (FUID) o su equivalente, cuando era requerido y/o traslado documentos al archivo del Instituto.

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).

Consolide y Presente a la plataforma de SECOP II el informe, Cuenta de cobro con la correspondiente radicación, Informe de Gestión contractual, El soporte de cancelación de aportes parafiscales del mes correspondiente, en formato pdf y sin contraseñas, Los soportes de ejecución o evidencias solicitados por el supervisor, en formato pdf y/o formato comprimido si este supera el orden establecido el apoyo a la supervisión

- Cuente de Cobro Radicada,
- Informe de Gestión Contractual
- Seguridad Social
- Evidencias

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

Entregue al supervisor del contrato el documento mes a mes durante la ejecución del contrato, con formatos modificables, estudios y demás productos elaborados durante la ejecución del contrato a la entrega del informe e informe final, subido al drive.

En calidad de contratista indico que las obligaciones con el sistema Seguridad social, salud y pensiones se han efectuado de la siguiente manera:

Periodo	IBC	Salud	Pensión	ARL	Planilla
JULIO	$ 1.005.334	$ 125.700	$ 160.900	$ 5.300	9454209697
AGOSTO	$ 1.160.000	$ 145.000	$ 185.600	$ 28.300	9447476409
SEPTIEMBRE	$ 1.160.000	$ 145.000	$ 185.600	$ 28.300	9456851445
OCTUBRE	$ 1.160.000	$ 145.000	$ 185.600	$ 28.300	9458155921
NOVIEMBRE	$ 1.160.000	$ 145.000	$ 185.600	$ 28.300	9459104102
DICIEMBRE					
Totales	**$ 6.370.734**	**$ 705.700**	**$ 903.300**	**$ 118.500**	

Cobertura total a la finalización del contrato

NIVEL DE FORMACION	TOTAL DE DEPORTISTAS
INICIACION	9
FUNDAMENTACION No 1	8
FNDAMENTACION No 2	4
TOTAL	21

Modalidad de contratación	CPS	Valor contrato	Plazo	Registro No
SECOP II	951	$ 9.427.000	CINCO (5)	RES- 2023002424 -

			MESES	30/07/2023

Confirmo, como contratado que a la fecha INDEPORTES queda a paz y salvo por todo concepto con el profesional abajo firmante.

CONTRATISTA:	
Nombre:	PAULA ANDREA MORA SOTO



Firma

RELACIÓN DE ANEXOS

Cobertura por meses de trabajo

CATEGORÍA	CANTIDAD ESTUDIANTES	MES
INICIACIÓN	8	JULIO
FUNDAMENTACIÓN	6	
PERFECCIONAMIENTO	2	
CATEGORÍA	CANTIDAD ESTUDIANTES	MES
INICIACIÓN	8	AGOSTO
FUNDAMENTACIÓN	6	
PERFECCIONAMIENTO	2	
CATEGORÍA	CANTIDAD ESTUDIANTES	MES
INICIACIÓN	9	SEPTIEMBRE
FUNDAMENTACIÓN	8	
PERFECCIONAMIENTO	4	
CATEGORÍA	CANTIDAD ESTUDIANTES	MES
INICIACIÓN	9	OCTUBRE
FUNDAMENTACIÓN	8	
PERFECCIONAMIENTO	4	
CATEGORÍA	CANTIDAD ESTUDIANTES	MES
INICIACIÓN	9	NOVIEMBRE

FUNDAMENTACIÓN	8	
PERFECCIONAMIENTO	4	

REGISTRO FOTOGRÁFICO































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

PAULA ANDREA MORA SOTO

INDEPORTES -CUNDINAMARCA
SUBGERENCIA TECNICA.
COMPONENTE DEPORTE FORMATIVO
MUNICIPIO DE UNE
2023

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

PAULA ANDREA MORA SOTO

CPS 951 DE 2023
AJEDREZ

COMPONENTE DEPORTE FORMATIVO

INDEPORTES -CUNDINAMARCA
SUBGERENCIA TECNICA.
COMPONENTE DEPORTE FORMATIVO
MUNICIPIO DE UNE
2023

Índice

INTRODUCCION **4**

1. **Antecedentes** **5**
2. **Planteamiento del problema** **6**
3. **Objetivo General** **8**
    a. **Objetivos Específicos** **8**
4. **Diseño Metodológico** **9**
    a. **Enfoque de Investigación** **9**
    b. **Paradigma de Investigación** **9**
    c. **Alcance** **10**
    d. **Población y Muestra** **10**
    e. **Consideraciones éticas** **10**
5. **Marco Teórico** **11**
6. **Interpretación de datos** **13**
    a. **Test niños(as) < 8 años** **13**
    b. **Test niños(as) 9 a 10 años** **17**
    c. **Test niños(as) 11 a 13 años** **21**
    d. **Test niños(as) 14 a 17 años** **24**
7. **Anexos** **28**
8. **Referencias bibliográficas** **34**

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, Choachi, 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). 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;20 mts lisos, Shutlle 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 en una 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 Teórico

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:
1er TEST DE VALORACION

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIV0

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: INICIACION, FUNDAMENTACION 1 Y 2

	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	DAVID MATIAS LOPEZ MORALES	6	18/08/2017	AJEDREZ	17	112	54	115	52
2	XOCHIT LUCIA CUBILLOS MENDOZA	6	09/02/2017	AJEDREZ	19	115	52	112	50
3	DANNA MICHELL	6		AJEDREZ	23	114	50	114	52
4	SAIRA JHOELY MORALES CHINGATE	8	29/12/2014	AJEDREZ	15	127	58	124	51
5	SAMUEL DAVID RODRIGUEZ CARDENAS	8	26/12/2014	AJEDREZ	21	120	54	118	54
6	DAVID SANYIAGO ROZO G	8	22/05/2015	AJEDREZ	23	132	60	131	60
7	VICTOR MANUEL HERNANDEZ PORRAS	9	10/02/2014	AJEDREZ	28	132	63	130	53
8	ANGEL DAVID ROMERO ARDILA	9	13/11/2013	AJEDREZ	24	124	64	122	50
9	NICOLAS DAVID	9	28/09/2013	AJEDREZ	29	132	63	132	62
10	ANGEL SANTIAGO QUIROGA	10		AJEDREZ	35	135	67	136	52
11	MANUEL ALFONSO CUBILLOS MENDOZA	10	27/05/2013	AJEDREZ	42	138	65	134	55
12	JUAN JOSE SILVA	10		AJEDREZ	32	134	64	130	71
13	HOLLMAN FUENTES	10		AJEDREZ	30	140	62	138	68
14	WILMER DIMATE	11		AJEDREZ	34	140	63	139	73
15	BRANDON PORRAS	11	12/10/2012	AJEDREZ	32	146	61	145	57
16	OMAR ALEJANDRO ROJAS VANEGAS	13	03/06/2010	AJEDREZ	36	149	65	148	59
17	HAROLD DANILO SUAREZ	13	21/10/2009	AJEDREZ	38	166	69	164	66
18	ANDRES NICOLAS CARRILLO GUTIERREZ	14	19/06/2009	AJEDREZ	39	169	68	162	70
19	SAMUEL GUTIERREZ	14		AJEDREZ	42	164	62	161	70
20	EMERSON YAMID CRUZ SUSA	15	05/09/2007	AJEDREZ	45	168	65	167	72
21	DARWIN ALEXIS CARO SUAREZ	15	09/08/2007	AJEDREZ	42	164	64	163	82
MUNICIPIO EVALUADO:				UNE					
FORMADOR:				PAULA ANDREA MORA SOTO					

2º TEST DE VALORACION

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

INDEPORTES CUNDINAMARCA

DEPORTE FORMATIV0

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: INICIACION, FUNDAMENTACION 1 Y 2

	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	DAVID MATIAS LOPEZ MORALES	6	18/08/2017	AJEDREZ	19	114	56	116	53
2	XOCHIT LUCIA CUBILLOS MENDOZA	6	09/02/2017	AJEDREZ	21	116	53	115	52
3	DANNA MICHELL	6		AJEDREZ	22	114	50	118	50
4	SAIRA JHOELY MORALES CHINGATE	8	29/12/2014	AJEDREZ	18	127	58	124	50
5	SAMUEL DAVID RODRIGUEZ CARDENAS	8	26/12/2014	AJEDREZ	24	121	54	118	52
6	DAVID SANYIAGO ROZO G	8	22/05/2015	AJEDREZ	25	132	60	131	62
7	VICTOR MANUEL HERNANDEZ PORRAS	9	10/02/2014	AJEDREZ	29	133	63	130	54
8	ANGEL DAVID ROMERO ARDILA	9	13/11/2013	AJEDREZ	25	125	65	125	51
9	NICOLAS DAVID	9	28/09/2013	AJEDREZ	28	138	63	132	63
10	ANGEL SANTIAGO QUIROGA	10		AJEDREZ	34	136	67	137	50
11	MANUEL ALFONSO CUBILLOS MENDOZA	10	27/05/2013	AJEDREZ	42	138	65	134	59
12	JUAN JOSE SILVA	10		AJEDREZ	35	134	64	132	69
13	HOLLMAN FUENTES	10		AJEDREZ	31	142	63	139	65
14	WILMER DIMATE	11		AJEDREZ	35	140	63	142	70
15	BRANDON PORRAS	11	12/10/2012	AJEDREZ	34	148	61	149	54
16	OMAR ALEJANDRO ROJAS VANEGAS	13	03/06/2010	AJEDREZ	37	151	65	145	53
17	HAROLD DANILO SUAREZ	13	21/10/2009	AJEDREZ	39	165	69	164	61
18	ANDRES NICOLAS CARRILLO GUTIERREZ	14	19/06/2009	AJEDREZ	38	170	67	162	69
19	SAMUEL GUTIERREZ	14		AJEDREZ	40	168	62	161	65
20	EMERSON YAMID CRUZ SUSA	15	05/09/2007	AJEDREZ	48	169	65	167	70
21	DARWIN ALEXIS CARO SUAREZ	15	09/08/2007	AJEDREZ	52	161	68	163	76
MUNICIPIO EVALUADO:				UNE					
FORMADOR:				PAULA ANDREA MORA SOTO					

En la gráfica a continuación se representa los test antropométricos correspondientes a la escuela de formación de ciclomontañismo del municipio de une, representando una variable positiva en cuanto al promedio de peso y altura de los deportistas

TEST 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	DAVID MATIAS LOPEZ MORALES	6	18/08/2017	AJEDREZ	6.81		65	71		71	127	124		127
2	XOCHIT LUCIA CUBILLOS MENDOZA	6	09/02/2017	AJEDREZ	6.45		92	89		92	141	138		141
3	DANNA MICHELL	6		AJEDREZ	6.24		69	82		82	146	142		146
4	SAIRA JHOELY MORALES CHINGATE	8	29/12/2014	AJEDREZ	7.01		68	71		71	148	132		148
5	SAMUEL DAVID RODRIGUEZ CARDENAS	8	26/12/2014	AJEDREZ	7.35		102	105		105	134	131		134
6	DAVID SANYIAGO ROZO G	8	22/05/2015	AJEDREZ	6.84		99	110		110	142	150		150
	MUNICIPIO EVALUADO:				UNE									
	FORMADOR :				PAULA ANDREA MORA SOTO									

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"

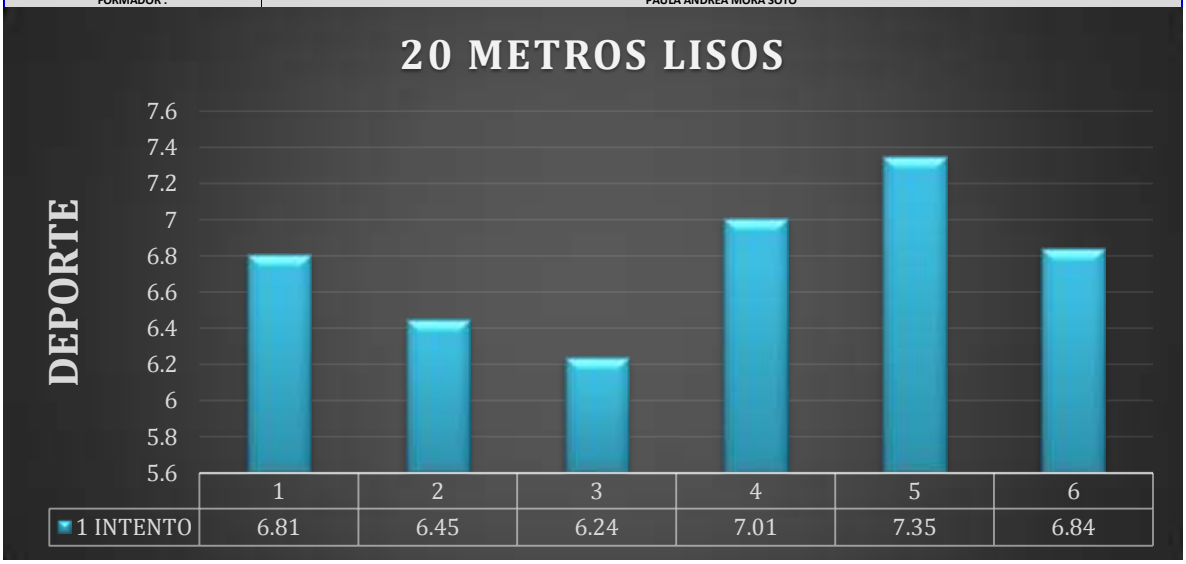
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

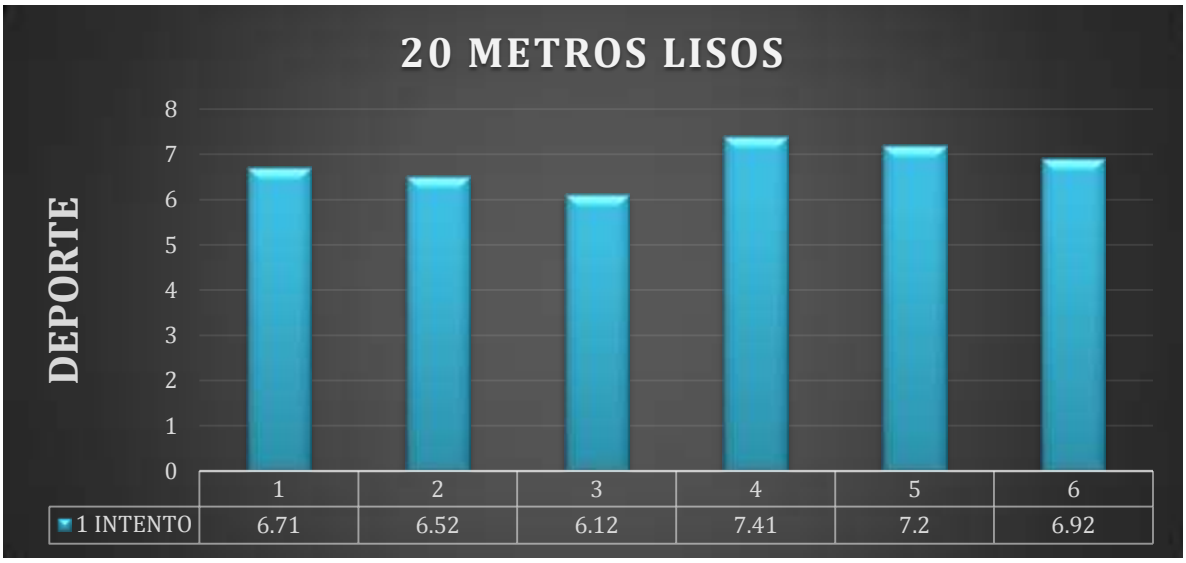
PRIMER SEMESTRE

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	DAVID MATIAS LOPEZ MORALES	6	18/08/2017	AJEDREZ	6.71		71	75		75	129	124		129
2	XOCHIT LUCIA CUBILLOS MENDOZA	6	09/02/2017	AJEDREZ	6.52		98	92		98	148	135		148
3	DANNA MICHELL	6		AJEDREZ	6.12		94	91		94	154	143		154
4	SAIRA JHOELY MORALES CHINGATE	8	29/12/2014	AJEDREZ	7.41		78	72		78	145	132		145
5	SAMUEL DAVID RODRIGUEZ CARDENAS	8	26/12/2014	AJEDREZ	7.2		104	106		106	134	132		134
6	DAVID SANYIAGO ROZO G	8	22/05/2015	AJEDREZ	6.92		102	107		107	157	150		157
	MUNICIPIO EVALUADO:				UNE									
	FORMADOR :				PAULA ANDREA MORA SOTO									



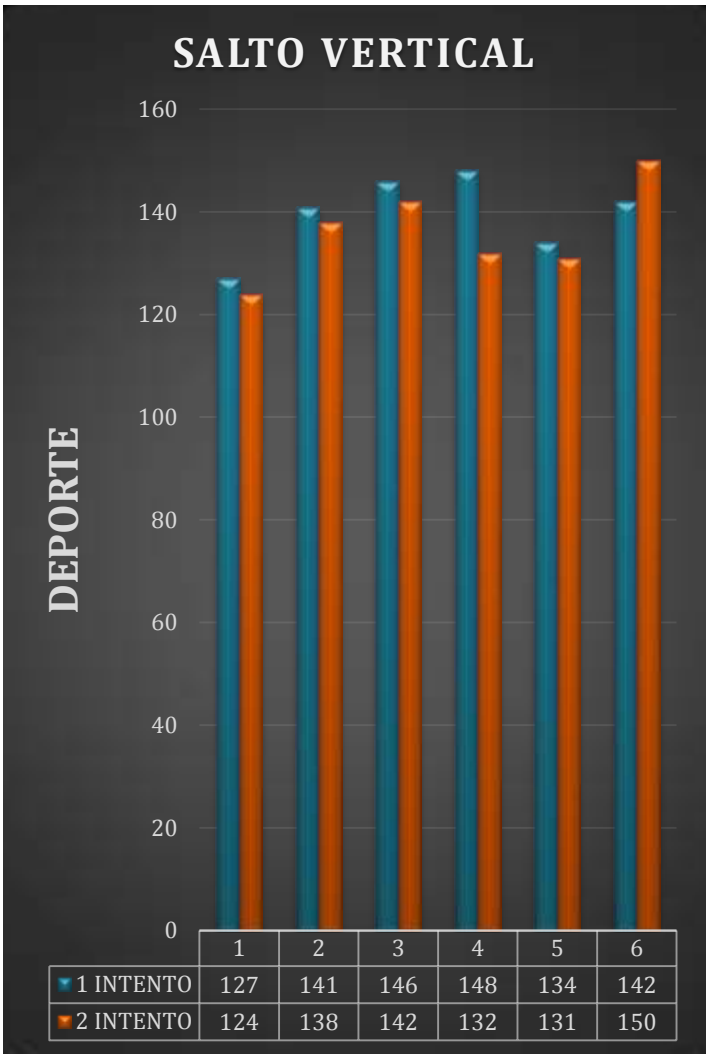


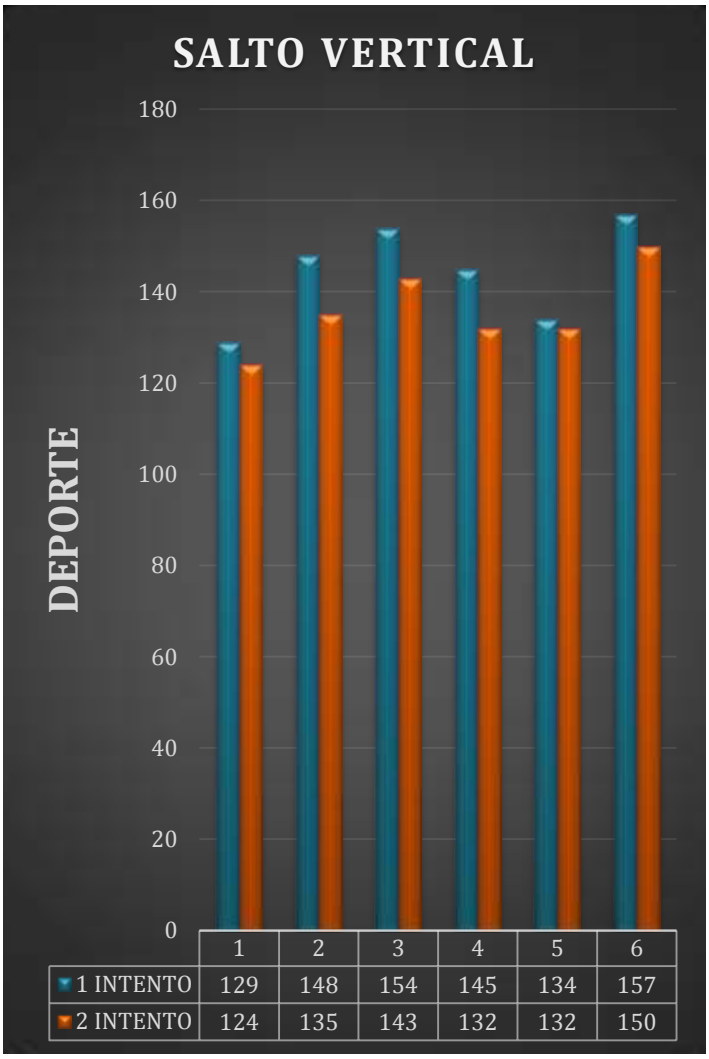
Se analiza un índice positivo en la formación física de nuestros deportistas, teniendo como constante variable con un punto promedio de cada uno. Un rendimiento óptimo en la prueba de 20 mts lisos nivelación media.





Se ejecuta una prueba de constantes variables, 2 intentos de salto donde el 1er intento promedia el salto óptimo para los deportistas, constantes estables con rendimiento favorable de cada deportista


SALTO VERTICAL
DEPORTE
160
140
120
100
80
60
40
20
0
1 2 3 4 5 6
1 INTENTO 127 141 146 148 134 142
2 INTENTO 124 138 142 132 131 150



Resaltamos como constantes una estabilidad promedia en la prueba para estos 9 deportistas, intentos sin mucha diferencia de resultado pero sostenidos a la marca inicial, se resalta el esfuerzo al superar marca.

TEST NIÑOS(AS) 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

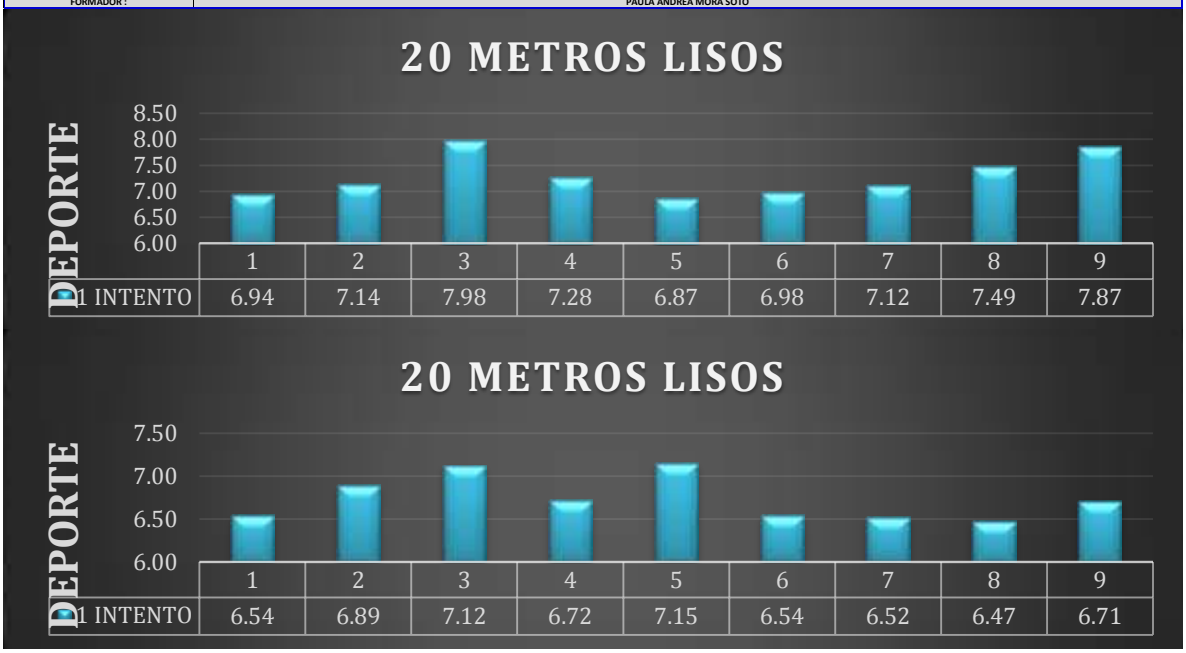
	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	FECHA DE NACIMIENTO	DEPORTE	20 METROS LISOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO) UNIDAD DE MEDIDA: SEGUNDOS Y MILESIMAS (3,1) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (3,0) NOTA: se usa separando unicamente con la COMA		PROMEDIO	RESULTADO ESCRIBIR EL RESULTADO MAS ALTO SEGÚN LOS 2 INTENTOS	SALTO VERTICAL UNIDAD DE MEDIDA: CENTIMETROS (3,0) 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	VICTOR MANUEL HERNANDEZ PORRAS	9	10/02/2014	AJEDREZ	6.94		158	161		161	172	165		172	13.87	
2	ANGEL DAVID ROMERO ARDILA	9	13/11/2013	AJEDREZ	7.14		158	157		158	162	164		164	12.75	
3	NICOLAS DAVID	9	28/09/2013	AJEDREZ	7.98		152	153		153	170	172		172	13.14	
4	ANGEL SANTIAGO QUIROGA	10		AJEDREZ	7.28		159	149		159	158	145		158	16.54	
5	MANUEL ALFONSO CUBILLOS MENDOZA	10	27/05/2013	AJEDREZ	6.87		152	154		154	170	168		170	13.54	
6	JUAN JOSE SILVA	10		AJEDREZ	6.98		168	164		168	164	162		164	14.25	
7	HOLLMAN FUENTES	10		AJEDREZ	7.12		152	155		155	175	172		175	13.98	
8	WILMER DIMATE	11		AJEDREZ	7.49		159	162		162	169	170		170	14.1	
9	BRANDON PORRAS	11	12/10/2012	AJEDREZ	7.87		164	158		164	162	172		172	15.14	
	MUNICIPIO EVALUADO:				UNE											
	FORMADOR :				PAULA ANDREA MORA SOTO											

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 (3,0U) 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	VICTOR MANUEL HERNANDEZ PORRAS	9	10/02/2014	AJEDREZ	6.54		154	165		**165**	168	179		**179**	13.27	
2	ANGEL DAVID ROMERO ARDILA	9	13/11/2013	AJEDREZ	6.89		152	163		**163**	169	173		**173**	13.95	
3	NICOLAS DAVID	9	28/09/2013	AJEDREZ	7.12		160	170		**170**	174	171		**174**	13.15	
4	ANGEL SANTIAGO QUIROGA	10		AJEDREZ	6.72		162	162		**162**	152	170		**170**	13.64	
5	MANUEL ALFONSO CUBILLOS MENDOZA	10	27/05/2013	AJEDREZ	7.15		168	164		**168**	196	164		**196**	13.28	
6	JUAN JOSE SILVA	10		AJEDREZ	6.54		172	160		**172**	159	168		**168**	13.1	
7	HOLLMAN FUENTES	10		AJEDREZ	6.52		170	160		**170**	162	172		**172**	13.31	
8	WILMER DIMATE	11		AJEDREZ	6.47		165	161		**165**	168	156		**168**	15.32	
9	BRANDON PORRAS	11	12/10/2012	AJEDREZ	6.71		162	163		**163**	182	175		**182**	15.11	
	MUNICIPIO EVALUADO:				UNE											
	FORMADOR :				PAULA ANDREA MORA SOTO											

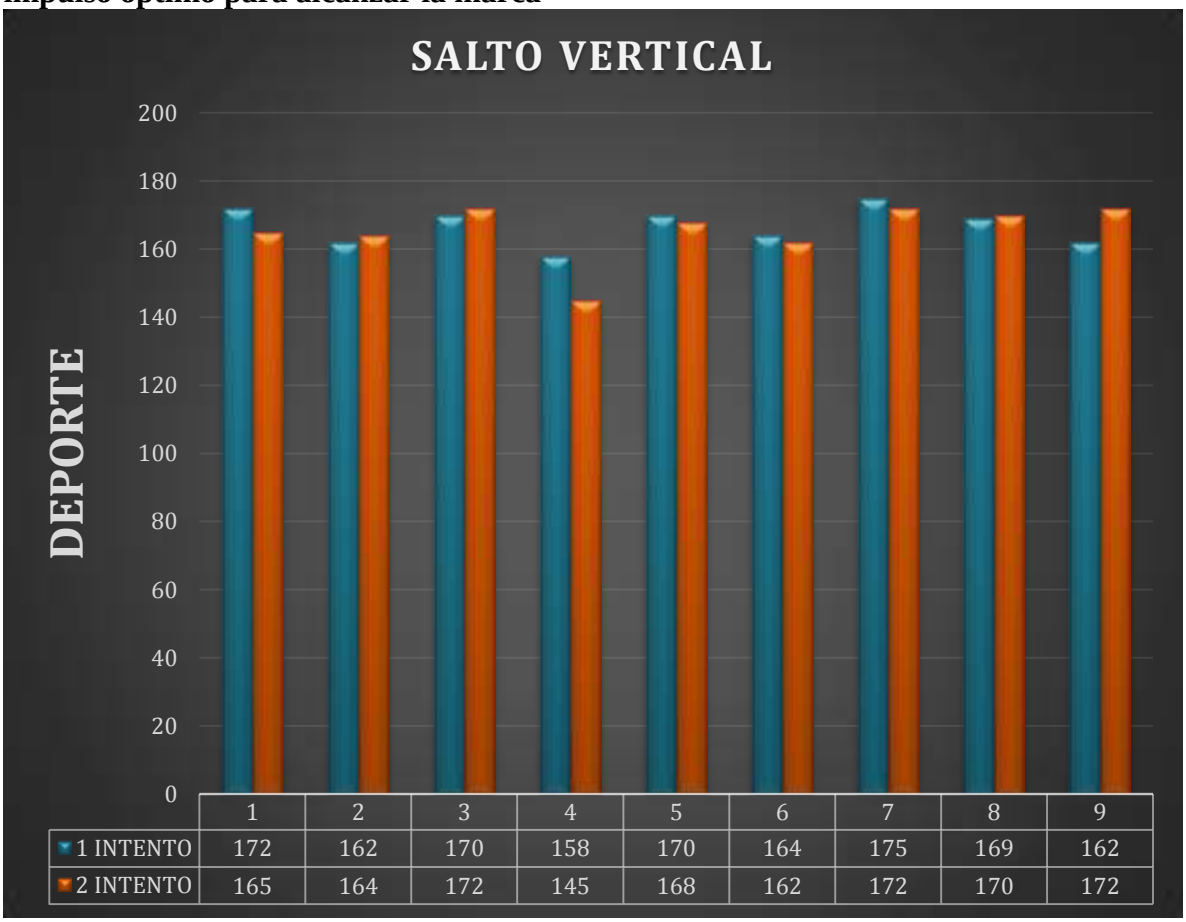


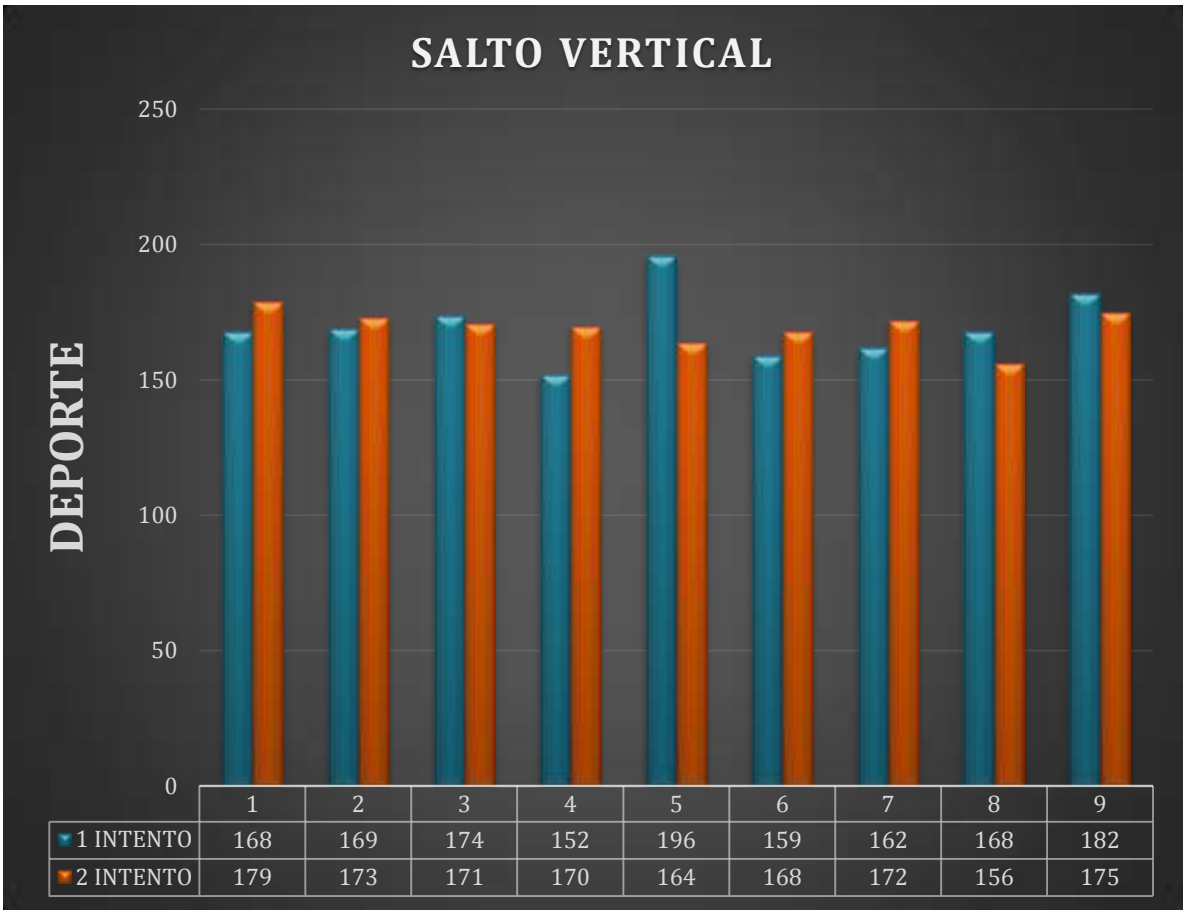
Se evidencia un promedio de rendimiento en estos deportistas, constantes estables y funcionales para el punto de factor de velocidad.





Grafica con unos deportistas constantes, ejecución en el salto ya que fundamenta un impulso óptimo para alcanzar la marca





Constantes estables, se evidencia un punto promedio alcanzar los 2 mts





Se analiza el esfuerzo importante en los deportistas a la hora de la ejecución de la prueba, frenado y reinicio de la velocidad constante en el ejercicio y remate final dela prueba. Resultados acordes.

TEST NIÑOS(AS) 13 A 17 AÑOS

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

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 SEGUN 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 SEGUN 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 SEGUN LOS 2 INTENTOS
					1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO				
1	OMAR ALEJANDRO ROJAS VANEGAS	13	03/06/2010	AJEDREZ	5.87		162	170		170	205	201		205	12.7	
2	HAROLD DANILO SUAREZ	13	21/10/2009	AJEDREZ	5.98		164	171		171	211	207		211	12.78	
3	ANDRES NICOLAS CARRILLO GUTIERREZ	14	19/06/2009	AJEDREZ	6.02		162	171		171	210	199		210	12.48	
4	SAMUEL GUTIERREZ	14		AJEDREZ	6.12		160	169		169	194	205		205	12.5	
5	EMERSON YAMID CRUZ SUSA	15	05/09/2007	AJEDREZ	5.12		170	172		172	215	208		215	13.1	
6	DARWIN ALEXIS CARO SUAREZ	15	09/08/2007	AJEDREZ	5.86		172	175		175	210	218		218	12.54	
	MUNICIPIO EVALUADO:	UNE														
	FORMADOR :	PAULA ANDREA MORA SOTO														

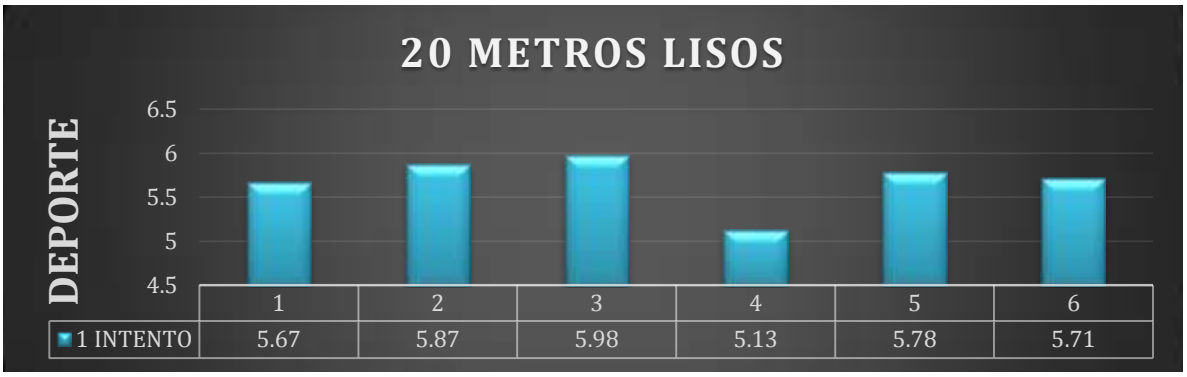
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO

PRIMER SEMESTRE
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

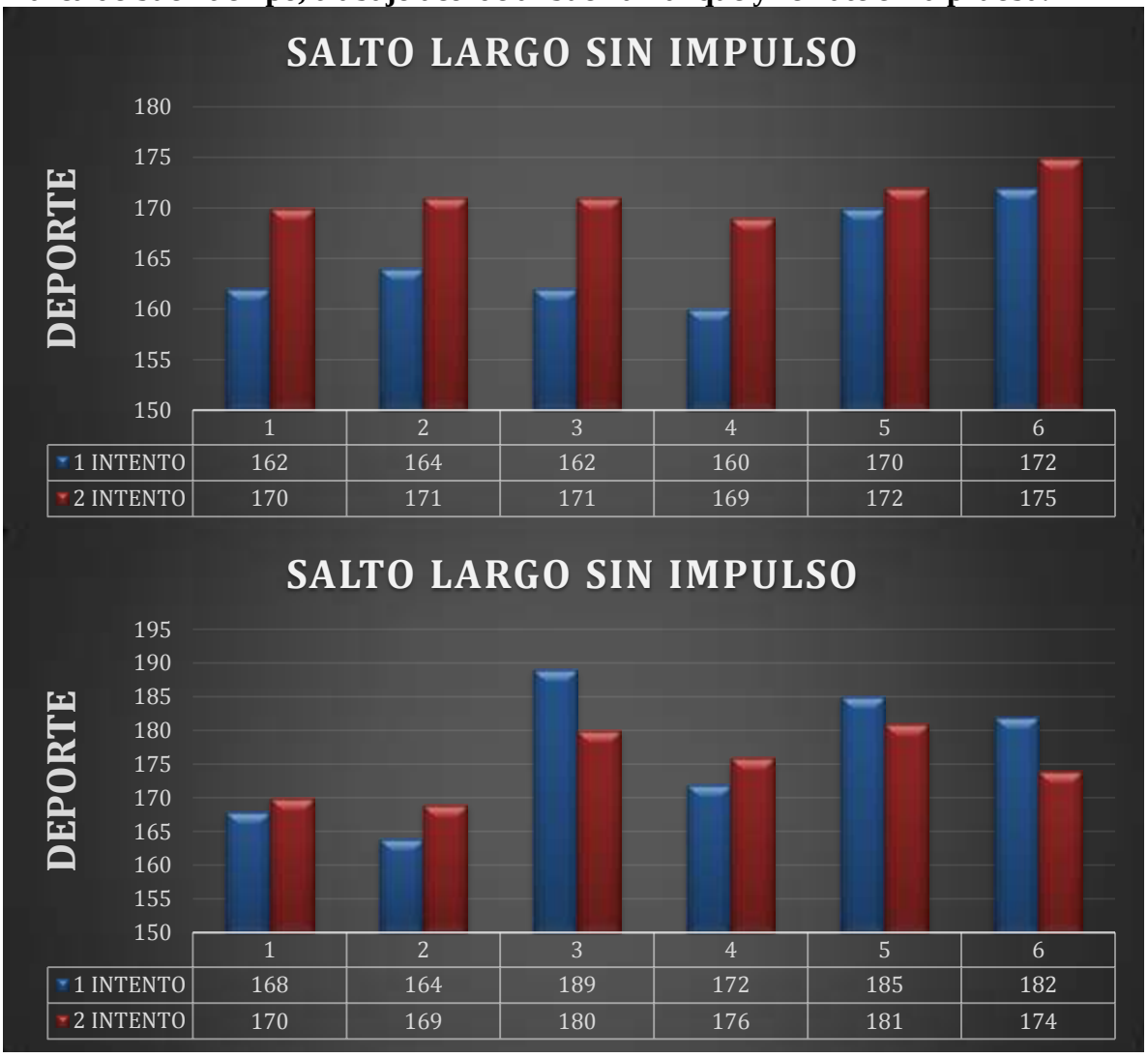
NIVEL: NIÑOS(AS) 13 A 17 AÑOS

	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 SEGUN 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 SEGUN 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 SEGUN LOS 2 INTENTOS
					1 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO				
1	OMAR ALEJANDRO ROJAS VANEGAS	13	03/06/2010	AJEDREZ	5.67		168	170		170	210	211		211	15.1	
2	HAROLD DANILO SUAREZ	13	21/10/2009	AJEDREZ	5.87		164	169		169	212	212		212	12.82	
3	ANDRES NICOLAS CARRILLO GUTIERREZ	14	19/06/2009	AJEDREZ	5.98		189	180		189	209	200		209	12.45	
4	SAMUEL GUTIERREZ	14		AJEDREZ	5.13		172	176		176	200	218		218	12.21	
5	EMERSON YAMID CRUZ SUSA	15	05/09/2007	AJEDREZ	5.78		185	181		185	215	212		215	13.02	
6	DARWIN ALEXIS CARO SUAREZ	15	09/08/2007	AJEDREZ	5.71		182	174		182	212	220		220	12.33	
	MUNICIPIO EVALUADO:	UNE														
	FORMADOR :	PAULA ANDREA MORA SOTO														

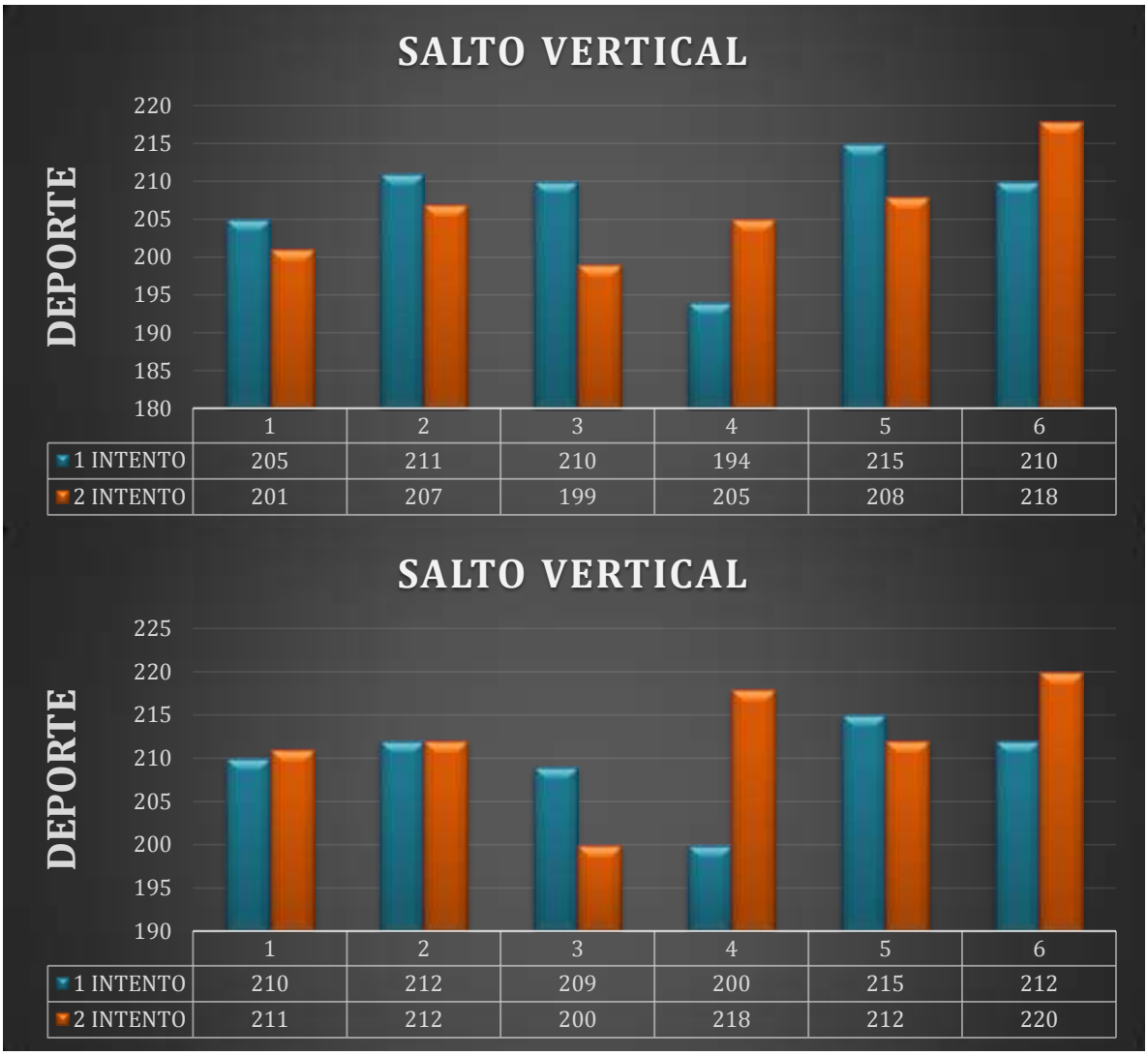




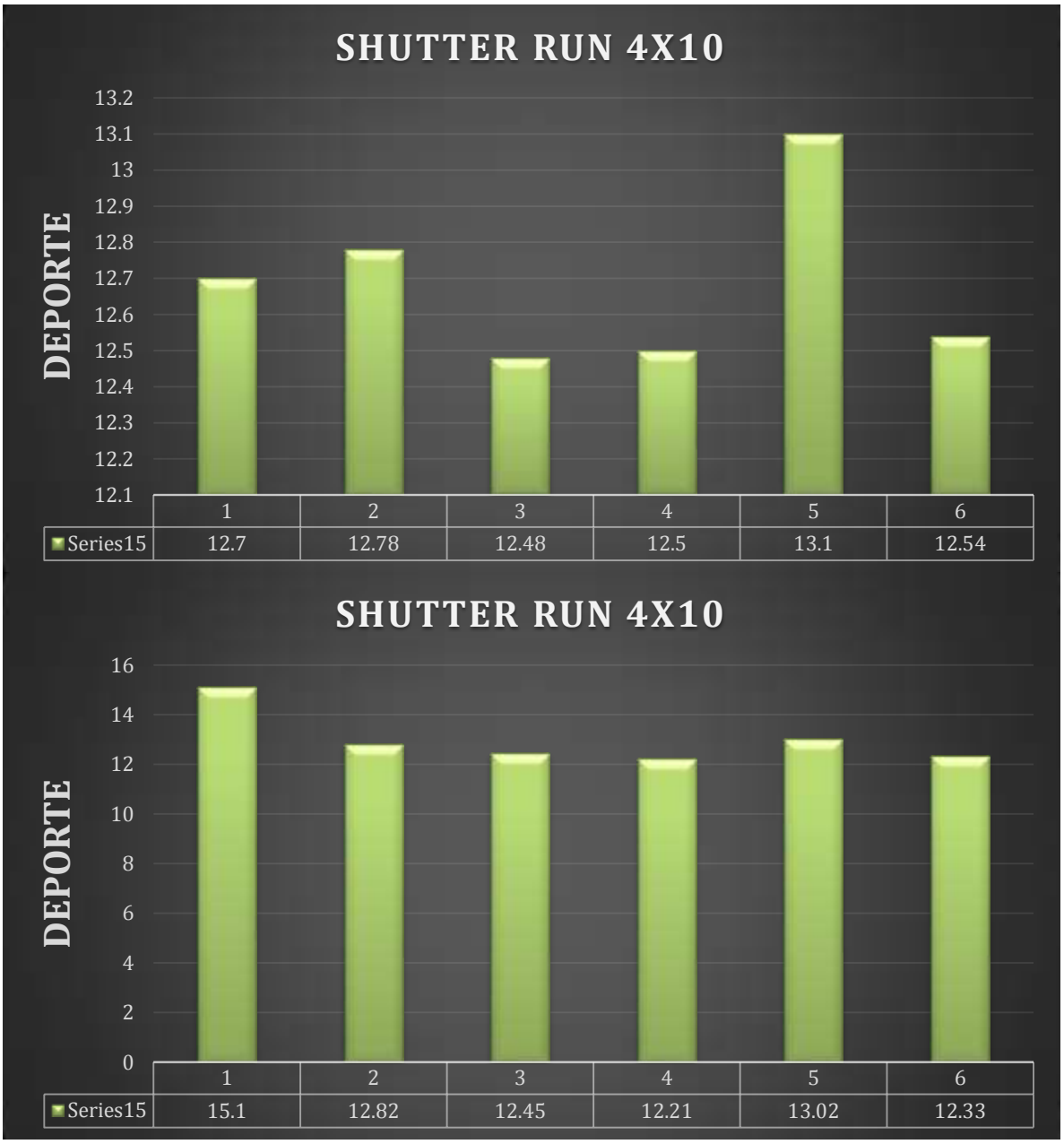
Se verifica un rendimiento oportuno y efectivo en un 80% de los deportistas, una marca de buen tiempo, trabajo acorde al buen arranque y remate en la prueba.



Una amplia diferencia en las variables en especial al 2º intento, deportistas que analizan al iniciar y al terminar la prueba lo cual vemos un alto punto de quiebre en los puntos.



Funcionalidad optima en la prueba, rendimiento bajo en la mayoría de los deportistas, saltos bajos pero con buena funcionalidad de esfuerzo.



Se ve en la gráfica unas constantes inestables, aunque un deportista realiza el trabajo con buen frenado y empuje de velocidad haciendo un buen tiempo.

Anexos





















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/l-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

aportes en línea

Certificado de Aportes

Se certifica que PAULA ANDREA MORA SOTO identificado(a) con CC 1033787754 realizó los siguientes aportes al Sistema de Seguridad Social.

APORTANTE: MORA SOTO PAULA ANDREA CC 1033787754

Clave Planilla	Clave Pago	Tipo Planilla	Fecha Pago	Riesgo	Código	Administradora	Concepto	Periodo	Días	Novedades																
										Ing	Ret	Vsp	Vst	Sln	Ige	Lma	Vac	Avp	Vct	Irl	Cce	Sue	Ebp	Cod	Tde	Tae
[illegible]	[illegible]	I	2023-11-07	RIESGO	RP9010	RIESGOS LABORALES BOLIVAR (ANTES SURATEP)	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-10	30																	
[illegible]	[illegible]	I	2023-11-07	APORTES	230201	PORVENIR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-10	30																	
[illegible]	[illegible]	I	2023-11-07	SALUD	14-23	POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-10	30																	
[illegible]	[illegible]	I	2023-10-02	RIESGO	RP9010	RIESGOS LABORALES BOLIVAR (ANTES SURATEP)	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-09	30																	
[illegible]	[illegible]	I	2023-10-02	APORTES	230201	PORVENIR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-09	30																	
[illegible]	[illegible]	I	2023-10-02	SALUD	14-23	POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-09	30																	
[illegible]	[illegible]	I	2023-09-26	RIESGO	RP9010	RIESGOS LABORALES BOLIVAR (ANTES SURATEP)	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-08	30																	
[illegible]	[illegible]	I	2023-09-29	APORTES	230201	PORVENIR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-08	30																	
[illegible]	[illegible]	I	2023-09-26	SALUD	14-23	POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-08	30																	
[illegible]	[illegible]	I	2023-08-31	RIESGO	RP9010	RIESGOS LABORALES BOLIVAR (ANTES SURATEP)	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-07	30	X																
[illegible]	[illegible]	I	2023-08-05	APORTES	230201	PORVENIR	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-07	30	X																
[illegible]	[illegible]	I	2023-08-31	SALUD	14-23	POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	COTIZACIÓN OBLIGATORIA	2023-07	28	X																

Este certificado se expide el día 2023-12-04 a las 21:12.