La Apartada. 2 de julio de 2024

ALCALDIA DE LA APARTADA
Radicado: 2024-2-973 (08 de julio, 12:03 p. m.)
Remitente: JOSE MARIA CASTILLO DE LA CRUZ
Receptor: ANA VANESSA NAVARRO SIBAJA
Asunto: SOPORTES PRESENTACION CUENTA DE
AL CONTESTAR ENUNCIE ESTE RADICADO

Doctora:
ANA VANESA NAVARRO
Secretaria de Educación, Cultura y Deporte
Ciudad
E. S. D

ASUNTO: SOPORTES PRESENTACION DE CUENTAS

De la manera más atenta, me permito hacerle entrega de los soportes documentales que hacen parte del TERCER PAGO del contrato de prestación de servicios profesionales y de apoyo a la gestión No. 056 de 2024, cuyo objeto es: PRESTACION DE SERVICIOS PROFESIONALES Y DE APOYO A LA GESTION PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA EN EL MUNICIPIO DE LA APARTADA CORDOBA.

Hacen parte de los soportes documentales, los siguientes relacionados:

No	DOCUMENTOS
1.	Oficio remisorio
2.	Factura No. FE-112
3.	Aportes seguridad social y parafiscales
4.	Informe Parcial de Ejecución con Evidencias con anexos.

Cordialmente,

JOSE MARIA CASTILLO DE LA CRUZ
Representante legal

DIAN

FACTURA ELECTRÓNICA DE VENTA

DIAN

Representación Gráfica

Datos del Documento

Código Único de Factura - CUFE :
b6e818520267321ecad46c1fa4582fc7e73c0d23cb02ead047505d1acfc57e47c76116d2e4200f1f58553f6c9cd33b77

Número de Factura: FE-112
Fecha de Emisión: 02/07/2024
Fecha de Vencimiento: 01/08/2024
Tipo de Operación: 10 - Estándar

Forma de pago: Crédito
Medio de Pago: Transferencia Débito
Orden de pedido:
Fecha de orden de pedido:

Datos del Emisor / Vendedor

Razón Social: FUNDACION COLOMBIA SOSTENIBLE
Nombre Comercial: FUNDACION COLOMBIA SOSTENIBLE
Nit del Emisor: 900480514
Tipo de Contribuyente: Persona Jurídica
Régimen Fiscal:R-99-PN
Responsabilidad tributaria: ZZ - No aplica
Actividad Económica: 9499

Pais: Colombia
Departamento: Córdoba
Municipio / Ciudad: San Antero
Dirección: CR 14 11 113 BRR PARAISO
Teléfono / Móvil: 3045713979
Correo: jomacasdelacruz@hotmail.es

Datos del Adquiriente / Comprador

Nombre o Razón Social: ALCALDIA DE LA APARTADA
Tipo de Documento: NIT
Número Documento: 812001681
Tipo de Contribuyente: Persona Jurídica
Régimen fiscal: R-99-PN
Responsabilidad tributaria: ZZ - No aplica

Pais: Colombia
Departamento: Córdoba
Municipio / Ciudad: La Apartada
Dirección: crra 7 No. 20-21
Teléfono / Móvil: 6048104319
Correo: alcaldia@laapartada-cordoba.gov.co

Detalles de Productos

								IMPUESTOS				
Nro.	Código	Descripción	U/M	Cantidad	Precio unitario	Descuento detalle	Recargo detalle	IVA	%	INC	%	Precio unitario de venta
1	005	Prestacion de servicio y apoyo a la gestion fortalecimiento de escuelas en formacion	94	1,00	$ 39.183.915,00	$ 0,00	$ 0,00					$ 39.183.915,00

Notas Finales

Pago al contrato 056 de 2024 Prestacion de servicios y apoyo a la gestion del fortalecimiento de escuelas deportivas en el municipio de la Apartada Cord oba
Linea de negocio: PRESTACION DE SERVICIOS Y APOYOP A LA GESTION

Datos Totales

Documento validado por la DIAN 2024-07-02 15:43:30
Documento generado el: 2024-07-02 15:43:29
Generado por: Solución Gratuita DIAN
Nit:800197268

MONEDA	COP
TASA DE CAMBIO	

Subtotal			39.183.915,00
Descuento detalle			0,00
Recargo detalle			0,00
Total Bruto Factura			39.183.915,00
IVA			0,00
INC			0,00
Bolsas			0,00
Otros impuestos			0,00
Total impuesto (=)			0,00
Total neto factura (=)			39.183.915,00
Descuento Global (-)			0,00
Recargo Global (+)			0,00
Total factura (=)	**COP $**	$	39.183.915,00

Valores informativos

ANTICIPOS	
Anticipos	0,00

RETENCIONES	
Rete fuente	0,00
Rete IVA	0,00
Rete ICA	0,00

Numero de Autorización: 18764061842876 Rango desde: 103 Rango hasta: 1000 Vigencia: 2024-12-13

aportes en línea

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
NIT 900480514	7	FUNDACION COLOMBIA SOSTENIBLE	B - MENOS DE 200 COTIZANTES	FUNCOL SOSTENIBLE	CR 14 11 113	SAN ANTERO-CORDOBA	3217856124	Si

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2024-05	2024-06	747061422	9467354995	E	2024/06/06	2024/07/02	NEQUI	26	$504,700

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES

EMPLEADO				PENSION				SALUD				CCF				RIESGOS				PARAFISCALES		
No.	Identificación		Nombres	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Dias	IBC	Aporte
1	CC	73146188	CASTILLO DE LA CRUZ JOSE MARIA	231001	30	$1,300,000	$208,000	ESSC07	30	$1,300,000	$162,500	CCF16	30	$1,300,000	$52,000	14-23	30	$1,300,000	$6,800	30	$1,300,000	$65,000
Total	**Afiliados(1)**					$1,300,000	$208,000			$1,300,000	$162,500			$1,300,000	$52,000			$1,300,000	$6,800		$1,300,000	$65,000

RESUMEN DE PAGO

RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$208,000	$4,300	$0	$212,300
COLFONDOS	231001	800,227,940	6	1	$208,000	$4,300	$0	$212,300
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$6,800	$200	$0	$7,000
POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	14-23	860,011,153	6	1	$6,800	$200	$0	$7,000
CCF (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$52,000	$1,100	$0	$53,100
COMFACOR	CCF16	891,080,005	1	1	$52,000	$1,100	$0	$53,100
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$162,500	$3,400	$0	$165,900
MUTUAL SER	ESSC07	806,008,394	7	1	$162,500	$3,400	$0	$165,900
ICBF (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$39,000	$800	$0	$39,800
INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR	PAICBF	899,999,239	2	1	$39,000	$800	$0	$39,800
SENA (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$26,000	$600	$0	$26,600
SENA	PASENA	899,999,034	1	1	$26,000	$600	$0	$26,600
TOTAL				1	$494,300	$10,400	$0	$504,700

INFORME PARCIAL No. 3

CONTRATO No. 056-204: PRESTACION DE SERVICIOS PROFESIONALES Y DE APOYO A LA GESTION PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA EN EL MUNICIPIO DE LA APARTADA CORDOBA.

JUNIO – 2024

TOMO: _____

INFORME PARCIAL No. 3

CONTRATO No. 056-2024: PRESTACION DE SERVICIOS PROFESIONALES Y DE APOYO A LA GESTION PARA EL FORTALECIMIENTO DE LAS ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA EN EL MUNICIPIO DE LA APARTADA CORDOBA.

ENTIDAD CONTRATANTE
MUNICIPIO DE LA APARTADA CORDOBA
NIT No. 812.001.681-6

CONTRATISTA
FUNDACION COLOMBIA SOSTENIBLE
NIT No. 900.480.514-7

LA APARTADA – CORDOBA
JUNIO – 2024

CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

1. ANTECEDENTES

En el municipio de La Apartada, en el departamento de Córdoba, se ha estado liderando anualmente desde la administración municipal procesos de formación deportiva en diversas disciplinas, como el fútbol, fútbol de salón, voleibol, atletismo,y más recientemente, baloncesto y patinaje. Estos programas han brindado oportunidades de aprendizaje cognitivo y conductual a un amplio grupo de niños, niñas, adolescentes y jóvenes, quienes encuentran en el deporte una vía para el desarrollo personal y la sana competencia.

A través de estos espacios, se ha podido observar un notable desarrollo de habilidades y destrezas deportivas entre la población objetivo de cada proyecto, así como una representación exitosa a nivel local, departamental y regional en varias competencias deportivas. Se reconoce al deporte como un componente esencial para promover el bienestar físico, mental y la interacción social de los individuos.

Además de su importancia intrínseca en el desarrollo personal, el deporte se considera una herramienta social fundamental para combatir el consumo de sustancias psicoactivas entre niños y jóvenes. Se busca cada vez más fomentar la inclusión social, promover la salud y fortalecer la cohesión social, contribuyendo asía una convivencia comunitaria más saludable y armoniosa.

CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

2. PROBLEMÁTICA

Falta de programas y estrategias efectivas de formación deportiva que involucren a Niños, Niñas, Adolescentes y Jóvenes (NNAJ) en actividades de recreación y sana competencia que represente significativamente la promoción del crecimiento personal y la salud mental de la población juvenil.

CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

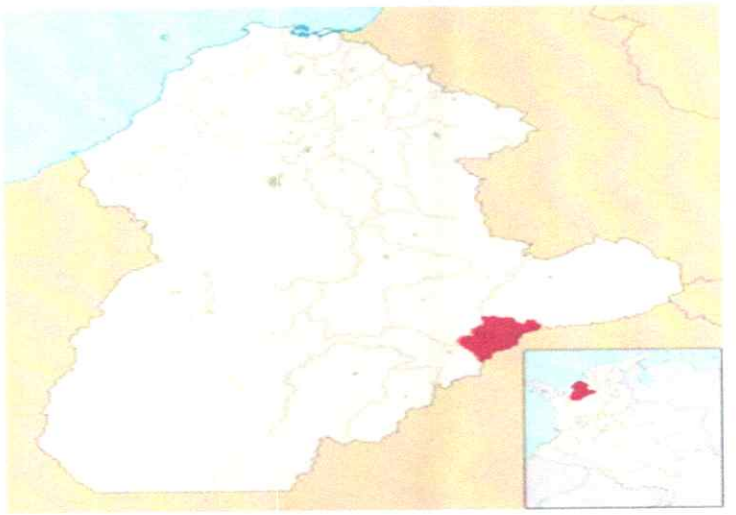
3. JUSTIFICACIÓN

El deporte, tal como lo señalan diversas definiciones, desempeña un papel fundamental en la promoción de hábitos saludables y proporciona oportunidades para la recreación, la actividad física y el desarrollo deportivo. En el municipio de La Apartada, se destaca una considerable cantidad de niños, niñas, adolescentes y jóvenes con un notable interés y habilidades en el ámbito deportivo. Esto adquiere una relevancia especial para la administración municipal, dado que la falta de opciones para un sano esparcimiento y el aprovechamiento del tiempo libre pueden exponer a esta población a adoptar conductas perjudiciales, convirtiéndose en un problema de salud pública.

Es esencial brindar a los Niños, Niñas, Adolescentes y Jóvenes (NNAJ) oportunidades continuas de aprendizaje, fortalecimiento de habilidades deportivas y desarrollo de proyectos de vida significativos. En un contexto donde la salud mental se ha convertido en una creciente preocupación, especialmente entre los más jóvenes que podrían enfrentar dificultades para ocupar su tiempo libre de manera productiva, el fortalecimiento de las escuelas de formación deportiva en LaApartada se vuelve aún más imperativo.

Por lo tanto, se hizo necesario impulsar el desarrollo del programa deportivo de formación en las disciplinas de Voleibol, Futbol Sala, Patinaje, Baloncesto, Futbol y Ajedrez; que no solo promueven el alto rendimiento deportivo, sino que también fomentan y fortalecen los valores, el liderazgo, la disciplina y el trabajo en equipo, preparando así a los jóvenes como futuras promesas del deporte a nivel local, nacional e incluso internacional.

4. LOCALIZACIÓN ESPECÍFICA DE LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO



El municipio de La Apartada está ubicado al sureste del departamento de Córdoba en la subregión del Río San Jorge, entre la margen derecha de este y los límites con el departamento de Antioquia.

El territorio presenta una topografía poco accidentada, con una altitud promedio de 60 m s. n. m. y con ligeras ondulaciones que no sobrepasan los 200 msnm.

Límites del municipio.

Norte: con el municipio de Buenavista y el río San Jorge.

Sur: con el municipio de Caucasia en el departamento de Antioquia.

Oriente: con el municipio de Ayapel.

Occidente: con el municipio de Montelíbano

Para el desarrollo de las actividades se está utilizando los escenarios deportivos existentes en el Municipio, así: Cancha Municipal de futbol (Futbol); Placa polideportiva barrio la frontera (Voleibol y Futbol de salón); Placa deportiva de la Institución educativa Daniel Alfonso Paz (Baloncesto); CIC salida Ayapel (Patinaje); Institución educativa María Auxiliadora y biblioteca municipal (Ajedrez).

5. FINALIDAD DEL PROYECTO

Mejorar y consolidar los procesos de formación deportiva con el fin de promover el desarrollo y perfeccionamiento de las habilidades deportivas en niños, niñas, adolescentes y jóvenes, a través de la implementación de talleres teórico-prácticos en disciplinas como fútbol, patinaje, baloncesto, voleibol, fútbol sala y ajedrez.

6. IDENTIFICACION DE LOS PARTICIPANTES

PARTICIPANTES	ACTOR	COOPERANTES	CONTRIBUCIÓN	INTERESES O EXPECTATIVAS
Municipio de La Apartada como entidad contratante	Alcaldía Municipal.	N/A	Técnica, Administrativa, legal y financiera.	Brindar formación teórica práctica a NNAJ que contribuyan al fortalecimiento de la salud mental.
Fundación Colombia Sostenible	Fundación Colombia Sostenible, equipo interdisciplinario.	N/A	Desarrollo de las sesiones de manera presencial, dando cumplimiento a la intensidad horaria por programa. Ejecutando de manera idónea y con la supervisión del coordinador del proyecto y los apoyos administrativo y logístico.	Dar total cumplimiento a los objetivos y actividades propuestas.
Niños, niñas, adolescentes y jóvenes. La población de NNAJ que participa en la ejecución del proyecto se encuentra clasificada así, de acuerdo a los datos recopilados durante el proceso de inscripción:	Escuela de formación deportiva.	N/A	Participación Activa de niños, niñas, adolescentes y jóvenes.	Recibir de forma responsable y activa la formación deportiva teórica práctica.

DISCIPLINA DEPORTIVA	TOTAL	GENERO					
		FEMENINO	PORCENTAJE DE PARTICIPACIÓN	MASCULINO	PORCENTAJE DE PARTICIPACIÓN	OTRO	PORCENTAJE DE PARTICIPACIÓN
PATINAJE	50	46	92,00	4	8,00	0	0
BALONCESTO	59	14	23,73	45	76,27	0	0
VOLEIBOL	53	35	66,04	18	33,96	0	0
FUTBOL SALA	81	20	24,69	61	75,31	0	0
FUTBOL	112	13	11,61	97	86,61	2	1,79
AJEDREZ	50	14	28,00	36	72,00	0	0,00
TOTAL	**405**	**142**	**35,06**	**261**	**64,44**	**2**	**0,49**

ETNIA							
AFRO	PORCENTAJE DE PARTICIPACIÓN	INDIGENA	PORCENTAJE DE PARTICIPACIÓN	ROM	PORCENTAJE DE PARTICIPACIÓN	OTRA	PORCENTAJE DE PARTICIPACIÓN
1	2,00	2	4,00	0	0	47	94,00
1	1,69	0	0,00	0	0	59	100,00
1	1,89	2	3,77	0	0	50	94,34
0	0,00	8	9,88	0	0	73	90,12
4	3,57	4	3,57	1	1	103	91,96
0	0,00	15	30,00	0	0	35	70,00
7	**1,73**	**31**	**7,65**	**1**	**0**	**367**	**90,62**

TIPO POBLACION							
VICTIMA	PORCENTAJE DE PARTICIPACIÓN	DISCAPACITADO	PORCENTAJE DE PARTICIPACIÓN	LGBTIQ+	PORCENTAJE DE PARTICIPACIÓN	OTRO	PORCENTAJE DE PARTICIPACIÓN
11	22	0	0	0	0,00	39	78,00
0	0	0	0	0	0,00	59	100,00
11	21	0	0	0	0,00	42	79,25
24	30	0	0	0	0,00	57	70,37
11	10	0	0	2	1,79	99	88,39
2	4	0	0	0	0,00	48	96,00
59	15	**0**	**0**	**2**	**0,49**	**344**	**84,94**

7. OBJETIVOS.

7.1 OBJETIVO GENERAL: Proporcionar oportunidades de crecimiento personal y bienestar mental a través del fortalecimiento de las escuelas de formación deportiva en el Municipio de La Apartada-Córdoba, con el fin de ofrecer espacios de aprovechamiento del tiempo libre.

Objetivo general	Indicador de producto	Meta	Fuente de verificación
Proporcionar oportunidades de crecimiento personal y bienestar mental a través del fortalecimiento de las escuelas de formación deportiva en el Municipio de La Apartada-Córdoba, con el fin de ofrecer espacios de aprovechamiento del tiempo libre.	Niños, niñas, adolescentes y jóvenes en formación deportiva.	Formar en seis disciplinas deportivas.	Actas de informe, Planillas Evidencias, fotográficas Seguimiento y revisión, Supervisión

7.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Proveer recursos deportivos esenciales como herramientas de trabajo para apoyarel desarrollo integral de las habilidades deportivas tanto teóricas como prácticas delos participantes.
- Crear y mantener espacios dedicados al aprovechamiento del tiempo libre para 330 personas, abarcando niños, niñas, adolescentes y jóvenes, fomentando actividades recreativas y deportivas.
- Contribuir activamente al bienestar físico y mental de niños, niñas, adolescentes y jóvenes mediante la promoción de un estilo de vida saludable y la participación en actividades deportivas y recreativas.
- Suministrar equipos deportivos para apoyar el adecuado desarrollo teórico y práctico de las competencias deportivas de los participantes.

8. POBLACION BENEFICIADA

El proyecto está beneficiando a 405 niños, niñas, adolescentes y jóvenes del Municipio de La Apartada, los cuales están distribuidos en las diferentes disciplinas deportivas:

Población Beneficiada por disciplina deportiva	Cantidad
Patinaje	50
Baloncesto	59
Voleibol	53
Futbol sala	81
Futbol	112
Ajedrez	50
TOTAL	**405**

9. METODOLOGÍA

La metodología que se está llevando a cabo en la ejecución de las actividades, es la presentada en la propuesta del proyecto, la cual consiste en la realización de 6 programas teórico-prácticos, mediante guías de enseñanza en diferentes disciplinas deportivas:

1. Entrenamiento deportivo inicial en patinaje.
2. Entrenamiento deportivo inicial en baloncesto
3. Entrenamiento deportivo inicial en voleibol
4. Entrenamiento deportivo inicial en futbol sala
5. Entrenamiento deportivo inicial en futbol
6. Entrenamiento deportivo inicial en ajedrez

Los instructores deportivos realizan los encuentros de manera presencial con la intensidad horaria por programa de seis (6) horas mínimo - semanales. Los encuentros están siendo apoyados y supervisados por el coordinador del proyecto y los apoyos administrativo y logístico.

De acuerdo con lo anterior este es el cronograma que se está desarrollando por disciplina deportiva:

ENTRENAMIENTO PATINAJE						
DIA	**LUNES**	**MARTES**	**MIERCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**SABADO**
LUGAR	CIC salida Ayapel	Planificación del entrenamiento	CIC salida Ayapel	Planificación del entrenamiento	CIC salida Ayapel	Planificación del entrenamiento
HORARIO	6:00 PM - 8:00 PM		6:00 PM - 8:00 PM		6:00 PM - 8:00 PM	

ENTRENAMIENTO BALONCESTO						
DIA	**LUNES**	**MARTES**	**MIERCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**SABADO**
LUGAR	Institución educativa Daniel Alfonso Paz	Planificación del entrenamiento	Institución educativa Daniel Alfonso Paz	Planificación del entrenamiento	Institución educativa Daniel Alfonso Paz	Planificación del entrenamiento
HORARIO	6:00 PM - 8:00 PM		6:00 PM - 8:00 PM		6:00 PM - 8:00 PM	

ENTRENAMIENTO VOLEIBOL						
DIA	**LUNES**	**MARTES**	**MIERCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**SABADO**
LUGAR	Planificación del entrenamiento	Placa polideportiva barrio la Frontera	Placa polideportiva barrio la Frontera	Placa polideportiva barrio la Frontera	Planificación del entrenamiento	Planificación del entrenamiento
HORARIO		2:00 PM - 4:00 PM	2:00 PM - 4:00 PM	2:00 PM - 4:00 PM		

ENTRENAMIENTO FUTBOL SALA						
DIA	**LUNES**	**MARTES**	**MIERCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**SABADO**
LUGAR	Placa polideportiva barrio la Frontera	Planificación del entrenamiento	Planificación del entrenamiento	Planificación del entrenamiento	Placa polideportiva barrio la Frontera	Placa polideportiva barrio la Frontera
HORARIO	2:00 PM - 4:00 PM				2:00 PM - 4:00 PM	7:00 AM - 9:00 AM

ENTRENAMIENTO FUTBOL						
DIA	**LUNES**	**MARTES**	**MIERCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**SABADO**
LUGAR	Planificación del entrenamiento	Cancha Municipal de futbol la apartada	Cancha Municipal de futbol la apartada	Cancha Municipal de futbol la apartada	Planificación del entrenamiento	Planificación del entrenamiento
HORARIO		Categoría sub 7-8 sub 9-10 7:30 - 9:45 AM Categoría 13-14 15-16 6:00 PM - 7:45 PM	Categoría 11-12 6:00 PM - 7:30 PM Categoría FEM sub 12 6:30 PM - 7:45 PM	Categoría sub 7-8 sub 9-10 7:30 - 9:45 AM Categoría 13-14 15-16 6:00 PM - 7:45 PM		

ENTRENAMIENTO AJEDREZ						
DIA	**LUNES**	**MARTES**	**MIERCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**SABADO**
LUGAR	Planificación del entrenamiento	Planificación del entrenamiento	4:00 PM - 6:00 PM	Planificación del entrenamiento	4:00 PM - 6:00 PM	7:00 AM – 12:00 M
HORARIO						

CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

10. DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES

- ✓ **ETAPA DESARROLLO DE LOS PROGRAMAS TEÓRICO-PRÁCTICOS, MEDIANTE GUÍAS DE ENSEÑANZA EN DIFERENTES DISCIPLINAS DEPORTIVAS:**

DISCIPLINA DEPORTIVA DE PATINAJE

TEMA: AUMENTAR LA CAPACIDAD DE EQUILIBRIO Y EQUILIBRIO MÓVIL SOBRE OBJETOS REDUCIDOS MÓVILES

FECHA: 20, 22 y 24 mayo de 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
06:00PM	08:00PM	6 horas semanales

LUGAR: Polideportivo CIC vía Ayapel.

INSTRUCTOR: ANGEL GABRIEL CORONADO RIVERA Y ROMARIO HERNANDEZ VEGA.

OBJETIVOS:

- ✓ Aumentar el equilibrio móvil.
- ✓ Equilibrio móvil con objetos móviles.
- ✓ Salida en T con patines puestos.

RECURSOS UTILIZADOS: Patines.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Iniciando esta nueva y bendecida semana gracias a mi Dios. siendo las 06:00 pm empezamos con la clase y el tema de esta semana. Aumentar la capacidad de equilibrio y equilibrio móvil sobre objetos reducidos móviles.

Se inicia con un concepto sobre las clases pasadas para que los deportistas observen lo importante que es este tema y que va de la mano con los demás temas anteriores. Porque nos ayuda aumentar el equilibrio que es muy importante al poner en practica esta disciplina deportiva como lo es el patinaje. Socializamos el tema con el fin de mejor el grupo de la clase pasada con respecto a lo puesto en práctica tanto en la clase como el compromiso de repaso en la casa. Antes de iniciar poner en práctica doy un pequeño concepto sobre el tema y cómo podemos ayudarnos para aumentar estos tipos de equilibrio.

El entrenamiento de equilibrio móvil se centra en los ejercicios que aumenta tu conciencia kinestésica (habilidad de usar el cuerpo para expresar ideas y emociones, para manipular o transformar objetos o para demostrar mayor destreza) que es tu capacidad de comprender donde se encuentre tu cuerpo en el espacio y como moverlo en consecuencia. Para ir de un lugar a otro con seguridad todos los días, ya sea que persigas a tu perro, subas las compras por las escaleras o trotes en el parque.

Ya teniendo este conocimiento avanzamos en poner en práctica nuestro entrenamiento de esta semana. empezando este primer día trabando un grupo con patín y otro sin patín para luego intercambiamos el entrenamiento. Esto con el fin de ver aun sus dificultades al montarse en patines para algunos aun el equilibrio.

Para aumentar el equilibrio móvil. Trabajamos en un ejercicio que consiste en mantenerse en una sola pierna el cual estamos estático en equilibrio móvil con movimientos. Para trabajar el equilibrio con una sola pierna, empiece por ponerse de pie con los pies juntos. Levante un pie del suelo y manténgalo en el aire todo el tiempo que pueda. Mantenga el Core activo y la espalda recta. Asegúrese de mantener la vista fija en punto en un punto delante de usted para mantener el equilibrio móvil. Una vez que sientas un buen equilibrio sobre una pierna, llevamos nuestro nivel de entrenamiento a ejercerlo con patines puestos intentando agregar este movimiento. Puedes impulsar tu ejercicio de equilibrio móvil en movimiento si flexionas la rodilla de la pierna que no toca el piso. mantén esta posición el mayor tiempo posible y luego repite del otro lado. Ayuda también y desarrollando lentamente tu resistencia y duración con el paso del tiempo.

Trabajo de equilibrio móvil con objetos móviles. Gracias a este equilibrio puedes hacer muchas cosas, desde montar una bicicleta sin caerte hasta la simple acción de mantenerte de pie sin marearte y además ayuda a mejorar la confianza. Previene las caídas y te ayuda a estar activo. Trabajamos en aumentar el equilibrio móvil con objetos móviles en patines y este ejercicio acudimos a realizarlo con una Ula Ula y un cono. El cual sosteniendo la Ula Ula con las dos manos apoyando en una esquina del cono, para así poder desplazarlo por toda la cancha hasta dar una o tres vueltas. Consistía en posición, centro de gravedad, equilibrio dinámico, equilibrio móvil y con objetos móviles. Llevando en cuenta el desplazamiento en patines mejorado con empuje hacia los costados o extremo al ejercer fuerza para poder cumplir con las vueltas pedidas por grupo.

Formamos nuestra parada en T (consiste en pararse con los pies separados según el ancho de la cadera y levantar los brazos de los costados para que el cuerpo se asemeje a una "T". luego debes mover tu peso hacia los dedos de los pies, levantar los talones y mantener despegado del piso. En grupo trabajas esta posición T que a la vez nos sirve para tener una buena salida y mantener un buen equilibrio estético al estar lanzado en patines. Trabajamos en grupos separados por rendimiento deportivo y edades, luego trabajamos individualmente para ir conociendo sus dificultades aun con esta posición de salida llamada también posición T.

CONCLUSION: En esta semana trabajamos por grupos de los mismos grupos, pero separados ya que el tema se basaba en mejorar y aumentar estos tipos de equilibrio. Esta vez cambiamos un poco el entrenamiento el cual fue muy exigente por aumentar este tipo de equilibrio móvil. Ya en las clases pude enfocarme más para que estén llegando todos al mismo nivel según el proceso, aclarando que todos tuvieron mucha concentración y dedicación por querer estar en los grupos altos. Los deportistas estuvieron a gusto con la clase donde dejaron reflejado su capacidad y pasión por esta disciplina deportiva.

Los deportistas llevaron el entrenamiento con mucho énfasis para el aumento de este equilibrio móvil. Sujeto a cuidado, exigencia y repetir varias veces hasta hacerlo mejor. Explotando sus capacidades, muchos estuvieron decaídos, algunos no querían seguir intentándolo por miedo u otra razón y otros querían seguir a pesar de las caídas y regaño por parte del entrenador. Siempre escuchando su opinión y motivación para continuar. Respetando su espacio y respondiendo cada una de sus inquietudes de porque la exigencia en avanzar. Trabajamos todos los ejercicios ya mencionados anteriormente baja responsabilidad con evidencia mostradas en fotos y videos. Muchas gracias dicen al final de la clase. Les dije.

¡Recuerda que un buen equilibrio significa una buena calidad de vida!

COMPROMISOS	RESPONSABLES
El estudiante se compromete a repasar lo aprendido en práctica.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Sin observaciones.

Angel Coronado
ÁNGEL CORONADO RIVERA
Instructor Patinaje

Romario Hernandez
ROMARIO HERNÁNDEZ VEGA
Instructor Patinaje

CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

REGISTRO FOTOGRAFICO









COORDINACIÓN DINÁMICA-GENERAL

FECHA: 27, 29 y 31 de mayo 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
06:00PM	08:00PM	6 horas semanales

LUGAR: Polideportivo CIC vía Ayapel.

INSTRUCTOR: ANGEL GABRIEL CORONADO RIVERA Y ROMARIO HERNANDEZ VEGA.

OBJETIVOS:

- ✓ Que es la coordinación dinámica -general.
- ✓ Importancia de la coordinación en el patinaje.
- ✓ Reforzar la coordinación sin patín y con patines.

RECURSOS UTILIZADOS: Conos, Platillos y Escalera de agilidad.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Empezamos la clase dando gracias a Dios por una nueva oportunidad de vida y salud. Siendo la 06:00 pm doy un silbatazo indicando el inicio de la clase reuniéndonos en el centro de la cancha, dándoles a conocer el tema de esta semana que corresponde a la coordinación dinámica-general la cual acompañada del equilibrio son muy fundamental en nuestra disciplina deportiva y vida cotidiana. Nos enfocamos a la socialización del tema y empezar a construir ideas luego que les dé un pequeño concepto de la coordinación, importancia de la coordinación en el patinaje y tipos de coordinaciones. Para luego poner en práctica lo aprendido ya teniendo idea de que se trata el tema.

Que es la coordinación dinámica general: es un concepto que hace referencia a la habilidad de controlar y sincronizar los movimientos de todo el cuerpo en conjunto, permitiendo una ejecución fluida y eficiente de las acciones motoras. Este tipo de coordinación es esencial para el desarrollo físico y cognitivo de los niños y niñas, ya que les permite explorar su entorno de manera autónoma y adquirir nueva habilidad. La coordinación dinámica general se va desarrollando a lo largo de la infancia y la adolescencia, a través de la práctica de actividades físicas y deporte, así como de la interacción con el entorno. En este proceso, es fundamental el papel de los padres y educadores, quienes deben proporcionar a los niños y niñas un entorno seguro y estimulante para su desarrollo

La coordinación en cualquier disciplina deportiva es una habilidad fundamental en cualquier actividad física y deporte. Se refiere a la capacidad del cuerpo para realizar movimientos precisos y controlados. Hay diferentes tipos de coordinación.

-coordinación óculo-manual: habilidad para coordinar los movimientos de las manos y los ojos.

-coordinación óculo-pedal: habilidad para coordinar los movimientos de los pies y los ojos.

-coordinación visoespacial: habilidad para coordinar los movimientos del cuerpo y la percepción del espacio.

-coordinación dinámica general: habilidad para coordinar los movimientos del cuerpo en general.

Importación de la coordinación en el patinaje: la coordinación dinámica-general es la que nos da estabilidad cuando nos movemos de forma dinámica, es decir, cuando implicamos a muchos

músculos diferentes pero cada uno hace un movimiento en concreto para poder llevar una acción compleja bien coordinada, como puede ser caminar, correr o saltar.

Luego de tener el concepto de lo que es la coordinación dinámica general y su importancia en nuestra vida cotidiana o deportiva. Pasamos a reforzar la coordinación en nuestra disciplina deportiva como lo es el patinaje, recordando lo importante que es coordinar mientras vamos montados en patines y que esta coordinación nos ayuda a tener un buen equilibrio dinámico. Reforzamos la coordinación en patines trabajando una técnica basada en piernas y brazo. Es decir, (al momento de desplazarnos en patines se exige dicha coordinación, que es. Al salir la pierna derecha debe salir el brazo izquierdo hacia delante flexionado a la altura del mentón, mientras que el brazo derecho va hacia atrás recto y así continuemos con la pierna izquierda y brazo derecho. Mientras que vamos avanzando, coordinando esta técnica tomamos velocidad en cuanto a la rapidez que muevas los brazos se mueven las piernas. Ya teniendo esta técnica de la coordinación dinámica general en patines pasamos a ponerla en práctica sin patines y luego con patines.

Conclusión: trabajamos esta semana el tema de la coordinación dinámica-general enfocada en nuestra disciplina deportiva que es el patinaje. Donde se pudo entender lo importante que es la coordinación para poder avanzar en desplazamiento estando en patines y que va acompañada del equilibrio-dinámico hacemos un buen trabajo. Esta vez trabajamos la coordinación sin patines acompañados de conos y escalera de agilidad, donde hicimos slalom en línea y slalom en curva avanzando de frente y de espalda con los conos, y luego trabajamos en la escalera de agilidad haciendo ejercicios de coordinación en posición básica avanzando de lado, en el momento que saltamos con la pierna derecha sacamos al frente el brazo izquierdo, desplazándose así, intercambiando de pierna y brazos al momento de avanzar.

Se pone en práctica haciendo estos tres ejercicios y a la vez se divide el grupo en tres, para luego ir rotando los ejercicios ya establecidos a realizar. Al estar realizando dichos ejercicios algunos deportistas caen al retroceder de espalda por motivo de coordinación, otros preguntan qué ¿por qué al realizar el ejercicio en la escalera de agilidad no pueden coordinar dicho movimiento de manos y piernas? – se Les dice en una breve explicación, ¡que esto sucede porque nos concentramos en un solo movimiento o parte del cuerpo y que al estar en patines llegase a suceder esta situación nos caemos por perdida de coordinación y al perder esta parte también se pierde el equilibrio, en ocasiones realizamos movimientos en los cuales nos recuperamos de caer, pero es muy difícil. Me enfoco en dedicar más tiempo en aquellos que aún se les hace difícil controlar estos movimientos de coordinación entre brazos y piernas. Se puso en práctica toda la semana y al final de esta semana se demostró un excelente trabajo y dedicación.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
El estudiante se compromete a poner en práctica lo aprendido.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Sin observaciones.

Angel Coronado
ÁNGEL CORONADO RIVERA
Instructor Patinaje

Romario Hernandez
ROMARIO HERNÁNDEZ VEGA
Instructor Patinaje

REGISTRO FOTOGRÁFICO











CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

CONTROLAR LOS DISTINTOS MOVIMIENTOS QUE SE PUEDEN DAR AL VARIAR EL CENTRO DE GRAVEDAD

FECHA: 3, 5 y 7 de junio 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
06:00PM	08:00PM	6 horas semanales

LUGAR: Polideportivo CIC vía Ayapel.

INSTRUCTOR: ANGEL GABRIEL CORONADO RIVERA Y ROMARIO HERNANDEZ VEGA.

OBJETIVOS:

- ✓ Controlar movimientos manteniendo el centro de gravedad.
- ✓ Variar el centro de gravedad con movimientos en patines.
- ✓ Andar en patines y controlar distintos movimientos.

RECURSOS UTILIZADOS: Platillos, conos, tabla de deslizar.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Siendo las 06:00 pm iniciamos un nuevo mes y primera semana, agradeciéndole a nuestro Dios por aun continuar en este proyecto de proceso deportivo que ha sido de gran oportunidad para estos niño y niñas al poder realizar unos de sus sueños que es saber patinar, damos gracias a Dios por todas las cosas buenas que nos da día a día. Empezamos avanzar dando a conocer el tema de esta semana que es controlar los distintos movimientos que se pueden dar al variar el centro de gravedad. Hablamos un poco primero recordando lo que es el centro de gravedad y su posición (BASICA) para poder obtenerlo en cualquier momento y situación. Los deportistas empiezan a decir y hacer la posición básica ya trabajada, algunos de los grandes y con experiencia se atreven a llegar más allá con conclusiones e ideas sobre el tema a tratar para trabajar la semana, la verdad tiene muy buenas ideas y son muy bueno sus ejercicios para poner en práctica. Hablamos también un poco sobre lo que son dichas situaciones al perder el centro de gravedad junto con el equilibrio y recuperarse rápidamente con movimientos aun sabiendo que, a pesar de la marcha, nuestro centro de gravedad se mueve hacia adelante y hacia atrás, así como de lado a lado. En función de la posición de las piernas y la longitud del paso.

Trabajamos en la tabla deslizante movimientos en los cuales se mantiene el centro de gravedad al avanzar en patines. Este trabajo se llevó a cabo sin patines en la tabla para tener un mejor manejo al momento de montarnos en patines y deslizar. Algunos caían y les explicaba que perdían la posición básica al momento de avanzar en patines, cuando hacemos empuje en patines y cuando damos la zancada muy larga. Mejoramos un poco con movimiento de desplazamiento de lado a lado y haciendo también empujes laterales con ayuda de las tablitas. Luego pasamos por grupo a realizarlo en patines donde se demostró un buen avance en cuanto no perder el centro de gravedad ante cualquier movimiento giratorio o de rotación. Se mejoró con deslizamientos en patines manteniendo la posición básica donde se guarda el centro de gravedad y con ayuda de platillos en la espalda, donde este platillo obliga a bajar y no perder el centro de gravedad ante cualquier movimiento.

Luego trabajamos giros en sentidos opuestos (sentido normal y sentido horario) esto nos ayuda a fortalecer y girar el cuerpo rápidamente ante cualquier movimiento no deseado o por situaciones presentadas al deslizar en patines. La práctica tuvo como objetivo dos circuitos que fueron tres círculos formados con platillos donde cada deportista giraba en sentido normal y horario, manteniendo su centro de gravedad al ejecutar estos movimientos y al final con un remate de llegada corriendo en patines. Más tarde se exigió al momento de bajar para mantener la posición básica y la ubicación del brazo con el hombro indicando hacía que sentido voy a girar, indicándole a mi tronco y piernas que dirección estoy exigiendo. Tomamos nota de algunos deportistas que aún se les hace difícil estos movimientos de giros y posición cuidando el centro de gravedad. Ahora bien, aquí también se trabajó, variar el centro de gravedad con movimientos en patines. Con el fin de afianzar distintos movimientos que se pueden presentar en una competencia o mientras patinamos en cualquier lugar o sitio donde habiten muchas personas patinando, también se trabajó deslizar en patines con platillos en la espalda haciendo empujes laterales. El cual fue el trabajo o la práctica que se realizó en las tablas deslizantes y ahora se mostraba con patines pues. Donde la mayoría de los niños y niñas hicieron un buen trabajo reflejado con movimientos muy certeros y afinados al momento de llevar el platillo, dando a conocer que en algunos afecta aun mantener el centro de gravedad al controlar los distintos movimientos que se pueden dar al variar. Se notó esto al quitar el platillo de la espalda, enseguida se levantaban y se empezaban a perder centro de gravedad y equilibrio cayendo algunos, otros se recuperaban rápidamente con dificultad al momento de recuperar con movimientos variables para el centro de gravedad y equilibrio.

Preguntan si esto es bueno o malo. Se les respondió en palabras explicables dándoles a conocer la gravedad de estas situaciones que pasan al no controlar dichos movimientos y se hace el trabajo con uno de ellos, para que observen unas de tantas situaciones que se pueden presentar en una salida o medio de una competencia. Al momento de la explicación se dan cuenta la importancia de hacer movimientos sin perder el centro de gravedad y la agilidad que se debe tener para ocupar y uno de los primeros puestos y el resultado que se puede dar al momento de variar el centro de gravedad.

CONCLUSION: esta semana se trabajó el tema de controlar los distintos movimientos que se pueden dar al variar el centro de gravedad. En el cual se llevó a cabo con practica de algunos de estos movimientos y los más importantes en este caso. Hubo distintos ejercicios los cuáles con el fin de mejorar estos movimientos, los deportistas se sintieron muy cómodos y con ganas de seguir intentándolo, diciendo ¡esta bueno y divertido estos ejercicios (risa)! Y siento que el cuerpo se me quiere ir hacia un lado alejándome mucho del círculo al dar la vuelta en sentido horario-pero sabe lo voy a seguir haciendo. Muchos al finalizar la clase no querían irse por que les pareció genial decían. Pero quedamos de acuerdo que esta semana se podría seguir trabajando ya que el siguiente tema se presta también para continuar con movimientos que se pueden dar al variar el centro de gravedad. Nos despedimos con un gran abrazo deseándonos lindo fin de semana y que dios nos cuide.

COMPROMISOS
El estudiante se compromete a poner en práctica lo aprendido.
OBSERVACIONES: Sin observaciones.

RESPONSABLES
Estudiantes.

Angel Coronado
ÁNGEL CORONADO RIVERA
Instructor Patinaje

Romario Hernandez
ROMARIO HERNANDEZ VEGA
Instructor Patinaje

REGISTRO FOTOGRÁFICO









CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

TEMA: ESTAR DISPUETO A SALVAR CUALQUIER SITUACION INESPERADA

FECHA: 10, 12 y 14 de junio 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
06:00PM	08:00PM	6 horas semanales

LUGAR: Polideportivo CIC vía Ayapel.

INSTRUCTOR: ANGEL GABRIEL CORONADO RIVERA Y ROMARIO HERNANDEZ VEGA.

OBJETIVOS:

- ✓ Estar dispuesto a salvar cualquier situación inesperada.
- ✓ Recoger objetos mientras vamos patinando.
- ✓ Juego del "enano" y empuje.

RECURSOS UTILIZADOS: Platillos, conos, hula-hula y patines.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Hoy iniciamos una clase más en nuestra disciplina deportiva como lo es el patinaje. Dando gracias siempre a Dios por estas oportunidades y para muchos en otras áreas también. Hacemos una pequeña oración como siempre al iniciar semana y luego doy a conocer el tema de esta semana.

El tema que nos toca poner en práctica es: estar dispuesto a salvar cualquier situación inesperada. Muchos dicen que, que es eso y otro dicen ¡eso suena raro ¡- todos ríen. Y se les empieza a explicar cuáles son las situaciones que se pueden presentar y dar al momento de estar patinando o porque pasan estas situaciones. Luego se les regala un pequeño mensaje para motivarlos y porque debemos estar preparado en todo momento. Lo inesperado implica cultivar la resiliencia emocional y mental: esto se logra a través de la aceptación de la incertidumbre, la adopción de una mentalidad abierta, la búsqueda de soluciones creativas y la práctica de la autocompasión en momentos de desafío. Esto les abrió un poco la mente y poco a poco fuimos conociendo de cada uno el mensaje que les trasmitió la frase y podemos comprender que muchos no se aceptaban como son o quieren dar más de ahí y no sabe qué les pasa. Esto también me sirvió para conocer más de ellos y ellos de mi porque hemos establecidos una bonita relación.

Empezamos a entrar en el tema de la semana, el cual relacionamos con un entrenamiento donde primero con objetos en la pista de trabajo. El objetivo es que mientras estaban patinado fueran recogiendo los objetos en este caso fueron unos conos, para así estar preparado al momento de frenar, girar, saltar o levantarse rápidamente. Porque estas situaciones se nos presentan mientras estamos patinando y así podemos salvar o estar preparado para cualquier situación que se nos presente.

Luego trabajamos con ula ula, que nos ayudan a tener una buena posición y empuje. Este trabajo se puso en práctica de la siguiente manera. Un compañero entraba en el ula ula y otro sostenía el ula ula formando una pareja, donde el compañero que estaba dentro del ula ula patinaba halando al que estaba fuera sosteniendo el ula ula y así también haciendo empuje con un poco de fuerza. Esto nos ayuda a mantener la posición y así evitar muchas situaciones al momento de patinar, por si nos caemos se levanta con mucha fuerza para poder salvar esta situación, porque este ejercicio nos da fuerza en las piernas y un levantamiento más preciso.

Ahora jugamos un juego llamado el enano (avanzamos en posición de cuclillas impulsándonos con las manos, hasta llegar a un lugar preciso de meta o llegada) este trabajo y ejercicio nos ayudó mucho en fortalecer también manos y piernas e utilizando mucha presión y fuerza en ambas partes. Les pareció muy divertido y hasta hicimos competencias ya que ellos me pidieron esto, es importante también a ellos como deportista brindarle la oportunidad de realizar sus ideas en medio del entrenamiento siempre y cuando vallan de la mano con el tema o ejercicio. Algunos a pesar de la posición se caían y otros les daba difícil la posición, pero siempre intentándolo hasta que se logró progresar. Cabe decir que este juego al parecer divertido nos ayudó a ver una de las tantas situaciones que se presentan al estar patinado y es agacharnos muy bajo por dicha altura al pasar por debajo de algún obstáculo y aprender a utilizar también las manos con el piso y si en casó tal no nos caemos del todo al momento de saltar o agacharnos.

CONCLUSION: esta semana trabajamos en todo lo que son las situaciones que se nos presentan al estar patinando. Las cuales trabajamos con movimiento de frenado rápidamente, reacción rápida al girar a la derecha e izquierda, saltar y levantarse rápidamente si nos llegamos a caer o reaccionar para salvar cualquier situación en la que se presente al estar patinando.

Para muchos de estos niños y niñas aprendieron que solo patinar no era montarse en unos patines y ya, algunos dicen que es difícil, pero les gusta y eso es de mucho valor tratar siempre de hacer las cosas bien y que si se puede lograr lo que nos proponemos. En esta clase se pudo notar que mucho ya han perfeccionado algunas dificultades que aún tenían por mejorar, esto se debe. que gracias a este proceso y temática le han servido de mucha enseñanza y no solo a patinar sino a comprender tantas cosas en su vida cotidiana gracias a el espacio que se le brinda con la psicóloga. Gracias también a todos los que hacen que este proceso de rendimiento deportivo se traído a este bello municipio donde hay mucho talento. Dios los continúe bendiciendo grandemente.

COMPROMISOS

El estudiante se compromete a poner en práctica lo aprendido.

OBSERVACIONES: Sin observaciones.

RESPONSABLES

Estudiantes.

Angel Coronado

ÁNGEL CORONADO RIVERA
Instructor Patinaje

Romario Hernandez

ROMARIO HERNÁNDEZ VEGA
Instructor Patinaje

REGISTRO FOTOGRÁFICO









TEMA: Esta situación lleva al niño a flexionar las rodillas

FECHA: 17 de junio 2024.

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
06:00PM	08:00PM	6 horas semanales

LUGAR: Polideportivo CIC vía Ayapel.

INSTRUCTOR: ANGEL GABRIEL CORONADO RIVERA Y ROMARIO HERNANDEZ VEGA.

OBJETIVOS:

- ✓ Esta situación lleva al niño a flexionar las rodillas.
- ✓ Trabajo con vallas y salto.
- ✓ Trabajo juego los cañones.

RECURSOS UTILIZADOS: Platillos, conos, hula-hula y patines.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Hoy iniciamos una clase más en nuestra disciplina deportiva como lo es el patinaje. Dando gracias siempre a Dios por estas oportunidades y para muchos en otras áreas también. Hacemos una pequeña oración como siempre al iniciar cada sesión de trabajo.

El tema que nos toca poner en práctica es: Esta situación lleva al niño a flexionar las rodillas: la toma de conciencia de esta articulación es indispensable para eliminar las piernas rígidas y la caída del tronco hacia delante que se observa en todos los principiantes. Sabemos que el flexionar las rodillas mientras estamos patinando es muy importante porque así mantenemos una mejor posición cuidando nuestro centro de gravedad, equilibrio y coordinación. Para no caernos o estar preparado para cualquiera situación que se nos presente al momento de estar patinando. Que a la vez se convierte en lo que ya hemos trabajado como posición básica. Saber que el flexionar las rodillas nos ayuda a no quedarnos parado y así nuestro cuerpo no se va hacia delante ni hacia atrás manteniendo nuestra posición básica. Al tener también las rodillas flexionadas nos da una buena posición para poder caer sin sufrir ninguna lesión o heridas leves. Empezamos hacer ejercicios de calentamiento donde indicamos como flexionar de buena forma las rodillas y no la espalda como muchos hacen al momento de indicarles que flexionen las rodillas, algunos perfeccionan esta posición y ayudan a otros deportistas a que puedan hacerlo mejor demostrando el compañerismo y lo bueno que ha sido este proceso para que hagan amigos de diferente instituciones o barrios.

CONCLUSION: Se trabajó el tema de esta semana como objetivo de ver y observar lo importante que es mantener las rodillas flexionadas al momento de ir en patines. Mejoramos esta situación donde lleva al niño a flexionar las rodillas con ayudas de vallas, las cuales fueron muy importante para este ejercicio y que se estarán poniendo en práctica las veces que sea necesario o tengamos un espacio.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
El estudiante se compromete a poner en práctica lo aprendido.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Sin observaciones.

Angel Coronado
ÁNGEL CORONADO RIVERA
Instructor Patinaje

Romario Hernandez
ROMARIO HERNANDEZ VEGA
Instructor Patinaje

REGISTRO FOTOGRÁFICO





CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

DISCIPLINA DEPORTIVA DE BALONCESTO

TEMA: DEFENSA EN ZONAS, DEFENSA MIXTA Y DEFENSA PRESION.

FECHA: 20, 22 y 24 de mayo 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
06:00PM	08:00PM	6 horas semanales

LUGAR: Institución educativa Daniel Alfonso Paz Álvarez.

INSTRUCTOR: WILKER OVIEDO MUÑOZ.

OBJETIVOS:

- ✓ El objetivo de esta semana es fundamental para los chicos ya que con estos entrenamientos ellos van a pasar a un segundo nivel, basándose en su forma de jugar o refiriéndose a su estilo de juego del equipo y de cómo pararnos en la cancha en el momento de jugar.

RECURSOS UTILIZADOS: Balones, platillos y conos.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Se empieza la semana de entrenamiento empieza con tres nuevos temas a desarrollar, los cuales hacen parte fundamental de un buen jugador de baloncesto, estos brindan diferentes posibilidades de adaptarse ante cualquier situación de juego. Son herramientas claves que a medida de entrenamientos constantes se refuerzan hasta ser un ejercicio fácil para el deportista, estos temas deben ser tratados con mucha disciplina hacen que el deportista tenga un nivel de rendimiento alto y sea ficha base ante cualquier enfrentamiento deportivo.

Los temas a desarrollar son defensa en zonas, defensa mixta y defensa presión siendo los tres una temática nueva y fundamental para el proceso deportivo de nuestros chicos, ya que estas temáticas son base fundamental para el estilo de juego del equipo.

DEFENSA EN ZONAS: La defensa en zona es un tipo de defensa en baloncesto, en concreto, en la defensa en zona cada jugador no defiende a un jugador, sino que debe defender una zona del campo, por lo tanto, el defensor no se mueve por todo el campo si no que está situado en un solo lugar ocupado un espacio en la cancha que le responde solo a ese jugador, Lógicamente, los jugadores que están defendiendo sí que se mueven ligeramente en función de dónde estén los jugadores rivales y el balón, pero se defiende de manera mucho más estática dentro de una zona restringida que en ocasiones se vuelve difícil de penetrar.

El siguiente entrenamiento trabajamos defensa mixta, un ejercicio que los chicos deben tener a la perfección ya que en este juego influye mucho la defensa en el equipo como tal, la para juagar baloncesto tenemos que tener un 50% de defensa y otro 50% de ataque.

DEFENSA MIXTA: La defensa mixta es aquella que a lo largo de un partido podemos cambiarla: (como) la defensa mixta se puede hacer 1-2-2, que es un jugador adelante en la marca con el balón, seguido del dos más que harían marca en los laterales y dos en el fondo que encargaran de ese espacio, también podemos jugar en una zona mixta en 2-1-2 que sería dos adelante en

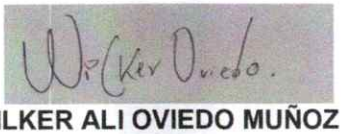
la marca uno en el medio por lo general suele ser el más alto y dos en el fondo que serían los postes bajo, defensa mixta en 1-3-1 que es uno adelante en la marca , tres en el medio y uno en el fondo, por lo general los entrenadores en los momentos de partidos pueden designar cualquier zona o improvisar en lo táctico y definir la zona que mejor les funcione.

Finalizamos nuestra séptima semana de entrenamiento el último tema a trabajar que es defensa presión, A continuación, la descripción de cómo es…

DEFENSA PRESION: es una táctica defensiva en la que el equipo que defiende aplica una presión constante al equipo contrario desde el momento en que este recibe el balón en su propia cancha, el objetivo de esta estrategia es dificultar el avance del equipo rival y forzar errores que permitan recuperar la posesión del balón y a la ves el desgaste del equipo contrario, la defensa a presión hoy en día es implementada en todos los países y se les da a conocer a los chicos desde los 12 de años de edad.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Los chicos demuestran interés en seguir aprendiendo de este deporte, realizando cada uno de los ejercicios con actitud y ganas de aprender más ya que al transcurrir los días la emoción por este deporte los lleva aprender más y a no faltar a los entrenamientos.	Instructor y estudiantes.

OBSERVACIONES: Los temas trabajados en cada de uno de los ejercicios realizados en los entrenamientos se dio bajo la división de tres grupos por diferencia de edades, los primeros dos grupos cumplen horario de una hora, haciendo por espacios separados los diferentes ejercicios a realizar, lo cual les permite adaptarse más a su grupo y querer interesarse más en el ejercicio , el siguiente grupo entrena la hora siguiente de acuerdo al respectivo horario, este grupo cuenta con la disponibilidad de todo el escenario y le permite en mayor grado adaptarse más a las condiciones físicas que son necesarias para trabajar con estos.



WILKER ALI OVIEDO MUÑOZ
Instructor Baloncesto

REGISTRO FOTOGRAFICO

Defensa en zonas





Defensa en zona mixta





Defensa presión





CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

TEMA: EL TIRO, MECÁNICA DEL TIRO, DÍA DE JUEGO PARTE 1.

FECHA: 27, 29 y 31 de mayo 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
06:00PM	08:00PM	6 horas semanales

LUGAR: Institución educativa Daniel Alfonso Paz Álvarez.

INSTRUCTOR: WILKER OVIEDO MUÑOZ.

OBJETIVOS:

- ✓ El objetivo de esta semana es fundamental para los chicos ya que con estos entrenamientos ellos van a pasar a un segundo nivel, basándose en su forma de jugar o refiriéndose a su estilo de juego del equipo y de cómo pararnos en la cancha en el momento de jugar.

RECURSOS UTILIZADOS: Balones, platillos y conos.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Se empieza la semana de entrenamiento con tres nuevos temas a desarrollar, los cuales hacen parte fundamental de un buen jugador de baloncesto, estos brindan diferentes posibilidades de adaptarse ante cualquier situación de juego. Son herramientas claves que a medida de entrenamientos constantes se refuerzan hasta ser un ejercicio fácil para el deportista, estos temas deben ser tratados con mucha disciplina hacen que el deportista tenga un nivel de rendimiento alto y sea ficha base ante cualquier enfrentamiento deportivo.

Los temas a desarrollar son el tiro, mecánica del tiro y día de juego parte 1 temas a trabajar muy fundamentales ya que con estos ejercicios vamos más allá de lo que los chicos necesitan, como es tener una buena mecánica de tiro.

El TIRO. El tiro o lanzamiento como se puede decir es algo primordial que va más allá de lo imposible, todos los jugadores deben de tener un buen tiro o un buen lanzamiento con una buena mecánica de 90 grados a la altura de la cabeza, una buena posición de los pies y un buen salto vertical, teniendo un buen tiro podremos formar grandes jugadores ya que el tiro es lo más fundamental que debe tener cada jugador de baloncesto.

En el siguiente entrenamiento trabajaremos lo que es la mecánica del tiro algo muy fundamental para nuestros chicos, con esta mecánica de tiro podemos llevar a nuestros jugadores a otro plano muy diferente como siendo muy importante la ejecución de un buen tiro en cualquier juego.

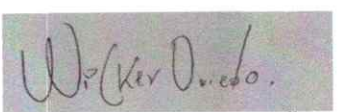
MECANICA DEL TIRO. En la mecánica del tiro vamos al fondo de este ejercicio ya que es uno de mayor fundamentación, para este ejercicio cada uno de los chicos debe tener un baló, se va parando uno por uno en la línea de tiro libre, y con una buena posición pies abiertos a la altura de los hombros, sosteniendo el balón con mano derecha o izquierda lo llevamos a la altura de la cabeza donde formaremos un ángulo de 90 grados, la mano contraria será de gran ayuda ya que esta ara parte de un buen tiro, teniendo todos estos pasos bien perfeccionado nos disponemos a un ben lanzamiento como lo vamos a ver a continuación.

Finalizamos nuestra semana de entrenamiento con una buena tarde de juego en general para todos los chicos, ya que con fogueos ellos van a ir obteniendo el buen juego que nosotros queremos trasmitirles.

DIA DE JUEGO PARTE 1. Este día lo cogemos para foguear a nuestros deportistas ya que para algunos son sus primeros juegos que hacen parte del proceso de baloncesto, en el juego se le va enseñando las diferentes reglas y tipos de faltas que pueden a ver en un partido real, con base a esto ellos van teniendo más adaptación y van aprendiendo cada día más la metodología de como jugar baloncesto del que ellos quieren aprender.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Los chicos demuestran interés en seguir aprendiendo de este deporte, realizando cada uno de los ejercicios con actitud y ganas de aprender más ya que al transcurrir los días la emoción por este deporte los lleva aprender más y a no faltar a los entrenamientos.	Instructor y estudiantes.

OBSERVACIONES: Los temas trabajados en cada de uno de los ejercicios realizados en los entrenamientos se dio bajo la división de tres grupos por diferencia de edades, los primeros dos grupos cumplen horario de una hora, haciendo por espacios separados los diferentes ejercicios a realizar, lo cual les permite adaptarse más a su grupo y querer interesarse más en el ejercicio, el siguiente grupo entrena la hora siguiente de acuerdo al respectivo horario, este grupo cuenta con la disponibilidad de todo el escenario y le permite en mayor grado adaptarse más a las condiciones físicas que son necesarias para trabajar con estos.



WILKER ALI OVIEDO MUÑOZ
Instructor Baloncesto

REGISTRO FOTOGRAFICO

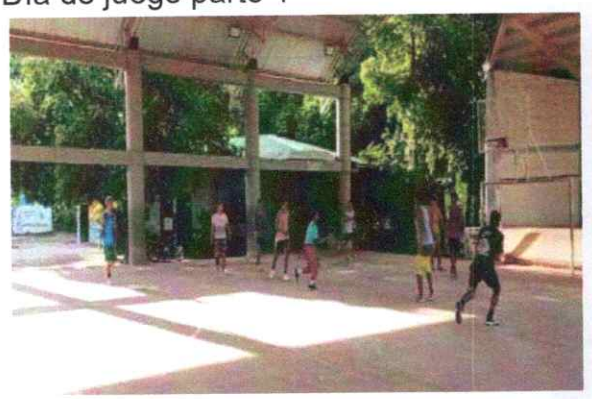
El tiro




Mecánica del tiro




Día de juego parte 1




TEMA: TIRO DE MEDIA DISTANCIA, TIRO DE LARGA DISTANCIA Y TIRO EN DOS TIEMPOS.

FECHA: 3, 5 y 7 de junio 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
06:00PM	08:00PM	6 horas semanales

LUGAR: Institución educativa Daniel Alfonso Paz Álvarez.

INSTRUCTOR: WILKER OVIEDO MUÑOZ.

OBJETIVOS:

- ✓ El objetivo de esta semana 9 ya viene con temáticas diferentes que son fundamentales para los chicos ya que con estos entrenamientos ellos van a pasar a un segundo nivel, basándose en su forma de jugar o refiriéndose a su estilo de juego del equipo y de cómo pararnos en la cancha en el momento de jugar.

RECURSOS UTILIZADOS: Balones, platillos y conos.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Se empieza la semana de entrenamiento con tres nuevos temas a desarrollar, los cuales hacen parte fundamental de un buen jugador de baloncesto, estos brindan diferentes posibilidades de adaptarse ante cualquier situación de juego. Son herramientas claves que a medida de entrenamientos constantes se refuerzan hasta ser un ejercicio fácil para el deportista, estos temas deben ser tratados con mucha disciplina hacen que el deportista tenga un nivel de rendimiento alto y sea ficha base ante cualquier enfrentamiento deportivo.

Los temas a desarrollar hacen parte de la esencia de cada jugador en que parten desde la formativas que son chicos a muy temprana edad, los temas son, tiro de media distancia, tiro de larga distancia y tiro en dos tiempos temas muy importante para formar excelentes jugadores.

TIRO DE MEDIA DISTANCIA. El tiro de media distancia en el ámbito del baloncesto es constancia y disciplina, para ser un excelente tirador me media distancia tengo que entrenar y lanzar una y otra vez, para esta temática cada jugador deberá tener un y por medio de un ejercicio clave como recibir a pelota en movimiento avanzando con mano izquierda y hacer un buen tiro desde una distancia prudente al aro podemos ir teniendo efectividad en el tiro de media distancia, esta temática a lo largo del entrenamiento lo chicos deben repetirá una y otra y otra ver es decir tenemos que ser constantes en la media distancia.

En el siguiente entrenamiento trabajaremos la secuencia del tiro de media distancia y pasaríamos a trabajar el tiro de larga distancia, tiro que con esfuerzo y mucha más disciplina podemos conseguirlo, a continuación, la descripción de lo que es el tiro de larga distancia.

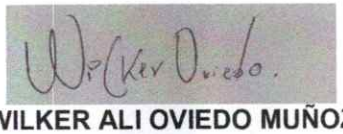
TIRO DE LARGA DISTANCIA. En el tiro larga distancia a diferencia del de media distancia, los jugadores que más entrenan estos tiros son los anotadores de 3 puntos, ya que suelen sumar y hacer la mayoría de puntos posibles, entrenando y repitiendo una y muchas veces este tiro se puede llegar a conseguir mucha efectividad tanto en los entrenamientos como en los partidos que es donde más se necesita tirar de larga distancia y anotar más puntos a favor.

Finalizamos nuestra semana de entrenamiento con tiro en dos tiempos, tiro el cual los chicos deber de desarrollar de una forma más rápida, ya que es un recurso importante mediante un entrenamiento o un partido real

TIRO EN DOS TIEMPOS. El tiro dos tiempos en cuando en vez de lanzar a un pie o estar quietos y lanzar, los dos tiempos es avanzar sobrepasar un adversario o hacer un rompimiento en dos tiempos, el jugador deberá simular situación de juego en este caso deberá saltar y caer en los dos pies al mismo tiempo, que a la vez se llama dos tiempos, se utiliza para cualquier situación de juego y se puede hacer en cualquier parte de la cancha siempre y cuando vayamos en movimiento constaste, en las evidencias podemos ver como los chicos caen con ambos pies.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Los chicos demuestran interés en seguir aprendiendo de este deporte, realizando cada uno de los ejercicios con actitud y ganas de aprender más.	Instructor y estudiantes.

OBSERVACIONES: Los temas trabajados en cada de uno de los ejercicios realizados en los entrenamientos se dio bajo la división de tres grupos por diferencia de edades, los primeros dos grupos cumplen horario de una hora, haciendo por espacios separados los diferentes ejercicios a realizar, lo cual les permite adaptarse más a su grupo y querer interesarse más en el ejercicio , el siguiente grupo entrena la hora siguiente de acuerdo al respectivo horario, este grupo cuenta con la disponibilidad de todo el escenario y le permite en mayor grado adaptarse más a las condiciones físicas que son necesarias para trabajar con estos.



WILKER ALI OVIEDO MUÑOZ
Instructor Baloncesto

REGISTRO FOTOGRAFICO

Tiro de media distancia.





Tiro de larga distancia.





Tiro en dos tiempos.





CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

TEMA: TIRO CON UN DEFENSA, TIRO CON DOS DEFENSASY DIA DE JUEGO PARTE 2.

FECHA: 10, 12 y 14 de junio 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
06:00PM	08:00PM	6 horas semanales

LUGAR: Institución educativa Daniel Alfonso Paz Álvarez.

INSTRUCTOR: WILKER OVIEDO MUÑOZ.

OBJETIVOS:

- ✓ El objetivo de esta semana ya viene con temáticas diferentes que son fundamentales para los chicos ya que con estos entrenamientos ellos van a pasar a un segundo nivel, basándose en su forma de jugar o refiriéndose a su estilo de juego del equipo y de cómo pararnos en la cancha en el momento de jugar.

RECURSOS UTILIZADOS: Balones, platillos y conos.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Se empieza la semana de entrenamiento con tres nuevos temas a desarrollar, los cuales hacen parte fundamental de un buen jugador de baloncesto, estos brindan diferentes posibilidades de adaptarse ante cualquier situación de juego. Son herramientas claves que a medida de entrenamientos constantes se refuerzan hasta ser un ejercicio fácil para el deportista, estos temas deben ser tratados con mucha disciplina hacen que el deportista tenga un nivel de rendimiento alto y sea ficha base ante cualquier enfrentamiento deportivo.

Los temas a desarrollar siguen llevando a nuestros chicos a nivel de juego ya que al realizar las temáticas un poco más exigentes ellos deberán de esforzarse con mucha más disciplina para lograr la meta a la que queremos llegar con nuestros procesos deportivos, en esta semana veremos temas como tiro con un defensa, tiro con dos defensas y día de juego parte 2 a continuación se desarrollarán de la siguiente forma.

TIRO CON UN DEFENSA. Para nosotros entrenar este tipo de tiro con un defensa solo imaginamos una citación de juego real donde formaremos dos grupos iguales un va estar en la línea de fondo y otro en la parte de arriba mirándose frente con frente, el grupo del estará con balón para pasar al primero del siguiente grupo el cual, cuando el del pase saldrá a la defensa y este deberá recibir y lanzar una vez tenga el pase en sus manos para evitar un tapón o perdida de balón.

En el siguiente entrenamiento trabajaremos la siguiente parte del tiro con un defensa, que en este caso serán dos defensas y un tirador a canasta, estos ejercicios a los chicos los estarán condicionando y los pondrán en una situación de juego mucho más real, son temáticas que en cada entrenamiento motivan más a los chicos a continuar y tener más amor por este deporte.

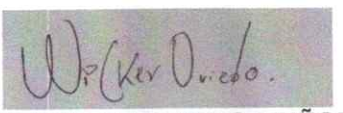
TIRO CON DOS DEFENSAS. En este tiro con dos defensas la dinámica la hacemos diferente ya que nos situamos casi que, en la línea de tiro libre, pondremos tres conos el cual serán puntos de referencia, para defensores y los tiradores y con la señal del pito ambos defensores saldar a defender esa pelota, ese punto es tiro para no logre contar como punto, el tirador deberá hacer su trabajo y lanzar a canasta para convertir esa cesta en puntos para su equipo, cabe recalcar que la defensa en la parte más fundamental en este deporte.

Finalizamos nuestra semana con lo que más entusiasma a nuestros chicos los días donde ellos van cada vez adaptándose a un estilo de juego diferente o a estilo de juego del entrenador, en los días de juego ellos se divierten, pero también están aprendiendo para un partido de competencia a continuación día de juego parte 2.

DIA DE JUEGO PARTE 2. Este día lo cogemos para foguear a nuestros deportistas ya que para algunos son sus primeros juegos que hacen parte del proceso de baloncesto, en el juego se le va enseñando las diferentes reglas y tipos de faltas que pueden a ver en un partido real, con base a esto ellos van teniendo más adaptación y van aprendiendo cada día más la metodología de como jugar baloncesto, en los días de juego le vamos enseñado a los chicos cuales son faltas, faltas técnicas y faltas antideportivas para que ellos vayan teniendo en cuenta el reglamento oficial.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Los chicos demuestran interés en seguir aprendiendo de este deporte, realizando cada uno de los ejercicios con actitud y ganas de aprender más.	Instructor y estudiantes.

OBSERVACIONES: Los temas trabajados en cada de uno de los ejercicios realizados en los entrenamientos se dio bajo la división de dos grupos por diferencia de edades, los primeros dos grupos cumplen horario de una hora, haciendo por espacios separados los diferentes ejercicios a realizar, lo cual les permite adaptarse más a su grupo y querer interesarse más en el ejercicio, el siguiente grupo entrena la hora siguiente de acuerdo al respectivo horario, este grupo cuenta con la disponibilidad de todo el escenario y le permite en mayor grado adaptarse más a las condiciones físicas que son necesarias para trabajar con estos.



WILKER ALI OVIEDO MUÑOZ
Instructor Baloncesto

REGISTRO FOTOGRAFICO

Tiro con un defensa.





Tiro con dos defensas.





Día de juego parte 2





CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

TEMA TIRO ESTATICO

FECHA: 17 de junio de 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
06:00PM	08:00PM	6 horas semanales

LUGAR: Institución educativa Daniel Alfonso Paz Álvarez.

INSTRUCTOR: WILKER OVIEDO MUÑOZ.

OBJETIVOS:

- ✓ El objetivo de esta semana es fundamental para los chicos ya que con estos entrenamientos ellos van a pasar a un segundo nivel, basándose en su forma de jugar o refiriéndose a su estilo de fuego, como saber defender teniendo o no el balón en las manos.

RECURSOS UTILIZADOS: Balones, platillos y conos.

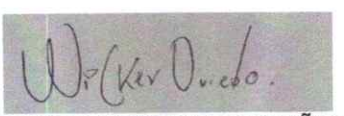
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Se empieza el entrenamiento con un nuevo tema a desarrollar, el cual hace parte fundamental de un buen jugador de baloncesto, estos brindan diferentes posibilidades de adaptarse ante cualquier situación de juego. Son herramientas claves que a medida de entrenamientos constantes se refuerzan hasta ser un ejercicio fácil para el deportista, estos temas deben ser tratados con mucha disciplina hacen que el deportista tenga un nivel de rendimiento alto y sea ficha base ante cualquier enfrentamiento deportivo. El tema a desarrollar durante esta sesión es el tiro estático.

TIRO ESTATICO. El tiro estático se ve muy poco en el baloncesto, pero en diversos partidos se ve, en esta situación los jugadores deberán de lanzar desde un solo punto de apoyo su tiro a canasta, los tiros estáticos se pueden hacer en cualquier parte de la cancha siempre y cuando tenga una buena posición de lanzamiento y tiro a canasta, también debe ser rápido ya que si tardamos en lanzar podemos recibir un gardeo o perder el balón los tiros estáticos se ven mucho desde la línea de tres puntos ya que nos ayuda a sumar mucho más en el marcador.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Los chicos demuestran interés en seguir aprendiendo de este deporte, realizando cada uno de los ejercicios con actitud y ganas de aprender más.	Instructor y estudiantes.

OBSERVACIONES: Los temas trabajados en cada de uno de los ejercicios realizados en los entrenamientos se dio bajo la división de dos grupos por diferencia de edades, los primeros dos grupos cumplen horario de una hora, haciendo por espacios separados los diferentes ejercicios a realizar, lo cual les permite adaptarse más a su grupo y querer interesarse más en el ejercicio, el siguiente grupo entrena la hora siguiente de acuerdo al respectivo horario, este grupo cuenta con la disponibilidad de todo el escenario y le permite en mayor grado adaptarse más a las condiciones físicas que son necesarias para trabajar con estos.



WILKER ALI OVIEDO MUÑOZ
Instructor Baloncesto

REGISTRO FOTOGRAFICO







DISCIPLINA DEPORTIVA VOLEIBOL

TEMA: TIPOS DE SAQUE EN VOLEIBOL (SAQUE EN SUSPENSIÓN)

FECHA: 21, 22 y 23 de mayo 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
02:00PM	04:00PM	6 horas semanales

LUGAR: Placa polideportiva barrio La Frontera.

INSTRUCTOR: ESTEBAN ANDRÉS RAMÍREZ MEZA.

OBJETIVOS:

- ✓ Realizar un saque en suspensión con el impulso adecuado para llevar con éxito y coordinación el saque, dependiendo los distintos objetivos del jugador.

RECURSOS UTILIZADOS: Escenario deportivo (cancha), imágenes ilustrativas, platillos, malla conos, postes.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Siendo la 1:40 pm, en el polideportivo de la frontera se esperaron a los estudiantes de la disciplina voleibol para dar inicio a la sesión. Se inició con una bienvenida y cordial saludo a medida que van llegando, manteniendo la integración para brindarles seguridad.

La sesión la iniciamos con el desarrollo de la temática saque en suspensión, Este saque constituye una técnica más exigente y poderosa de poner el balón en juego. Exigente porque la persona que lo realiza está expuesta a un gran número de factores que influyen en su ejecución, es la más poderosa porque escomo un remate, como también depende del tipo de impulso para el saque, teniendo como condición reglamentaria la necesidad de golpear el balón antes de apoyarse en el suelo. Entre las distintas técnicas para realizar un buen saque de suspensión tenemos:

El jugador puede partir desde una posición próxima a la red y realizar la batida del salto vertical.

El jugador puede separarse hasta 2 o 3 m del campo si va a tomar impulso para la batida.

La altura del lanzamiento del balón para el golpeo es más corta o más larga depende del objetivo del saque.

Cuanto más alto lancemos el balón más difícil será la coordinación para el saque.

La rotación adelante del balón en el lanzamiento mejora la efectividad de del saque.

La pegada se efectúa con las piernas paralelas y separadas a la anchura de la cadera frente a la línea de fondo.

La espalda parte de posición vertical, impulsando el cuerpo mediante la extensión de la cadera, rodillas y tobillos, que contribuye para alcanzar una mayor velocidad en la batida para realizar el salto.

El brazo que remata se arma y se extiende sobre la vertical golpeando el balón hacia delante.

La mano realiza un movimiento similar al saque de tenis, el otro brazo se relaja compensando el cuerpo en el momento del salto.

El balón deberá ser golpeado con la palma de la mano y con los dedos abiertos.

Conclusión: El saque en voleibol se considera una importante acción de ataque, ya que su objetivo principal es alcanzar un tanto directo desde la línea de fondo. También tiene como finalidad dificultad la respuesta del equipo contrario.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Practicar el saque en suspensión e investigar los errores más comunes.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Trabajo mixto con el grupo.

Esteban Ramirez
ESTEBAN ANDRES RAMIREZ MEZA
Instructor Voleibol

CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

REGISTRO FOTOGRAFICO







TEMA: EJERCICIOS DE SAQUE EN CARRERA

FECHA: 28, 29 y 30 de mayo 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
02:00PM	04:00PM	6 horas semanales

LUGAR: Placa polideportiva barrio La Frontera.

INSTRUCTOR: ESTEBAN ANDRÉS RAMÍREZ MEZA.

OBJETIVOS:

- ✓ Lograr un punto directo. Al imprimir una gran potencia y precisión al golpe, se busca que el balón impacte el suelo del campo contrario sin que el equipo receptor pueda controlarlo. Esto genera una ventaja inmediata y pone al equipo ejecutor en una posición favorable para ganar el punto.

RECURSOS UTILIZADOS: Escenario deportivo (cancha), platillos, malla, postes.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Siendo la 1:40 pm, en el polideportivo de la frontera se esperaron a los estudiantes de la disciplina voleibol para dar inicio a la sesión. Se inició con una bienvenida y cordial saludo a medida que van llegando, manteniendo la integración para brindarles seguridad. Posterior a su llegada se procedió a la sesión la iniciamos con el desarrollo de la temática.

La sesión la iniciamos con el desarrollo de la temática Saque en carrera, también conocido como saque de potencia o saque flotante, es una de las técnicas más utilizadas en el voleibol. Su objetivo principal es lanzar el balón con fuerza y precisión hacia el campo contrario, dificultando la recepción del equipo adversario y aumentando las posibilidades de anotar un punto. Para iniciar el jugador se coloca detrás de la línea de fondo, de lado a la red, con los pies separados a la anchura de los hombros. El pie adelantado debe ser del mismo lado que el brazo con el que se va a golpear el balón. El balón se sostiene con la mano dominante delante del cuerpo, a la altura del pecho.

Para iniciar la carrera el jugador da unos pasos hacia delante, ganando velocidad y potencia. El último paso debe ser más largo y potente, impulsando el cuerpo hacia arriba y hacia delante, al mismo tiempo que se da el último paso, el balón se lanza hacia arriba y delante del cuerpo, extendiendo completamente el brazo. La mano debe quedar plana y abierta, con los dedos juntos. Cuando el balón se encuentra en el punto más alto de su trayectoria, el jugador golpea la parte central del balón con la mano dominante, extendiendo completamente el brazo y el cuerpo. El contacto con el balón debe ser firme y preciso.

Tras el golpe, el jugador debe seguir el movimiento del brazo hacia arriba y hacia delante, manteniendo el equilibrio y la posición correcta para realizar un nuevo ataque o recepción si es necesario.

Conclusión: poner el balón en juego. Su objetivo principal es ganar la ventaja a través de diferentes estrategias. Un saque efectivo puede traducirse en puntos directos, desorganizar al equipo contrario, controlar el ritmo del partido e incluso generar presión psicológica. Al dominar esta técnica y sus variaciones, los jugadores se convierten en un arma fundamental para el equipo y aumentan significativamente las posibilidades de victoria.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Practicar la carrera, concentrar la atención en el balón, golpear con firmeza.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Trabajo mixto con el grupo.

Esteban Ramirez
ESTEBAN ANDRES RAMIREZ MEZA
Instructor Voleibol

CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

REGISTRO FOTOGRAFICO







TEMA: RECEPCIONY PASE EN VOLEIBOL (RECEPCIÓN CON ANTEBRAZO).

FECHA: 4, 5 y 6 de junio 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
02:00PM	04:00PM	6 horas semanales

LUGAR: Placa polideportiva barrio La Frontera.

INSTRUCTOR: ESTEBAN ANDRÉS RAMÍREZ MEZA.

OBJETIVOS:

- ✓ Controlar el balón de manera efectiva cuando viene del saque o del ataque del equipo contrario.

RECURSOS UTILIZADOS: Escenario deportivo (cancha), platillos, malla conos, postes.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Iniciado la sesión de la semana y después de darle gracias a Dios procedemos observar la importancia de la recepción con antebrazo. Esta nos permite iniciar el ataque del propio equipo de forma efectiva, ya que controla el balón luego del saque o ataque del equipo contrario. Nos permite dominar el ritmo permitiendo organización.

Teniendo esto presente iniciamos la sesión, Recepción con antebrazo; es una técnica fundamental que se utiliza para controlar el balón cuando viene del saque o del ataque del equipo contrario. Es un movimiento defensivo que permite colocar el balón en una posición favorable para que el colocador pueda iniciar el ataque.

Para realizarlo correctamente de cuclillas con los pies separados a la anchura de los hombros y las rodillas flexionadas, Los antebrazos deben estar unidos y extendidos hacia adelante, formando una plataforma plana. Cuando el balón se acerca, se flexiona ligeramente las rodillas y baja los antebrazos para que el balón impacte en la parte superior de los antebrazos, cerca de las muñecas.

El objetivo es dirigir el balón hacia el colocador, que se encuentra en la zona central de la red. Siguiendo estas instrucciones se espera una recepción adecuada.

Conclusión: La recepción con antebrazo es una técnica crucial en el voleibol que permite controlar el juego, aumentar las posibilidades de anotar, reducir errores y mejorar el rendimiento general del equipo, todo ello gracias al trabajo en equipo, la reacción, la concentración y la técnica.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Siguiendo las pautas dadas practicar la recepción con antebrazo.	Estudiantes.

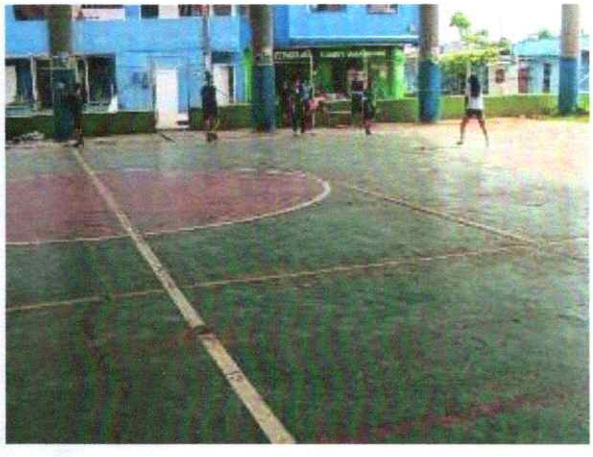
OBSERVACIONES: Trabajo mixto con el grupo.

Esteban Ramirez

ESTEBAN ANDRES RAMIREZ MEZA
Instructor Voleibol

REGISTRO FOTOGRAFICO







TEMA: RECEPCION Y PASE EN VOLEIBOL (RECEPCIÓN CON LAS MANOS).

FECHA: 11, 12 y 13 de junio 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
02:00PM	04:00PM	6 horas semanales

LUGAR: Placa polideportiva barrio La Frontera.

INSTRUCTOR: ESTEBAN ANDRÉS RAMÍREZ MEZA.

OBJETIVOS:

- ✓ Dirigir el balón en una posición específica para iniciar el ataque del propio equipo, generalmente hacia el colocador.

RECURSOS UTILIZADOS: Escenario deportivo (cancha), platillos, malla conos, postes.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Siendo la 2:00 pm, en el polideportivo la frontera con los estudiantes de la disciplina voleibol se inició la sesión, con una bienvenida y cordial saludo a medida que fueron llegando. Posterior a su llegada se procedió con el desarrollo de la temática "recepción con las manos", que es una técnica fundamental en el voleibol y utilizada para controlar el balón cuando viene del saque o del ataque del equipo contrario.

A diferencia de la recepción con antebrazos, que utiliza la parte interna de los antebrazos, la recepción con las manos se realiza con las yemas de los dedos, principalmente con los dedos pulgar, índice y medio. Para iniciar se ubica en posición de cuclillas con los pies separados a la anchura de los hombros y las rodillas flexionadas. Los brazos deben estar extendidos hacia adelante, con las palmas de las manos mirándose entre sí y los dedos juntos. Cuando el balón se acerca, flexiona ligeramente las rodillas y extiende los dedos para que el balón impacte en la yema de los dedos.

Esta recepción se utiliza si el saque o el ataque del equipo contrario es suave, la recepción con las manos permite un mayor control del balón, Si el balón se encuentra cerca del cuerpo, y aunque es una técnica difícil de dominar es muy importante en el voleibol.

Conclusión: la recepción con las manos es una técnica útil en el voleibol que permite controlar el balón con precisión y colocarlo en una posición específica. Sin embargo, requiere de práctica y técnica para dominarla correctamente.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Practicar la recepción con las manos para dominar la técnica y evitar lesiones.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Trabajo mixto con el grupo.

Esteban Ramirez

ESTEBAN ANDRES RAMIREZ MEZA
Instructor Voleibol

CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

REGISTRO FOTOGRAFICO









CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

TEMA: RECEPCION Y PASE EN VOLEIBOL (PASE CON ANTEBRAZO).

FECHA: 18 de junio 2024.

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
02:00PM	04:00PM	6 horas semanales

LUGAR: Placa polideportiva barrio La Frontera.

INSTRUCTOR: ESTEBAN ANDRÉS RAMÍREZ MEZA.

OBJETIVOS:

- ✓ Controlar el pase con antebrazo lo cual nos permitirá controlar la trayectoria y la potencia del balón para dirigirlo hacia el objetivo deseado.

RECURSOS UTILIZADOS: Escenario deportivo (cancha), platillos, malla conos, postes.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Siendo la 2:00 pm, en el polideportivo de la frontera con los estudiantes de la disciplina voleibol se inició la sesión. Con una bienvenida y cordial saludo a medida que fueron llegando, Posterior a su llegada se procedió con el desarrollo de la temática pase con antebrazo, es una técnica fundamental en el voleibol y consiste en golpear el balón utilizando la parte interna de los antebrazos, uniendo las manos y extendiéndolos al máximo.

Su principal función es recibir el saque del equipo contrario, controlando la trayectoria y la potencia del balón para iniciar el juego, para defender los remates del equipo contrario, amortiguando la fuerza del golpe y dirigiendo el balón hacia un compañero para iniciar el contraataque, para pasar el balón al compañero que va a rematar, ubicándolo en una posición ideal para realizar un ataque efectivo, para realizarlo de manera acertada el jugador se para con los pies separados a la anchura de los hombros, las rodillas ligeramente flexionadas y la espalda recta; Los brazos deben estar extendidos hacia delante, con las manos unidas y los dedos separados. Al recibir el balón, flexiona las rodillas y lleva los brazos hacia atrás, manteniendo la espalda recta.

Golpea el balón con la parte interna de los antebrazos, justo a la altura de la frente, extiende los brazos y las piernas al impactar el balón, para darle mayor potencia y control y acompaña el movimiento del balón con los brazos y las piernas, dirigiéndolo hacia el objetivo deseado.

Conclusión: el pase con antebrazo es una técnica fundamental en el voleibol que permite recibir el saque, defender los ataques del equipo contrario y colocar el balón para el remate. Dominar esta técnica es esencial para cualquier jugador que quiera mejorar su rendimiento en el juego.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Practicar la recepción con las manos para dominar la técnica y evitar lesiones.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Trabajo mixto con el grupo.

Esteban Ramirez

ESTEBAN ANDRES RAMIREZ MEZA
Instructor Voleibol

CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

REGISTRO FOTOGRAFICO







CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

DISCIPLINA DEPORTIVA FUTBOL SALA

TEMA: PUNTO DE DOBLE PENALTI .

FECHA: 20, 24 y 25 de mayo 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
Lunes - viernes 02:00PM	04:00PM	6 horas semanales
Sábado 07:00 AM	09:00 AM	

LUGAR: Placa polideportiva barrio La Frontera.

INSTRUCTORES: DAIRO SALGADO HERRERA Y CARLOS ARTURO MONTES OCHOA

OBJETIVOS:

- ✓ Fortalecer los movimientos y decisión de cada jugador durante del entrenamiento.

RECURSOS UTILIZADOS: Escenario deportivo (cancha), conos, disco, petos.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

En el correspondiente día de entrenamiento se da la bienvenida a los aprendices, recibiéndolos con alegría y entusiasmo. Luego damos inicio a la temática en forma de conversatorio donde se les pregunto a los aprendices que entienden ustedes por ¿Qué son falta personales?, ¿Qué es doble penalti?,, luego sus respuestas fueron muy acertadas ya que algunos respondieron con buena motivación donde les gustaría seguir practicando este deporte de futbol sala.

A continuación, los instructores indican en cada una de las clases algunas recomendaciones al tema a tratar.

En el transcurso de la semana se desarrolló la siguiente temática:
PUNTO DE DOBLE PENALTI
Se definió que el punto de doble penalti se castiga cualquier falta técnica a partir de la quinta falta cometida dentro del terreno de juego y su ejecución de doce metros de la línea de metros, no puede haber ningún jugador entre el balón de la portería excepto el portero. Luego para explicarle el concepto sobre el punto doble de penalti, el instructor les hablo sobre tiro libre falta técnica y posición del balón. De esta manera los estudiantes lograron entender la importancia que tienen el punto doble penalti. También se desarrolló los subtemas de áreas de campo, adaptabilidad del terreno y flexibilidad del juego.

Conclusión: En el transcurso de la semana de clases se realizaron ejercicios de calentamientos, desplazamientos de balones y tiros libres, en los cuales se evidenció el tema a tratar.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Que el estudiante se compromete a practicar lo aprendido en clase.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Trabajo con tres grupos divididos por categorías: 8-9; 10-13 y 14-17.

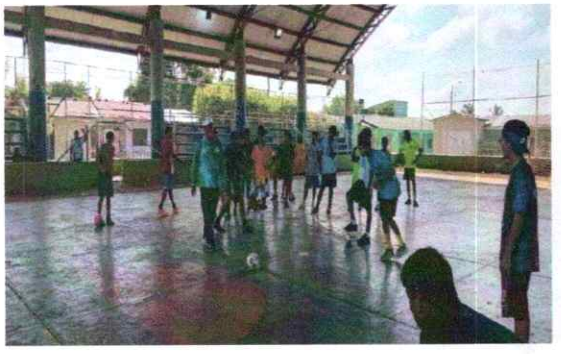
Dairo Salgado

DAIRO SALGADO HERRERA
Instructor Futbol Sala

Carlos A. Montes O

CARLOS ARTURO MONTES OCHOA
Instructor Futbol Sala

REGISTRO FOTOGRAFICO










CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

TEMA: POSICIONES DE LOS JUGADORES.

FECHA: 27, 31 de mayo y 1 de junio de 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
Lunes - viernes 02:00PM	04:00PM	6 horas semanales
Sábado 07:00 AM	09:00 AM	

LUGAR: Placa polideportiva barrio La Frontera.

INSTRUCTOR: DAIRO SALGADO HERRERA Y CARLOS ARTURO MONTES OCHOA

OBJETIVOS:

- ✓ Fomentar la adaptabilidad y la flexibilidad del juego con diferentes acciones y posiciones.

RECURSOS UTILIZADOS: Escenario deportivo (cancha), conos, disco, petos.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

En el correspondiente día de entrenamiento se da la bienvenida a los aprendices, recibiéndolos con alegría y entusiasmo. Luego damos inicio a la temática en forma de conversatorio donde se les pregunto a los aprendices ¿Qué es el juego?, ¿Qué es una posición?, luego sus respuestas fueron muy aceptadas ya que algunos respondieron con buena motivación donde les gustaría seguir practicando este deporte de futbol sala.

A continuación, los instructores indican en cada una de las clases algunas recomendaciones al tema a tratar.

En el transcurso de la semana se desarrolló la siguiente temática:

POSICIONES DE LOS JUGADORES

Se definió que las posiciones de los jugadores son importantes y casi siempre que el juego se para por algún motivo, los jugadores tratan de organizarse y volver cada uno en su posición natural eso si durante el juego las posiciones varían y todos los jugadores deben de saber adaptarse y realizar acciones en otra posición. Luego para explicarle el concepto sobre la posición de los jugadores se desarrollaron ejercicios donde el aprendiz se ubicaba con dos grupos de cinco jugadores de una forma de dos por dos, dos defensas y dos delanteros entre otras. De esta manera los estudiantes lograron entender la importancia que tienen las posiciones de los jugadores; donde se desarrollaron los subtemas, resistencia física, ritmo y movimiento, a cada grupo durante el encuentro programado

Conclusión: En el transcurso de la semana de clases se realizaron ejercicios de calentamientos, desplazamientos de balones y tiros libres, en los cuales se evidenció el tema a tratar.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Que el estudiante se compromete a investigar lo aprendido en clase.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Trabajo con tres grupos divididos por categorías: 8-9; 10-13 y 14-17.

Dairo salgado

DAIRO SALGADO HERRERA
Instructor Futbol Sala

Carlos A. Montes O

CARLOS ARTURO MONTES OCHOA
Instructor Futbol Sala

REGISTRO FOTOGRAFICO










CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

TEMA: DEFENSA AL HOMBRE.

FECHA: 3, 7 y 8 de junio de 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
Lunes - viernes 02:00PM	04:00PM	6 horas semanales
Sábado 07:00 AM	09:00 AM	

LUGAR: Placa polideportiva barrio La Frontera.

INSTRUCTOR: DAIRO SALGADO HERRERA Y CARLOS ARTURO MONTES OCHOA

OBJETIVOS:

- ✓ Fortalecer la concentración de los jugadores en el terreno del juego durante el desarrollo del partido en ambos equipos.

RECURSOS UTILIZADOS: Escenario deportivo (cancha), conos, disco, petos.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

En el correspondiente día de entrenamiento se da la bienvenida a los aprendices, recibiéndolos con alegría y entusiasmo. Luego damos inicio a la temática en forma de conversatorio donde se les pregunto a los aprendices ¿Qué es resistencia física?, ¿Qué son los cambios de ritmos?, luego sus respuestas fueron muy aceptadas ya que algunos respondieron con buena motivación donde les gustaría seguir practicando este deporte de futbol sala.

A continuación, los instructores indican en cada una de las clases algunas recomendaciones al tema a tratar.

En el transcurso de la semana se desarrolló la siguiente temática:

DEFENSA AL HOMBRE

Se definió que la defensa al hombre es a través de su objetivo de concentración durante el desarrollo del partido, los defensores deben mantenerse concentrado durante todo el proceso en la resistencia física que le permita mantener un rendimiento constante a lo largo del partido y responder de manera efectiva a los cambios de ritmo y las exigencias del juego. Luego para explicarle el concepto sobre la defensa al hombre se desarrollaron pequeños ejercicios como el desplazamiento por grupos, cambios de ritmos, concentración del juego y ritmo coordinados. De esta manera los estudiantes lograron entender la importancia que tienen la defensa al hombre en el terreno del juego. Donde se desarrollaron los subtemas control del juego, bloqueo, interceptación del pase, durante los entrenamientos programados, con la mayor actitud de los niños a cada proceso que se realiza

Conclusión: En el transcurso de la semana de clase se trabajó ejercicios de calentamientos, desplazamientos de balones y pequeñas charlas, en los cuales se evidenció el tema a tratar.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Que el estudiante se compromete a practicar lo aprendido en clase.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Trabajo con tres grupos divididos por categorías: 8-9; 10-13 y 14-17.

Dairo salgado
DAIRO SALGADO HERRERA
Instructor Futbol Sala

Carlos A Montes O
CARLOS ARTURO MONTES OCHOA
Instructor Futbol Sala

CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

REGISTRO FOTOGRAFICO








CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

TEMA: DEFENSA EN ZONA LIBRE.

FECHA: 10, 14 y 15 de junio de 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
Lunes - viernes 02:00PM	04:00PM	6 horas semanales
Sábado 07:00 AM	09:00 AM	

LUGAR: Placa polideportiva barrio La Frontera.
INSTRUCTOR: DAIRO SALGADO HERRERA Y CARLOS ARTURO MONTES OCHOA.
OBJETIVOS:

- ✓ Fortalecer los movimientos de cambio de dirección en la convicción del manejo del balón.

RECURSOS UTILIZADOS: Escenario deportivo (cancha), conos, disco, petos.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

En el correspondiente día de entrenamiento se da la bienvenida a los aprendices, recibiéndolos con alegría y entusiasmo. Luego damos inicio a la temática en forma de conversatorio donde se les pregunto a los aprendices ¿Qué son los cambios de dirección ?, ¿Qué son jugadas ensayada?, luego sus respuestas fueron muy aceptadas ya que algunos respondieron con buena motivación donde les gustaría seguir practicando este deporte de futbol sala.

A continuación, los instructores indican en cada una de las clases algunas recomendaciones al tema a tratar.

En el transcurso de la semana se desarrolló la siguiente temática:

DEFENSA ZONA LIBRE

Se definió que la defensa zona libre es todo juego defensivo en las acciones que realizan colectiva e individual, el equipo no poseedor del balón con el fin de impedir que el contrario haga un gol a su portería. Un libero es un defensa que juega por detrás del resto de las líneas defensivas y es responsable de cubrir y barrer los espacio a la espalda del otro jugador. Luego para explicarle el concepto sobre la defensa de zona libre donde se desarrollaron pequeños ejercicios como desplazamientos, estiramientos y resistencia. De esta manera los estudiantes lograron entender la importancia que tienen la defensa zona libre en el terreno del juego, así como también los subtemas zona de campo, combinación de marca y ataque contra ataque.

Conclusión: En el transcurso de la semana de clase se trabajó con ejercicios de calentamientos y pequeñas charlas, en los cuales se evidenció el tema a tratar.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Que el estudiante se compromete a investigar lo aprendido en clase.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Trabajo con tres grupos divididos por categorías: 8-9; 10-13 y 14-17.

Dairo Salgado

DAIRO SALGADO HERRERA
Instructor Futbol Sala

Carlos A Montes O

CARLOS ARTURO MONTES OCHOA
Instructor Futbol Sala

REGISTRO FOTOGRAFICO








CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

TEMA: DEFENZA MIXTA O ALTERNATIVA.

FECHA: 17 de junio de 2024.

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
Lunes - viernes 02:00PM	04:00PM	6 horas semanales
Sábado 07:00 AM	09:00 AM	

LUGAR: Placa polideportiva barrio La Frontera.

INSTRUCTOR: DAIRO SALGADO HERRERA Y CARLOS ARTURO MONTES OCHOA
OBJETIVOS:

- ✓ Fomentar la resistencia física y mental durante el desarrollo y la concentración del partido.

RECURSOS UTILIZADOS: Escenario deportivo (cancha), conos, disco, petos.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

En el correspondiente día de entrenamiento se da la bienvenida a los aprendices, recibiéndolos con alegría y entusiasmo. Luego damos inicio a la temática en forma de conversatorio.

A continuación, los instructores indican en cada una de las clases algunas recomendaciones al tema a tratar.

En el transcurso de la semana se desarrolló la siguiente temática:

DEFENZA MIXTA O ALTERNATIVA

Se definió que la defensa mixta o alternativa en el desarrollo de la estrategia defensiva que se utiliza al hombre en individual y al hombre en zona al mismo tiempo, se constituyen de la combinación de cualquiera de los tipos de marcas anteriores donde algunos defensores se encargan de marcar a un jugador especifico y el otro defensor se encarga de cubrir la zona de campo. Luego para explicarle el concepto sobre la defensa mixta o alternativa donde se desarrollaron pequeños ejercicios como desplazamientos, estiramientos y resistencia donde se desarrollaron la combinación de áreas, centro de campo y ataque de velocidad. De esta manera los estudiantes lograron entender la importancia que tienen la defensa o alternativa en el terreno del juego.

Conclusión: En el transcurso de la semana de clase se trabajó con ejercicios de calentamientos y pequeñas charlas, en los cuales se evidenció en el tema a tratar.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Que el estudiante se compromete a investigar lo aprendido en clase.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Trabajo con tres grupos divididos por categorías: 8-9; 10-13 y 14-17.

Dairo salgado
DAIRO SALGADO HERRERA
Instructor Futbol Sala

Carlos A. Montes O
CARLOS ARTURO MONTES OCHOA
Instructor Futbol Sala

REGISTRO FOTOGRAFICO





CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

DISCIPLINA DEPORTIVA FUTBOL

TEMA: REACONDICIONAMIENTO FISICO INTEGRAL.

FECHA: 21, 22 y 23 de mayo 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
Martes		
7:30 AM	10:00 AM	
6:00 PM	7:30 PM	
Miércoles		
6:00 PM	7:30 PM	9,5 horas semanales
Jueves		
7:30 AM	10:00 AM	
6:00 PM	7:30 PM	

LUGAR: Cancha Municipal de futbol.

INSTRUCTOR: CAMILO ANDRES RIVERA URANGO Y DANIEL DE JESUS TARRIBA.

OBJETIVOS:

- ✓ Desarrollar la fuerza básica.

RECURSOS UTILIZADOS: Escenario deportivo (cancha), balones, platillos, petos, escaleras.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Siendo las 7:30 am del martes y jueves y las 6:00 pm del martes miércoles y jueves, hora de inicio de los entrenamientos, los instructores en la disciplina de futbol reciben a los niños y jóvenes con un cordial saludo, de igual forma damos inicio a los entrenamientos con la introducción de la sesión de entrenamiento. Se desarrolló esta temática fundamentando la preparación física y motriz teniendo en cuenta la disciplina y modalidad deportiva, medios de entrenamiento orientados mediante ejercicios generales de fuerza como saltos, control postural, desplazamientos, empujes ejecutados en el campo de juego teniendo en cuenta la categoría y nivel de formación deportiva.

Se dio inicio a las sesiones de clase haciéndoles la explicaciones y demostraciones sobre las La Fuerza Como capacidad base.

Es la capacidad neuromuscular de superar resistencias externas o internas, gracias a la contracción muscular, de forma estática (isométrica) o dinámica (isotónica).

La fase de la fuerza básica busca un equilibrio de la fuerza entre los dos hemisferios del cuerpo, inferior y superior y/o derecho e izquierdo

CONCLUSION: se logró evidenciar que los deportistas se les estimulo la capacidad fuerza adaptando la capacidad física según el nivel de categoría y desarrollo.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
El deportista se compromete a esforzarse cada entrenamiento para desarrollar a largo plazo su estética y fuerza.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Trabajo con cuatro grupos.

Camilo Rivera
CAMILO ANDRES RIVERA URANGO
Firma del Instructor

Daniel Tarriba Gutierrez.
DANIEL DE JESUS TARRIBA
Firma del Instructor

CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

REGISTRO FOTOGRAFICO













CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

TEMA: FUNDAMENTACION TECNICO TACTICA.

FECHA: 28, 29 y 30 de mayo 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
Martes 7:30 AM 6:00 PM	10:00 AM 7:30 PM	
Miércoles 6:00 PM	7:30 PM	9,5 horas semanales
Jueves 7:30 AM 6:00 PM	10:00 AM 7:30 PM	

LUGAR: Cancha Municipal de futbol.

INSTRUCTOR: CAMILO ANDRES RIVERA URANGO Y DANIEL DE JESUS TARRIBA

OBJETIVOS:

- ✓ Charla de superficies de contacto.

RECURSOS UTILIZADOS: Escenario deportivo (cancha), balones, platillos, petos, escaleras.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Siendo las 7:30 am del martes y jueves y las 6:00 pm del martes miércoles y jueves, hora de inicio de los entrenamientos, los instructores en la disciplina de futbol reciben a los niños y jóvenes con un cordial saludo, de igual forma damos inicio a los entrenamientos con la introducción de la sesión de entrenamiento. Se desarrolló esta temática fundamentando la preparación técnico - táctica teniendo en cuenta la disciplina y modalidad deportiva y el nivel de formación. Esta sesión se realizó de manera teórica para resolver interrogantes de los estudiantes.

Superficies de contacto.

El pie: Se trata de la parte del cuerpo que más utiliza en el fútbol. Puede ser dividida en: La planta del pie: generalmente se usa para desviar, parar, conducir, semidesviar y pasar la pelota.

El empeine: se utiliza para rematar, pasar en largo y amortiguar la caída del balón.

Borde interno: el futbolista usa esta superficie de contacto del pie para asegurarse de que el esférico vaya al destino deseado. También se emplea para amortiguar, semi parar, rematar desviar, pasar y conducir.

Borde externo: sirve para desviar, amortiguar, conducir, semi parar, engañar, rematar y pasar la pelota.

Punta: se utiliza en determinadas situaciones que requieren de cierta urgencia, tales como disparos instantáneos y rechaces, aunque también se emplea para pasar, desviar y rematar.

Talón: se emplea en aquellas jugadas de lujo o distracción.

La rodilla: Se usa para amortiguar la caída de la pelota y también para realizar pases.

El muslo: Esta superficie de contacto del cuerpo se utiliza para amortiguar, proteger, dominar, pasar y desviar el balón.

El pecho: Se emplea para anticipar, desviar, amortiguar y pasar la pelota.

El hombro: Sirve tanto para amortiguar como para pasar.

La cabeza: Se trata de una superficie de contacto muy útil a la hora de cabecear, conducir, amortiguar, anticipar, rematar y desviar el esférico.

CONCLUSION: Se logró evidenciar que los deportistas se les oriento las superficies de contacto utilizadas para jugar al futbol según el nivel de categoría y desarrollo.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
El deportista se compromete a desarrollar los entrenamientos utilizando correctamente las superficies de contacto.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Trabajo con cuatro grupos.

Camilo Rivera
CAMILO ANDRES RIVERA URANGO
Firma del Instructor

Daniel Tarriba Gutierrez.
DANIEL DE JESUS TARRIBA
Firma del Instructor

REGISTRO FOTOGRAFICO







CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

TEMA: FUNDAMENTACION TECNICO TACTICA

FECHA: 4, 5 y 6 de junio 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
Martes 7:30 AM 6:00 PM	 10:00 AM 7:30 PM	
Miércoles 6:00 PM	7:30 PM	9,5 horas semanales
Jueves 7:30 AM 6:00 PM	 10:00 AM 7:30 PM	

LUGAR: Cancha Municipal de futbol.

INSTRUCTOR: CAMILO ANDRES RIVERA URANGO Y DANIEL DE JESUS TARRIBA

OBJETIVOS:

- ✓ Simulación de juego.

RECURSOS UTILIZADOS: Escenario deportivo (cancha), balones, platillos, petos, escaleras.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Siendo las 7:30 am del martes y jueves y las 6:00 pm del martes miércoles y jueves, hora de inicio de los entrenamientos, los instructores en la disciplina de futbol reciben a los niños y jóvenes con un cordial saludo, de igual forma damos inicio a los entrenamientos con la introducción de la sesión de entrenamiento. Se desarrolló esta temática fundamentando la preparación técnico - táctica teniendo en cuenta la disciplina y modalidad deportiva y el nivel de formación simulando el juego desde espacios intermedios de la cancha hasta llegar a espacios más amplios donde interactuaban compañeros y oponentes en busca de disputar la posesión del balón y buscar tener control del juego.

CONCLUSION: se logró evidenciar que los deportistas se desenvolvieron de acorde a la lógica del juego según la posición de juego.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
El deportista se compromete a colocar en práctica las reglas básicas del futbol.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Trabajo con cuatro grupos.

Camilo Rivera
CAMILO ANDRES RIVERA URANGO
Firma del Instructor

Daniel Tarriba Gutierrez.
DANIEL DE JESUS TARRIBA
Firma del Instructor

REGISTRO FOTOGRAFICO









CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

TEMA: FUNDAMENTACION TECNICO TACTICA – JUEGO REDUCIDO.

FECHA: 11, 12 y 13 de junio 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
Martes 7:30 AM 6:00 PM	 10:00 AM 7:30 PM	
Miércoles 6:00 PM	 7:30 PM	9,5 horas semanales
Jueves 7:30 AM 6:00 PM	 10:00 AM 7:30 PM	

LUGAR: Cancha Municipal de futbol.

INSTRUCTOR: CAMILO ANDRES RIVERA URANGO Y DANIEL DE JESUS TARRIBA.

OBJETIVOS:

- ✓ Brindar entrenamiento sobre juego reducido.

RECURSOS UTILIZADOS: Escenario deportivo (cancha), balones, platillos, petos, escaleras.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Siendo las 7:30 am del martes y jueves y las 6:00 pm del martes miércoles y jueves, hora de inicio de los entrenamientos, los instructores en la disciplina de futbol reciben a los niños y jóvenes con un cordial saludo, de igual forma damos inicio a los entrenamientos con la introducción de la sesión de entrenamiento.

Se desarrolló esta temática fundamentando la preparación técnico – táctica, teniendo en cuenta la disciplina y modalidad deportiva y el nivel de formación ejecutando ejercicios que se relacionan con el juego desde espacios más pequeños, para generar más incertidumbre donde interactuaban compañeros y oponentes en un 4vs2 – 5vs 2 - 6 vs 2 - 6vs6.

CONCLUSION: se logró evidenciar que los deportistas se desenvolvieron de acorde a la lógica del juego según la posición de juego.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
El deportista se compromete a colocar en práctica las reglas básicas del futbol.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Trabajo con cuatro grupos.

Camilo Rivera
CAMILO ANDRES RIVERA URANGO
Firma del Instructor

Daniel Tarriba Gutierrez.
DANIEL DE JESUS TARRIBA
Firma del Instructor

REGISTRO FOTOGRAFICO









CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

TEMA: REACONDICIONAMIENTO FÍSICO INTEGRAL.

FECHA: 18 de junio 2024.

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
Martes 7:30 AM 6:00 PM	 10:00 AM 7:30 PM	
Miércoles 6:00 PM	 7:30 PM	9,5 horas semanales
Jueves 7:30 AM 6:00 PM	 10:00 AM 7:30 PM	

LUGAR: Cancha Municipal de futbol.

INSTRUCTOR: CAMILO ANDRES RIVERA URANGO Y DANIEL DE JESUS TARRIBA.

OBJETIVOS:

- ✓ Lograr que los estudiantes adquieran velocidad.

RECURSOS UTILIZADOS: Escenario deportivo (cancha), balones, platillos, petos, escaleras.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Siendo las 7:30 am del martes hora de inicio de los entrenamientos, los instructores en la disciplina de futbol reciben a los niños y jóvenes con un cordial saludo, de igual forma damos inicio a los entrenamientos con la introducción de la sesión de entrenamiento.

Se desarrolló esta temática fundamentando la preparación física y técnica, teniendo en cuenta la disciplina y modalidad deportiva y el nivel de formación ejecutando ejercicios generales y especiales de aprendizaje y desarrollo estimulando la capacidad física velocidad realizando desplazamiento en dirección línea recta donde los deportistas se desplazaban con y sin el balón lo más rápido posible manteniendo una correcta ejecución del ejercicio aplicando la velocidad.

CONCLUSION: se logró evidenciar que los deportistas se desenvolvieron de acorde a la lógica del juego según la posición de juego.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
El deportista se compromete a colocar en práctica las reglas básicas del futbol.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Trabajo con cuatro grupos.

Camilo Rivera
CAMILO ANDRES RIVERA URANGO
Firma del Instructor

Daniel Tarriba Gutierrez.
DANIEL DE JESUS TARRIBA
Firma del Instructor

REGISTRO FOTOGRAFICO





CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

DISCIPLINA DEPORTIVA AJEDREZ

TEMA: APERTURAS (CONTROLAR EL CENTRO DEL TABLERO, LUCHAR POR LA INICIATIVA).

FECHA: 21, 23, y 25 de mayo 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
Miércoles y viernes 4:00 PM	6:00 PM	9 horas semanales
Sábados 7:00 AM	12:00 M	

LUGAR: Institución educativa María Auxiliadora.

INSTRUCTOR: GUILLERMO ALONSO FERNANDEZ MERCADO.

OBJETIVOS:

- ✓ Apropiarse de los temas aprendidos y manejar con eficacia los diferentes tipos de aperturas.

RECURSOS UTILIZADOS: Tableros del ajedrez, fichas de ajedrez, reloj para jugar ajedrez.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Siendo las 4:00 pm de los días 21 y 23 de mayo/2024 y las 7: 00 am del 25 de mayo/2024, se les da la bienvenida a los estudiantes de la disciplina en ajedrez.

Como primer momento se les da la bienvenida a los estudiantes y les anima a cerrar los ojos y agradecer por el don de la vida. Seguidamente se les invita a manifestar como se siente en las sesiones de trabajo y que sugerencia nos tienen en caso de tener alguna observación, a lo que algunos responden que están contentos por la oportunidad que tienen de estar en este proceso de aprendizaje.

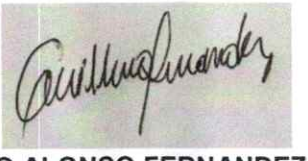
A continuación, damos inicio a la jornada haciéndoles un recordatorio de lo aprendido hasta el momento. Seguidamente se continua con la explicación del tema que corresponde a la sesión:

CONTROLAR EL CENTRO DEL TABLERO – LUCHAR POR LA INICIATIVA.

Durante el desarrollo de nuestra clase se trabajó la temática de las aperturas, para la cual se define que una apertura es toda aquella fase inicial de un juego donde se desarrollan las piezas desde el inicio de la partida; teniendo claro el concepto de aperturas, se procede a trabajar con los aprendices el control del centro del tablero, lo cual se le indicó como mantener el control del tablero y nos permite tener una posición adelantada frente a nuestro oponente debido a que obtenemos el control de las casillas para seguir ganando espacios y evitar que el rival utilice alguna de estas con el objetivo que nos permita ganarle piezas al enemigo y para ello poder tener la iniciativa del juego donde nos permite crear posibilidades de generar problemas al oponente y colocar el rival en peligro para poder así obligar al adversario a centrarse en la defensa.

Teniendo en cuenta lo anterior se le realizo un ejemplo de jugadas para mantener el control del control del tablero y tomar diferentes iniciativas durante las partidas, donde los niños se sentaron a analizar y observar de qué manera se puede realizar estas jugadas presentadas por el oponente al colocar un peón en la hilera d4 y e4 para ganar ventaja al oponente y a partir de ella se desarrollan las diferentes jugadas.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Los estudiantes se comprometieron a colocar en práctica lo aprendido.	Estudiantes.



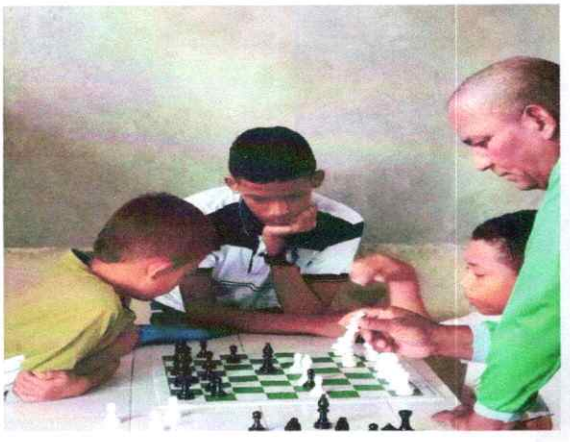
GUILLERMO ALONSO FERNANDEZ MERCADO
Firma del Instructor

CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

REGISTRO FOTOGRAFICO









CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

TEMA: APERTURAS (ANTICIPAR EL DESARROLLO DE LAS PIEZAS, SACANDO LOS CABALLOS ANTES QUE EL ALFIL)

FECHA: 28, 30 de mayo y 1 de junio 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
Miércoles y viernes 4:00 PM	6:00 PM	9 horas semanales
Sábados 7:00 AM	12:00 M	

LUGAR: Institución educativa María Auxiliadora.

INSTRUCTOR: GUILLERMO ALONSO FERNANDEZ MERCADO.

OBJETIVOS:

- ✓ Apropiarse de los temas aprendidos y manejar con eficacia los diferentes tipos de aperturas.

RECURSOS UTILIZADOS: Tableros del ajedrez, fichas de ajedrez, reloj para jugar ajedrez.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Siendo las 4:00 pm de los días 28 y 30 de mayo/2024, y las 7:00 am del día 1 de junio se les da la bienvenida a los estudiantes de la disciplina en ajedrez y se les motiva hacer una pequeña oración para colocar en manos de Dios las jornadas de trabajo. Seguidamente se les indico la temática de la semana:

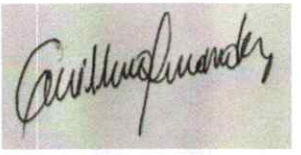
ANTICIPAR EL DESARROLLO DE LAS PIEZAS, SACANDO LOS CABALLOS ANTES QUE EL ALFIL.

Durante el desarrollo de la presente semana se trabajó con la anticipación del desarrollo de las piezas, primero sacando los caballos antes que el alfil. Luego se hizo una breve explicación sobre el tema con el fin de tener claridad el anticipar el desarrollo de las piezas, debido a que estas son un conjunto de jugadas que nos permiten tener agilidad y destreza ante una partida.

Después siguiendo con la temática de aperturas se trabajó con el desarrollo de las piezas, donde se hizo primero un pequeño énfasis sobre las aperturas que se deben desarrollar de manera rápida y precisa con las piezas, donde se hacen referencia a la activación de ellas y teniendo en cuenta su posición de partida ya que nos permite llevarla a las casillas que tienen con facilidad el ataque o defender las propias piezas.

También se les definió a los niños los movimientos del caballo donde se indica que pueden realizar los siguientes movimientos: moverse de una casilla hacia adelante o hacia atrás o verticalmente, también de otra manera donde las otras dos a izquierda o derecha de manera horizontal o bien dos casillas hacia adelante o hacia atrás verticalmente y entonces una a izquierda o derecha de manera horizontal. Para finalizar se les explicó porque se debe sacar el caballo antes que el alfil, con un breve ejercicio aplicado con diferentes ejemplos de aperturas donde se realizaron partidas para aplicar lo aprendido en clase todo esto bajo la orientación del instructor de ajedrez.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Los estudiantes se comprometieron a colocar en práctica lo aprendido.	Estudiantes.



GUILLERMO ALONSO FERNANDEZ MERCADO
Firma del Instructor Ajedrez

CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

REGISTRO FOTOGRAFICO









CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

TEMA: APERTURAS (SEGURIDAD DEL REY - ENROCAR EN LAS PRIMERAS 10 - 12 JUGADAS).

FECHA: 4, 6 y 8 de junio 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
Miércoles y viernes 4:00 PM	6:00 PM	9 horas semanales
Sábados 7:00 AM	12:00 M	

LUGAR: Institución educativa María Auxiliadora.

INSTRUCTOR: GUILLERMO ALONSO FERNANDEZ MERCADO.

OBJETIVOS:

- ✓ Apropiarse de los temas aprendidos y manejar con eficacia los diferentes tipos de aperturas.

RECURSOS UTILIZADOS: Tableros del ajedrez, fichas de ajedrez, reloj para jugar ajedrez.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

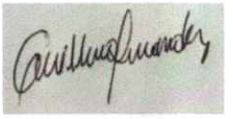
Siendo las 4:00 pm de los días 4 y 6 de junio/2024, y las 7:00 am del día 8 de junio se les da la bienvenida a los estudiantes de la disciplina en ajedrez y se les motiva hacer una pequeña oración para colocar en manos de Dios las jornadas de trabajo. Se dio inicio de la clase con Seguridad del rey - enrocar en las primeras 10 - 12 jugadas.

Para el desarrollo de la presente semana se dio continuidad a la temática de aperturas, teniendo en cuenta la seguridad del rey y enrocar en las primeras 10 - 12 jugadas.

Para ello se inicia la actividad dando a conocer sobre la pieza el rey y por ende su seguridad; por lo que se da a entender que el rey es la pieza más limitada en sus movimientos, aunque tiene una función especial ya que es la única pieza que no puede ser capturada, Siendo la pieza básica del tablero, su captura es esencial y puede conllevar al objetivo de último juego, por ende, esta debe ser protegida.

Luego continuamos con el tema del enroque en las 10-12 primeras jugadas, teniendo en cuenta que este es el único momento en el que podemos mover dos piezas, las cuales son el rey y una torre. Teniendo en cuenta que el rey es la pieza con los movimientos más limitados, pero con la mayor importancia en el tablero. Se explica cuándo y cómo hacer un enroque y la importancia de esta jugada para brindar la seguridad del rey. Los jugadores deben tener en cuenta que este movimiento debe cumplir con ciertas características como lo son el no haber realizado movimientos antes, el rey no debe estar es posición de jaque, entre otras. El instructor aconseja a los niños, niñas y jóvenes que deben evaluar si vale la pena enrocar al rey y cuándo se debe hacer.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Los estudiantes se comprometieron a colocar en práctica lo aprendido.	Estudiantes.



GUILLERMO ALONSO FERNANDEZ MERCADO
Firma del Instructor

CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

REGISTRO FOTOGRAFICO







CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

TEMA: APERTURAS (DEFENSA DE PIEZAS – MANTENER LA DAMA DURANTE EL JUEGO).

FECHA: 11, 13 y 15 de junio 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
Miércoles y viernes 4:00 PM	6:00 PM	9 horas semanales
Sábados 7:00 AM	12:00 M	

LUGAR: Institución educativa María Auxiliadora.

INSTRUCTOR: GUILLERMO ALONSO FERNANDEZ MERCADO.

OBJETIVOS:

- ✓ Apropiarse de los temas aprendidos y manejar con eficacia los diferentes tipos de aperturas.

RECURSOS UTILIZADOS: Tableros del ajedrez, fichas de ajedrez, reloj para jugar ajedrez.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Siendo las 4:00 pm de los días 11 y 13 de junio/2024, y las 7:00 am del día 15 de junio se les da la bienvenida a los estudiantes de la disciplina en ajedrez y se les motiva hacer una pequeña oración para colocar en manos de Dios las jornadas de trabajo. Se dio inicio de la clase con defensa de piezas.

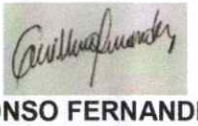
DEFENSA DE PIEZAS – MANTENER LA DAMA DURANTE EL JUEGO.

Durante la presente semana se realizó la culminación del tema de aperturas, trabajando con la defensa de piezas y aprender a mantener la dama durante el juego.

Teniendo en cuenta la temática a trabajar, se estableció la defensa de las piezas, la cual consiste en una apertura elegida por las negras, como la defensa de los dos caballos o la defensa india de rey, a menos que esté revertida, lo que la convierte en una apertura con colores cambiados. Luego continuamos con el tema de mantener la dama durante el juego y para ello se debe tener la clara definición de dicha ficha, por lo que se les enseño que la dama es una de las piezas con más poder, debido a que esta cuenta con la posibilidad de atacar de manera directa. Por consiguiente, se le indico a los niños que para sostener esta ficha durante el juego se debe aprovechar los diferentes movimientos que esta puede realizar como lo es desplazarse en diferentes direcciones y moverse en línea recta.

Para culminar la teoría trabajada el instructor realiza una dinámica de juego donde se evidencien las aperturas trabajadas en las clases y como las pueden desarrollar en un juego.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Los estudiantes se comprometieron a colocar en práctica lo aprendido.	Estudiantes.



GUILLERMO ALONSO FERNANDEZ MERCADO
Firma del Instructor

REGISTRO FOTOGRAFICO









CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

TEMA: ANALISIS DE PARTIDAS PROPIAS.

FECHA: 18 de junio 2024

POBLACION OBJETO: NNAJ del Municipio de La Apartada Córdoba.

HORA DE INICIO:	HORA DE FINALIZACION:	DURACIÓN:
Miércoles y viernes 4:00 PM	6:00 PM	9 horas semanales
Sábados 7:00 AM	12:00 M	

LUGAR: Institución educativa María Auxiliadora.

INSTRUCTOR: GUILLERMO ALONSO FERNANDEZ MERCADO.

OBJETIVOS:

- ✓ Analizar el aprendizaje que obtuvieron los niños durante el desarrollo de las clases.

RECURSOS UTILIZADOS: Tableros del ajedrez, fichas de ajedrez, reloj para jugar ajedrez.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Siendo las 4:00 pm de los días 11 y 13 de junio/2024, y las 7:00 am del día 15 de junio se les da la bienvenida a los estudiantes de la disciplina en ajedrez y se les motiva hacer una pequeña oración para colocar en manos de Dios las jornadas de trabajo. Se dio inicio de la clase con análisis de partidas propias.

ANÁLISIS DE PARTIDAS PROPIAS.

En Este día la sesión se desarrolló observando a los aprendices para analizar que tanto han aprendido durante las clases trabajadas. Para ello se emplearon diferentes partidas de ajedrez, Mediante las cuales se pude evidenciar que algunos niños han presentado dificultad a la hora de defender las piezas, esto se debe a que la descuidan y por ende la pierden con facilidad; como también se logró evidenciar que algunos pierden la concentración al momento de realizar un movimiento propio, como en el caso de otros que al llevar la partida gana se confían y distraen con facilidad.

Partiendo de lo anterior se empleó un breve ejercicio y recomendaciones para mejorar las falencias observadas durante el juego.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Los estudiantes se comprometieron a colocar en práctica lo aprendido.	Estudiantes.



GUILLERMO ALONSO FERNANDEZ MERCADO
Firma del Instructor

REGISTRO FOTOGRAFICO





CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

11. ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL

INFORME PSICOSOCIAL

Objeto del seguimiento: Acompañamiento emocional y conductual de los niños/as y adolescentes que se encuentran vinculados al proceso de fortalecimiento de las escuelas deportivas del Municipio de La Apartada Córdoba.

ACTIVIDAD

Tema:	Autoestima .
Población objeto:	Niños/as, adolescentes y jóvenes del municipio de la Apartada Córdoba.
Objetivo:	Reconocer las características positivas de cada participante -Tomar conciencia de la autopercepción -Identificar y valorar las fortalezas personales.
Responsable:	Psi. Daniela Saez Hernández
Recursos y/o material de apoyo:	Espejo, lapiceros, hojas de papel, hojas de colores, marcadores, papel periódico.

Desarrollo: En el periodo de acompañamiento emocional se hizo la intervención con el tema: La autoestima. Para el abordaje del mismo se organizaron dos momentos, el primero apuntando hacia el proceso psicoeducativo, es decir, hacia el contenido teórico para analizar qué tanto se conoce del tema, ampliándolo con un conversatorio a cerca de conceptos básicos y fundamentales para generar mayor claridad y por supuesto, para aclarar dudas e inquietudes al respecto. Para ello se lanzaron varias preguntas al público como: ¿Qué es autoestima? ¿por qué es importante? ¿Por qué es importante dar y recibir halagos?, lo anterior con la intención de generar cuestionamientos, debates y además conocer puntos claves para el punto de partida de la intervención. Luego de escucharlos, empecé aterrizando conceptos breves y concisos:

¿Qué es la autoestima? es la valoración y aprecio que una persona tiene de sí misma. Es fundamental para el desarrollo emocional y el bienestar general.

¿Por qué es importante la autoestima? Porque produce bienestar emocional, fomentando la confianza, reduciendo el estrés y la ansiedad. También mejora las relaciones sociales facilitando vínculos más sanos y gratificantes con los demás.

¿Por qué son importantes lo halagos? Porque Impulsan la confianza, ya que son sinceros y ayudan a las personas a creer en sí mismas. Asimismo, motivan el crecimiento haciendo posible que las personas logren mejorar y alcanzar nuevas metas, lo cual finalmente fortalece los vínculos debido a que hacer sentir a alguien valorado fortalece los lazos emocionales.

Para llevar a cabo esta sesión, se trabajó con una dinámica grupal basada en las afirmaciones positivas hacia el compañero. Para ello, cada alumno debía formarse frente a frente con una pareja se legía aleatoriamente, posterior a ello se repartían las hojas de papel y lapiceros en la cual cada uno de ellos debía escribir el nombre del compañero que tenía en frente. Antes de iniciar todos debían saludarse e intercambiar nombres, además debían decorar la hoja como mejor les pareciera; la instrucción dada era la siguiente: "Todos y cada uno de ustedes, deben tomar 1 minuto para mirar a su compañero, detallarlo, admirarlo y una vez terminado ese tiempo deberá entonces anotar y/o escribir en la hoja todas aquellas cosas positivas que usted considere que su compañero tiene, puede ser como persona, también puede hablar de su físico, habilidades, etc. Sólo deberán ser cosas positivas, mínimo 4, máximo las que deseen. NO deben

decirle al compañero nada en lo absoluto, tampoco pueden dejar ver lo que escriben. Pueden hacer dibujitos y al final colocan su nombre (De la persona que escribe)."

Una vez terminado lo anterior, así formaditos cada estudiante debía leerle en voz alta a su pareja lo que había escrito, iniciando por su nombre y viceversa. Luego hacían un intercambio de escritos y de inmediato les ofrecía un cuadro lleno de frases positivas en donde cada uno debía elegir una con la que más se sintiera identificado/a y pegarla en la hoja que tenía en sus manos. En algunos grupos se contó con algunos espejos, ahí la dinámica consistía en que mientras un compañero leía, quien escuchaba debía mirarse fijamente en el espejo para una mayor eficacia de la actividad, sin embargo, cabe aclarar que no fue posible el uso del espejo en todas las disciplinas por inconvenientes para el transporte del mismo.

Luego de ello, conversamos sobre lo importante que es hacer sentir bien al otro, recordándoles lo bueno que son, sus habilidades, destrezas etc. Todo esto, haciendo énfasis en que se trata también de mirar todo aquello que somos como personas valiosas, eso que muchas veces es difícil de visibilizar y aceptar por nosotros mismos, pero que los demás si logran reconocer y nos pueden ayudar a recordarlo en esos días en los que al parecer nada sale tan bien.

Finalmente es importante hacer mención de que la actividad fue todo un éxito, se exploraron muchas emociones, los estudiantes la disfrutaron, se fueron felices y más sonrientes de lo normal. De forma inmediata, se logró evidenciar que la dinámica grupal cambió muchísimo, y valoraron cada palabra dicha por el compañero.

Con la disciplina de baloncesto se hicieron intervenciones individualizadas en una pequeña oficina con 2 estudiantes remitidos por el instructor por problemas como: bajo desempeño escolar, problemas intrafamiliares e inasistencias reiterativas a las prácticas deportivas. Se les dio la atención oportuna y de momento se encuentran en seguimiento por psicología, también se hizo el primer acercamiento con los respectivos padres de familia.

Con cada uno de ellos se trabajó desde sus necesidades, puntualmente situando cada una de sus problemáticas como una oportunidad de mejora y por ende un aspecto en el cual se debe trabajar. Por lo tanto, se buscó promover una posible solución desde una propuesta organizada por ellos mismos, la cual estuviese orientada hacia el logro de metas trazadas o puntos a mejorar.

Compromisos	Responsable
El estudiante se compromete a colocar en práctica lo aprendido	Estudiantes.

Observaciones: Se trabajó el tema con las disciplinas deportivas de patinaje, baloncesto, voleibol, futbol sala, futbol y ajedrez.

Daniela Saez Hernández

DANIELA SAEZ HERNANDEZ
Psicóloga

REGISTRO FOTOGRAFICO

Patinaje



Patinaje



Patinaje



Baloncesto



Baloncesto



Baloncesto



Voleibol



Voleibol



Voleibol



Futbol sala



Futbol sala



Futbol sala



CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

Futbol



Futbol



Futbol



Ajedrez



Ajedrez

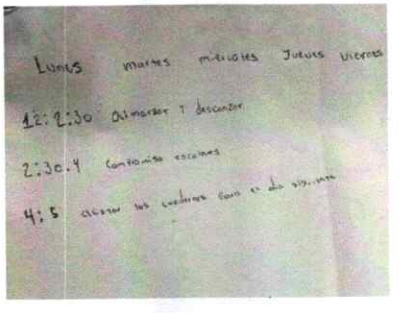


Ajedrez.



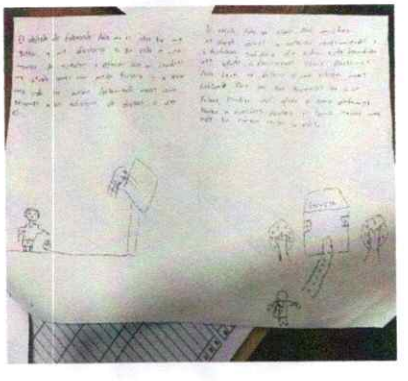
Intervenciones individualizadas

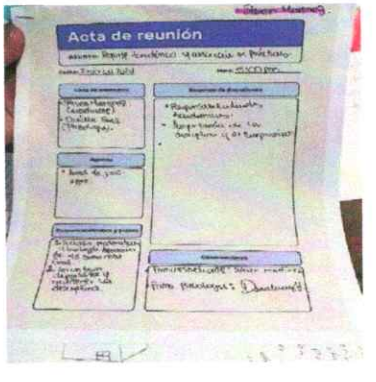












12. ACOMPAÑAMIENTO DE PROFESIONAL EN MEDICINA Y AUXILIARES DE ENFERMERÍA.

INFORME PROFESIONAL MEDICO

Objeto del seguimiento: Acompañamiento en casos críticos y seguimiento a la situación de salud de los NNAJ que se encuentran vinculados al proceso de fortalecimiento de las escuelas deportivas del Municipio de La Apartada Córdoba.

ACTIVIDAD

Tema:	Brigada para la promoción de estilos de vida saludable e identificación de factores de riesgo de acuerdo a la edad de los beneficiarios de las escuelas de formación deportivas.
Población objeto:	Niños/as, adolescentes y jóvenes del municipio de la Apartada Córdoba.
Objetivo:	Realizar incorporación al programa Joven Sano de los Niños/as, adolescentes y jóvenes que aún no están inscritos y que son beneficiarios de las escuelas de formación deportiva del Municipio de La Apartada.
Responsable:	Angelo José Martínez Urbiñez

Desarrollo: El periodo de acompañamiento profesional en medicina se realizó con la realización de la brigada de salud Joven Sano.

Previo al día de la brigada se realizó con las diferentes disciplinas deportivas la socialización de la brigada Joven Sano, en la cual se le indico a los niños/as, adolescentes y jóvenes en qué consistía la jornada y la metodología para su desarrollo.

Llegado el día de la brigada, se dio inicio a esta a las 7:00 am en la sede la ESE CAMU La Apartada, donde se esperaba a los niños/as, adolescentes y jóvenes, dándoles la bienvenida. Seguidamente se invitó a los asistentes a integrarse la actividad lúdica que estaba preparada para ellos, la cual tenía como objetivo invitarlos a tener nuevas experiencias, como lo es el iniciar con hábitos para estilos de vida saludable. Es importante destacar que en la actividad lúdico recreativa se integraron los padres de familias que acompañaban a sus hijos.

Una vez terminada la jornada lúdica se dio paso a las consultas con medicina general donde el Dr. Angelo Martínez inició con la atención a los niños/as, adolescentes y jóvenes.

Dentro de los aspectos que se atendiendo en la consulta de medicina general se destacan los siguientes:

- ✓ Exploración de aspecto general.
- ✓ Medición antropométrica completa incluyendo el cálculo del índice de masa corporal
- ✓ Toma de la presión arterial.
- ✓ Examen físico completo por sistemas.
- ✓ Valoración del estadio Tanner (describe los cambios físicos que se observan en genitales, pecho y vello púbico, a lo largo de la pubertad en ambos sexos)
- ✓ Enseñanza de autoexamen de senos y testículos.

Se tuvo en cuenta la necesidad de cada Joven y se les indico e invitó a realizarse los siguientes exámenes clínicos:

Para las mujeres adolescentes entre 10 y 13 años, prescripción de examen de laboratorio (hemoglobina y hematocrito).

Colesterol HDL una vez durante toda la etapa, en jóvenes que tienen historia familiar de hiperlipidemias o de infartos en menores de 50 años.

VDRL y prueba de VIH/SIDA a adolescentes sexualmente activo.

Citología cervicouterina a las jóvenes que tienen vida sexual activa en el esquema recomendado en la norma para la detección de cáncer de cuello uterino.

Así mismo, se iba atendiendo de manera alterna en los servicios de odontología con una charla sobre la manera correcta del cepillado de los dientes y las consecuencias de no realizarlo bien, al escuchar la charla podían tomar el turno para pasar al consultorio habilitado para realizar profilaxis dental y calzas de acuerdo a las necesidades de cada paciente.

La jornada se dio por terminada a las 4:00 pm siendo todo un éxito y en al cual se atendiendo aproximadamente el 70% de los beneficiarios del proyecto que busca fortalecer las escuelas deportivas del Municipio de La Apartada.

Angelo Jose Martinez Urbiñez

ANGELO JOSE MARTINEZ URBIÑEZ
Profesional Medico
R.M: 1140859256

REGISTRO FOTOGRAFICO

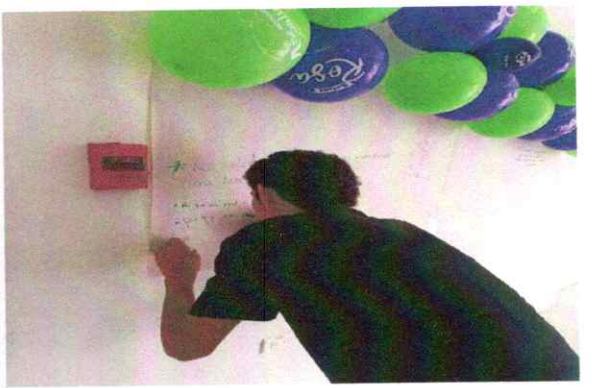









CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300







13. CONCLUSIONES

Para terminar la exposición del presente informe de ejecución de actividades, podemos manifestar que el fortalecimiento de las escuelas deportivas en patinaje, baloncesto, voleibol, futbol sala, futbol y ajedrez, están coadyuvando para que los niños, niñas, adolescentes y jóvenes en edad entre los 7 y 17 años, estén haciendo un buen aprovechamiento del tiempo libre, ya que el buen uso del tiempo libre y la actividad física ayudan al mejoramiento de la calidad de vida y al desarrollo mental y físico saludable, particularmente, en la adolescencia.

Es por lo anterior que se está fortaleciendo las escuelas deportivas del Municipio de La Apartada, buscado con ello que un alto porcentaje de adolescentes realicen actividad física participando en los programas deportivos para un estilo de vida saludable.

Las sesiones de trabajo se están desarrollando de manera normal y con alta participación de los beneficiarios, quienes día a día demuestran su interés en lograr el objetivo de ser buenos deportistas.

Tanto los estudiantes como los padres de familia han manifestado lo necesario y provechoso que se ha vuelto las intervenciones psicosociales y las relacionadas con las orientaciones a mejorar la salud, ya que esto los motiva cada día a cuidad la salud metal y corporal.

Atentamente,

JOSE MARIA CASTILLO DE LA CRUZ
Representante legal