La Apartada, 4 de octubre de 2024

ALCALDIA DE LA APARTADA
Radicado: 2024-2-1486 (08 de octubre, 09:14 a. m.)
Remitente: JOSE MARIA CASTILLO DE LA CRUZ
Receptor: ANA VANESSA NAVARRO SIBAJA
Asunto: SOPORTE PRESENTACION DE CUENTA PRO
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 SEXTO 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-121
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 :
c26342c29e7802c2271914a65a3685da6a254ff1ac951ee6d57ab66dd7bdc729602e0532758e355d0e6cb777c5a25c7c

Número de Factura: FE-121
Fecha de Emisión: 04/10/2024
Fecha de Vencimiento: 03/11/2024
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

Nro.	Código	Descripción	U/M	Cantidad	Precio unitario	Descuento detalle	Recargo detalle	IMPUESTOS				Precio unitario de venta
								IVA	%	INC	%	
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 generado el:
04/10/2024 08:44:27
Documento validado por la DIAN:
04/10/2024 08:44:27
XML Generado por:
Solución Gratuita DIAN
800197268
PDF 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
2024-08	2024-09	901532151	9471502127	E	2024/09/04	2024/09/09	NEQUI	5	$496,300

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES

EMPLEADO				PENSION				SALUD				CCF				RIESGOS				PARAFISCALES		
No.	Identificación		Nombres	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Días	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	$800	$0	$208,800
COLFONDOS	231001	800,227,940	6	1	$208,000	$800	$0	$208,800
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$6,800	$100	$0	$6,900
POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	14-23	860,011,153	6	1	$6,800	$100	$0	$6,900
CCF (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$52,000	$200	$0	$52,200
COMFACOR	CCF16	891,080,005	1	1	$52,000	$200	$0	$52,200
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$162,500	$600	$0	$163,100
MUTUAL SER	ESSC07	806,008,394	7	1	$162,500	$600	$0	$163,100
ICBF (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$39,000	$200	$0	$39,200
INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR	PAICBF	899,999,239	2	1	$39,000	$200	$0	$39,200
SENA (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$26,000	$100	$0	$26,100
SENA	PASENA	899,999,034	1	1	$26,000	$100	$0	$26,100
TOTAL				1	$494,300	$2,000	$0	$496,300

INFORME PARCIAL No. 6

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
SEPTIEMBRE – 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.

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

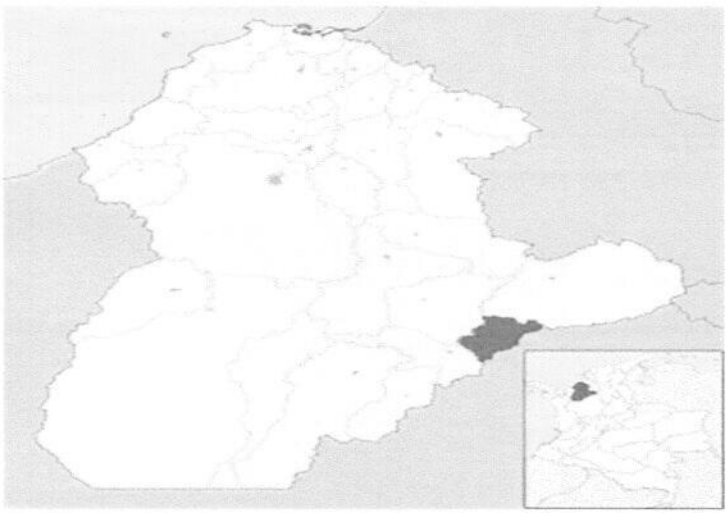
3. JUSTIFICACIÓN

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 entrena miento	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 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 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: FAMILIARIZARSE CON UNA SITUACIÓN INHABITUAL Y EL RIESGO QUE ESTA SUPONE.

FECHA: 19, 21 y 23 de agosto 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.

12

OBJETIVOS:

- ✓ Trabajo empujando de la pared o de un compañero.
- ✓ Trabajo con el juego la serpiente se muerde la cola.
- ✓ Trabajo de espalda haciendo curva.

RECURSOS UTILIZADOS: Platillos – vallas – patines.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Iniciamos clase dando gracias a Dios por una semana más y en este proceso deportivo. Damos la bienvenida haciendo una pequeña oración agradeciéndole a Dios por todo lo bueno que es con cada uno de nosotros. Pasamos a poner en práctica el tema de esta semana que es: Familiarizarse con una situación inhabitual y el riesgo que esta supone: en patinaje las situaciones inhabituales siempre las vamos a encontrar muy de seguido ya que corremos un gran riesgo al momento de llevar mucha velocidad, siempre nuestra posición básica, mantener el equilibrio y la coordinación. Son esenciales para estar preparado ante cualquier situación inesperada ya sea por piso liso o mojado, superficies rugosas y bordes afilados en áreas resbalosa.

Debemos familiarizarnos con manejar el riesgo involucrado en el patinaje y para esto es importante tener en cuenta algunos consejos como Evaluar la situación: tomarse un momento y evaluar la situación inhabitual, como un nuevo lugar de patinaje, un obstáculo único o una superficie inesperada. También es importante identificar posibles peligros como superficie rugosa, bordes afilados o área resbalosas. Es necesario comenzar despacio con acciones de bajo riesgo, como rodar o deslizar, para sentirte cómodo en la situación. Ya teniendo estos consejos y conceptos paso a explicarle al deportista de que se trata y cuál es la idea principal. Que no es hacer que el deportista entre en pánico o miedo por el riesgo que se corre, les digo que en cualquier disciplina deportiva el riesgo es inhabitual y con mayor presencia en los deportes que son de velocidad como en este

caso el nuestro que es el patinaje. Donde estemos patinando siempre nos vamos a encontrar situaciones inesperadas de riesgo, pero una vez que empezamos a enfrentarlas una a una y ponemos en práctica lo que hemos aprendido, pasamos estas situaciones de una forma más sencilla y sin menos miedo.

Ahora pasamos a realizar trabajos donde podamos mejorar y estar preparado para cualquier situación inhabitual y correr el riesgo que esta propone. Empezamos con el siguiente ejercicio que es:

- ✓ Trabajo empujando de la pared o de un compañero: con las piernas flexionadas y de espaldas el niño se empuja con la ayuda de una pared o de un compañero. Realizamos este ejercicio con la ayuda de la pared siguiendo las indicaciones para mejorar nuestra posición y enfrentar el riesgo que esta situación nos ponía a prueba. En grupos no muy numerosos nos ubicamos de frente a la pare, flexionando las piernas y ubicando las manos en la pared nos empujamos de ella con fuerza para correr el riesgo de tener velocidad mientras estamos de espaldas. Este ejercicio se repite tres veces de seguido buscando aumentar el riesgo y ganar más velocidad.

- ✓ Pasamos ahora a realizar el siguiente ejercicio Trabajo con el juego "la serpiente se muerde la cola" los jugadores se unen formando una hilera agarrados el uno del otro por la cintura con las manos, el primero es la cabeza y el ultimo es la cola. Uno intenta coger al otro. Los que están en el medio en el medio ayudan desplazándose para los lados y para que la cola no sea cogida. Pusimos en marcha este juego siguiendo las instrucciones al pie de la letra. Se pudo notar el riesgo en algunas ocasiones de malas decisiones a la hora de ponerse de acuerdo hacia qué dirección iban todos para no dejarse coger como lo indican las reglas del juego. Fue de mucha diversión para todos se sentirse feliz con mucha risa. Pero siempre visualizando y teniendo en cuenta la importancia de cada uno de estos ejercicios que son de gran ayuda en cada tema realizado. Hubo caída muy leves y siempre verificando que no haya fracturas o alguna otra anomalía.

- ✓ Trabajo de espaldas haciendo curva: partiendo con las piernas flexionadas, se acercan las puntas delanteras de los patines y propulsándose hacia atrás se describen dos curvas simétricas. Así descubrirá que las puntas de los pies se separan y los talones se juntan. Este ejercicio nos ayuda a mantener un buen equilibrio ya que nos obliga a bajar y tener el tronco del cuerpo en movimiento para poder realizar las curvas con los pies. Se llevó a cabo este ejercicio en patines donde los deportistas al inicio se sintieron muy incómodos por el movimiento del cuerpo para la ayuda de los pies en cuanto hacer las curvas ya que estaban patinando de espaldas, esta situación inhabitual se lleva acabo con mucho riesgo, se dieron muchas caídas donde si hubo golpes fuertes en las manos y glúteos al momento de caer. Luego todo fue mejorando para muchos porque pudieron notar que no era lo mismo patinar y hacer las curvas de frente como de espalda. Al hacer las curvas patinando despaldas también nos dimos cuenta que nos ayuda a dar mejor las cuervas de las pistas y se pudo avanzar dando vuelta en la pista y haciendo curvas simétricas con los pies. Ya finalizando la clase muchos mejoraron en cuanto a este ejercicio, aunque se inició con mucho miedo por el riesgo que este propone lo realizaron de una forma básica a medidas que iba pasando el tiempo se volvía más exigente y se aumentaba la velocidad para esforzar el riesgo y controlar la técnica dela cuerva junto al movimiento de tronco y piernas.

CONCLUSIÓN: Fue de gran provecho estas clases ya que para ellos fue nuevo esto de patinar de espaldas. Se creía por parte de los deportistas que no podía ser importante patinar así ya que no se encuentra competencia en este sentido.

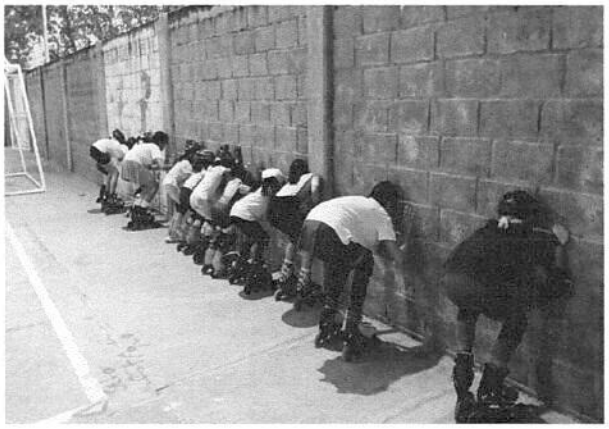
COMPROMISOS	RESPONSABLES
El estudiante se compromete a repasar lo aprendido en práctica.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Sin observaciones.

Angel Coronado
ÁNGEL CORONADO RIVERA
Instructor Patinaje

Romario Hernandez
ROMARIO HERNÁNDEZ VEGA
Instructor Patinaje

REGISTRO FOTOGRAFICO

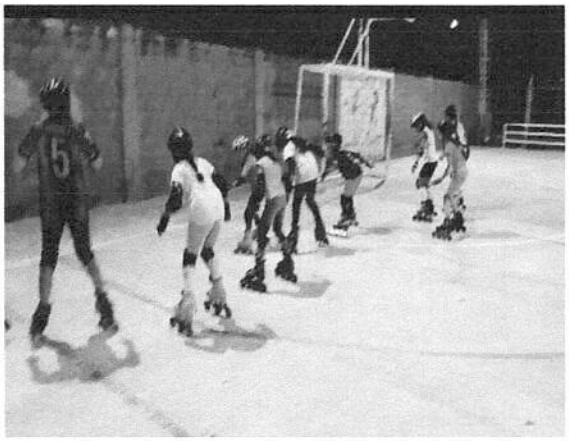












CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

TROTAR Y CORRER EN PATINES

FECHA: 26, 28 y 30 de agosto 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:

- ✓ Fortalecimiento físico.

RECURSOS UTILIZADOS: Platillos – conos – vallas - patines.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Iniciamos clase dando gracias a Dios por una semana más y en este proceso deportivo. Damos la bienvenida haciendo una pequeña oración agradeciéndole a Dios por todo lo bueno que es con cada uno de nosotros. Pasamos a poner en práctica el tema de esta semana que es. Trotar y correr en patines.

16

Trotar: es una actividad física donde ejercitamos nuestros músculos, permitiéndonos estimular y fortalecer nuestro sistema cardiorrespiratorio y huesos. Esta actividad en patinaje, nos brinda el beneficio de mantener un buen estado físico debido al control de la respiración y resistencia en los músculos, como también nos permite mantener el enfoque en un objetivo en específico.

Partiendo del ejercicio anterior, procedemos a trabajar con el tema de correr en patines, este tema fue aplicado de forma práctica debido a los previos calentamientos que se realizaron durante las clases, donde cada niño mostros su habilidad y agilidad.

Por último, los instructores procedieron a trabajar con ejercicios y temática aplicada durante las clases.

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

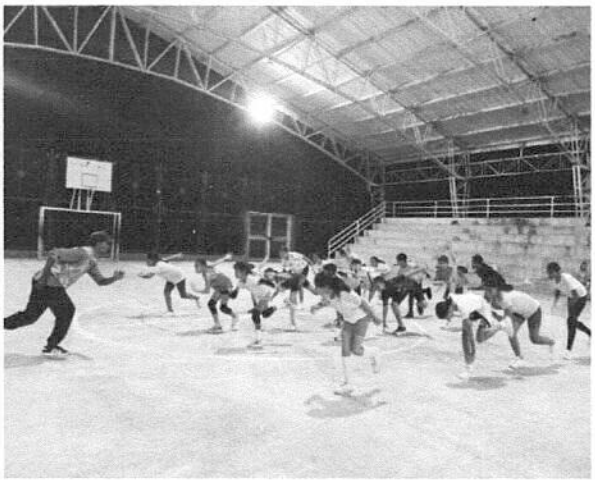
OBSERVACIONES: Sin observaciones.

Angel Coronado
ANGEL CORONADO RIVERA
Instructor Patinaje

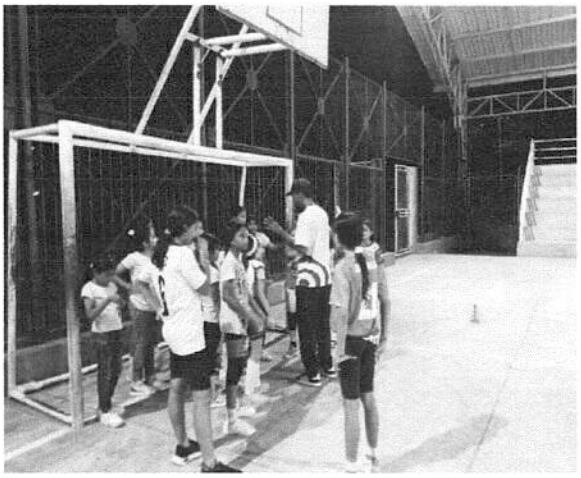
Romario Hernandez
ROMARIO HERNANDEZ VEGA
Instructor Patinaje

REGISTRO FOTOGRÁFICO











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

VELOCIDAD EN PATINES.

FECHA: 2, 4 y 6 de septiembre 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:

- ✓ Estimular en los deportivas el desarrollo de la velocidad en patines.

RECURSOS UTILIZADOS: Platillos, conos, tabla de deslizar.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Iniciamos clase dando gracias a Dios por una semana más y en este proceso deportivo. Damos la bienvenida haciendo una pequeña oración agradeciéndole a Dios por todo lo bueno que es con cada uno de nosotros. Pasamos a poner en práctica el tema de esta semana que es: Velocidad en patines.

Velocidad en patines: durante la presente semana se trabajó con esta modalidad que nos permite tener con anticipación una meta clara, debido a que esta consiste en recorrer una distancia determinada en el menor tiempo y velocidad posible.

Esta técnica es imprescindible, ya que gracias a esta obtendremos un menor desgaste energético y una zancada con alto rendimiento.

Por último, los instructores aplicaron la temática trabajada con diferentes ejercicios.

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

OBSERVACIONES: Sin observaciones.

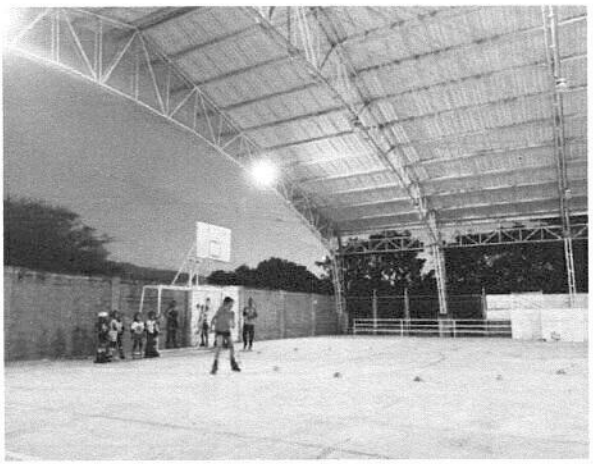
Angel Coronado
ÁNGEL CORONADO RIVERA
Instructor Patinaje

Romario Hernandez
ROMARIO HERNANDEZ VEGA
Instructor Patinaje

REGISTRO FOTOGRÁFICO









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

TEMA: TIPOS DE SALIDA EN PATINES.

FECHA:	9, 11 y 13 de septiembre 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:

- ✓ Mostrar y enseñar los tipos de salida en patinez.

RECURSOS UTILIZADOS: Platillos, conos y patines.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Damos la bienvenida haciendo una pequeña oración agradeciéndole a Dios por todo lo bueno que es con cada uno de nosotros. Pasamos a poner en práctica el tema de esta semana que es. Tipos de salida en patines.

Salida en patines: esta técnica es un gestor motor que permite impulsar al patinador a ganar tiempo y posicionamiento durante una competencia.

20

Para ello se trabajó con la salida en "T", la cual cosiste en posicionar en sentido horizontal La pierna más fuerte, que sirve de apoyo, estando perpendicular a la línea de salida, y la otra pierna se ubica verticalmente a la primera, de tal modo que quedara una posición en forma de "T". El tronco va completamente erguido, brazos al lado y cabeza derecha con vista al frente.

Teniendo en cuenta las indicaciones sobre el material trabajado el instructor realiza ejercicios y/o practicas donde se evidencia lo aprendido.

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

TEMA: SALIDA EN RECTA Y CON CARRILES (30 MTRS, 50 MTRS Y 100 MTRS).

FECHA:	16 y 18 de septiembre 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:

- ✓ Dominar el conjunto de fundamentos técnicos y acciones motrices que permitan el avance del patinador formas de ejecución en acción real de competencia.

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

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Iniciamos clase dando gracias a Dios por una semana más y en este proceso deportivo. Primero damos la bienvenida haciendo una pequeña oración agradeciéndole a Dios por todo lo bueno que es con cada uno de nosotros. Luego pasamos a poner en práctica el tema de esta semana que es. Salida en recta y con carriles 30 Mtrs, 50 Mtrs y 100 Mtrs: en el patinaje podemos decir que siempre vamos a encontrar los riesgos al momento de llevar mucha velocidad dependiendo del lugar o espacio del entrenamiento, que por lo tanto debemos mantener un buen equilibrio, coordinación y mantener una buena posición durante el desarrollo de las practicas desarrollada en clase. Por otra parte, cada aprendiz debe estar siempre estar preparado para cualquier situación cuando se nos presenta dentro del lugar de entrenamiento como puede ser que el lugar se encuentre muy mojado o bastante resbaloso. Debemos siempre atender las sugerencias de los instructores en ese momento cuando están dando la orientación para así poder dar un buen trabajo a desarrollar dentro del taller de formación en patinaje.

Evaluar la situación: Es necesario comenzar a manejar la situación donde podemos lograr reducir cualquier peligro que se pueda presentar con cualquiera de los aprendices durante el entrenamiento deportivo. Teniendo cada uno de los consejos y los conceptos claves paso a explicarle al aprendiz cual sería la idea principal sobre salida en recta y con carriles, donde los cuales debe ser ejecutado de forma perfecta en la que avanza el patinador ya que es muy importante tener en cuenta como desarrollar fuerza, velocidad y poder lograr la técnica y habilidades durante el desarrollo de las diferentes actividades programada en clase. Ahora pasamos a realizar trabajos donde podamos mejorar y estar preparado para cualquier situación que se presente en clase evitando así los riesgos que se encuentra en cualquier lugar de trabajo. Seguidamente empezamos a desarrollar los siguientes ejercicios que son:

Posición básica: se le indica al aprendiz iniciar con una posición inicial o básica donde el deportista en esta posición de la cabeza debe ir mirando delante y la espalda no debe estar flexionada si no en su posición natural

Desplazamientos en recta doble empuje: Se inicia con la posición básica partiendo en marcha y se realiza con el empuje lateral de una de las piernas ejerciendo presión en el suelo realizando una extensión total de la pierna.

CONCLUSIÓN: Durante el desarrollo de la actividad de clase empezamos por decir que fue una semana de mucho trabajo fuerte, donde nos familiarizamos con unas diferentes situaciones de trabajo con cada aprendiz basándose en que todo tenía que ver con enfrentar situaciones de riesgo a la hora de estar patinando dentro del escenario deportivo, además la cual se fundamenta en los pasos pedagógicos como la elaboración que se dan dentro de los objetivos planteado en clase y la aplicación que se da en los entrenamientos deportivos del patinaje. Fue de gran provecho estas clases ya que para ellos fue nuevo esto de patinar en las diferentes posiciones. Donde se creía por parte de los deportistas que no podía ser importante patinar y así tener un buen espacio adecuado o utilizado por cualquier sentido, y que primero debemos ante todo visualizar el espacio y mirar con precaución cuales son los riesgos que se presentan en ese dicho lugar que yo escoja para patinar y mantener la calma ante cualquier caída inesperada al momento de patinar en compañía de otro aprendiz porque así uno del otro se ayudan.

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





DISCIPLINA DEPORTIVA DE BALONCESTO

TEMA: PARADA MAS PIVOTE PASE CON DOS MANOS, PARADA MAS PIVOTE PASE CON UNA MANO Y DIA DE JUEGO PARTE 11.

FECHA: 19, 21 y 23 de agosto 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 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, cabe recalcar el compromiso de todos los chicos por aprender cada vez más de este deporte.

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 en esta semana siguen llevando a nuestros chicos a un nivel de juego diferente ya que al realizar las temáticas un poco más exigentes deberán de esforzarse con mucha más disciplina para lograr la meta a la que ellos queremos llegar con nuestros procesos deportivos, en esta semana veremos temas como la parada más pivote pase con dos manos, parada más pivote pase con una mano y día de juego parte 11 a continuación se desarrollarán de la siguiente forma.

PARADA MAS PIVOTE PASE CON DOS MANOS. En esta nueva temática los chicos driblaran con balón y haciendo su parada en dos tiempos eligiendo su pie de pivote para girar a cualquiera de los dos lados izquierda o derecha y llevando el balón hasta la altura del pecho que es de donde se va hacer el pase con las dos manos y una buena extensión de brazos y buena fuerza podemos hacer de nuestro ejercicio algo satisfactorio en los chicos.

PARADA MAS PIVOTE PASE CON UNA MANO. En esta nueva temática los chicos driblaran con balón y haciendo su parada en dos tiempos eligiendo su pie de pivote para girar a cualquiera de los dos lados izquierda o derecha y llevando el balón hasta la altura del pecho que es de donde se va hacer el pase con una sola mano y haciendo una buena extensión de brazo con

algo más de fuerza sobretodo en la mano débil podemos hacer de nuestro ejercicio algo satisfactorio en los chicos.

Esta nueva temática sería muy parecida a la anterior, pero con un poco más de dificultad ya que los chicos deberán de dar su pase con una sola mano, algo que es complejo, pero a la vez va presentado dificultad a la hora de usar ambas manos.

Finalizamos nuestra semana con buenos juegos en los diferentes grupos que tenemos, enseñándoles a ellos todo lo relacionado con el juego, como son las reglas y tipos de violaciones que hay dentro de un partido, como faltas, caminas, doblas, perdida de balones entre otras, siguen un buen ejemplo de juego nuestros chicos se esfuerzan cada vez más por aprender a jugar.

DIA DE JUEGO PARTE 11. Este día lo tomamos 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.

Se concluye la semana con una excelente satisfacción, los chicos cada vez más muestran el amor por el deporte y las ganas de seguir trabajando más duro en cada entrenamiento, es de aplaudirles el esfuerzo que hacen por mejorar cada vez más y buscar su propio estilo de juego.

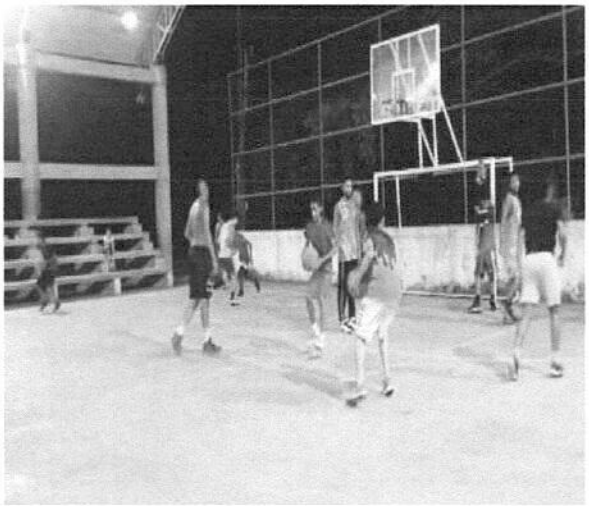
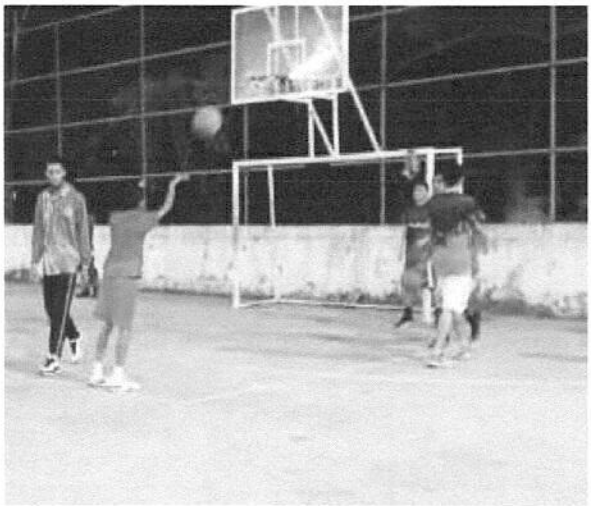
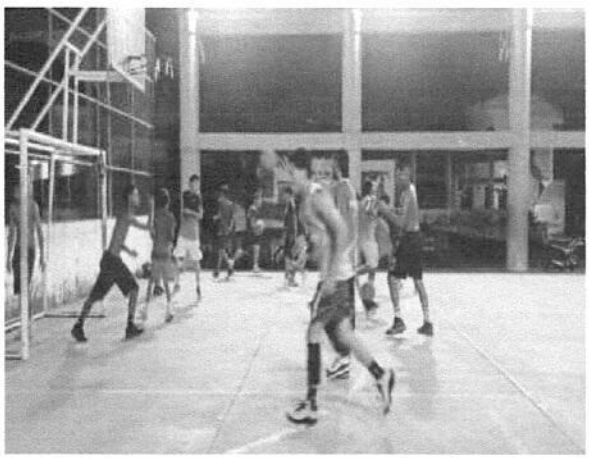
COMPROMISOS	RESPONSABLES
Los chicos demuestran interés en seguir aprendiendo de este deporte, realizando cada uno de los ejercicios con actitud y ganas de aprender más ya que al transcurrir los días la emoción por este deporte los lleva aprender más y a no faltar a los entrenamientos.	Instructor y estudiantes.

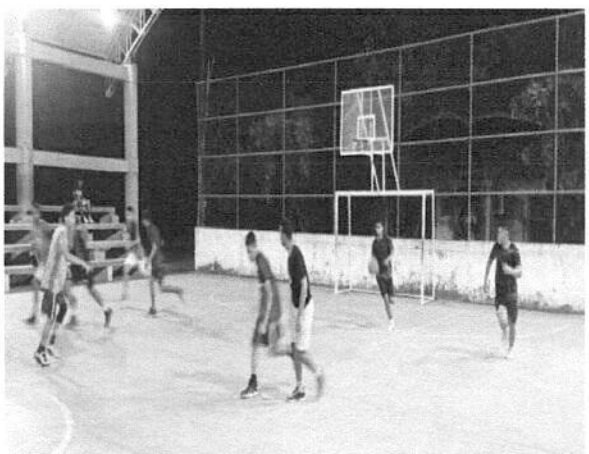
OBSERVACIONES: Los temas trabajados en cada de uno de los ejercicios realizados en los entrenamientos se dio bajo la división de tres grupos por diferencia de edades, los primeros dos grupos cumplen horario de una hora, haciendo por espacios separados los diferentes ejercicios a realizar, lo cual les 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 Oviedo.

WILKER ALÍ OVIEDO MUÑOZ
Instructor Baloncesto

REGISTRO FOTOGRAFICO




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

TEMA: 1 vs 1 DEFENSIVO, 2 vs 2 DEFENSIVO Y DIA DE JUEGO PARTE 12.

FECHA: 26, 28 y 30 de agosto del 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, cabe recalcar el compromiso de todos los chicos por aprender cada vez más de este deporte.

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 en esta semana siguen llevando a nuestros chicos a un nivel de juego diferente 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 1 vs 1 defensivo, 2 vs 2 defensivo y día de juego parte 12 a continuación se desarrollarán de la siguiente forma.

1 vs 1 DEFENSIVO el 1 vs 1 es la situación de juego más básica partiendo desde lo táctico por el equipo, se enfrentan dos chicos uno con balón que será el que ataque y el otro estará en la defensa, como entrenadores le enseñamos a los chicos a tener una buena postura defensiva al momento de defender, a entender lo táctico por ejemplo cuando una atacante solo tiene una mano más domínate por ende le decimos a nuestro jugador defensivo que siempre lo pueda hacer botar con la mano menos hábil, continuando con lo estratégico también podemos enseñarles a los chicos a que lleven a su jugador defensivo a la línea de las bandas ya que al estar en ese espacio se encuentra sin ángulo de pase ya que las líneas laterales y la línea de fondo juegan a favor de la defensa, el 1 vs 1 es una situación de juega que ocurre en todo un partido y que los chicos deben de saber resolver ese 1 vs 1 en cualquier situación.

En esta nueva temática para los chicos tendrá algo más de dificultad ya que les exige un poco más de lo normal en este ejercicio para ir determinado su nivel de juego y mejorar algunos errores.

2 vs 2 DEFENSIVO El dos contra dos relativamente viene siendo una parte del juego que le enseñamos a los chicos en un espacio más amplio, se enfrenta 2 contra dos ocupando cualquier espacio de a cacha trabajando la presión al jugador con balón y al jugador sin balón, ellos decidirán que hacer por motivos de situaciones que generan ellos mismos, como dar un pase y cortar, hacer un pick roll, un pase de mano en mano con corte al aro, o simplemente un lanzamiento, el grupo que más haga cesta gana y sigue jugando el que siga convirtiendo cestas, de lo contario ellos sales ya la defensa es para defender la cesta y se considera una pérdida o robo de balón, que llevara a esos jugadores que defienden a jugar nuevamente ese 2 x 2 a ser lo que atacan.

Finalizamos nuestra semana con buenos juegos en los diferentes grupos que tenemos, enseñándoles a ellos todo lo relacionado con el juego, como son las reglas y tipos de violaciones que hay dentro de un partido, como faltas, caminas, doblas, perdida de balones entre otras, siguen un buen ejemplo de juego nuestros chicos se esfuerzan cada vez más por aprender a jugar.

DIA DE JUEGO PARTE 12. 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 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 Oviedo.

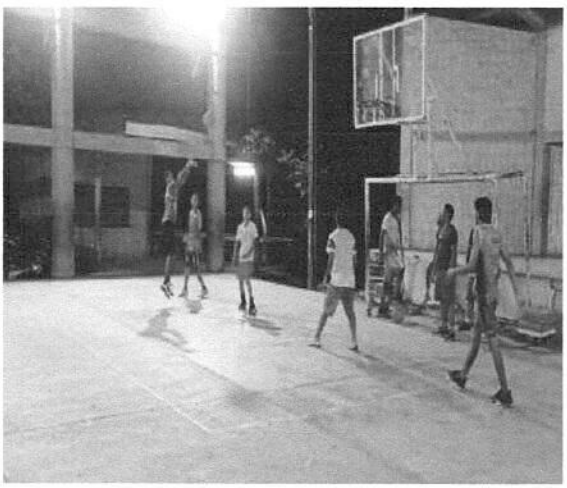
WILKER ALI OVIEDO MUÑOZ
Instructor Baloncesto

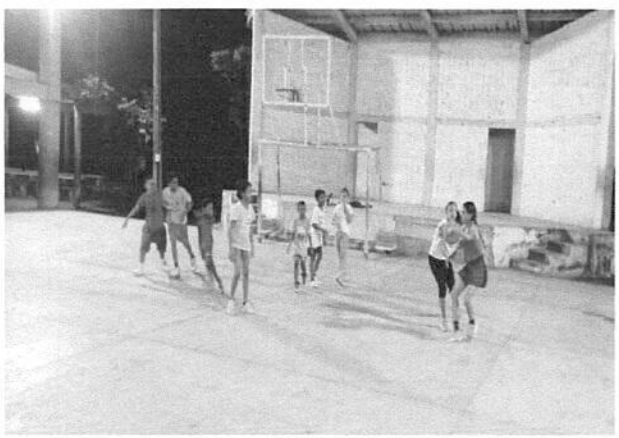
REGISTRO FOTOGRAFICO

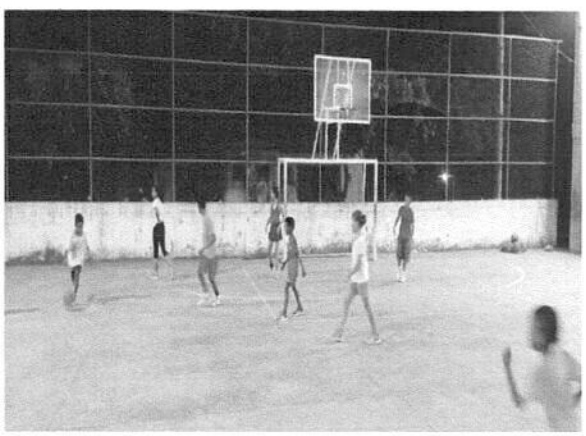












CRA. 14 No.11-113 Barrio Paraíso del Municipio de San Antero – CORDOBA
CEL. 3135941300

TEMA: 3 vs 3 DEFENSIVO, FINALIZACION 1 VS 1 CON CONTACTO Y DIA DE JUEGO PARTE 13.

FECHA: 2, 4 y 6 de septiembre del 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, cabe recalcar el compromiso de todos los chicos por aprender cada vez más de este deporte.

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 en esta semana siguen llevando a nuestros chicos a un nivel de juego diferente 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 3 vs 3 defensivo, finalización 1 vs 1 con contacto y día de juego parte 13 a continuación se desarrollarán de la siguiente forma.

3 vs 3 DEFENSIVO. En esta nueva temática se trabaja más progresivo y con más exigencia se hace el ejerció en media cancha de juego y en diferentes partes de la cancha 3 en la línea de fondo y tres en la parte de arriba, en la línea de fondo los chicos se pasan la pelota cada uno hasta llegar al punto de arriba y de ahí se activa el 3 x 3 defensivo donde los chicos tendrán que superar con una buena defensa el rival, como quitándoles el balón, teniendo una buena marca, haciendo que lancen mal o hacer sé que consuman los 24 segundos de juego.

FINALIZACION 1 VS 1 CON CONTACTO En esta nueva temática los chicos aprenderán a como finalizar con un contacto legal buscando un espacio entre el jugador que ataca la canasta y el jugador que defiende, por ejemplo un jugador con balón y el otro se posesiona en la parte lateral del jugador con balón, comienza driblando atacando la posesión de aro cuando se comienza hacer el driblen para atacar el aro, para hacer el contacto la hacer doble ritmo, cuando vas a un pie deberás buscar el jugador defensa con el hombre sacándolo así del cilindro de defensa para obtener tu espacio terminando con tu segundo paso y finalizando a canasta.

Finalizamos nuestra semana con buenos juegos en los diferentes grupos que tenemos, enseñándoles a ellos todo lo relacionado con el juego, como son las reglas y tipos de violaciones que hay dentro de un partido, como faltas, caminas, doblas, perdida de balones entre otras, siguen un buen ejemplo de juego nuestros chicos se esfuerzan cada vez más por aprender a jugar.

DIA DE JUEGO PARTE 13. 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.

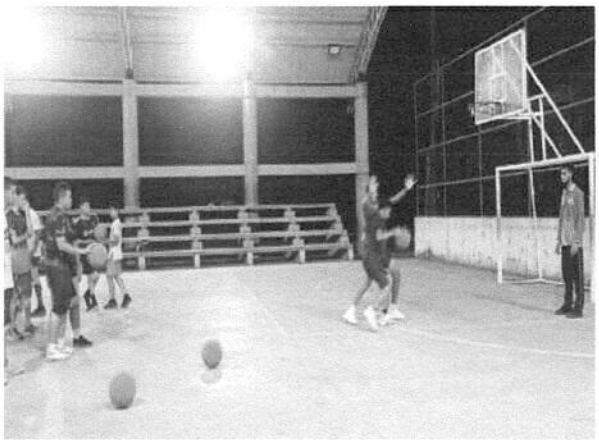
COMPROMISOS	RESPONSABLES
Los chicos demuestran interés en seguir aprendiendo de este deporte, realizando cada uno de los ejercicios con actitud y ganas de aprender más.	Instructor y estudiantes.

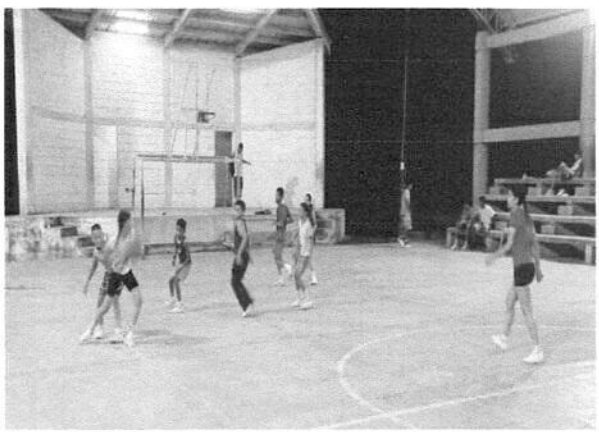
OBSERVACIONES: Los temas trabajados en cada de uno de los ejercicios realizados en los entrenamientos se dio bajo la división de tres grupos por diferencia de edades, los primeros dos grupos cumplen horario de una hora, haciendo por espacios separados los diferentes ejercicios a realizar, lo cual les 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 Oviedo.
WILKER ALI OVIEDO MUÑOZ
Instructor Baloncesto

REGISTRO FOTOGRAFICO








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

TEMA: PASE DE MANO A MANO ESTATICO, MANO A MANO DINAMICO Y DIA DE JUEGO PARTE 14.

FECHA: 9, 11 y 13 de septiembre del 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.

Por otra parte, presenta mejoras tácticas dando creación de oportunidades de ataque a través de pases precisos, desarrollo de jugadas y combinaciones entre jugadores, también mejora la movilidad y la posición dentro del terreno de juego.

El desarrollo de estos temas de pase mano a mano estático y dinámico pueden contribuir significativamente en la mejora técnica, táctica, física y mental ya que se puede llegar a presentar una mayor confianza y seguridad en el juego, lo que a su vez puede llevar a un mejor rendimiento y resultados en el juego. Se implementan diferentes metodologías para que los chicos adapten este estilo de juego y se finaliza la semana 23 con el día de juego donde se les pide a los chicos hacer usos de estos temas como un recurso fundamental dentro de su nivel de juego.

Pase de mano a mano estático: En este, como su nombre lo indica el jugador debe presentarse en una situación quieta, las posiciones de los pies deben estar separados a la anchura de los hombros, las manos deben estar completamente extendidas con los dedos separados a disposición de recibir el balón en cualquier momento. El pase se realiza con un movimiento suave y firme de la muñeca, generalmente quien recibe el pase es quien debe presentar la posición estática.

Pase de mano a mano dinámico: Este tipo de pase mano a mano es todo lo contrario al anterior, se realiza mientras los jugadores se mueven por toda la cancha, el jugador debe tener una visión periférica para localizar a sus compañeros y llevar el balón hasta este sin dejar de driblar.

Finalizamos nuestra semana con buenos juegos en los diferentes grupos que tenemos, enseñándoles a ellos todo lo relacionado con el juego, como son las reglas y tipos de violaciones

que hay dentro de un partido, como faltas, caminas, doblas, perdida de balones entre otras, siguen un buen ejemplo de juego nuestros chicos se esfuerzan cada vez más por aprender a jugar.

DIA DE JUEGO PARTE 14. 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.

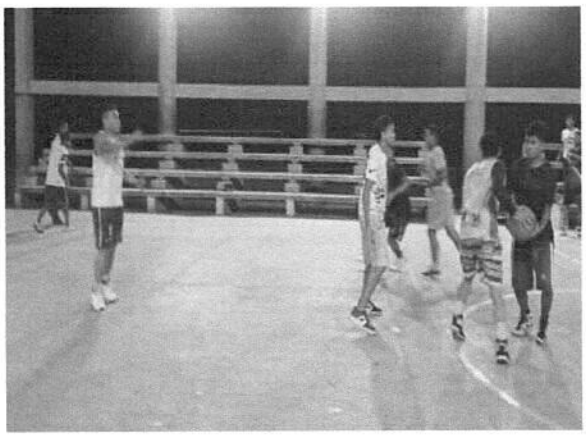
OBSERVACIONES: Los temas trabajados en cada de uno de los ejercicios realizados en los entrenamientos se dio bajo la división de dos grupos por diferencia de edades, los primeros dos grupos cumplen horario de una hora, haciendo por espacios separados los diferentes ejercicios a realizar, lo cual les 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 Oviedo.
WILKER ALI OVIEDO MUÑOZ
Instructor Baloncesto

REGISTRO FOTOGRAFICO













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

TEMA: PASE DE MANO A MANO PARA TIRO, MANO A MANO CON ENTRADA A CANASTA.

FECHA: 16, 18 de septiembre 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

Para el desarrollo de estos temas se empieza la semana exigiendo un poco el nivel físico de los chicos, calentamientos y ejercicios de velocidad antes de iniciar cada tema a tratar. Se procede con buenos ejercicios de estiramiento y movilidad antes de entrar en cuestión con nuestro primer tema que es el:

Pase mano a mano para tiro este consiste básicamente en pasar el balón desde una mano a la otra, con el objetivo de crear una oportunidad de lanzamiento para un compañero de equipo, el pase se coloca en una posición estable con los pies separados y el cuerpo equilibrado, el jugador debe buscar al compañero de equipo que este en posición para lanzar estableciendo un contacto visual, el pase se debe ser suave y preciso con la mano dominante utilizando la muñeca y el antebrazo para generar potencia y dirección, el compañero de equipo recibe el pase con la mano opuesta a la que realizo el pase manteniendo el balón cerca de cuerpo realizando el lanzamiento rápidamente y dominando una buena técnica de este.

El segundo tema a tratar durante esta semana de entrenamiento es el:

Pase mano a mano con entrada a canasta: este tema consiste básicamente en pasar el balón de una mano a otra mientras se mueve hacia la canasta, con el objetivo de crear una oportunidad de entrada a canasta para algún compañero de equipo o ya sea para uno mismo. El jugador que realiza el pase se coloca en una posición estable con los pies separados y el cuerpo equilibrado, el jugador busca al compañero de equipo que este en posición de entrada a canasta y establecer el contacto visual. El pase debe ser suave, rápido y preciso con la mano dominante, utilizando la muñeca y el antebrazo para generar potencia y dirección, quien realiza el pase se mueve hacia a canasta utilizando dribles y pasos rápidos, quien recibe el pase en movimiento debe mantener el balón cerca a cuerpo para realizar la entrada a canasta, utilizando la velocidad y agilidad para superar a su defensor o simplemente tener una precisión clara a la hora de penetrar.

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.

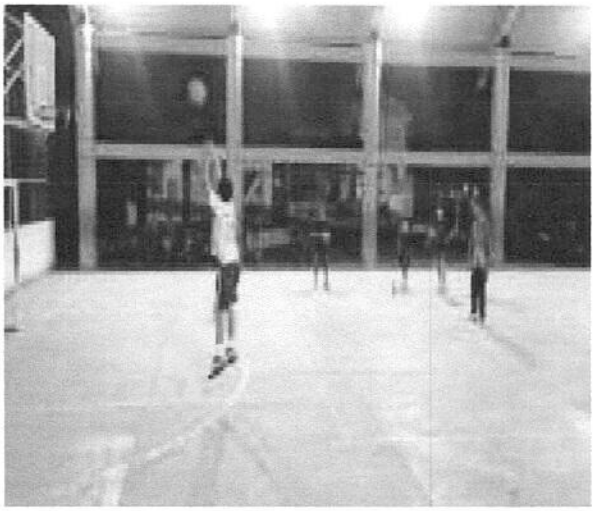
OBSERVACIONES: Los temas trabajados en cada de uno de los ejercicios realizados en los entrenamientos se dio bajo la división de dos grupos por diferencia de edades, los primeros dos grupos cumplen horario de una hora, haciendo por espacios separados los diferentes ejercicios a realizar, lo cual les 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 Oviedo.

WILKER ALI OVIEDO MUÑOZ
Instructor Baloncesto

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 VOLEIBOL

TEMA: BLOQUEO EN VOLEIBOL (BLOQUEO DOBLE).

FECHA: 20, 21 y 22 de agosto 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:

- ✓ Desviar el balón hacia una zona donde el equipo defensor tenga más facilidad para recuperarlo.

RECURSOS UTILIZADOS: Escenario deportivo (cancha), imágenes ilustrativas, 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 Bloqueo doble, Un bloqueo doble es una estrategia defensiva donde dos jugadores saltan simultáneamente para intentar detener el ataque del equipo contrario. Los dos bloqueadores deben saltar al mismo tiempo y coordinar sus movimientos para cubrir la mayor área posible de la red, ambos jugadores deben saltar lo más alto posible para alcanzar el punto más alto de la trayectoria del balón, sus manos deben estar extendidas y unidas, formando una especie de muro y es fundamental saltar en el momento preciso para interceptar el balón en su punto más alto. La forma en cómo se utiliza es cuando el equipo contrario tiene un jugador con un fuerte remate, el bloqueo doble es una buena opción para detenerlo, en situaciones donde el ataque es rápido y sorpresivo, el bloqueo doble puede ser efectivo para sorprender al atacante.

En la zona 2 y 4, el bloqueo doble es más común, ya que permite cubrir una mayor área de la red. Nos da ventajas como cobertura pues al ser dos jugadores los que bloquean, se cubre una mayor área de la red, la fuerza combinada de los dos jugadores hace que el bloqueo sea más difícil de superar, la presencia de un bloqueo doble puede desestabilizar al atacante.

Conclusión: el bloqueo doble es una herramienta táctica muy valiosa en el voleibol. Sin embargo, su efectividad depende de una buena coordinación y comunicación entre los jugadores.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Practicar el pase con antebrazo para dominar la técnica.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Trabajo mixto con el grupo.

Esteban Ramirez

ESTEBAN ANDRES RAMIREZ MEZA
Instructor Voleibol

REGISTRO FOTOGRAFICO













TEMA: BLOQUEO EN VOLEIBOL (BLOQUEO TRIPLE),

FECHA: 27, 28 y 29 de agosto 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:

- ✓ Evitar que el balón pase por encima de la red.

RECURSOS UTILIZADOS: Escenario deportivo (cancha), platillos, malla, 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 Bloqueo triple, Un bloqueo triple en voleibol es una estrategia defensiva donde tres jugadores saltan simultáneamente para intentar detener el ataque del equipo contrario. Es una variante agresiva y efectiva, ya que crea una barrera aún más sólida y amplia sobre la red.

Los tres bloqueadores deben saltar al mismo tiempo y coordinar sus movimientos para cubrir toda la red, sus manos deben estar extendidas y unidas, formando una barrera sólida pues los jugadores deben saltar lo más alto posible para alcanzar el punto más alto de la trayectoria del balón y es fundamental saltar en el momento preciso para interceptar el balón. El bloqueo triple debe utilizarse cuando el equipo contrario tiene un jugador con un remate excepcionalmente potente, en situaciones decisivas, como en los sets finales o en puntos de partido, cuando el equipo contrario tiene jugadores muy altos y con un gran alcance. Una de las principales ventajas es que al ser tres jugadores los que bloquean, se cubre prácticamente toda la red, la fuerza combinada de los tres jugadores hace que el bloqueo sea casi impenetrable, la presencia de un bloqueo triple puede desmoralizar al equipo contrario.

Conclusión: el bloqueo triple es una herramienta táctica muy efectiva en el voleibol, pero su uso debe ser estratégico y planificado. Se debe utilizar en situaciones específicas y cuando el equipo cuenta con los jugadores adecuados para ejecutarlo.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Practicar el pase con las manos para dominar la técnica.	Estudiantes.

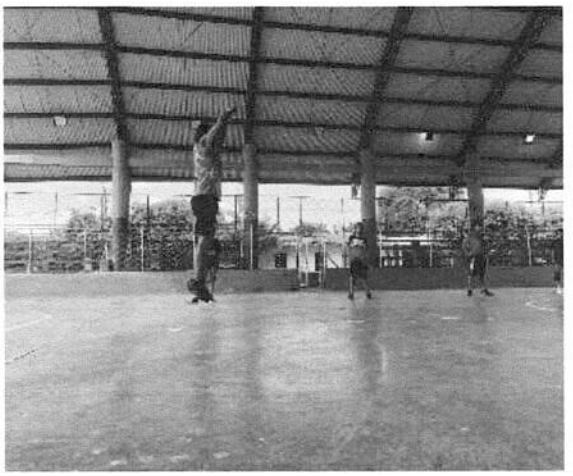
OBSERVACIONES: Trabajo mixto con el grupo.

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: DEFENSA EN VOLEIBOL (DEFENSA CON BUCEO).

FECHA: 3, 4 y 5 de septiembre 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 buceos cortos y rápidos para mejorar la velocidad de reacción.

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 Defensa con buceo, es una técnica que se utiliza para alcanzar balones que están muy cerca del suelo y fuera del alcance de un simple salto. Es una maniobra que requiere agilidad, rapidez y, sobre todo, valentía, ya que implica lanzarse al suelo para salvar un punto.

Para realizar esta técnica hay que estar siempre atento a la trayectoria del balón y preparado para reaccionar rápidamente, al ver que el balón va a caer cerca del suelo, realizar un impulso potente con las piernas, extendiendo los brazos hacia adelante y al deslizarse por el suelo, tratar de proteger la cabeza y las articulaciones Intentando hacer contacto con el balón con la yema de los dedos o con la palma de la mano, dándole la dirección deseada.

Conclusión, la defensa con buceo es una herramienta valiosa en el arsenal de cualquier jugador de voleibol. Al incorporar esta técnica en el juego, los jugadores pueden mejorar significativamente su rendimiento y el de su equipo.

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













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

TEMA: DEFENSA EN VOLEIBOL (DEFENSA CON ANTEBRAZO).

FECHA: 10, 11 y 12 de septiembre 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 después de un saque, un remate o cualquier otro golpe del equipo contrario.

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 Defensa con antebrazo, Consiste en utilizar la plataforma formada por ambos antebrazos para recibir el balón, ya sea después de un saque, un remate o cualquier otro golpe del equipo contrario. Es una habilidad que se utiliza constantemente durante un partido y que requiere precisión, coordinación y buena técnica.

Para realizar defensa con antebrazo, los pies deben estar separados a la anchura de los hombros, con las rodillas ligeramente flexionadas y el cuerpo ligeramente inclinado hacia adelante. Los brazos se deben extender hacia adelante, con los codos ligeramente flexionados y las manos juntas, formando una plataforma sólida con los antebrazos, el contacto con el balón se realiza en la parte carnosa de los antebrazos, evitando golpearlo con las manos o los dedos y la dirección del balón se controla ajustando la posición de los antebrazos y el cuerpo.

Conclusión: la defensa con antebrazo es mucho más que un simple movimiento. Es una herramienta estratégica que, cuando se domina, puede marcar la diferencia entre ganar y perder un partido.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Practicar para perfeccionar el levantamiento con las manos.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Trabajo mixto con el grupo.

Esteban Ramirez
ESTEBAN ANDRES RAMIREZ MEZA
Instructor Voleibol

REGISTRO FOTOGRAFICO













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

TEMA: DEFENSA EN VOLEIBOL (DEFENSA CON MARTILLO).

FECHA: 17 y 18 de septiembre 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:

- ✓ Impedir que el balón llegue al suelo dentro de los límites del campo propio.

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 Defensa con martillo, es un tipo de remate en el que el jugador golpea la pelota con fuerza y precisión hacia una zona específica de la cancha. Se caracteriza por su potencia y trayectoria descendente, lo que lo hace muy difícil de defender. Los bloqueadores deben saltar al mismo tiempo que el atacante para tener la máxima oportunidad de detener el balón, es fundamental alcanzar la máxima altura posible para poder contactar el balón en su punto más alto, los bloqueadores deben cubrir una amplia zona de la red para dificultar que el atacante encuentre un espacio libre.

Los jugadores deben colocarse en una posición baja y con los brazos extendidos frente a ellos para estar listos para cualquier tipo de ataque. El contacto con el balón debe ser suave y controlado para evitar lesiones y dirigir el balón hacia un compañero.

Conclusión: la defensa del martillo es una habilidad compleja que requiere práctica y dedicación. Al combinar las técnicas adecuadas con una buena estrategia, puedes mejorar significativamente tu capacidad para detener este poderoso ataque y ayudar a tu equipo a ganar partidos.

COMPROMISOS	RESPONSABLES
Practicar para perfeccionar el levantamiento con las manos.	Estudiantes.

OBSERVACIONES: Trabajo mixto con el grupo.

Esteban Ramirez
ESTEBAN ANDRES RAMIREZ MEZA
Instructor Voleibol

REGISTRO FOTOGRAFICO









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

DISCIPLINA DEPORTIVA FUTBOL SALA

TEMA: TACTICA OFENSIVA Y DEFENSIVA.

FECHA: 19, 23 Y 24 de agosto 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 condición defensiva y la seguridad durante el desarrollo del entrenamiento.

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

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Se trabajó con el proceso de formación de futbol sala, donde primero se reciben a los niños, niñas y jóvenes con un cordial saludo, dándoles la bienvenida, de igual forma recibiéndolo con mucho respeto en el proceso de formación en deporte, luego damos inicio a la temática en forma de charlas y se les pregunto a los aprendices ¿Qué es un juego defensivo?, ¿Qué es una posición de balón?, luego sus respuestas fueron muy aceptada ya que algunos respondieron con buenas motivación, donde los estudiantes al final le gustaría seguir practicando este deporte de futbol sala.

A continuación, el instructor indica en cada una de las clases algunas recomendaciones al tema a tratar. En el transcurso de la semana se desarrolló la siguiente temática:

TACTICA OFENSIVA Y DEFENSIVA
Se definió que la táctica ofensiva y defensiva es la estrategia ofensiva que implica a tacar y revisar el status que mientras que la estrategia defensiva implica proteger el status. La estrategia ofensiva se centra en atacar y marcar el gol mientras que la estrategia defensiva se centra en evitar que el oponente marque en fortalecer posiciones, evadir y mitigar el daño y esperar los momentos oportunos para contratacar este estilo de juego a menudo enfatiza la táctica, la paciencia y la toma de decisiones. Luego para explicarles un poco más sobre el concepto de táctica ofensiva y defensiva se realizaron pequeños ejercicios de práctica como posición del balón, conducción defensiva y seguridad individual.
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