Version 1 *18-Marzo-2024* *Elaboro: Equipo Tecnico-Metodologico.*	**INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTE DE COTA**

CONTROL ASISTENCIA MENSUAL EFD 2024

DEPORTE	NATACION
INSTRUCTOR	Centro Deportivo y Recreativo Los
NIVEL DE FORMACION	
MES	CICLO 8 - OCTUBRE Y NOVIEMBRE

		DIA DEL MES																											
No.	**NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**	**29**	**30**	**31**	**# SESIONES PROGRAMADAS MES**	**# SESIONES CUMPLIDAS**	**# FALLAS MES**	**% CUMPLIMIENTO MES**
1	Andrey Esteban Mejia Fajardo	1		1					1		1															4	4	0	100%
2	Emmanuel Duarte Calderon	1		1					1		1															4	4	0	100%
3	Helen Maria Duque Rivera	0		0					0		0															4	0	4	0%
4	Luisa Fernanda AVILA LOPEZ	0		0					0		0															4	0	4	0%
5	Samuel Mayorga Gomez	1		1					1		1															4	4	0	100%
6	Scarlett Samantha Gordillo Quevedo	1		1					1		1															4	4	0	100%
7	Thomas Leonardo AVILA	0		0					0		0															4	0	4	0%
8	Emely julieth Carrillo cipagauta	1		1					1		1															4	4	0	100%
9	Ana paula Gil quevedo	0		0					0		0															4	0	4	0%
10	Dahfna isabella Olaya Quevedo	0		0					0		0															4	0	4	0%
11	Adrián david Sánchez segura	0		0					0		0															4	0	4	0%
12	Juan Sebastian González mortigo	1		1					1		1															4	4	0	100%
13	Danna Salomé Leal Sánchez	0		0					0		0															4	0	4	0%
14	Ignacio Enrique Pineda Blanco	1		1					1		1															4	4	0	100%
15	José Andrés Peña Velásquez	1		1					1		1															4	4	0	100%
16	Juan Camilo Etquitiva suarez	1		1					1		1															4	4	0	100%
17	Lia Castillo cao	1		1					1		1															4	4	0	100%
18	Luciana rodriguez Uzarazo	0		0					1		1															4	2	2	50%
19	Alex Xavier vasos Rubio	1		1					1		1															4	4	0	100%
20	Maria Jose Rebollo Gonzalez	1		1					1		1															4	4	0	100%
21	Adrian Stevan Cristiano Pinilla	0		0					0		0															4	0	4	0%
22	Ana luciana Sánchez piedrahita	1		1					0		0															4	2	2	50%
23	DANNA XIMENA BOHORQUEZ GARCIA	1		1					1		1															4	4	0	100%
24	Emanuel Mayorga Gomez	1		1					0		1															4	3	1	75%
25	ISAACK PUENTES CALDERON	0		0					0		0															4	0	4	0%
26	javier andres segura henao	0		1					1		1															4	3	1	75%
27	Juan Jose Acosta Gómez	1		1					1		1															4	4	0	100%
28	JUEN DIEGO ROBERTO DIAZ	1		0					1		1															4	3	1	75%
29	MARIA JOSE GARZON PINZON	0		0					0		0															4	0	4	0%
30	Solangel ZAMBRANO	0		0					0		0															4	0	4	0%
31	Juan pablo Sánchez piedrahita	1		1					1		1															4	4	0	100%
32	Hary Tatiana Acosta Gómez	0		0					0		0															4	0	4	0%
33	Salome Gutiérrez segura	1		1					1		1															4	4	0	100%
34	Laura Camila Gutiérrez segura	1		1					1		1															4	4	0	100%
35	Mariana Quiroga Camero	1		1					0		1															4	3	1	75%
36	Juan Fernando Castro Rodríguez	0		0					0		0															4	0	4	0%
37	KEYLY JULIANA BOHORQUEZ GARCIA	1		1					1		1															4	4	0	100%
38	ANA BENAVIDES BERMUDEZ	1		1					0		0															4	2	2	50%
39	ESTER BENAVIDES BERMUDEZ	1		1					0		0															4	2	2	50%
40	CRISTIAN SANTIAGO FONSECA ROZO	1		1					1		1															4	4	0	100%
41	Dilan Smith Alarcón Rojas	1		1					1		1															4	4	0	100%
42	Eimy Sofía García Moncada	1		1					1		1															4	4	0	100%
43	Juanita Ortiz Angulo	0		0					0		0															4	0	4	0%
44	Maria adelaida Vogel vigoya	1		1					1		1															4	4	0	100%
45	MARIA CAMILA GUERRERO CASTRO	1		1					1		1															4	4	0	100%
46	Santiago Vanegas lopez	1		1					1		1															4	4	0	100%
47	Sara Dayana Bobadilla Garcia	0		0					0		0															4	0	4	0%
48	Sara Juliana Quevedo Calderón	0		0					0		0															4	0	4	0%
49	shadhana leyva gonzalez	1		1					0		0															4	2	2	50%
50	Valeria Tulay Guevara	1		1					1		1															4	4	0	100%
51	Omar Santiago Acosta	1		1					1		1															4	4	0	100%
52	JUAN EMILIO CALLE BERNAL	1		0					0		0															4	1	3	25%
53	REBECA BENAVIDES BERMUDEZ	1		1					0		0															4	2	2	50%
54	Tomas Vanegas	1		1					1		1															4	4	0	100%
55	Luis Jacobo Tibaquicha Garay	1		1					1		1															4	4	0	100%
56	Daniel Jeronimo Tibaquicha Garay	1		1					1		1															4	4	0	100%
57	Daniel Alejandro Guevara Rueda	1		0					1		1															4	3	1	75%
	GRUPO 6																												
	Salome Rocha moreno															1		1					1		1				
	Jhosua Alejandro Tocaremos mendez															1		1					1		1				
	Emanuel Cárdenas mendez															1		1					1		1				
	Edwin Samuel Nieto gomez															1		1					1		1				
	Juan David Calderón Vargas															1		1					1		1				
	Heidy mariana Hernández Beltrán															1		1					1		1				
	Santiago Tibaquicha															1		1					1		1				
	Emilio Albornoz perez															0		0					0		0				
	Luciano Silva zapata															0		0					0		0				
	Emmanuel Bandera ayala															0		0					0		0				
	Gerónimo Ando huertas															0		0					0		0				
	Sergio Andrés Monroy baron															0		0					0		0				
	JULIANA Monroy baron															0		0					0		0				
	Isabella Bonilla Hernández															0		0					0		0				
	Amalia Romero Niño															0		0					0		0				
	MARIA PAULA GONZALEZ CASTRO															0		0					0		0				
	Arelys yulianis Jaimes esquivel															0		0					0		0				
	SALOME MANCERA FONSECA															0		0					0		0				
	Daniel Santiago Acevedo cuatin															1		1					1		1				
	Daniel Felipe Pinilla soler															1		1					1		1				
	Thomas Daniel Lopez Lopez															1		1					1		1				
	Maria isabella Cano villarreal															1		1					1		1				
	Juan Fernando Castro Rodríguez															1		1					1		1				
	Juan angel Rojas Velásquez															1		1					1		1				
	Dylan Santiago Celeita castro															1		1					1		1				
	Nicolás andres Romero naranjo															1		1					1		1				
	Salome Nieto gomez															1		1					1		1				
	Nicolás andres Vanegas Alfaro															1		1					1		1				
	Santiago Quintero ospina															1		1					1		1				
	Salomon Tauta naranjo															1		1					1		1				
	Isabella Ordóñez Fajardo															1		1					1		1				
	CRISTIAN SANTIAGO FONSECA ROZO															1		1					1		1				
	Dilan Smith Alarcón Rojas															1		1					1		1				
	Omar Santiago Acosta															1		1					1		1				
	Maria adelaida Vogel vigoya															1		1					0		1				
	MARIA CAMILA GUERRERO CASTRO															1		1					1		1				
	Santiago Vanegas lopez															1		0					1		1				
	shadhana leyva gonzalez															1		1					1		1				
	Valeria Tulay Guevara															1		1					1		1				
	Jose Daniel Vanegas diaz															1		1					1		1				
	Tomas Vanegas															1		1					1		1				
	Miguel angel González madrid															1		1					1		1				
	Lida Ximena Bernal González															1		1					1		1				
	Julián David Bernal González															1		1					1		1				
	José Andrés Peña Velásquez															1		1					1		1				
	Carroll Daniela Amarillo bernal															1		1					1		1				
Total de asistencia diaria por EDF		39	0	37	0	0	0	0	33	0	35	0	0	0	0	35	0	34	0	0	0	0	34	0	35	27	0	18	0%

NOMENCLATURAS	
CUMPLIDO	**1**
FALLA	**0**

FIRMA DEL INSTRUCTOR	Jairo Alonso Salazar Jimenez Representante Legal Centro Deportivo y Recreativo Los Robles S.A.S.

Version 1 18-Marzo-2024 Elaboro: Equipo Tecnico-Metodologico.	INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTE DE COTA	

PLANEACION MENSUAL ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2024

NOMBRE INSTRUCTOR	**Centro Deportivo y Recreativo Los Robles**	**OBJETIVO DEL MES**	**OBJETIVO SEMANAL**
DEPORTE - MODALIDAD	**Natacion**	Iniciar la adaptacion inicial al medio acuatico por medio del aprendizaje de habilidades basicas como: respiracion, flotacion y deslizamientos corporales en diferentes posiciones.	Ejecutar y deferenciar las diferentes fases del ciclo respiratorio en el medio acuatico. Realizar desplazamientos con/sin apoyo movil en posicion dorsal y ventral. Se continua con el semillero del IMRD con 8 nadadores. Se realizan correcciones de la globalidad de estilo libre.
CATEGORÍA	**6 a 17 años**		
GENERO	**femenina y masculina**		
MES	**Ciclo 8**		
FECHA SEMANA	Del 07 al 13 de octubre		
ASPECTOS GENERALES GRUPO			
NIVEL DE FORMACION	Iniciación/semillero		
No. DE DEPORTISTAS	**50**		

DIA	HORA	LUGAR DE ENTRENAMIENTO	OBJETIVO DIARIO	COMPONENTE FUNDAMENTACION - REFORZAMIENTO MOTOR - FISICO, TECNICO, TACTICO ENTRE OTROS	ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS COMPETENCIAS -FESTIVALES-TALLERES
LUNES					
MARTES	3:45	Piscina Los Robles	Ejecutar las diferentes fases del ciclo respiratorio.	Se realizan ejercicios de desplazamientos de diferentes formas involucrnado ciclo respiratorio.	
MIÉRCOLES					
JUEVES	3:45	Piscina Los Robles	Realizar desplazamientos con y sin apoyo en posicion dorsal y ventral.	Se realizan desplazamientos con y sin apoyos, variando la distancia según nivel del alumno. En posicion ventral se empieza a involucrar ejecucion de burbujas.	
VIERNES					
SÁBADO					
DOMINGO					

OBSERVACIONES:

Centro Deportivo y Recreativo Los Robles S.A.S.		06/NOVIEMBRE/2024
NOMBRE DEL INSTRUCTOR	**FIRMA**	**V°B° METODOLOGO AGRUPACIÓN**

INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTE DE COTA

PLANEACION MENSUAL ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2024

NOMBRE INSTRUCTOR	**Centro Deportivo y Recreativo Los Robles S.A.S.**	**OBJETIVO DEL MES**	**OBJETIVO SEMANAL**
DEPORTE - MODALIDAD	**Natacion**	Iniciar la adaptacion inicial al medio acuatico por medio del aprendizaje de habilidades basicas como: respiracion, flotacion y deslizamientos corporales en diferentes posiciones.	Iniciar la enseñanza de las diferentes flotaciones en diferentes posiciones. Combinar flotaciones con desplazamiento corto sin apoyo. Se continua con el semillero del IMRD con 8 nadadores. Se realizan correcciones de la globalidad de estilo libre.
CATEGORÍA	**6 a 17 años**		
GENERO	**femenina y masculina**		
MES	**Ciclo 8**		
FECHA SEMANA	Del 14 al 20 de octubre		
ASPECTOS GENERALES GRUPO			
NIVEL DE FORMACION	Iniciación/semillero		
No. DE DEPORTISTAS	**50**		

DIA	HORA	LUGAR DE ENTRENAMIENTO	OBJETIVO DIARIO	COMPONENTE FUNDAMENTACION - REFORZAMIENTO MOTOR - FISICO, TECNICO, TACTICO ENTRE OTROS	ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS COMPETENCIAS -FESTIVALES-TALLERES
LUNES					
MARTES	3:45	Piscina Los Robles	Iniciacion del aprendizaje de las flotaciones corporales en posicion dorsal, ventral y	Se inicia la enseñanza de flotaciones dorsales y ventrales, involcrando control respiratorio.	
MIÉRCOLES					
JUEVES	3:45	Piscina Los Robles	Combinar flotacion dorsal,	Combinar flotacion + desplazamiento corto sin	
VIERNES					
SÁBADO					
DOMINGO					

OBSERVACIONES:

Centro Deportivo y Recreativo Los Robles S.A.S.		06/NOVIEMBRE/2024
NOMBRE DEL INSTRUCTOR	**FIRMA**	**V°B° METODOLOGO AGRUPACIÓN**

INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTE DE COTA

PLANEACION MENSUAL ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2024

NOMBRE INSTRUCTOR	**Centro Deportivo y Recreativo Los Robles S.A.S.**	**OBJETIVO DEL MES**
DEPORTE - MODALIDAD	**Natacion**	Iniciar la adaptacion inicial al medio acuatico por medio del aprendizaje de habilidades basicas como: respiracion, flotacion y deslizamientos corporales en diferentes posiciones.
CATEGORÍA	**6 a 17 años**	
GENERO	**femenina y masculina**	
MES	**Ciclo 8**	
FECHA SEMANA	Del 21 al 27 de octubre	
ASPECTOS GENERALES GRUPO		
NIVEL DE FORMACION	Iniciación/semillero	
No. DE DEPORTISTAS	**50**	

OBJETIVO SEMANAL
Iniciar la enseñanza de las diferentes desplazamientos dorsales en diferentes posiciones. Combinar desplazamientos con movimientos alternos de piernas y brazos con y sin apoyo. Se continua con el semillero del IMRD con 8 nadadores. Se realizan correcciones de la globalidad de estilo libre.

DIA	**HORA**	**LUGAR DE ENTRENAMIENTO**	**OBJETIVO DIARIO**	**COMPONENTE**	**ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS**
				FUNDAMENTACION - REFORZAMIENTO MOTOR - FISICO, TECNICO, TACTICO ENTRE OTROS	**COMPETENCIAS -FESTIVALES-TALLERES**
LUNES					
MARTES	3:45	Piscina Los Robles	Iniciar la enseñanza de las diferentes desplazamientos dorsales en diferentes posiciones. Combinar desplazamientos con movimientos alternos de piernas y brazos con y sin apoyo.	Se inicia la enseñanza dedesplazamientos dorsales, involcrando control respiratorio.	
MIÉRCOLES					
JUEVES	3:45	Piscina Los Robles	Combinar flotaciones dorsal, ventral y lateral + desplazamiento dorsal sin apoyo.	Combinar flotaciones + desplazamiento dorsal sin apoyo.	
VIERNES					
SÁBADO					
DOMINGO					

OBSERVACIONES:

Centro Deportivo y Recreativo Los Robles S.A.S.		06/NOVIEMBRE/2024
NOMBRE DEL INSTRUCTOR	**FIRMA**	**V°B° METODOLOGO AGRUPACIÓN**

INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTE DE COTA

PLANEACION MENSUAL ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA 2024

NOMBRE INSTRUCTOR	**Centro Deportivo y Recreativo Los Robles S.A.S.**	**OBJETIVO DEL MES**
DEPORTE - MODALIDAD	**Natacion**	Iniciar la adaptacion inicial al medio acuatico por medio del aprendizaje de habilidades basicas como: respiracion, flotacion y deslizamientos corporales en diferentes posiciones.
CATEGORÍA	**6 a 17 años**	
GENERO	**femenina y masculina**	
MES	**Ciclo 8**	
FECHA SEMANA	Del 28 de octubre al 03 de noviembre	
ASPECTOS GENERALES GRUPO		
NIVEL DE FORMACION	Iniciación/semillero	
No. DE DEPORTISTAS	**50**	

OBJETIVO SEMANAL
dorsales en diferentes posiciones. Combinar desplazamientos con movimientos alternos de piernas y brazos con y sin apoyo. Se continua con el semillero del IMRD con 8 nadadores. Se realizan correcciones de la globalidad de estilo libre.

DIA	**HORA**	**LUGAR DE ENTRENAMIENTO**	**OBJETIVO DIARIO**	**COMPONENTE**	**ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS**
				FUNDAMENTACION - REFORZAMIENTO MOTOR - FISICO, TECNICO, TACTICO ENTRE OTROS	**COMPETENCIAS -FESTIVALES-TALLERES**
LUNES					
MARTES	3:45	Piscina Los Robles	Iniciar la enseñanza de las diferentes desplazamientos ventrales en diferentes posiciones. Combinar desplazamientos con movimientos alternos de piernas y brazos con y sin apoyo.	Se inicia la enseñanza dedesplazamientos ventrales, involcrando control respiratorio.	
MIÉRCOLES					
JUEVES	3:45	Piscina Los Robles	Combinar flotaciones dorsal, ventral y lateral + desplazamiento ventrales sin apoyo.	Combinar flotaciones + desplazamiento ventrales sin apoyo.	
VIERNES					
SÁBADO					
DOMINGO					

OBSERVACIONES:

Centro Deportivo y Recreativo Los Robles S.A.S.		06/NOVIEMBRE/2024
NOMBRE DEL INSTRUCTOR	**FIRMA**	**V°B° METODOLOGO AGRUPACIÓN**

IMRD COTA
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA
PROPUESTA DE TRABAJO 2024

Versión 1
18-Marzo-2024
Elaboro: Equipo Técnico-Metodológico.

INFORMACIÓN DEL INSTRUCTOR	
NOMBRES Y APELLIDOS INSTRUCTOR	Centro Deportivo y Recreativo Los Robles S.A.S.
DOCUMENTO IDENTIFICACIÓN	901.144.384 – 1
PERFIL PROFESIONAL	Escuela De Formación Deportiva| De Natacion.
PRINCIPALES LOGROS DEPORTIVOS OBTENIDOS	Desarrollo de habilidades acuáticas en los alumnos de la EFD de Natacion del IMRD

INFORMACIÓN DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA	
DEPORTE O MODALIDAD DEPORTIVA	Natacion.
CATEGORÍA	6 a 17 años.
GÉNERO	Masculina y Femenino.

DESCRIPCIÓN DEL PLAN DE PREPARACIÓN

La Escuela de Formacion Deportiva de Natacion del IMRD, se llevara acabo en las instalaciones de la Piscina Los Robles, la cual se encuentra ubicada en la Vereda Pueblo Viejo – Finca Los Robles.

Esta escuela manejara ciclos previamente establecidos, se dictaran 12 clases de natación a grupos de 40 alumnos de deporte convencional y 10 alumnos de deporte paralímpico.

Durante estos ciclos se desarrollaran habilidades básicas como lo son: adaptación inicial, respiración, flotación, deslizamientos y posiciones corporales, desplazamientos y combinación de movimientos con y sin apoyo.

La ultima clase de cada ciclo se realizara actividad recreo deportiva para despedir a los alumnos del ciclo que se culmina.

Para el desarrollo de esta escuela es neceario contar con profesioanles especialistas en natacion, con una piscina semi olimpica, y diferentes materiales para la enseñanza de la natacion como lo son flotadores, alitas, gusanos, tablas, huesos, pelotas, tablones, pull boys, entre otros.

Con los deportistas del programa de deporte adaptado seran maximo 10 deportistas por ciclo.
Se programaran 2 evaluaciones diagnosticas, donde se evaluaran alrededor de 40 deportistas, para poder identificar aquellos deportistas con habilidades previas y todo deportista que cuente con: independencia y autonomia en el medio acuatico, respiracion, flotacion, desplazamientos y globalidades de estilos (de acuerdo a su condicion de discpacidad) podra ser parte de esta escuela de deporte adaptado

OBJETIVO GENERAL
Desarrollar en los alumnos ciclos de 8 clases en las cuales se enseñaran las habildiades básicas de la natacion como lo son adaptación inicial, respiración, flotación, deslizamientos y posiciones corporales, desplazamientos y combinación de movimientos con y sin apoyo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Desarrollar autonomía e independencia en el medio acuático. Desarrollar habilidad locamotoras en el agua Desarrollar el ciclo respiratio en el medio acuático Ejecutar flotaciones en diferentes posiciones Realizar deslizamientos corporales en diferentes posiciones Lograr que los alumnos se desplacen con y sin apoyo en el medio acuático Combinar diferentes movimientos alternos y simultaneos involucrando ciclo respiratorio.

ACTIVIDADES A DESARROLLAR
8 clases de natacion de natacion, desarrollando el programa pedagógico y cumpliendo las actividades propuestas.

METODOLOGÍA DE TRABAJO
Durante las clases de La Escuela de Formacion Deportiva de Natacion del IMRD, se desarrollaran ciclo de 8 clases por alumno, cada alumno podra tomar un total de 12 clases en el año. En la primera sesion de cada grupo, se llevara acabo una evaluacion, para poder identificar las diferentes habilidades que tiene cada alumno, y distribuir los grupos (clase colectiva) de acuerdo al nivel de habilidades de los alumnos. Durante las clases se enseñaran habilidades basicas de natacion como lo son: adaptacion inicial, repiracion, flotacion, deslizamientos y posiciones corporales, desplazamientos dorsales y ventrales con movimientos alternos y simultaneos de brazos con y sin apoyo. Con los alumnos mas avanzados se desarrollara e iniciara la globalidad de los estilos (espalda, libre, mariposa y pecho) según correponda en su nivel de habilidades. Con los deportistas del programa de deporte adaptado seran maximo 10 deportistas por ciclo. Se programaran 2 evaluaciones diagnosticas, donde se evaluaran alrededor de 40 deportistas, para poder identificar aquellos deportistas con habilidades previas y todo deportista que cuente con: independencia y autonomia en el medio acuatico, respiracion, flotacion, desplazamientos y globalidades de estilos (de acuerdo a su condicion de discpacidad) podra ser parte de esta escuela de deporte adaptado. En las clases se afianzaran las habilidades previas, y enseñaran las habilidades siguientes según correspondan en el siguiente orden: repiracion, flotacion, deslizamientos y posiciones corporales, desplazamientos dorsales y ventrales con movimientos alternos y simultaneos de brazos con y sin apoyo. Con los alumnos mas avanzados se desarrollara e iniciara la globalidad de los estilos (espalda,

libre, mariposa y pecho) según correponda en su nivel de habilidades.

RECURSOS PARA EL DESARROLLO TRABAJO
Profesores de natacion. Piscina semi olímpica Implementos de natacion como lo son flotadores, alitas, gusanos, tablas, huesos y pull boys.

Nota: Todas estas actividades se coordinarán con el Metodólogo

Centro Deportivo y Recreativo Los Robles S.A.S.

_____

Firma del Instructor



_____

V.B Metodóloga