PLAN PEDAGÓGICO

INTRODUCCIÓN	El programa de **Ciclismo** se desarrollará como un proceso formativo integral orientado a la iniciación y fortalecimiento de habilidades técnicas, físicas y sociales en niños y jóvenes. Se trabajará bajo una estructura progresiva dividida en niveles (iniciación, formación y perfeccionamiento), abordando fundamentos como manejo y control de la bicicleta, equilibrio, cadencia de pedaleo, frenado, postura y coordinación, avanzando hacia técnica de conducción, resistencia y rendimiento en diferentes tipos de terreno.
JUSTIFICACIÓN	El ciclismo contribuye significativamente al desarrollo físico, mental y social de los participantes. Este programa promueve hábitos de vida saludable, disciplina deportiva, autocuidado y uso adecuado del tiempo libre, fortaleciendo valores como la responsabilidad, el trabajo en equipo y la superación personal, al tiempo que desarrolla capacidades físicas y habilidades motrices.
OBJETIVO GENERAL	Desarrollar habilidades técnicas, físicas y formativas mediante un proceso pedagógico estructurado en **ciclismo**, fomentando valores, disciplina y hábitos de vida saludable.
OBJETIVOS ESPECIFICOS	• Fortalecer habilidades de equilibrio y coordinación sobre la bicicleta.

	• Enseñar fundamentos técnicos básicos del ciclismo. • Mejorar progresivamente la resistencia física y capacidad aeróbica. • Promover valores como respeto, disciplina y trabajo en equipo. • Identificar y fortalecer talentos deportivos en la disciplina.
METODOLOGÍA	Se implementará un enfoque activo y participativo mediante ejercicios técnicos progresivos, circuitos de habilidades, actividades recreativas, prácticas guiadas y evaluaciones periódicas. Cada sesión de entrenamiento incluirá calentamiento, trabajo técnico sobre la bicicleta, desarrollo físico específico y actividades de recuperación o vuelta a la calma.
POBLACIÓN BENEFICIADA	
EDAD:	7 a 17 años.
GENERO	Masculino y femenino (programa inclusivo).
DISCAPACIDAD	N/A
ZONA DE IMPACTO	Municipio de ibague parque deortivo
METAS	
AVANCES SOCIALES	Fomento de disciplina, respeto, trabajo en equipo y convivencia. Fortalecimiento de la autoestima, seguridad personal y desarrollo de habilidades sociales a través de la

	práctica deportiva.
INDICADORES DE EVALUACIÓN:	• Asistencia superior al 75%. • Evaluación técnica mensual. • Pruebas físicas trimestrales. • Participación activa y reducción de inasistencias.

Elaboro:	Reviso/Aprobó:	Observaciones y/o Ajustes:
Líder del proceso	Comité De Calidad	Se implementa el SIGC