INFORME DE ACTIVIDADES

Actividad: Clases de Voleibol Recreativo y Formativo

Lugar: Parque Oscar – Barrio Santafé, Bogotá D.C.

Periodo reportado: febrero de 2026

Responsable: José Edgar Diaz Quiroga

---

1. Objetivo de la actividad

Desarrollar clases prácticas de voleibol orientadas al aprendizaje de fundamentos técnicos básicos, el fortalecimiento de habilidades motrices, el trabajo en equipo y la apropiación del espacio público mediante la actividad física y recreativa.

2. Población participante

Participaron niños, niñas, adolescentes y jóvenes de la comunidad, con asistencia variable en cada jornada. Las actividades se adaptaron a los diferentes niveles de experiencia, priorizando la inclusión, la participación y el respeto entre los asistentes.

3. Metodología de trabajo

Las sesiones se desarrollaron de manera presencial en cancha abierta, empleando una metodología práctica–participativa, estructurada en las siguientes fases:

- **Activación y calentamiento:** movilidad articular, desplazamientos suaves y ejercicios de coordinación.
- **Ejercicios técnicos:** prácticas guiadas de pase de antebrazos, voleo, recepción y lanzamientos controlados.
- **Trabajo con material auxiliar:** uso de conos y balones para circuitos de coordinación, ubicación espacial y precisión.
- **Ejercicios lúdicos y cooperativos:** dinámicas grupales orientadas al trabajo en equipo.
- **Cierre:** retroalimentación general y estiramientos básicos.

4. Descripción de actividades según registros fotográficos

Jornada 1 – 2 de febrero de 2026

Se canceló la sesión deportiva



Jornada 2 – 6 de febrero de 2026

Se cancelo la sesión deportiva por falta de asistencia y lluvia fuerte.



Jornada 3 – 9 de febrero de 2026

Se desarrollaron circuitos técnicos con conos dispuestos en línea, combinando desplazamientos, lanzamientos y recepción del balón. Se reforzó el trabajo grupal y la disciplina en la ejecución de los ejercicios.





5. Recursos utilizados

- Cancha múltiple de uso comunitario
- Balones de voleibol
- Conos plásticos de señalización
- Indumentaria deportiva personal

6. Resultados observados

- Alta participación e interés por parte de la comunidad.
- Mejora progresiva en la coordinación motriz y el manejo básico del balón.
- Fortalecimiento del trabajo en equipo y la comunicación.
- Uso positivo del espacio público para actividades deportivas y recreativas.

7. Conclusiones

Las clases de voleibol desarrolladas durante el periodo reportado cumplieron con los objetivos propuestos, promoviendo la actividad física, la integración comunitaria y el aprendizaje de fundamentos deportivos básicos. Se recomienda continuar con este tipo de espacios formativos y ampliar la frecuencia de las sesiones.