FORMATO ÚNICO DE PLAN DE CLASES

CODIGO: FM-PM-03	VERSIÓN: 02	FECHA: 01/04/2020	PAGINA: 1 de 1

MUNICIPIO: CORDOBA FECHA : 19/02/2026	**PROGRAMA: Deporte Escolar y Extraescolar**	**ACTIVIDAD: Carreras de Velocidad**
CATEGORÍA: GRUPO 1	**N° DE BENEFICIARIOS: 21**	
HORA INICIAL: 2 PM HORA FINAL: 3:30 PM	**TEMA: Irradiación Motora**	**SUBTEMA: EN MICRU FUTBOL**
RESPONSABLE: LUIS FELIPE RAMIREZ SOTO		
OBJETIVO: enseñar los diferentes tipos de velocidad que existen dentro del Atletismo.		
LOGRO: Que los estudiantes tengan la capacidad de practicar las diferentes carreras en el Atletismo.		

FASES	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO
INICIAL	✓ Saludo. ✓ Explicación de la actividad. ✓ Entrada en calor con el juego del Semáforo y Los Colores.	Cancha Múltiple	10 Minutos
CENTRAL	✓ Carreras en parejas de una línea final a la otra línea final. ✓ Carreras niñas vs niñas. ✓ Carreras niñas vs niños. ✓ Carreras de manera grupal.	Cancha Múltiple	80 minutos
FINAL	✓ Vuelta a la calma. ✓ Hidratación. ✓ Despedida.	Cancha Múltiple	10 minutos
OBSERVACIONES:			

PROYECTÓ Y ELABORÓ		
REVISÓ Y APROBÓ		
Los arriba firmantes declaramos que hemos revisado el presente documento y lo encontramos ajustado en términos técnicos y administrativos; así como las normas y disposiciones legales vigentes y por lo tanto, bajo nuestra responsabilidad, lo presentamos para la correspondiente firma.		

FORMATO ÚNICO DE PLAN DE CLASES

CODIGO: FM-PM-03	VERSIÓN: 02	FECHA: 01/04/2020	PAGINA: 1 de 1

MUNICIPIO: CORDOBA FECHA : 20/02/2026	**PROGRAMA: Deporte Escolar y Extraescolar**	**ACTIVIDAD: Carreras de Velocidad**
CATEGORÍA: GRUPO 1	**N° DE BENEFICIARIOS: 21**	
HORA INICIAL: 2 PM HORA FINAL: 3:30 PM	**TEMA: Irradiación Motora**	**SUBTEMA: EN MICRU FUTBOL**
RESPONSABLE: LUIS FELIPE RAMIREZ SOTO		
OBJETIVO: Enseñar las diversas carreras de relevos que existen dentro del Atletismo.		
LOGRO: Que los estudiantes tengan la capacidad de practicar las diferentes carreras de relevos en el Atletismo.		

FASES	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO
INICIAL	✓ Saludo. ✓ Explicación de la actividad. ✓ Entrada en calor con el juego del Semáforo y Los Colores.	Cancha Múltiple	10 Minutos
CENTRAL	✓ Carreras en parejas de una línea final entregándose un platillo. ✓ Carreras en grupos de 4 integrantes, donde se entregarán un platillo. ✓ Juego de Quién soy Yo. ✓ Juego de Zombie corre Zombie.	Cancha Múltiple	80 minutos
FINAL	✓ Vuelta a la calma. ✓ Hidratación. ✓ Despedida.	Cancha Múltiple	10 Minutos
OBSERVACIONES:			

PROYECTÓ Y ELABORÓ		
REVISÓ Y APROBÓ		
Los arriba firmantes declaramos que hemos revisado el presente documento y lo encontramos ajustado en términos técnicos y administrativos; así como las normas y disposiciones legales vigentes y por lo tanto, bajo nuestra responsabilidad, lo presentamos para la correspondiente firma.		

FORMATO ÚNICO DE PLAN DE CLASES

CODIGO: FM-PM-03	VERSIÓN: 02	FECHA: 01/04/2020	PAGINA: 1 de 1

MUNICIPIO: CORDOBA FECHA : 21/02/2026	**PROGRAMA: Deporte Escolar y Extraescolar**	**ACTIVIDAD: Carreras de Velocidad**
CATEGORÍA: GRUPO 1	**N° DE BENEFICIARIOS: 21**	
HORA INICIAL: 2 PM HORA FINAL: 3:30 PM	**TEMA: Irradiación Motora**	**SUBTEMA: EN MICRU FUTBOL**
RESPONSABLE: LUIS FELIPE RAMIREZ SOTO		
OBJETIVO: enseñar los diferentes tipos de velocidad que existen dentro del Atletismo.		
LOGRO: Que los estudiantes tengan la capacidad de practicar las diferentes carreras en el Atletismo.		

FASES	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO
INICIAL	✓ Saludo. ✓ Explicación de la actividad. ✓ Entrada en calor con el juego del Semáforo y Los Colores.	Cancha Múltiple	10 Minutos
CENTRAL	✓ Carreras en parejas de una línea final a la otra línea final. ✓ Carreras niñas vs niñas. ✓ Carreras niñas vs niños. ✓ Carreras de manera grupal.	Cancha Múltiple	80 minutos
FINAL	✓ Vuelta a la calma. ✓ Hidratación. ✓ Despedida.	Cancha Múltiple	80 minutos
OBSERVACIONES:			

PROYECTÓ Y ELABORÓ		
REVISÓ Y APROBÓ		
Los arriba firmantes declaramos que hemos revisado el presente documento y lo encontramos ajustado en términos técnicos y administrativos; así como las normas y disposiciones legales vigentes y por lo tanto, bajo nuestra responsabilidad, lo presentamos para la correspondiente firma.		

FORMATO ÚNICO DE PLAN DE CLASES

CODIGO: FM-PM-03	VERSIÓN: 02	FECHA: 01/04/2020	PAGINA: 1 de 1

MUNICIPIO: CORDOBA FECHA : 26/02/2026	**PROGRAMA: Deporte Escolar y Extraescolar**	**ACTIVIDAD: Carreras de Velocidad**
CATEGORÍA: GRUPO 1	**N° DE BENEFICIARIOS: 21**	
HORA INICIAL: 2 PM HORA FINAL: 3:30 PM	**TEMA: Irradiación Motora**	**SUBTEMA: EN MICRU FUTBOL**
RESPONSABLE: LUIS FELIPE RAMIREZ SOTO		
OBJETIVO: Enseñar las diversas carreras de relevos que existen dentro del Atletismo.		
LOGRO: Que los estudiantes tengan la capacidad de practicar las diferentes carreras de relevos en el Atletismo.		

FASES	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO
INICIAL	✓ Saludo. ✓ Explicación de la actividad. ✓ Entrada en calor con el juego del Semáforo y Los Colores.	Cancha Múltiple	10 Minutos
CENTRAL	✓ Carreras en parejas de una línea final entregándose un platillo. ✓ Carreras en grupos de 4 integrantes, donde se entregarán un platillo. ✓ Juego de Quién soy Yo. ✓ Juego de Zombie corre Zombie.	Cancha Múltiple	80 minutos
FINAL	✓ Vuelta a la calma. ✓ Hidratación. ✓ Despedida.	Cancha Múltiple	10 Minutos
OBSERVACIONES:			

PROYECTÓ Y ELABORÓ		
REVISÓ Y APROBÓ		
Los arriba firmantes declaramos que hemos revisado el presente documento y lo encontramos ajustado en términos técnicos y administrativos; así como las normas y disposiciones legales vigentes y por lo tanto, bajo nuestra responsabilidad, lo presentamos para la correspondiente firma.		

FORMATO ÚNICO DE PLAN DE CLASES

CODIGO: FM-PM-03	VERSIÓN: 02	FECHA: 01/04/2020	PAGINA: 1 de 1

MUNICIPIO: CORDOBA **FECHA : 27/02/2026**	**PROGRAMA: Deporte Escolar y Extraescolar**	**ACTIVIDAD: Carreras de Velocidad**
CATEGORÍA: GRUPO 1	**N° DE BENEFICIARIOS: 21**	
HORA INICIAL: 2 PM HORA FINAL: 3:30 PM	**TEMA: Irradiación Motora**	**SUBTEMA: EN MICRU FUTBOL**
RESPONSABLE: LUIS FELIPE RAMIREZ SOTO		
OBJETIVO: Identificar las posiciones de los jugadores a través de los partidos recreativos.		
LOGRO: Que los estudiantes tengan la capacidad de practicar las diferentes carreras de relevos en el Atletismo.		

FASES	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO
INICIAL	✓ Saludo. ✓ Explicación de la actividad. ✓ Calentamiento. ✓ Estiramiento.	Cancha Múltiple	10 Minutos
CENTRAL	✓ Se jugarán partidos de 10 minutos para analizar el posicionamiento y la manera de jugar de cada uno de los integrantes de los equipos.	Cancha Múltiple	80 minutos
FINAL	✓ Vuelta a la calma. ✓ Hidratación. ✓ Despedida.	Cancha Múltiple	10 Minutos
OBSERVACIONES:			

PROYECTÓ Y ELABORÓ		
REVISÓ Y APROBÓ		
Los arriba firmantes declaramos que hemos revisado el presente documento y lo encontramos ajustado en términos técnicos y administrativos; así como las normas y disposiciones legales vigentes y por lo tanto, bajo nuestra responsabilidad, lo presentamos para la correspondiente firma.		

FORMATO ÚNICO DE PLAN DE CLASES

CODIGO: FM-PM-03	VERSIÓN: 02	FECHA: 01/04/2020	PAGINA: 1 de 1

MUNICIPIO: CORDOBA **FECHA : 28/02/2026**	**PROGRAMA: Deporte Escolar y Extraescolar**	**ACTIVIDAD: Carreras de Velocidad**
CATEGORÍA: GRUPO 1	**N° DE BENEFICIARIOS: 21**	
HORA INICIAL: 2 PM HORA FINAL: 3:30 PM	**TEMA: Irradiación Motora**	**SUBTEMA: EN MICRU FUTBOL**
RESPONSABLE: LUIS FELIPE RAMIREZ SOTO		
OBJETIVO: Enseñar las diferentes superficies de contacto.		
LOGRO: Que los estudiantes tengan la capacidad de practicar las diferentes carreras de relevos en el Atletismo.		

FASES	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO
INICIAL	✓ Saludo. ✓ Explicación de la actividad. ✓ Calentamiento. ✓ Estiramiento.	Cancha Múltiple	10 Minutos
CENTRAL	✓ Por parejas tocar el balón con todas las superficies de contacto, como la planta del pie, borde interno, muslo, pecho y cabeza.	Cancha Múltiple	80 minutos
FINAL	✓ Vuelta a la calma. ✓ Hidratación. ✓ Despedida.	Cancha Múltiple	10 Minutos
OBSERVACIONES:			

PROYECTÓ Y ELABORÓ		
REVISÓ Y APROBÓ		
Los arriba firmantes declaramos que hemos revisado el presente documento y lo encontramos ajustado en términos técnicos y administrativos; así como las normas y disposiciones legales vigentes y por lo tanto, bajo nuestra responsabilidad, lo presentamos para la correspondiente firma.		

FORMATO ÚNICO DE PLAN DE CLASES

CODIGO: FM-PM-03	VERSIÓN: 02	FECHA: 01/04/2020	PAGINA: 1 de 1

MUNICIPIO: CORDOBA FECHA : 19/02/2026	**PROGRAMA: Deporte Escolar y Extraescolar**	**ACTIVIDAD: Carreras de Velocidad**
CATEGORÍA: GRUPO 2	**N° DE BENEFICIARIOS: 20**	
HORA INICIAL: 3:30 PM FINAL: 5 PM	**TEMA: Irradiación Motora**	**SUBTEMA: EN MICRU FUTBOL**
RESPONSABLE: LUIS FELIPE RAMIREZ SOTO		
OBJETIVO: Enseñar las diversas salidas en el futbol sala y salón desde su propio campo.		
LOGRO: Que los estudiantes tengan la capacidad de practicar las diferentes carreras de relevos en el Atletismo.		

FASES	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO
INICIAL	✓ Saludo. ✓ Explicación de la actividad. ✓ Calentamiento. ✓ Estiramiento.	Cancha Múltiple	10 Minutos
CENTRAL	✓ el arquero la pasa el balón al jugador que está en la mitad de su campo, tanto en salida con Pívot, Aleros y Lìberos.	Cancha Múltiple	80 minutos
FINAL	✓ Vuelta a la calma. ✓ Hidratación. ✓ Despedida.	Cancha Múltiple	10 Minutos
OBSERVACIONES:			

PROYECTÓ Y ELABORÓ		
REVISÓ Y APROBÓ		
Los arriba firmantes declaramos que hemos revisado el presente documento y lo encontramos ajustado en términos técnicos y administrativos; así como las normas y disposiciones legales vigentes y por lo tanto, bajo nuestra responsabilidad, lo presentamos para la correspondiente firma.		

FORMATO ÚNICO DE PLAN DE CLASES

CODIGO: FM-PM-03	VERSIÓN: 02	FECHA: 01/04/2020	PAGINA: 1 de 1

MUNICIPIO: CORDOBA FECHA : 20/02/2026	**PROGRAMA: Deporte Escolar y Extraescolar**	**ACTIVIDAD: Carreras de Velocidad**
CATEGORÍA: GRUPO 2	**N° DE BENEFICIARIOS: 20**	
HORA INICIAL: 3:30 PM FINAL: 5 PM	**TEMA: Irradiación Motora**	**SUBTEMA: EN MICRU FUTBOL**
RESPONSABLE: LUIS FELIPE RAMIREZ SOTO		
OBJETIVO: Enseñar los métodos defensivos en el fútbol sala y salón.		
LOGRO: Que los estudiantes tengan la capacidad de practicar las diferentes carreras de relevos en el Atletismo.		

FASES	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO
INICIAL	✓ Saludo. ✓ Explicación de la actividad. ✓ Calentamiento. ✓ Estiramiento.	Cancha Múltiple	10 Minutos
CENTRAL	✓ Ejercicios de 1 vs 2. ✓ Ejercicios de 2 vs 3. ✓ Ejercicios de 3 vs 4. ✓ Ejercicios de 4 vs 5. ✓ Ejercicios de 5 vs 5.	Cancha Múltiple	80 minutos
FINAL	✓ Vuelta a la calma. ✓ Hidratación. ✓ Despedida.	Cancha Múltiple	10 Minutos
OBSERVACIONES:			

PROYECTÓ Y ELABORÓ		
REVISÓ Y APROBÓ		

Los arriba firmantes declaramos que hemos revisado el presente documento y lo encontramos ajustado en términos técnicos y administrativos; así como las normas y disposiciones legales vigentes y por lo tanto, bajo nuestra responsabilidad, lo presentamos para la correspondiente firma.

FORMATO ÚNICO DE PLAN DE CLASES

CODIGO: FM-PM-03	VERSIÓN: 02	FECHA: 01/04/2020	PAGINA: 1 de 1

MUNICIPIO: CORDOBA FECHA : 21/02/2026	**PROGRAMA: Deporte Escolar y Extraescolar**	**ACTIVIDAD: Carreras de Velocidad**
CATEGORÍA: GRUPO 2	**N° DE BENEFICIARIOS: 20**	
HORA INICIAL: 3:30 PM FINAL: 5 PM	**TEMA: Irradiación Motora**	**SUBTEMA: EN MICRU FUTBOL**
RESPONSABLE: LUIS FELIPE RAMIREZ SOTO		
OBJETIVO: enseñar los diferentes tipos de velocidad que existen dentro del Atletismo.		
LOGRO: Que los estudiantes tengan la capacidad de practicar las diferentes carreras en el Atletismo.		

FASES	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO
INICIAL	✓ Saludo. ✓ Explicación de la actividad. ✓ Entrada en calor con el juego del Semáforo y Los Colores.	Cancha Múltiple	10 Minutos
CENTRAL	✓ Carreras en parejas de una línea final a la otra línea final. ✓ Carreras niñas vs niñas. ✓ Carreras niñas vs niños. ✓ Carreras de manera grupal.	Cancha Múltiple	80 minutos
FINAL	✓ Vuelta a la calma. ✓ Hidratación. ✓ Despedida.	Cancha Múltiple	10 Minutos
OBSERVACIONES:			

PROYECTÓ Y ELABORÓ		
REVISÓ Y APROBÓ		

Los arriba firmantes declaramos que hemos revisado el presente documento y lo encontramos ajustado en términos técnicos y administrativos; así como las normas y disposiciones legales vigentes y por lo tanto, bajo nuestra responsabilidad, lo presentamos para la correspondiente firma.

FORMATO ÚNICO DE PLAN DE CLASES

CODIGO: FM-PM-03	VERSIÓN: 02	FECHA: 01/04/2020	PAGINA: 1 de 1

MUNICIPIO: CORDOBA FECHA : 26/02/2026	**PROGRAMA: Deporte Escolar y Extraescolar**	**ACTIVIDAD: Carreras de Velocidad**
CATEGORÍA: GRUPO 2	**N° DE BENEFICIARIOS: 20**	
HORA INICIAL: 3:30 PM FINAL: 5 PM	**TEMA: Irradiación Motora**	**SUBTEMA: EN MICRU FUTBOL**
RESPONSABLE: LUIS FELIPE RAMIREZ SOTO		
OBJETIVO: Enseñar las diversas carreras de relevos que existen dentro del Atletismo.		
LOGRO: Que los estudiantes tengan la capacidad de practicar las diferentes carreras de relevos en el Atletismo.		

FASES	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO
INICIAL	✓ Saludo. ✓ Explicación de la actividad. ✓ Entrada en calor con el juego del Semáforo y Los Colores.	Cancha Múltiple	10 Minutos
CENTRAL	✓ Carreras en parejas de una línea final entregándose un platillo. ✓ Carreras en grupos de 4 integrantes, donde se entregarán un platillo. ✓ Juego de Quién soy Yo. ✓ Juego de Zombie corre Zombie.	Cancha Múltiple	80 minutos
FINAL	✓ Vuelta a la calma. ✓ Hidratación. ✓ Despedida.	Cancha Múltiple	10 Minutos
OBSERVACIONES:			

PROYECTÓ Y ELABORÓ		
REVISÓ Y APROBÓ		
Los arriba firmantes declaramos que hemos revisado el presente documento y lo encontramos ajustado en términos técnicos y administrativos; así como las normas y disposiciones legales vigentes y por lo tanto, bajo nuestra responsabilidad, lo presentamos para la correspondiente firma.		

FORMATO ÚNICO DE PLAN DE CLASES

CODIGO: FM-PM-03	VERSIÓN: 02	FECHA: 01/04/2020	PAGINA: 1 de 1

MUNICIPIO: CORDOBA FECHA : 27/02/2026	**PROGRAMA: Deporte Escolar y Extraescolar**	**ACTIVIDAD: Carreras de Velocidad**
CATEGORÍA: GRUPO 2	**N° DE BENEFICIARIOS: 20**	
HORA INICIAL: 3:30 PM FINAL: 5 PM	**TEMA: Irradiación Motora**	**SUBTEMA: EN MICRU FUTBOL**
RESPONSABLE: LUIS FELIPE RAMIREZ SOTO		
OBJETIVO: Enseñar los diferentes saltos que existen dentro del Atletismo.		
LOGRO: Que los estudiantes tengan la capacidad de practicar los diferentes saltos en el Atletismo.		

FASES	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO
INICIAL	✓ Saludo. ✓ Explicación de la actividad. ✓ Entrada en calor con el juego del Semáforo y Los Colores.	Cancha Múltiple	10 Minutos
CENTRAL	✓ Juego de las Ranas. ✓ Juego Cuidado con el Charco. ✓ Saltar la Cuerda. ✓ Saltar el Laso.	Cancha Múltiple	80 minutos
FINAL	✓ Vuelta a la calma. ✓ Hidratación. ✓ Despedida.	Cancha Múltiple	80 minutos
OBSERVACIONES:			

PROYECTÓ Y ELABORÓ		
REVISÓ Y APROBÓ		
Los arriba firmantes declaramos que hemos revisado el presente documento y lo encontramos ajustado en términos técnicos y administrativos; así como las normas y disposiciones legales vigentes y por lo tanto, bajo nuestra responsabilidad, lo presentamos para la correspondiente firma.		

FORMATO ÚNICO DE PLAN DE CLASES

CODIGO: FM-PM-03	VERSIÓN: 02	FECHA: 01/04/2020	PAGINA: 1 de 1

MUNICIPIO: CORDOBA FECHA : 28/02/2026	**PROGRAMA: Deporte Escolar y Extraescolar**	**ACTIVIDAD: Carreras de Velocidad**
CATEGORÍA: GRUPO 2	**N° DE BENEFICIARIOS: 20**	
HORA INICIAL: 3:30 PM FINAL: 5 PM	**TEMA: Irradiación Motora**	**SUBTEMA: EN MICRU FUTBOL**
RESPONSABLE: LUIS FELIPE RAMIREZ SOTO		
OBJETIVO: Enseñar la Resistencia como disciplina del Atletismo.		
LOGRO: Que los estudiantes tengan la capacidad de practicar los diferentes juegos de resistencia en el Atletismo.		

FASES	ACTIVIDADES	RECURSOS	TIEMPO
INICIAL	✓ Saludo. ✓ Explicación de la actividad. ✓ Entrada en calor con el juego del Semáforo y Los Colores.	Cancha Múltiple	10 Minutos
CENTRAL	✓ Juego de transportes pelotas de un lado a otro. ✓ Juego de Capitanes. ✓ Juego de Atrapador y Atrapado. ✓ Juego de Te Atraparé Si o Si	Cancha Múltiple	80 minutos
FINAL	✓ Vuelta a la calma. ✓ Hidratación. ✓ Despedida.	Cancha Múltiple	10 Minutos
OBSERVACIONES:			

PROYECTÓ Y ELABORÓ		
REVISÓ Y APROBÓ		
Los arriba firmantes declaramos que hemos revisado el presente documento y lo encontramos ajustado en términos técnicos y administrativos; así como las normas y disposiciones legales vigentes y por lo tanto, bajo nuestra responsabilidad, lo presentamos para la correspondiente firma.		

FORMATO ÚNICO DE PLAN DE CLASES

CODIGO: FM-PM-03	VERSIÓN: 02	FECHA: 01/04/2020	PAGINA: 1 de 1

PROYECTÓ Y ELABORÓ		
REVISÓ Y APROBÓ		
Los arriba firmantes declaramos que hemos revisado el presente documento y lo encontramos ajustado en términos técnicos y administrativos; así como las normas y disposiciones legales vigentes y por lo tanto, bajo nuestra responsabilidad, lo presentamos para la correspondiente firma.		