| Versión 2<br>Enero 2026 Elaboro:<br>Equipo Metodológico. | INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA | |
|---|---|---|

| PLANEACIÓN MENSUAL TIEMPO LIBRE | |
|---|---|
| NOMBRE DEL ENTRENADOR | KAROL GOMEZ |
| MES | MARZO 02 AL 07 |
| OBJETIVO MENSUAL | Brindar a los niños y niñas espacios y actividades ludicas por medio de las cuales fortalezcan motricidad fina, motricidad gruesa, equilibrio y destresas motoras. |

| Día | Fecha | Hora de inicio | Hora final | Objetivo de la sesión de clase | DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE<br>EJES TEMÁTICOS PEDAGÓGICOS (PERCEPCIÓN MOTRIZ - ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD - CAPACIDADES FÍSICAS - INTERACCIÓN SOCIAL - FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA) |
|---|---|---|---|---|---|
| **Lunes** | 02/03/2026 | 3:00 pm. | 05:30 p.m. | Fortalecer en los niños y niñas musculos de las manos, motricidad fina y agarre de pinza a traves de actividades de ensartado. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida entonando diferentes rondas infantiles acompañando con las palmas.<br>**Fase principal:** A continuacion pasaremos mostrarles a los menores los materiales que utilizaremos para nuestra actividad indicando el nombre de cada material.<br>**Fase Final:** Para continuar nos ubicaremos sentados en el tapete en forma de media luna se les mostrara a los niños y niñas como realizar el ejercicio con los materiales que se les brindara.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Se les facilitara palos de paleta o pitillos a los niños y niñas y una botella plastica ellos y ellas deberan meter los pitillos y palos de paleta uno por una dentro de la botella |
| **Martes** | 03/03/2026 | 03:00:00 p.m. | 05:30 p.m. | Brindar actividfades ludas en las que los niños y niñas fortaleceran los musculos de las mano. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida entonando con los niños y niñas la cancion pompon es un muñeco realizando los movimientos que nos indica esta.<br>**Fase principal:** Adecuaremos el espacio con el fin de que los menores puedan realizar la actividad agradablemente.<br>**Fase Final:** Nos ubicaremos con los menores sentados en el piso y la docente pasara a mostrales los materiales que se utilizaran, acontinuacion la docente realizara el ejercicio mostrandoles un ejemplo a los niños de lo que van a realizar. Sacaran con cucharas plasticas pimpones de una tina con agua.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Se les facilitara a los niños y niñas los materiales para que por turnos utilizando cucaras plasticas saquen del agua algunos pimpones que alli encontraran. |
| **Miércoles** | 04/03/2026 | 03:00:00 p.m. | 05:30 p.m. | Fortalecer en los niños y niñas motricidad fina, agarre de pinza a traves de actividades con plastilina | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de movimientos corporales dirigidos por la docente.<br>**Fase principal:** Se organizaran las mesas y sillas en la que pondremos plastilina y hojas blancas para el trabajo de los niños y niñas.<br>**Fase Final:** Ubicaremos a los niños y niñas en las sillas y mesas en la que encontraran materiales como plstilina y hojas blancas, la docente pasara a esplicar la actividad y realizara un aejemplo de esta, se debe realizar bolitas con plastilina y pegar libremente en la hoja.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** A continuacion los niños y niñas realizaran bolitas de plastilina utilizando la pinza y las pegaran libremente en una hoja blanca. |
| **Jueves** | 05/03/2026 | 3:00 pm. | 05:30 p.m. | Fortalecer en los menores la motricidad fina y agarre de pinza a traves de actividad de rasgado. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves del juego veo veo, que vez.<br>**Fase principal:** Se adecuara el espacio de tal forma que los menores puedan realizar la actividad de forma agradable y segura.<br>**Fase Final:** A continuacion los menores se ubicaran en el tapete sentados la docente les facilitara periodico u hojas recicladas les mostrara un ejemplo de lo que se va a realizar. Rasgar el papel de forma libre utilizando la pinza.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Para continuar cada niño y niña libremente rasgara el papel que se le facilito deben utilizar la pinza para realizar el ejercicio de forma correcta. |
| **Vier** | 06/03/2026 | 3:00 pm. | 05:00 p.m. | Fortalecer en los niños y niñas la motricidad fina y agarre de pinza a traves de actividades de pegado. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la cancion cabeza, hombros. rodillas y pies se realizaran los movimientos correspondientes.<br>**Fase principal:** Se organizaran las mesas y sillas en la que pondremos hojas blancas, colbon y papel rasgado para la actividad de los menores. |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **n e s** | | | | | **Fase Final:** Se organizara a los menores sentados en las sillas, la docente les mostrara un ejemplo de como realizar la actividad, deben pegar el papel rasgado libremente en las hojas blancas.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Los niños y niñas tendran sobre la mesa papel rasgado colbon y hojas blancas, pegaran el papel rasgado en las hojas blancas libremente. |
| **S á b a d o** | 07/03/2026 | 3:00 pm. | 05:30 p.m. | Fortalecer en los niños y niñas la motricidad fina y agarre de pinza a traves de actividades de puntillizmo. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la entonacion de diferentes canc iones referentes a sol.<br>**Fase principal:** Se organizaran las mesas y sillas en la que pondremos hojas blancas copitos y vinilos de diferentes colores.<br>**Fase Final: L**os niños y niñas se ubicaran en las mesas de tal forma que puedan trabajar de manera comoda. La docente pasara a mostrarles un ejemplo de como realizar el ejercicio de la actividad. Realizara puntillismo con copitos y pintura sobre hojas blancas.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Los niños y niñas realizaran puntillismo libre sobre una hoja blanca con copitos podran utilizar doferentes colores de pintura. |
| **OBSERVACIONES:** | | | | | |
| | | | | | |
| **NOMBRE DEL ENTRENADOR DEPORTIVO** | | | | | **FIRMA** |

02/26/2026
Metodólogo del IMRD Cota

| Versión 2<br>Enero 2026 Elaboro:<br>Equipo Metodológico. | INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA | |
|---|---|---|

| PLANEACIÓN MENSUAL TIEMPO LIBRE | |
|---|---|
| NOMBRE DEL ENTRENADOR | KAROL GOMEZ |
| MES | MARZO 09 AL 14 |
| OBJETIVO MENSUAL | Brindar a los niños y niñas espacios y actividades ludicas por medio de las cuales fortalezcan motricidad fina, motricidad gruesa, equilibrio y destresas motoras. |

| Día | Fecha | Hora de inicio | Hora final | Objetivo de la sesión de clase | DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE<br>EJES TEMÁTICOS PEDAGÓGICOS (PERCEPCIÓN MOTRIZ - ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD - CAPACIDADES FÍSICAS - INTERACCIÓN SOCIAL - FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA) |
|---|---|---|---|---|---|
| **Lunes** | 09/03/2026 | 10:00 a.m. | 12:30 pm | Fortalecer en los niños y niñas la motricidad gruesa a traves de actividades de gateo y arraste. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la ronda en la batalla del calentamiento.<br>**Fase principal:** Se adecuada el espacio en el cual los menores podran encontrar un camino elaborado con los bloques, en unn extremos estara el inicio y al finalizar en el otro extremo encontraran juguetes.<br>**Fase Final:** La docente realizra el ejercicio mostrandoles el ejemplo a los niños y niñas de lo que deben hacer en la actividad. Parasa gateando o arrastrandoce por el camino de extremo a extremo hata finalizar llegando al extremo donde estaran los juguetes.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Los niños y niñas pasaran por turnos para realizar el ejercicio que se les indicara, deberan pasar por el camino arrastrandose o gateando como lo indique la docente, pasar de extremo a extremo al finalizar deberan coger un juguete de los que alli se encuentran. |
| **Martes** | 10/03/2026 | 10:00:00 a.m. | 12:30 pm | Fortalecer en los niños y niñas la motricidad gruesa a traves de actividad de lanzar. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la ronda soy una serpiente que anda por el bosque, realizando el ejercicio que la cancion nos indica.<br>**Fase principal:** Se adecuara el espacio en el cual los niños y niñas encontraran un recipiente vacio y muchas pelotas de la piscina.<br>**Fase Final:** La docente ubicara a los manores sentados en el tapete pasara a realizar el ejercicio mostrandoles a los niños un ejemplo de como acerlo.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Los menores pasaran por turnos tomaran una pelota de la piscina y deberan lanzarla con el fin de encestarla en el recipiente. |
| **Miércoles** | 11/03/2026 | 10:00:00 a.m. | 12:30 pm | Fortalecer en los niños y niñas la motricidad gruesa a traves de actividades de juego libre y dirigido en el gimnasio | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida, a traves de la actividad la docente manda a… que los niños gateen. Realizando diferentes ejercicios corporales.<br>**Fase principal:** Se adecuara el espacio con una pista de obstaculos formado con el imnasio de espuma.<br>**Fase Final:** La docente ubicara a los menores sentados en el tapete con el fin de contales y mostrarles el objetivo de la actividad.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Los niños y niñas deberan pasar por los obtaculos por turnos ellos deberan seguir las instrucciones de la docente con el fin de acerlo de forma organizada y fortalecer el cuerpo y motricidad de forma segura. |
| **Jueves** | 12/03/2026 | 10:00:00 a.m. | 12:30 p.m. | Fortalecer en los niños y niñas la motricidad gruesa atraves de actividades de susbir escaleras del rodadero. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida realizando juego con burbujas de jabon. La docente lanzara burbujas con un burbujero y los menores intentaran cogerlas en el aire.<br>**Fase principal:** Se adecuara l espacio con el fin de realizar la actividad de forma segura para los niños y niñas<br>**Fase Final:** La docente organizara a los niños sentados en el tapete en el lado donde se encuentra la escaleRa del rodadero pasare a uno de los niños con el fin de mostrarles a los demas el objetivo de la actividad y forma correcta de subir la escalera del rodadero.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Los niños y niñas pasaran por turnos para subir por la escalera de rodadero de forma adecuada y con ayuda de los padres de familia, bajaran por el rodadero de igual manera de forma edecuada. |
| **Viernes** | | 10:00:00 a.m. | 12:30 pm | Fortalecer en los niños y niñas la motricidad gruesa a traves de actividades de lanzar y atrapar. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la cancion el baile del sapito<br>**Fase principal:** La docente adecuara el espacio en el cual estara lo mas despejado posible de objetos con el fin de brindar seguridad durante la actividad para los niños y niñas |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **.<br>n<br>e<br>s** | 13/03/2026 | | | | **Fase Final**: Se les facilitara a los niños y niñas un globo con ayuda de los padres o acudiente lo deben inflar, la docente realizara el ejemplo de eljercicio lanzar el globo al aire y sin dejarlo caer bolberlo a subir.<br><br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Los niños y niñas cogeran cada uno el globo y lo lanzaran al aire y sin dejarlo caer lo deben bolver a lanzar. |
| **S<br>á<br>b<br>a<br>d<br>o** | 14/03/2026 | 10:00am | 12:30 pm | Fortalecer en los niños y niñas el equilibrio a traves de actividades ludicas. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la cancion tengo un cuerpo y lo voy a mover realizando los ejercicios que esta nos indica.<br><br>**Fase principal**: La docente formara 2 caminos uno recto y uno curvo con cinta en el piso.<br><br>**Fase Final:** Se ubicaran los niños y niñas sentados en el piso observaran el ejemplo de la docente para luego ellos pasar a hacer el ejercicio.<br><br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Los niños y niñas pasaran por turnos para realizar el ejercicio debran pasar por los caminos trazados con cinta teneindo equilibrio deberan pasar pizando la cinta. |
| **OBSERVACIONES:** | | | | | |
| | | | | | Xpiol Gómez |
| **NOMBRE DEL ENTRENADOR DEPORTIVO** | | | | | **FIRMA** |

| Versión 2<br>Enero 2026 Elaboro:<br>Equipo Metodológico. | INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **PLANEACIÓN MENSUAL TIEMPO LIBRE** | | | | | |
| **NOMBRE DEL ENTRENADOR** | | | | **KAROL GOMEZ** | |
| **MES** | | | | **MARZO 16 AL 21** | |
| **OBJETIVO MENSUAL** | | | | Brindar a los niños y niñas espacios y actividades ludicas por medio de las cuales fortalezcan motricidad fina, motricidad gruesa, equilibrio y destresas motoras. | |
| **Día** | **Fecha** | **Hora de inicio** | **Hora final** | **Objetivo de la sesión de clase** | **DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE**<br>**EJES TEMÁTICOS PEDAGÓGICOS (PERCEPCIÓN MOTRIZ - ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD - CAPACIDADES FÍSICAS - INTERACCIÓN SOCIAL - FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA)** |
| **Lunes** | 16/03/2026 | 3:00 pm. | 5:30 pm. | Fortalecer en los niño y niñas la motricidad fina y agarre de pinza a traves de actividades ludicas. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida,a traves de la cncion arram sam sam realizando los movimientos que esta indica.<br>**Fase principal:** La docente adecuara el espacio para iniciar con la actividad correspondiente dispondra de carton y ganchos de ropa.<br>**Fase Final:** La docente realizara un ejemplo de como hacer la actividad los niños y niñas estaran sentado en el tapete, explicara a los niños como poner ganchos de ropa en las orillas de un crton.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Se les facilitara a los niños y niñas gancos de ropa y un trozo de carton ellos y ella utilizando la pinza deben poner los ganchos en el borde del carton. |
| **Martes** | 17/03/2026 | 3:00 pm. | 05:30:00 p.m. | Fortalecer en los niños y niñas la motricidad fina, agarre de pinza y musculos de las manos .a traves de actividades de arrugado. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la actividad a la rueda rueda y el puente esta quebrado.<br>**Fase principal:** iniciaremos organizando el espacio con mesas y sillas en la que se dejara papeles de diferentes colores.<br>**Fase Final:** La docente dara indicaciones de la actividad antes de iniciar se les indicara a los niños que con el papel que se encuentra en la mesa van a rasgar el trozos y luego formar bolaitas arrugando el papel.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** A continuacion los niños y niñas dispondran del papel que se encuentra sobre la mesa rasgaran y arrugaran formando bolitas de muchos colores. |
| **Miércoles** | 18/03/2026 | 03:00:00 p.m. | 05:30:00 p.m. | fortalecer en los niños y niñas la motricidad fina y agarre de pinza a ttravez de actividades de pegado | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida realizandolos moviemientos corporales de la cancion soy una taza.<br>**Fase principal:** Se organizara el espacio dejando sillas y mesas en la que se dejara hojas blancas, colbon y la bolitas de papel de colores realizadas el dia 17 de marzo.<br>**Fase Final:** la docente ubucara a los menores en las sillas y pasara a explicarles de que se trata la actividad en la cual pegaran bolitas de papel de colores en una hoja blanca libremente.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** se les facilitara a los niños hojas blancas, colbon y las bolitas de papel ellos y ellas deben pegarlas en la hoja una por una libremente |
| **Jueves** | 19/03/2026 | 03:00:00 p.m. | 05:30:00 p.m. | Brindar actividades de plastilina en la que los niños fortalezcan la motricidad fina, musculos de las manos | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida entonando la cancion rene rene<br>**Fase principal:** Se adecuara el espacio con mesas y sillas sobre la mesa pondre plastilina .<br>**Fase Final:** L a docente les explicara y les mostrara a los niños y niñas como hacer caracoles peuqeños con plastilina.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Los niños y niñas deberan amazar mucho la plastilina asta ablandarla a continuacion deberan formar caraloles como lo indica la docente. |
| **Viernes** | | 03:00:00 p.m. | 05:30:00 p.m. | Brindar a los niños y niñas actividades de juego por medio de las cuales fortalezca la motricidad fina y agarre de pinza. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida entonando la cancion hola hola como estan<br>**Fase principal:** se ortgsnizara el espacio para que los niños realicen la actividad de forma agradables |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **n e s** | 20/03/2026 | | | | **Fase Final:** Sentaremos a los niños y niñas en el piso la docente les mostrara como es la fugura del cuadrado con un carton. y se les facilitara palos de paleta |
| | | | | | **Actividades para el desarrollo de la sesión** los niños y niñas tendran al alcance varios palos de paleta con los que formaran en el íso diferente cuadrados |
| **S á b a d o** | 21/03/2026 | 03:00:00 p.m. | 5:30 p. m | Fortalecer en los niños y niñas la motricidad fina a traves de actividades de pegado. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida con la cancion buenas tardes amiguitos como estan y se nombrara a cada uno de los menores con el fin de saludarlo a uno por uno. |
| | | | | | **Fase principal:** Adecuar el espacio en el cual los niños puedan trabajar tranquilamente y a gusto se necesitaran mesas, sillas, hojas blancasa trozos de foamy y colbon |
| | | | | | **Fase Final:** La docente les mostrara a los niños y niñas lo que se va a hacer en la actividad con los materiales. |
| | | | | | **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Se les facilitara a los niños y niñas trozos de foamy, hojas blancas, colbon ellos y ellas debenran pegar los trozos de foamy en la hoja blanca libremente. |
| **OBSERVACIONES:** | | | | | |
| | | | | | |
| **NOMBRE DEL ENTRENADOR DEPORTIVO** | | | | | **FIRMA** |

| Versión 2<br>Enero 2026 Elaboro:<br>Equipo Metodológico. | INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA | |
|---|---|---|

| PLANEACIÓN MENSUAL TIEMPO LIBRE | |
|---|---|
| NOMBRE DEL ENTRENADOR | KAROL GOMEZ |
| MES | MARZO 23 AL 28 |
| OBJETIVO MENSUAL | Brindar a los niños y niñas espacios y actividades ludicas por medio de las cuales fortalezcan motricidad fina, motricidad gruesa, equilibrio y destresas motoras. |

| Día | Fecha | Hora de inicio | Hora final | Objetivo de la sesión de clase | DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE<br>EJES TEMÁTICOS PEDAGÓGICOS (PERCEPCIÓN MOTRIZ - ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD - CAPACIDADES FÍSICAS - INTERACCIÓN SOCIAL - FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA) |
|---|---|---|---|---|---|
| **Lunes** | 23/03/2026 | FESTIVO | FESTIVO | FESTIVO | **Fase Inicial:** **FESTIVO**<br>**Fase principal:** **FESTIVO**<br>**Fase Final:** **FESTIVO**<br>**Actividades Para el desarrollo de la sesión:** .<br>**FESTIVO** |
| **Martes** | 24/03/2026 | 10:00 am . | 12:30 p.m. | Fortalecer en los niños y niñas la motricidad gruesa a traves de actividades de saltos. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la ronda el corazon de la piña.<br>**Fase principal:** La educadora adecuara el espacio para la actividad la cual se desarrollara en el piso con aros.<br>**Fase Final:** la docente ubicara a los niños y niñas de pie por el espacio los pondra a saltar en ambos pies en el sitio<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** a continuacion la docente tendra en el piso un gusano con los aros a continuacion le pedira a los niños y niñas pasar saltando en ambos pies sin pisar los aros. |
| **Miércoles** | 25/03/2026 | 10:00 am . | 12:30 p.m. | brindar a los niñosy niñas actividades ludicas en las que fortalezcan la motricidad gruesa. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la entonacion y baile de la cancion en la batalla del calentamiento<br>**Fase principal:** La docente adecuara y alistara el espacio para realizar la actividad en un aro pondra cinta de la anca con el fin de poder pegar varial pelotas al pegante de la cinta<br>**Fase Final:** Se les mostrara a los menores como se va a realizar el ejercicio a continuacion ellos lo realizaran<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Los menores deberan ir gateando hasta la piscina de pelotas y agarrar una pelota a continuacion iran saltando con la pelota en la mano deberan llegar a donde esta el aro con cinta y alli pegar la pelota. |
| **Jueves** | 26/03/2026 | 10:00 am . | 12:30 p.m. | Estimular en los niños y niñas la motricidad gruesa a traves de actividades ludicas en las que requieren caminar sobre diferentes texturas. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la actividad la gallinita sierga<br>**Fase principal:** la educadora edecuara el espacio con cubetas de huevos espichadas formando un camino en el piso<br>**Fase Final:** les mostrara a los menores como deben pasar sobre este camino con el fin de que ellos y ellas lo agan luego.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** los noño y niñas deberan quitarse los zapatos y medias con el fin de que pasen caminando por el camino de las cubetas descalsos |
| **Viern** | [illegible] | 10:00 am. | 12:30 p.m. | Fortalecer en los niños y niñas la motricidad gruesa a traves de actividades de lanzar pelotas | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la entonacion de diferentes rondas infantyiles propuestas porlos niños y niñas.<br>**Fase principal:** la docente adecuara el espacio amarrara una bolsa grande a un aro y dispondra de algunas pelotas de la posina |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **n e s** | 27/03/2026 | | | | **Fase Final:** A continuacion la docente les mostrara a los niñosy niñas un ejeplo de como lanzar la pelota y lograr encestar en el aro logrando que la pelota quede dentro de la bolsa.<br><br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Los niñosy niñas pasaran por turnos tendran que agarrar una pelota de piscina y lanzarla hacia donde esta el aro el objetivo es que deben lograr meter la pelota dentro de la bolsa que se encuentra amarrada en el aro. |
| **S á b a d o** | 28/03/2026 | 10:00 am . | 12:30 p.m. | . Estimular los musculos de las manos y brasos de los niños y niñas a traves de masajes corporales. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la imitacion de la cancion saltan los conejos<br><br>**Fase principal:** la docente dispondra de colchonetas y aceite o crema corporal adecuara el espacio para la actividad.<br><br>**Fase Final:** la educadora pedira a los menore quitarsen el saco o chaqueta y les explicara que se les untara un poco de aceite o crema para realizar masajes en manos y brazos<br><br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** a continuacion los menores estaran ubicados sentados en colchonetas y se dispondran a realizar los masajes ellos mismos en su propio cuerpo (manos y brazos**)** |
| **OBSERVACIONES:** | | | | | |
| | | | | | Xiomi Gómez |
| **NOMBRE DEL ENTRENADOR DEPORTIVO** | | | | | **FIRMA** |

| Versión 2<br>Enero 2026 Elaboro:<br>Equipo Metodológico. | INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA |
|---|---|

**PLANEACIÓN MENSUAL TIEMPO LIBRE**

| | |
|---|---|
| **NOMBRE DEL ENTRENADOR** | **KAROL GOMEZ** |
| **MES** | **MARZO 30 Y 31** |
| **OBJETIVO MENSUAL** | Brindar a los niños y niñas espacios y actividades ludicas por medio de las cuales fortalezcan motricidad fina, motricidad gruesa, equilibrio y destresas motoras. |

| Día | Fecha | Hora de inicio | Hora final | Objetivo de la sesión de clase | DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE<br>EJES TEMÁTICOS PEDAGÓGICOS (PERCEPCIÓN MOTRIZ - ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD - CAPACIDADES FÍSICAS - INTERACCIÓN SOCIAL - FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA) |
|---|---|---|---|---|---|
| **Lunes** | 30/03/2026 | 03:00 p.m. | 05:30 p.m. | fortalecer en los niños y niñas los musculos de las manos y motricidad a traves de actividades de apilar objetos. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la cancion saco mis manitas |
| | | | | | **Fase principal:** La docente dispondra del material que se requiere para la actividad los cuales son fichas de armotodo y adecuara el espacio. |
| | | | | | **Fase Final:** A continuacion les mostrara a los menores como apolar las ficha formando torres altas y torres bajitas con las fichas. |
| | | | | | **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Los menores dispondran del material el cual estara en el piso se sentaran en forma de circilo y libremente deberan formar torres con las fichas del armotodo por ultimo miraremos cuales son mas altas y cuales mas bajitas. |
| **Martes** | 31/03/2026 | 03:00 p.m. | 05:30 p.m. | Brindar a los niños y niñas actividades en las que se fortalezca la motricidad fina a traves de la pintura dactilar. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de diferentes actividades ludicas como la rueda rueda, el piente esta quebrado, el corazon de la piña entre otros |
| | | | | | **Fase principal:** La docente dispondra del material que se requiere para la actividad los cuales son hojas blancas, mesas, sillas y vinilos de colores organizara el espacio adecuadamente. |
| | | | | | **Fase Final:** Se organizaran los menores sentados en las sillas ylos materiales los tendran sobre la mesa, la docente les explicara como se debe realizar la actividad dando un ejemplo. |
| | | | | | **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Los niños y niñas tendran sobre la mesa diferentes materiales como hijas blancas y vinilos de colores realizaran dactilo pintura libre sobre la hoja dejando solo punticos de la uella del dedo indice. |

**OBSERVACIONES:**

| | |
|---|---|
| | Karol Gómez |
| **NOMBRE DEL ENTRENADOR DEPORTIVO** | **FIRMA** |

02/26/2026
Metodologo del IMRD Cota

| Versión 2<br>Enero 2026 Elaboro:<br>Equipo Metodológico. | INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA |
|---|---|

| PLANEACIÓN MENSUAL TIEMPO LIBRE | |
|---|---|
| NOMBRE DEL ENTRENADOR | KAROL GOMEZ |
| MES | ABRIL 01 AL 04 |
| OBJETIVO MENSUAL | Brindar a los niños y niñas espacios y actividades por medio de las cuales se relacionen con sus pares creando seguridad, confianza, autonomia, creatividad e imaginacionfortaleciendo motricidad fina y musculos de las manos. |

| Día | Fecha | Hora de inicio | Hora final | Objetivo de la sesión de clase | DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE<br>EJES TEMÁTICOS PEDAGÓGICOS (PERCEPCIÓN MOTRIZ - ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD - CAPACIDADES FÍSICAS - INTERACCIÓN SOCIAL - FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA) |
|---|---|---|---|---|---|
| **Miércoles** | 01/04/2026 | 10:00:00 a.m. | 12:30 pm . | Brindar actividfades ludas en las que los niños y niñas fortaleceran los musculos de las mano. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida entonando con los niños y niñas la cancion pompon es un muñeco realizando los movimientos que nos indica esta.<br>**Fase principal:** Adecuaremos el espacio con el fin de que los menores puedan realizar la actividad agradablemente.<br>**Fase Final:** Nos ubicaremos con los menores sentados en el piso y la docente pasara a mostrales los materiales que se utilizaran, acontinuacion la docente realizara el ejercicio mostrandoles un ejemplo a los niños de lo que van a realizar. Sacaran con cucharas plasticas pimpones de una tina con agua.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Se les facilitara a los niños y niñas los materiales para que por turnos utilizando cucaras plasticas saquen del agua algunos pimpones que alli encontraran. |
| **Jueves** | 02/04/2026 | 10:00:00 a. m | 12:30 p.m. | FESTIVO | **Fase Inicial:**<br>FESTIVO<br>**Fase principal:**<br>FESTIVO<br>**Fase Final:**<br>FESTIVO<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:**<br>FESTIVO |
| **Viernes** | 03/04/2026 | 10:00 a. m | 12:30 p.m. | FESTIVO | **Fase Inicial:**<br>FESTIVO<br>**Fase principal:**<br>FESTIVO<br>**Fase Final:**<br>FESTIVO<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:**<br>FESTIVO |
| **Sábado** | 04/04/2026 | 10:00 a. m | 12:30 p m. | Fortalecer en los niños y niñas musculos de las manos, motricidad fina y agarre de pinza a traves de actividades de ensartado. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida entonando diferentes rondas infantiles acompañando con las palmas.<br>**Fase principal:** A continuacion pasaremos mostrarles a los menores los materiales que utilizaremos para nuestra actividad indicando el nombre de cada material.<br>**Fase Final:** Para continuar nos ubicaremos sentados en el tapete en forma de media luna se les mostrara a los niños y niñas como realizar el ejercicio con los materiales que se les brindara.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Se les facilitara palos de paleta o pitillos a los niños y niñas y una botella plastica ellos y ellas deberan meter los pitillos y palos de paleta uno por una dentro de la botella |

| OBSERVACIONES: | |
|---|---|
| KAROL GOMEZ |  |
| NOMBRE DEL ENTRENADOR DEPORTIVO | FIRMA |

| Versión 2<br>Enero 2026 Elaboro:<br>Equipo Metodológico. | INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA | |
|---|---|---|

**PLANEACIÓN MENSUAL TIEMPO LIBRE**

| | |
|---|---|
| **NOMBRE DEL ENTRENADOR** | **KAROL GOMEZ** |
| **MES** | **ABRIL 06 AL 11** |
| **OBJETIVO MENSUAL** | Brindar a los niños y niñas espacios y actividades por medio de las cuales se relacionen con sus pares creando seguridad, confianza, autonomia, creatividad e imaginacion fortaleciendo motricidad fina y musculos de las manos. |

| Día | Fecha | Hora de inicio | Hora final | Objetivo de la sesión de clase | DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE<br>EJES TEMÁTICOS PEDAGÓGICOS (PERCEPCIÓN MOTRIZ - ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD - CAPACIDADES FÍSICAS - INTERACCIÓN SOCIAL - FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA) |
|---|---|---|---|---|---|
| **Lunes** | 06/04/2026 | 03:00 p.m. | 5:30 pm | Brindar a los niño y niñas seguridad y confianza a traves de actividades de masajes corporales. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida entonando con los niños y niñas la canción. Buenos días, buenos días, como están, como están, hoy es día lunes, hoy es día lunes y vamos a empezar. |
| | | | | | **Fase principal:** A continuacion pasaremos a indagar con los padres de familia y menores si ellos realizan masajes en casa, en que momento los realizan, si durante el baño, cuando se van a dormir, o en que momento lo hacen y cada cuanto. |
| | | | | | **Fase Final:** A continuacion con el fin de brindar seguridad en los menores pasaremos a explicarles que vamos a retirar el pantalon para aplicar crema o aceite corporal en las piernas para realizar masajes. |
| | | | | | **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Se continuara realizando masajes sueves en extremidades inferiores a los menores en donde los padres tambien participaran de la actividad realizandole los masajes a sus hijos acompañando la secion con canciones de cuna. |
| **Martes** | 7/04/2026 | 3:00 p. m.. | 5:30 pm | Brindar a los niños y niñas seguridad y confianza a traves de actividades de equilibrio | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida entonando con los niños y niñas la canción. Buenos días, buenos días, como están, como están, hoy es día martes, hoy es día martes y vamos a empezar. |
| | | | | | **Fase principal:** A continuacion pasaremos a formar un circuito sencillo con el gimnacio y se les explicara que podran pasar por este teniedo mucho cuidado y respetando el turno de los demas niños y niñas. |
| | | | | | **Fase Final:** A continuacion los menores pasaran por el circuito con ayuda de los padres de familia que los acompañan, podran pasar gateando, caminando, arastrandose como se les facilite para explorar el espacio libremente. |
| | | | | | **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Para finalizar los menores pasaran por el circuito con ayuda de los padres de familia que los acompañan, esta vez deben para de acuerdo a la indicacion de la docente. |
| **Miércoles** | 8/04/2026 | 3:00p. m. | 5:30 pm | Fomentar en los niños y niñas autonomia a la hora de quitar y poner los zapatos y medias. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida entonando con los niños y niñas la canción. Buenos días, buenos días, como están, como están, hoy es día miercoles, hoy es día miercoles y vamos a empezar. |
| | | | | | **Fase principal:** Pasaremos a mostrarles a los niños y niñas que para iniciar actividad deben retirarse los zapatos y les mostraremos en donde los guardaran durante el tiempo que estemos en actividades |
| | | | | | **Fase Final:** Pasaremos a realizar el ejercico junto con los padres de familia y con ayuda de ellos los menores retiraran zapatos y medias y los guardaran en el mueble que se les indico. Nuevamente los pondran con ayuda de los padres. |
| | | | | | **Actividades para el desarrollo de la sesión:** A continuacion los niños y niñas realizaran el ejercicio de forma independiente, quitar zapatos y medias guardarlos pasaremos a jugar libremente y al finalizar pasaran a ponerse nuevamente los zapatos intentando hacerlos solos. |
| **Jueves** | 9/04/2026 | 3:00 .p m. | 5:30p. m. | . Fortalecer en los niños y niñas confianza y segurudad a traves del baile libre y dirigido. | **Fase Inicial:**Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida entonando con los niños y niñas la canción. Buenos días, buenos días, como están, como están, hoy es día jueves, hoy es día jueves y vamos a empezar. |
| | | | | | **Fase principal:** iniciaremos indagando con los niños y niñas que canciones les gusta, si les gusta bailar o no, si en casa bailan con los padres y que canciones o rondas bailan o cantan entre otros. |
| | | | | | **Fase Final:** A continuación pasaremos a poner a sonar diferentes rondas infantiles, teniendo en cuanta las opiniones anteriormente mensionadas por los menores invitando a los niños y niñas a bailar libremente por el espacio junto con los padres de familia para que adquieran confianza y seguridad. |
| | | | | | **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Para continuar la docente podra a sonar la cacion TENGO UN CUERPO Y LO VOY A MOVER, con esta los niños y niñas bailaran al ritmo de la cancion siguiendo los pasos que indica la docente. |
| **Viernes** | 10/04/2026 | 3:00p. m. | 05:30 p.m. | Fortalecer en los niños y niñas autonomia, confianza y seguridad a traves del juego | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida entonando con los niños y niñas la canción. Buenos días, buenos días, como están, como están, hoy es día viernes, hoy es día viernes y vamos a empezar. |
| | | | | | **Fase principal:** Pasaremos a adecuar el espasio con juegos de bolos y las pelotas correspondientes indagaremos con ellos quienes algunas vez a teniado la oportunidad de jugar bolos, les daremos a conocer a los menores la reglas y el objetivo del juego. |
| | | | | | **Fase Final**: : Pasaremos a realizar la demostracion de como se debe jugar, desde donde debemos lanzar y cual es el objetivo del juego los niños y niñas observaran a la docente. |
| | | | | | **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Pasaran los niños y niñas por turnos a realizar el ejercicio intentando cumplir con el objetivo establecido que es tumbar la mayoria de bolos posibles con la pelota. |
| **Sábado** | 11/04/2026 | 3:00pm | 5:30 pm | Fortalecer en los niños y niñas autonomia y seguridad a traves del juego libre. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida entonando con los niños y niñas la canción. Buenos días, buenos días, como están, como están, hoy es día sabado, hoy es día sabado y vamos a empezar. |
| | | | | | **Fase principal**: Se adecuara el espacio con diferentes juguetes pelotas, muñecos, bloques entre otros, nos organizaremos en circulo sentados en el tapete, pasaremos a preguntar a los menores cuales de los juguetes que estan al alcance son de su preferencia y por que. |
| | | | | | **Fase Final:** La docente se ubicara en el centro del circulo con el fin de ir mostrando cada uno de estos juguetes a los niños y niñas nombrandoles caracteristicas sencillas de los mismos, color, forma, tamaño entre otros. |
| | | | | | **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Se les indicara a los menores jugar libremente con los juguetes que tienen al alcance compartiendo con los demas brindandoles autonomia durante el juego libre. |

**OBSERVACIONES:**

| | |
|---|---|
| **KAROL GOMEZ** |  |
| **NOMBRE DEL ENTRENADOR DEPORTIVO** | **FIRMA** |

| Versión 2<br>Enero 2026 Elaboro:<br>Equipo Metodológico. | INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA | |
|---|---|---|

**PLANEACIÓN MENSUAL TIEMPO LIBRE**

| | |
|---|---|
| **NOMBRE DEL ENTRENADOR** | **KAROL GOMEZ** |
| **MES** | **ABRIL 13 AL 18** |
| **OBJETIVO MENSUAL** | Brindar a los niños y niñas espacios y actividades por medio de las cuales se relacionen con sus pares creando seguridad, confianza, autonomia, creatividad e imaginacion fortaleciendo motricidad fina y musculos de las manos. |

| Día | Fecha | Hora de inicio | Hora final | Objetivo de la sesión de clase | DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE<br>EJES TEMÁTICOS PEDAGÓGICOS (PERCEPCIÓN MOTRIZ - ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD - CAPACIDADES FÍSICAS - INTERACCIÓN SOCIAL - FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA) |
|---|---|---|---|---|---|
| **Lunes** | 13/04/2026 | 3:00 pm. | 5:30 pm. | Fortalecer en los niños y niñas la creatividad a traves de actividades de pintura con tecnica de puntillizmo. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la entonacion de diferentes rondas infantiles acompañadas del sonido de maracas y sonajeros.<br>**Fase principal:** Organizaremos las mesas y la sillas sobre estas pondremos copitos, hojas blancas, y pinturas de diferentes colores.<br>**Fase Final:** Organizaremos a los niños y niñas sentados en las sillas le facilitaremos un copito, una hoja blanca y pinturas para que realicen la actividad de pintillismo.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Se les indicara a los niños y niñas que con los copitos realizaran puntos de pintura libremente creando lo que deseen, Estimulando la creatividad. |
| **Martes** | 14/04/2026 | 3:00 pm. | 05:30:00 p.m. | Brindar a los menores actividades de garabateo y dibujo libre en la que fortaleceran la creatividad. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves del baile de la cancion tengo una serpiente que anda por el bosque.<br>**Fase principal:** la docente adecuara el espacio para la actividad en el piso pondra pliegos de papel craf y algunas crayolas de diferentes colores.<br>**Fase Final:** A continuacion organizara a los niños y niñas alrededor del papel cfraf y les indicara que pueden utilizar las crayas del color que deseen.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión: P**ara finalizar la docente indicara a los niños y niñas que pueden dibujar o garabatear sobre el papel libremente por ultimo se les preguntara a cada uno que fue lo que dibujaron. |
| **Miércoles** | 15/04/2026 | 03:00:00 p.m. | 05:30:00 p.m. | Fortalecer en los niños y niñas la creatividad a traves de actividades de pintura libre y estampado con espuma. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida,a traves de la cancion hola, hola como estan yo muy bien y tu que tal.<br>https://www.youtube.com/watch?v=7wTkHmpDE9k<br>**Fase principal:** Organizaremos el espacio con pliego de palet craf en el piso y alrededor de este pinturas de diferentes colores, ubicaremos a los niños y niñas sentados alrededor del papel, se les mostrara los materiales que se van a utilizar.<br>**Fase Final:** La docente realizara diferentes estampados de pintura con espuma mostrandoles a los niños y niñas como hacerlo y las diferentes cosas que pueden crear a traves de estos estampados.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Se dejara que los niños y niñas exploren y creen libremente a traves de la pintura y la espuma, realizando sus creaciones sobre el papel craff. |
| **Jueves** | 16/04/2026 | 03:00:00 p.m. | 05:30:00 p.m. | Brindar a los niños y niñas actividades de pintura libre por medio de las cuales fortaleceran la creatividad e imaginacion | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la entonacion de diferentes canciones y rondas propuestas por los menores.<br>**Fase principal: S**e ubicara a los niños y niñas sentados en sillas y se pondran las mesas en las cuales encontraran hojas blancas y vinilos de colores que sera el material a utiliza<br>**Fase Final:** Se les indicara a los niños y niñas que vamos a crear un manchon magico ultilizando las pinturas y que se va a realizar sobre la hoja blanca la docente realizara el de ella mostrando el ejemplo.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** A continuacion los niños y niñas crearan su manchon magico utilizando las pinturas que deseesn y con ayuda de sus acuduentes luego se les preguntara que les salio en su manchon magico y que observan en el mismo. |
| **Viernes** | 17/04/2026 | 03:00:00 p.m. | 05:30:00 p.m. | Brindar a los niños y niñas actividades de pintura libre por medio de las cuales fortaleceran la creatividad e imaginacion | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuacion se realizara la bienvenida a traves de la entonacion de la cancion la mariposa esta en la cocina.<br>**Fase principal:** A continuacion se organizara el espacio con sillas pasaremos a ubicar a los menores en la sillas y los invitaremos e quitarsen los zapatos y las medias y dejarlos a lado de la silla de cada uno.<br>**Fase Final:** La docente pasara a mostrarles una himagen elaborada con pintura para la cual pintaron los pies para formar una mariposa.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión** se pasara niño por niño y en una hoja blanca se les realizara una mariposa con vinilos utilizando las huiellas de los pies de los menores. |
| **Sábado** | 18/04/2026 | 03:00:00 p.m. | 5:30 p. m | fortalecer en los niños y niñas la creatividad e imaginacion a traves de tecnicas de dactilopintura. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuacion se realizara la bienvenida a traves de la entonacion de la cancion saco mis manitas.<br>**Fase principal:** A continuacion se organizara el espacio con sillas y mesas pasaremos a ubicar a los menores en la sillas muy organizadamente.<br>**Fase Final:** Se les facilitara a los menores hojas blancas y vinilos de colores Lala docente pasara a explicarles que es los que van a realizar en las hojas blancas con los vinilos.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** los menores deberan realizar huellas con el dedo indice libremente en la hoja blanca. |

**OBSERVACIONES:**

| | |
|---|---|
| **KAROL GOMEZ** | Karol Gómez |
| **NOMBRE DEL ENTRENADOR DEPORTIVO** | **FIRMA** |

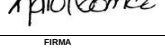
| Versión 2<br>Enero 2026 Elaboro:<br>Equipo Metodológico. | INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA | |
|---|---|---|

**PLANEACIÓN MENSUAL TIEMPO LIBRE**

| | |
|---|---|
| **NOMBRE DEL ENTRENADOR** | **KAROL GOMEZ** |
| **MES** | **ABRIL 20 AL 25** |
| **OBJETIVO MENSUAL** | Brindar a los niños y niñas espacios y actividades por medio de las cuales se relacionen con sus pares creando seguridad, confianza, autonomia, creatividad e imaginacionfortaleciendo motricidad fina y musculos de las manos. |

| Día | Fecha | Hora de inicio | Hora final | Objetivo de la sesión de clase | DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE<br>EJES TEMÁTICOS PEDAGÓGICOS (PERCEPCIÓN MOTRIZ - ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD - CAPACIDADES FÍSICAS - INTERACCIÓN SOCIAL - FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA) |
|---|---|---|---|---|---|
| **Lunes** | 20/04/2026 | | | Fortalecer en los niños y niñas la creatividad a traves de la creacion libre y dirigida con plastilina. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida, a traves del juego tingo tingo tango.<br>**Fase principal:** Se ubicara a los menores sentados en sillas, se pondran las mesas y se les facilitará plastilina les indicaremos iniciar a ablandar la platilina amasandola sobre la mesa.<br>**Fase Final:** La docente pasara a mostrarles como hacer diferentes animalitos sencillos utilizando la plastilina los menores intentaran elaborarlos suiguiendo los pasos que la docente les indicara.<br>**Actividades Para el desarrollo de la sesión:** Los menores realizaran juego libre con la plastilina moldeandola, realizando lo que ellos deseen a imaginacion y creatividad de ellos. |
| **Martes** | 21/04/2026 | 10:00 am . | 12:30 p.m. | Fortalecer en los niños y niñas autonomia a traves de lectura de imágenes identificando elementos de aseo personal. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la cancion pimpon es un muñeco.<br>**Fase principal:** Nos ubicaremos con los niños y niñas sentados sobre el tapete en forma de media luna y entonaremos la cancion saco mis manitas realizando la mimica de la misma.<br>**Fase Final:** La docente por medio de imágenes les dara a conocer a los niños y niñas los elementos necesarios para realizar el lavado de manos adecuado.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Se les facilitara a los menore guias en la que encontraran imágenes de elemento de aseo decoraran librenmente con diferentes materiales los que se utilizan para el lavado de manos. |
| **Miércoles** | 22/04/2026 | 10:00 am . | 12:30 p.m. | Forteleceren los niños y niñas autonomia y seguridad atraves del dibujo libre ASI SOY YO | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida, entonando canciones referentes al sol, sol solecito, el sol se dejo crecer los bigotes entre otros.<br>**Fase principal:** Nos ubicaremos en forma de media luna sentados sobre el tapete la docente pasara a dialogar con los niños y niñas acerca del tema niño y niñas, y sus caracteristicas.<br>**Fase Final:** La decente realizara un juego ludico donde realizaran diferentes ejercicios teniendo en cuanta las indicaciones de la docente. Por ejemplo las niñas se van a sentar lo niños van a permanecer de pie.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Ubicaremos a los menores en las sillas y con mesas se les facilitara crayolas y hojas blancas con ayuda de los acudiente los menores realizaran el dibujo libre de como son ellos. |
| **Jueves** | 23/04/2026 | 10:00 am . | 12:30 p.m. | Crear en los niños y niñas confianza y seguridad atraves de juego libre y dirigido con balones y pelotas. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida realizando juego con burbujas de jabon. La docente lanzara burbujas con un burbujero y los menores intentaran cogerlas en el aire.<br>**Fase principal:** La docente adecuara el espacio dejando el material a utilizar, balones y pelotas de piscina pasara a mostrarles a los menores el material nombrando caracteristicas sencillas de estos elementos.<br>**Fase Final:** Los menores podran explorar y manipular el material libremente y como se les facilite.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Se les facilitara a los menores un balon o pelota a cada uno con el fin de que ellos y ellas realicen los ejercicios dirijidos por la docente. Por ejemplo lanzar el balon o pelota hacia adelante, lanzar el balon o pelota hacia arriba, entre otras. |
| **Viernes** | 24/04/2026 | 10:00 am. | 12:30 p.m. | Fortalecer en los niños y niñas creatividad a traves de la exploracion y creacion a traves del juego libre con bloques de armotodo | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la entonacion de deferntes rondas infantiles propuestas por los menores.<br>**Fase principal:** Adecuaremos el espacio con el meterial que se va a utilizar con los menores, fichas de armotodo los niños y niñas se ubicaran en forma de circulo alrededor del material. La docente pasara a mostrarles el material nombrando caracteristicas de este color, forma, tamaño.<br>**Fase Final:** La docente les mostrara a los niños y niñas los diferentes cosas que pueden armar con las fichas, torres, casas, carreteras, entre otras.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Se dejara que los niños y niñas realicen juego libre con las fichas del armotodo creando torres, casas, y demas creacion de ellos mismos. |
| **Sábado** | 25/04/2026 | 10:00 am . | 12:30 p.m. | Crear en los menores autonomia y confianza a traves de juego libre con diferentes objetos y juguetes. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la cancion hola, hola con las manos. https://youtu.be/iC-9PKGI4Mk?si=-q8e4Jvov51g6MYz<br>**Fase principal:** Se organizará el espacio dejando al alcance de los menores diferentes juguetes y materiales los cuales la docente mostrara dandoles indicaciones de cuidar y compartir.<br>**Fase Final:** La docente se ubicara junto con los niños y niñas alrededor del material dejando que ellos escojan el juguete o elemento que mas les llame la atencion a continuacion les realizara preguntas sencillas sobre el juguete que escogieron.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Se les dejara a los menores explorar y manipiular libremente cada uno de los juguetes y materiales que se les dejo al alcance observando la relaion con sus pares y cuidado de los mismo. |

**OBSERVACIONES:**

| | |
|---|---|
| **KAROL GOMEZ** |  |
| **NOMBRE DEL ENTRENADOR DEPORTIVO** | **FIRMA** |

| Versión 2<br>Enero 2026 Elaboro:<br>Equipo Metodológico. | INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA | |
|---|---|---|

**PLANEACIÓN MENSUAL TIEMPO LIBRE**

| | |
|---|---|
| **NOMBRE DEL ENTRENADOR** | **KAROL GOMEZ** |
| **MES** | **ABRIL 27 AL 30** |
| **OBJETIVO MENSUAL** | Brindar a los niños y niñas espacios y actividades por medio de las cuales se relacionen con sus pares creando seguridad, confianza, autonomia, creatividad e imaginacionfortaleciendo motricidad fina y musculos de las manos. |

| Día | Fecha | Hora de inicio | Hora final | Objetivo de la sesión de clase | DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE<br>EJES TEMÁTICOS PEDAGÓGICOS (PERCEPCIÓN MOTRIZ - ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD - CAPACIDADES FÍSICAS - INTERACCIÓN SOCIAL - FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA) |
|---|---|---|---|---|---|
| **Lunes** | 27/04/2026 | 03:00 p.m. | 05:30 p.m. | Fortalecer en los niños y niñas seguridad y confianza a traves de actividades de gateo y arraste. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la ronda en la batalla del calentamiento.<br>**Fase principal:** Se adecuada el espacio en el cual los menores podran encontrar un camino elaborado con los bloques, en unn extremos estara el inicio y al finalizar en el otro extremo encontraran juguetes.<br>**Fase Final:** La docente realizra el ejercicio mostrandoles el ejemplo a los niños y niñas de lo que deben hacer en la actividad. Parasa gateando o arrastrandoce por el camino de extremo a extremo hata finalizar llegando al extremo donde estaran los juguetes.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Los niños y niñas pasaran por turnos para realizar el ejercicio que se les indicara, deberan pasar por el camino arrastrandose o gateando como lo indique la docente, pasar de extremo a extremo al finalizar deberan coger un juguete de los que alli se encuentran. |
| **Martes** | 28/04/2026 | 03:00 p.m. | 05:30 p.m. | Fortalecer en los niños y niñas confianza, seguridad y relacion con sus pares a traves de actividades de juego libre y dirigido en el gimnasio | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida, a traves de la actividad la docente manda a… que los niños gateen. Realizando diferentes ejercicios corporales.<br>**Fase principal:** Se adecuara el espacio con una pista de obstaculos formado con el imnasio de espuma.<br>**Fase Final:** La docente ubicara a los menores sentados en el tapete con el fin de contales y mostrarles el objetivo de la actividad.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Los niños y niñas deberan pasar por los obtaculos por turnos ellos deberan seguir las instrucciones de la docente con el fin de acerlo de forma organizada y fortalecer el cuerpo y motricidad de forma segura. |
| **Miércoles** | 29/04/2026 | 10:00 am . | 12:30 p.m. | Fortalecer en los niños y niñas la confianza y relacion co los pares a traves de actividades de lanzar y atrapar. | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la cancion el baile del sapito<br>**Fase principal:** La docente adecuara el espacio en el cual estara lo mas despejado posible de objetos con el fin de brindar seguridad durante la actividad para los niños y niñas<br>**Fase Final:** Se les facilitara a los niños y niñas un globo con ayuda de los padres o acudiente lo deben inflar, la docente realizara el ejemplo de eljercicio lanzar el globo al aire y sin dejarlo caer bolberlo a subir.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Los niños y niñas cogeran cada uno el globo y lo lanzaran al aire y sin dejarlo caer lo deben bolver a lanzar. |
| **Jueves** | 30/04/2026 | 10:00 am . | 12:30 p.m. | Fortalecer en los niños y niñas la seguridad y confianza a traves de actividades de equilibrio | **Fase Inicial:** Se pasará la planilla para realizar el registro de los nombres de los menores. A continuación, realizaremos la bienvenida a traves de la cancion tengo un cuerpo y lo voy a mover realizando los ejercicios que esta nos indica.<br>**Fase principal:** La docente formara 2 caminos uno recto y uno curvo con cinta en el piso.<br>**Fase Final:** Se ubicaran los niños y niñas sentados en el piso observaran el ejemplo de la docente para luego ellos pasar a hacer el ejercicio.<br>**Actividades para el desarrollo de la sesión:** Los niños y niñas pasaran por turnos para realizar el ejercicio debran pasar por los caminos trazados con cinta teneindo equilibrio deberan pasar pizando la cinta. |

**OBSERVACIONES:**

| | |
|---|---|
| **KAROL GOMEZ** | Karol Gómez |
| **NOMBRE DEL ENTRENADOR DEPORTIVO** | **FIRMA** |

Daniel Segura Tibāquichá

27/03/2026
Metodólogo del IMRD Cota

## EVALUACIÓN CORRESPONDIENTE AL MES DE MARZO

Durante el mes de marzo, al Centro de Estimulación asistieron entre 10 y 15 menores diariamente. Se evidenció que en la jornada de la mañana hubo mayor asistencia de niños entre los 2 meses y 1 año y medio, mientras que en la jornada de la tarde participaron niños con edades entre los 2 y 6 años.

A lo largo de este mes, las actividades desarrolladas estuvieron orientadas al fortalecimiento de la autonomía, la creatividad, la seguridad y la confianza en los niños y niñas. Se observó una participación activa en cada una de las propuestas, así como avances en la independencia durante su ejecución.

Mediante el juego libre y el compartir de materiales y juguetes, se evidenció un adecuado comportamiento y procesos de socialización entre pares, acordes a su etapa de desarrollo. Asimismo, en actividades como circuitos de obstáculos, bolos y baile, los menores demostraron mayor seguridad en sí mismos, logrando realizar las tareas de manera más autónoma.

Durante los espacios de diálogo, se destacó el incremento en la confianza para expresar ideas y opiniones, de acuerdo con su edad, lo cual contribuyó al fortalecimiento del lenguaje y la expresión emocional frente a los demás.

En relación con los niños y niñas entre los 2 meses y 1 año y medio, se reconoce que, debido a su edad, aún dependen en gran medida de sus padres o acudientes. No obstante, participan y disfrutan de las actividades propuestas con el acompañamiento del adulto, favoreciendo progresivamente su seguridad.

En general, los niños y niñas continúan fortaleciendo su confianza a través de actividades libres y compartidas, evidenciando disfrute, interés y participación en las experiencias planteadas.

| Version 2<br>Enero-2026<br>Elaboro: Equipo Metodologico. | INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTE DE COTA |
|---|---|

**Control de asistencia diaria Gimnasio, HEVS, actividades musicalizadas, biciactivate, centro de estimulación temprana y juegos autoctonos**

| Nombre del Entrenador | | Kaiol Gomez | Mes | Marzo | Hora | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Fecha (Día-mes-año) | Hora de Ingreso | Nombres y Apellidos del Acudiente | Documento de identidad | Teléfono /Celular | Zona o lugar | Nombres y apellidos del Niñ@ | Eps | Firma |
| 10/03/2026 | 4:00 pm | Angie Dayana Cuadro | 1098676210 | 3143996300 | Cota | Juliana Olarte | Sura | |
| 10/03/2026 | 4:30 pm | Giseth moraleS | 1121941300 | 3144710875 | cota | Thiago ospina | sanitas | Giseth M |
| 10/03/2026 | 5:00pm | Angie Fernanda Noguera | 1090179135 | 3115981698 | Cetime | Martin Rodriguez | Sisca | |
| 11-03-2026 | 10:30 Am | Daniela Diaz Ruiz | 1010014988 | 3112689161 | cota | Lyanna sofia Acevedo | compensar | |
| 11-03-2026 | 10:30 am | Karen Ariza Ana Gilma Marlo | 51993894 | 3143269386 | Campus | Lina Roa | Colsanitas | |
| 11-03-2026 | 10:30am | Gabriel Roa Ana Gilma Marlo | 51993894 | 3114647246 | Campus | Gabriel Roa | Colsanitas | |
| 11-03-2026 | 10:30am | Andrea Diaz Diaz | 1000835004 | 3119345645 | campus | Alissia victoria diaz | sanitas | |
| 11:08 2026 | 11:15 | STEVEN YARA | 1026556347 | 3132947773 | CAMPUS | SARA YARA | COMPENSAR | |
| 11-03-2026 | 3:00 | Luisa Nevque | 1003565787 | 3229490285 | centro | Jhoan zambrano | Nueva eps | Luisa Nevque |
| 11-03-2026 | 3:00 | Luisa Nevque | 1003565787 | 3229490285 | centro | Maria paula zambrano | Nueva eps | Luisa Nevque |
| 11-03-2026 | 3:05 | Ingrid Tiparra | 1003659804 | 3229144305 | Centro | Nixon Ballen | Famisanar | Ingrid |
| 11-03-2026 | 3:05 | Ingrid Tiparra | 1003659804 | 3229144305 | Centro | Emmanuel Ballen | Famisanar | Ingrid Tiparra |
| 11-03-2026 | 4:00 | Tatiana Caballero | 1012361743 | 3058172515 | la roza | Isabella Rubiano | famisanar | |
| 11-03-2026 | 3:00 | Jenny Ramos | 1073251856 | 3134734961 | Cetime | Antonella Segura R. | famisanar | Jenny Ramos |
| 11-03-2026 | 4:30 | Felipe Aragon M. | 1233921979 | 3112853135 | Abra | Felipe Aragon | Sanitas | |
| 11-03-2026 | 4:30 | Andrea Patricia Tolosa | 52999331 | 3014523109 | cota | thiago cala | sura | |
| 11-03-26 | 4:30 | milan Perez | 1070927162 | 3145305960 | campus | sara Rubio | Nueva eps | |
| 11-03-26 | 4:00 | Yuana Saldarriaga Gonzalez | 1066044961 | 3206186784 | CAMPUS | Isaac Mateo Tobon | Nueva EPS | Yuana Saldarriaga |
| 11-03-26 | 4:00 | Steven Calderon Reyes | 1070427325 | 3145030546 | Pueblo Viejo | samuel Calderon Reyes | Famisanas | Steven Calderon |
| 11-03-26 | 4:00 | Yhamis Torres | 5636006 | 3018181869 | centro | Matthias Suarez | Nueva eps | Yhamis Torres |
| 11-03-26 | 4:00 | Yhamis Torres | 5636006 | 3018181869 | centro | Matthias Suarez | Nueva eps | Yhamis Torres |
| 11-03-26 | 4:00 | Silvia Vargas | 39699970 | 3222623544 | centro | Aaron Samuel Garcia | famisanar | |
| 11-03-26 | 4:15 | Juliana Prada Arteaga | 1014090323 | 3115403049 | centro | Mariana sofia prada | famisanar | |
| 11-03-26 | 4:30 | Sara Martina Espitia S. | 1070921707 | 3045413727 | celime | Sara Martina Espitia | Salud total | |
| 11-03-26 | 10:00 | Natalia Amaya | 1014244180 | 3007605585 | Centro | Antonella Nuñez | Sanitas | |
| 11-03-26 | 10:30 | Liana Roa Ana Gilma Marlo | 51993244 | 3143269386 | Centro | Liam Roa | Colsanitas | |
| 11-03-26 | 10:30 | Gabriel Roa Ana Gilma Marlo | 51993244 | 3114647246 | Centro | Gabriel Roa | Colsanitas | AGMC |
| Firma del Entrenador | | | | | | | | |

Powered by CamScanner