EVIDENCIAS

Formador. Gabriel Guillermo Guerra Arévalo

Departamento. Cundinamarca

Municipio. Zipacon

Disciplina deportiva. Taekwondo

Mes informe. Diciembre

Obligación #1

Difundí, promocione y divulgue el programa ´escuelas deportivas para todos´ durante los meses de septiembre a diciembre a través de los estados y noticias de las redes oficiales de la alcaldía de Zipacón y personales (Facebook, WhatsApp y página oficial).



Emplee publicidad y promoción de la actividad pandeolimpiadas como estímulo a todos los NNA de Zipacon a inscribirse en el programa y participar de las distintas actividades y entrenamientos deportivos programados.



DISCIPLINA DEPORTIVA

GRUPO: COLOCAR EL NUMERO DE GRUPO Y RANGO DE EDAD CON EL QUE SE PROYECTA EL PLAN ANUAL

MES				MES 1				MES 2				MES 3				MES 4			
SEMANAS				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
SESION				1 2 3 4 5	6 7 8 9 10	11 12 13 14 15	16 17 18 19 20	21 22 23 24 25	26 27 28 29 30	31 32 33 34 35	36 37 38 39 40	41 42 43 44 45	46 47 48 49 50	51 52 53 54 55	56 57 58 59 60	61 62 63 64 65	66 67 68 69 70	71 72 73 74 75	76 77 78 79 80
FECHA				**26-5 al 30-05**				**22-jun**											
ADMINISTRATIVO	SOCIALIZACION		Por parte de la coordinacion nacional a los departamentos (coordinadores, formadores y psicosocial)																
			Socializar el programa a los usuarios por parte del coordinador regional y los formadores.																
	REGISTRO		DIiligenciar los formatos de inscripcion previo al inicio del proceso.																
VALORACIONES	VALORACION MEDICA		Evaluación de la aptitud médica																
	VALORACION PSICOSOCIAL		Se debe hacer en la primera sesión práctica.																
	TEST FISICOS		Test Flexiones de Codo Test abdominales Test de Rapidez (velocidad en 30m) Course Navette (Resistencia) Test de Salto Horizontal Test de Sit and Reach (Flexibilidad) Tes de Resistencia	**Los test se realizaran cuando inicien las actividades en campo**															
	TEST DESARROLLO MOTRIZ		Test de coordinación motriz 3JS																
	TEST HABILIDADES RITMICAS Y EXPRESION CORPORAL		Test de capacidades rítmicas en miembro superior Test de capacidades rítmicas en miembro inferior																
COMPETENCIA PSICOSOCIAL	AUTOCONCIENCIA	CONCIENCIA CORPORAL	Conocimiento de su propio cuerpo (relajación y activación)																
			Lateralidad I																
			Lateralidad II																
			Percepción auditivo y visual																
			Percepción auditivo y visual II																
			La diferencia con el otro																
		AUTOESTIMA	Evaluación global (sistema de creencias)																
			Evaluación global (Confianza)																
	AUTOREGULACIÓN	RECONOCIMIENTO EMOCIONAL	Reconocimiento de todas las emociones																
			Alegría																
			Tristeza																
			Ira																
			Miedo																
			Sorpresa																
	HABILIDADES SOCIALES	COMUNICACIÓN	Lenguaje verbal y no verbal																
			Comunicación I																
			Comunicación II																
			Comunicación III																
		TRABAJO EN EQUIPO	Yo social (reconocimiento del otro)																
			Empatía (en los zapatos del otro)																
			Confianza																
			Cooperación (con enfoque ambiental y cultural)																
			Empatía (en los zapatos del otro)																

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES		ENCUESTA FINAL		Aplicar encuesta final del componente psicosocial.																
	CAPACIDADES FISICAS	VELOCIDAD	GESTUAL	Tren superior: Velocidad de un movimiento en miembros superiores como lanzar una pelota o hacer una carrera de carretillas.																
				Tren inferior: Velocidad de ejecucion de un movimiento en miembros inferiores como patear un balon o una carrera de encostalados.																
			REACCION	Auditiva: reaccionar ante un sonido en el menor tiempo posible. Ejm: El juego blancos y negros, salen a correr al escuchar su color. Acostados en el piso, se levantan y salen a correr al escuchar el estimulo acordado.															
				Visual: ejecutar un movimiento en el menor tiempo posible ante un estimulo visual. Ejm: Si levanto la mano derecha todos deben correr al aro azul y al levantar la mano izquierda deben correr al aro rojo. Un compañero sostiene un baston de un extremo, lo debe soltar para que el otro compañero lo atrape antes de que caiga al suelo.															
				Tactil: ejecutar un movimiento en el menor tiempo posible ante un contacto fisico con un compañero o un elemento. Ejm: Juego ponchados. Juego pato, pato, ganzo.															
			DE DESPLAZAMIENTO	Recorrer una distancia en el menor tiempo posible. Ejm: Carrera de 30 metros. Carrera de obstáculos.																
		FUERZA	RAPIDA	Mover el cuerpo o un elemento a máxima velocidad para vencer una resistencia dada. Ejm: Salto con sentadilla. Patear un balon.															
			RESISTENCIA	Capacidad del organismo para soportar una resistencia por un tiempo prolongado. Ejm: Mayor cantidad de flexiones de codo en un minuto. Juego caballitos.															
		RESISTENCIA	AEROBICA	Capacidad de prolongar durante el mayor tiempo posible un esfuerzo de media o baja intensidad. Ejm: Formar equipos de 4 personas, los cuales deben llevar un globo sin dejarlo caer hasta completar la distancia determinada. Juego policias y ladrones.																
			ANAEROBICA	Capacidad para ejecutar un esfuerzo muy intenso por un tiempo corto. Ejm: Relevos. Juego Yermis																
		FLEXIBILIDAD	ESTATICA	Mantener una posición en la cual se estira un musculo determinado durante 15 a 30 segundos. Ejm: De pie, bajar a tocar con las manos la punta de los pies sin flexionar las rodillas (isquiotibial). Entrelazar las manos por la espalda y elevar los brazos (deltoides anterior y pectoral)															
			DINAMICO	Estirar dando impulso pero sin exceder los limites de los estiramientos estáticos. Ejm: Taloneo (cuadriceps). Unir las palmas al frente, unir las palmas atras, manteniendo la extensión de los brazos (deltoides, pectoral y trapecio).															
		LOCOMOTORICES	CAMINAR	Fase de apoyo (talon y punta), coordinacion de los brazos-piernas por paso y posición del tronco. Ejm: Caminar en linea recta, adelante, atrás, a los lados, cambios de direccion y cambios de velocidad.															
			CORRER	Desplazarse rapidamente realizando la fase de vuelo. Ejm: Adelante, atrás, a los lados, cambios de direccion, cambios de velocidad, sorteando obstaculos teniendo en cuenta el ajuste corporal: posicion de brazos y pies.															
			REPTAR	Modo de desplazamiento por el suelo sobre el vientre. Ejm: Carrera de obstaculos con arrastre bajo.																
			TREPAR	Subir a un lugar alto utilizando las extremidades. Ejm: Trepar una cuerda.																
			SALTAR	Levantarse del suelo o del lugar en el que está con un desplazamiento en el aire para caer en el mismo lugar o en otro. Ejm: Salto a pies juntos, saltos con un solo pie, salto vetical, salto horizontal, salto con cambios de direccion y saltos con carrera, etc. Juego del reloj con lazo.															
			RODAR	Desplazarse alrededor de su propio eje. Ejm: rollo adelante, rollo atrás y a los lados.																
		LOCOMOTORES	GIRAR	Dar vueltas sobre su propio eje o entorno a un punto. Ejm: De pie, estando dentro de un aro, al escuchar el número deben girar a la izquierda o derecha según la indicación. Por equipos, se ubican en el suelo boca-abajo y bien pegados (ellos serán la cadena transportadora). El primero, se coloca encima de la cadena transportadora, de tal modo que pase por encima de ellos hasta el final.															
			LEVANTAR	Elevar un objeto o segmento corporal. Ejm: Elevaciones de piernas acostado boca-arriba. Levantar unos conos desplazandolos de un lugar a otro.															

HABILIDADES MOTRICES	RIC	EMPUJAR	Aplicar una fuerza a un objeto o aun compañero con el fin de desplazarlo. Ejm: Por parejas, cogidos de la mano intentar sacar a un compañero de una zona determinada. Por parejas, ubicados espalda con espalda, deben intentar levantarse sin ayuda de las manos.																	
	PROYECCCION	LANZAR	Fuerza que se le aplica a un objeto con el fin de impulsarlo de un lugar a otro. Ejm: Lanzar un balon por encima de la cabeza con las dos manos a un compañero, sin tomar impulso. Juego de bolos																	
		ATRAPAR	Acción voluntaria a traves de la cual se asume el control de un objeto o persona que está en movimiento. Ejm: Por parejas, desplazarse de un extremo a otro lanzando un balon sin que toque el suelo. Lanzar un aro hacia arriba y atraparlo sin que toque el suelo.																	
		PATEAR	Aplicar fuerza con los pies a un objeto o a un elemento. Ejm: Por parejas, uno lanza el balón rodando por el piso y el otro lo patea en forma de pase. Juego Kickball (beisbol con el pie).																	
		TRASLADAR	Llevar algo o a alguien de un lugar a otro. Ejm: Juego rescatando la bandera Llevar un balón de un lugar al otro rebotandolo contra el piso.																	
		RECEPCIONAR	Acción voluntaria a traves de la cual se asume el control de un objeto que está en movimiento. Ejm: En un circulo, se ubica una persona la cual recibe balones a diferentes alturas y debe recepcionarlos con diferentes partes del cuerpo a excepción de las manos sin salir del circulo.																	
	ELEMENTOS GIMNASTICO	MOSQUITO	Es un conjunto de ejercicios gimnásticos básicos que permiten mejorar y evidenciar el dominio corporal.																	
		PARADA DE MANOS																		
		ARCO																		
		MEDIA LUNA																		
		PALOMA																		
		RONDADA																		
HABILIDADES RITMICAS Y EXPRESION CORPORAL	CAPACIDADES COORDINATIVAS	DIFERENCIACION	Coordinar varios movimientos de distintas partes del cuerpo. Ejm: Hacer circulos con los brazos extendidos girando el derecho adelante, izquierdo atrás. Salto del caballito (elevas rodilla izquierda elevas mano derecha)																	
		ACOPLAMIENTO	Coordinar eficazmente movimientos parciales del cuerpo entre sí y en relación del movimiento total. Ejm: Salto horizontal Saltar y atrapar un balón.																	
		RITMO	Capacidad de repetir una estructura ordenada de movimientos. Ejm: Pasar una escalera de coordinación. Recorrer una distancia a una intensidad dada.																	
		EQUILIBRIO	Situacion de un cuerpo que a pesar de tener poca sustentación, se mantiene sin caerse ajustando su centro de gravedad. Ejm: Caminar sobre una barra de equilibrio. Dos compañeros apoyados en un solo pie intentan hacer que alguno apoye los dos pies.																	
		ORIENTACION	capacidad de determinar la posición y los movimientos del cuerpo en el espacio y el tiempo. Ejm: Lanzar un balón hacia arriba dar un giro y atraparlo sin dejarlo caer. Por parejas, lanzar un balón y desplazandose de espaldas debe recepcionarlo.																	
		REACCION	Capacidad para iniciar rápidamente y efectuar de la manera adecuada acciones motoras en un corto espacio de tiempo, en respuesta a una señal. Ejm: Se sitúan dos niños uno enfrente del otro, con los brazos separados lateralmente con una pelota en cada mano, debe soltar una de las pelotas y el otro debe atraparla antes																	
		READAPTACION	Capacidad de lograr un ajuste corporal ante el cambio en una accion no esperada. Ejm: Desplazamientos en escalera de coordinación y recepcionar una pelota sin perder el movimiento de los pies. Desplazar un balon con el pie de un lugar a otro mientras otros compañeros lanzan balones para evitar que finalice el tramo realizando la conducción.																	
	HABILIDADES RITMICAS	RITMO	Capacidad de repetir una estructura ordenada de movimientos en diferentes intensidades. Ejm:Realizar una estructura de movimientos que involucre pies y manos iniciando lento para finalizar con mayor velocidad.																	
		EXPRESION CORPORAL	Forma de interpretar emociones por medio de movimientos concientes o inconcientes. Ejm: Por equipos, sin conmunicacion verbal, interpretar una pelicula que los compañeros deben adivinar.																	
		DANZA TRADICIONAL	Actividad artística en donde se representa la cultura y costumbres de la región. Eim: cumbia, currulao, bambuco, etc.																	

DISCIPLINA DEPORTIVA	DEPORTES	*Ajedrez, Atletismo, Baloncesto, Balonmano, Boxeo, Canotaje, Ciclismo, Ciclomontañismo, Fútbol, Fútbol De Salón, Gimnasia Artistica, Judo, Karate, Levantamiento De Pesas, Natación, Patinaje De Velocidad, Rugby, Surf, Taekwondo, Tenis De Campo, Tiro Con Arco, Voleibol.	Iniciación y aproximación a la técnica del deporte																	
ACTIVIDADES	TEST																			
	FESTIVALES		Departamental																	
	REUNIONES																			

COLDEPORTES-ENTE DEPARTAMENTAL
ESCUELAS DEPORTIVAS PARA TODOS

DISCIPLINA DEPORTIVA

GRUPO: COLOCAR EL NUMERO DE GRUPO Y RANGO DE EDAD CON EL QUE SE PROYECTA EL PLAN ANUAL

				MES 1				MES 2				MES 3				MES 4			
MES																			
SEMANAS				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
SESION				1 2 3 4 5	6 7 8 9 10	11 12 13 14 15	16 17 18 19 20	21 22 23 24 25	26 27 28 29 30	31 32 33 34 35	36 37 38 39 40	41 42 43 44 45	46 47 48 49 50	51 52 53 54 55	56 57 58 59 60	61 62 63 64 65	66 67 68 69 70	71 72 73 74 75	76 77 78 79 80
FECHA																			
ADMINISTRATIVO		SOCIALIZACION	Por parte de la coordinacion nacional a los departamentos (coordinadores, formadores y psicosocial)																
			Socializar el programa a los usuarios por parte del coordinador regional y los formadores.																
		REGISTRO	Diligenciar los formatos de inscripcion previo al inicio del proceso. Este registro es constante para el formador que no tiene el grupo con la cobertura completa.																
VALORACIONES		VALORACION MEDICA	Evaluación de la aptitud médica																
		VALORACION PSICOSOCIAL	Se debe hacer en la primera sesión práctica.																
		TEST FISICOS	Test Flexiones de Codo Test abdominales Test de Rapidez (velocidad en 30m) Course Navette (Resistencia) Test de Salto Horizontal Test de Sit and Reach (Flexibilidad) Tes de Resistencia	**Los test se realizaran cuando inicien las actividades en campo**															
		TEST DESARROLLO MOTRIZ	Test de coordinación motriz 3JS																
		TEST HABILIDADES RITMICAS Y EXPRESION CORPORAL	Test de capacidades rítmicas en miembro superior Test de capacidades rítmicas en miembro inferior																
	AUTOCONCIENCIA	AUTOCONCEPTO	Conocimiento de su propio cuerpo (relajación y activación)																
			Expresión corporal																
			Cambio de esquemas																
			Evaluaciones del entorno de mi yo personal (cultural)																
			Construcción de mi yo global																
		IDENTIDAD	Identificación grupal (nombre, insignia, lema, normas, reglas)																
			Roles y estereotipos de género I																
			Roles y estereotipos de género II																
	AUTOREGULACIÓN	INTELIGENCIA EMOCIONAL	Reconocimiento global las emociones																
			Control emocional I																
			Control emocional II																

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES	CAPACIDADES FISICAS			Reconocimiento de las emociones del otro																	
				Empatía																	
		HABILIDADES SOCIALES	TRABAJO EN EQUIPO	Comunicación																	
				Cooperación vs competitividad																	
				Cohesión de grupo																	
				Cohesión de grupo enfoque cultural y ambiental																	
				Liderazgo																	
			RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS	Tolerancia a la frustración																	
				Control de las relaciones interpersonales																	
				Toma de decisiones																	
				Mediación																	
				Negociación																	
		ENCUESTA FINAL		Aplicar encuesta final del componente psicosocial.																	
		VELOCIDAD	GESTUAL	Tren superior: Velocidad de un movimiento en miembros superiores como lanzar una pelota o hacer una carrera de carretillas.																	
				Tren inferior: Velocidad de ejecucion de un movimiento en miembros inferiores como patear un balon o una carrera de encostalados.																	
			REACCION	Auditiva: reaccionar ante un sonido en el menor tiempo posible. Ejm: El juego blancos y negros, salen a correr al escuchar su color. Acostados en el piso, se levantan y salen a correr al escuchar el estimulo acordado.																	
				Visual: ejecutar un movimiento en el menor tiempo posible ante un estimulo visual. Ejm: Si levanto la mano derecha todos deben correr al aro azul y al levantar la mano izquierda deben correr al aro rojo. Un compañero sostiene un baston de un extremo, lo debe soltar para que el otro compañero lo atrape antes de que caiga al suelo.																	
				Tactil: ejecutar un movimiento en el menor tiempo posible ante un contacto fisico con un compañero o un elemento. Ejm: Juego ponchados. Juego pato, pato, ganzo.																	
			DE DESPLAZAMIENTO	Recorrer una distancia en el menor tiempo posible. Ejm: Carrera de 30 metros. Carrera de obstáculos.																	
		FUERZA	RAPIDA	Mover el cuerpo o un elemento a máxima velocidad para vencer una resistencia dada. Ejm: Salto con sentadilla. Patear un balon.																	
			RESISTENCIA	Capacidad del organismo para soportar una resistencia por un tiempo prolongado. Ejm: Mayor cantidad de flexiones de codo en un minuto. Juego caballitos.																	
		ESISTE	AEROBICA	Capacidad de prolongar durante el mayor tiempo posible un esfuerzo de media o baja intensidad. Ejm: Formar equipos de 4 personas, los cuales deben llevar un globo sin dejarlo caer hasta completar la distancia determinada. Juego policias y ladrones.																	

		RESISTENCIA	ANAEROBICA	Capacidad para ejecutar un esfuerzo muy intenso por un tiempo corto. Ejm: Relevos. Juego Yermis																
		FLEXIBILIDAD	ESTATICA	Mantener una posición en la cual se estira un musculo determinado durante 15 a 30 segundos. Ejm: De pie, bajar a tocar con las manos la punta de los pies sin flexionar las rodillas (isquiotibial). Entrelazar las manos por la espalda y elevar los brazos (deltoides anterior y pectoral)																
			DINAMICO	Estirar dando impulso pero sin exceder los limites de los estiramientos estáticos. Ejm: Taloneo (cuadriceps). Unir las palmas al frente, unir las palmas atras, manteniendo la extensión de los brazos (deltoides, pectoral y trapecio).																
HABILIDADES MOTRICES		LOCOMOTRICES	CAMINAR	Fase de apoyo (talon y punta), coordinacion de los brazos-piernas por paso y posición del tronco. Ejm: Caminar en linea recta, adelante, atrás, a los lados, cambios de direccion y cambios de velocidad.																
			CORRER	Desplazarse rapidamente realizando la fase de vuelo. Ejm: Adelante, atrás, a los lados, cambios de direccion, cambios de velocidad, sorteando obstaculos teniendo en cuenta el ajuste corporal: posicion de brazos y pies.																
			REPTAR	Modo de desplazamiento por el suelo sobre el vientre. Ejm: Carrera de obstaculos con arrastre bajo.																
			TREPAR	Subir a un lugar alto utilizando las extremidades. Ejm: Trepar una cuerda.																
			SALTAR	Levantarse del suelo o del lugar en el que está con un desplazamiento en el aire para caer en el mismo lugar o en otro. Ejm: Salto a pies juntos, saltos con un solo pie, salto vetical, salto horizontal, salto con cambios de direccion y saltos con carrera, etc. Juego del reloj con lazo.																
			RODAR	Desplazarse alrededor de su propio eje. Ejm: rollo adelante, rollo atrás y a los lados.																
		LOCOMOTRICES	GIRAR	Dar vueltas sobre su propio eje o entorno a un punto. Ejm: De pie, estando dentro de un aro, al escuchar el número deben girar a la izquierda o derecha según la indicación. Por equipos, se ubican en el suelo boca-abajo y bien pegados (ellos serán la cadena transportadora). El primero, se coloca encima de la cadena transportadora, de tal modo que pase por encima de ellos hasta el final.																
			LEVANTAR	Elevar un objeto o segmento corporal. Ejm: Elevaciones de piernas acostado boca-arriba. Levantar unos conos desplazandolos de un lugar a otro.																
			EMPUJAR	Aplicar una fuerza a un objeto o aun compañero con el fin de desplazarlo. Ejm: Por parejas, cogidos de la mano intentar sacar a un compañero de una zona determinada. Por parejas, ubicados espalda con espalda, deben intentar levantarse sin ayuda de las manos.																
		PROYECCION	LANZAR	Fuerza que se le aplica a un objeto con el fin de impulsarlo de un lugar a otro. Ejm: Lanzar un balon por encima de la cabeza con las dos manos a un compañero, sin tomar impulso. Juego de bolos																
			ATRAPAR	Acción voluntaria a traves de la cual se asume el control de un objeto o persona que está en movimiento. Ejm: Por parejas, desplazarse de un extremo a otro lanzando un balon sin que toque el suelo. Lanzar un aro hacia arriba y atraparlo sin que toque el suelo.																
			PATEAR	Aplicar fuerza con los pies a un objeto o a un elemento. Ejm: Por parejas, uno lanza el balón rodando por el piso y el otro lo patea en forma de pase. Juego Kickball (beisbol con el pie).																
			TRASLADAR	Llevar algo o a alguien de un lugar a otro. Ejm: Juego rescatando la bandera Llevar un balón de un lugar al otro rebotandolo contra el piso.																
			RECEPCIONAR	Acción voluntaria a traves de la cual se asume el control de un objeto que está en movimiento. Ejm: En un circulo, se ubica una persona la cual recibe balones a diferentes alturas y debe recepcionarlos con diferentes partes del cuerpo a excepción de las manos sin salir del circulo.																
		ELEMENTOS GIMNASTICOS	MOSQUITO	Es un conjunto de ejercicios gimnásticos básicos que permiten mejorar y evideniciar el dominio corporal.																
			PARADA DE MANOS																	
			ARCO																	
			MEDIA LUNA																	
			PALOMA																	
			RONDADA																	

HABILIDADES RITMICAS Y EXPRESION CORPORAL	CAPACIDADES COORDINATIVAS	DIFERENCIACION	Coordinar varios movimientos de distintas partes del cuerpo. Ejm: Hacer circulos con los brazos extendidos girando el derecho adelante, izquierdo atrás. Salto del caballito (elevas rodilla izquierda elevas mano derecha)																		
		ACOPLAMIENTO	Coordinar eficazmente movimientos parciales del cuerpo entre sí y en relación del movimiento total. Ejm: Salto horizontal Saltar y atrapar un balón																		
		RITMO	Capacidad de repetir una estructura ordenada de movimientos. Ejm: Pasar una escalera de coordinación. Recorrer una distancia a una intensidad dada.																		
		EQUILIBRIO	Situacion de un cuerpo que a pesar de tener poca sustentación, se mantiene sin caerse ajustando su centro de gravedad. Ejm: Caminar sobre una barra de equilibrio. Dos compañeros apoyados en un solo pie intentan hacer que alguno apove los dos pies.																		
		ORIENTACION	capacidad de determinar la posición y los movimientos del cuerpo en el espacio y el tiempo. Ejm: Lanzar un balón hacia arriba dar un giro y atraparlo sin dejarlo caer. Por parejas, lanzar un balón y desplazandose de espaldas debe recepcionarlo.																		
		REACCION	Capacidad para iniciar rapidamente y efectuar de la manera																		
		READAPTACION	Capacidad de lograr un ajuste corporal ante el cambio en una accion no esperada. Ejm: Desplazamientos en escalera de coordinación y recepcionar una pelota sin perder el movimiento de los pies. Desplazar un balon con el pie de un lugar a otro mientras otros compañeros lanzan balones para evitar que finalice el tramo realizando la conducción.																		
	HABILIDADES RITMICAS	RITMO	Capacidad de repetir una estructura ordenada de movimientos en diferentes intensidades. Ejm:Realizar una estructura de movimientos que involucre pies y manos iniciando lento para finalizar con mayor velocidad.																		
		EXPRESION CORPORAL	Forma de interpretar emociones por medio de movimientos concientes o inconcientes. Ejm: Por equipos, sin conmunicacion verbal, interpretar una pelicula que los compañeros deben adivinar.																		
		DANZA TRADICIONAL	Actividad artística en donde se representa la cultura y costumbres de la región. Ejm: cumbia, currulao, bambuco, etc.																		
DISCIPLINA DEPORTIVA	DEPORTES		"Ajedrez, Atletismo, Baloncesto, Balonmano, Boxeo, Canotaje, Ciclismo, Ciclomontañismo, Fútbol, Fútbol De Salón, Gimnasia Artistica, Judo, Karate, Levantamiento De Pesas, Natación, Patinaje De Velocidad, Rugby, Surf, Taekwondo, Tenis De Campo, Tiro Con Arco, Voleibol.	Iniciación y aproximación a la técnica del deporte																	
ACTIVIDADES	TEST																				
	FESTIVALES		Departamental																		
	REUNIONES																				

El deporte es de todos Mindeporte / Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE –				PROCESO: Fomento al Desarrollo Humano y Social	Versión: 0 Código:
				FORMATO: Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos	Página 1 de 1

Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**	Gabriel Guillermo Guerra Arevalo
Fecha:	**30/11/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**	Zipacon
Hora:	**3:00pm a 4:30pm**	**N° De Sesión:**	**51**	**N°. De Semana:**	15
Grupo:	**1**			**Edades:**	6 A 9 AÑOS
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:**	NO APLICA
				Tipo de Discapacidad:	NO APLICA

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
INICIAL	**1**.Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e introducción de los parámetros que se deben tener en cuenta, se explican los objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia. **5mn** 2.1. Se iniciarä con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas. cadera, rodilla, tobillo), haciendo 10 repeticiones por cada segmento, buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.moviendo el cuerpo . el NNA debera desplzarse a las indicaciones del formador movimiendo solo un segmento corporal. luego se involucran movimiento de dos segmentos corporales.**1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros superiores e inferiores, para preparacioan de las pruebas y test fisicos. **1 serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.esplazamientos con movimientos de patada 3. cambios de guardia y pasos planos	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. PALO CUERDA	1. :Con un palo de escoba o una cuerda ubicado a 40 cms, el NNA deberá saltarlo y caer haciendo plancha y luego rodar por debajo de este en 5 oportunidades. 2. el NNA debera en un recorrido corto realizar ejercicios como elevacion de rodillas al frente a la altura de la cadera, pies a los gluteos, pies al frente sin flexion de rodillas, pies al frente con flexion de rodilla, abanico hacia adentro, abanico hacia afuera. siempre con los manos en puño al frente. 3. el NNA debera en posisicion de guardia, realizar movimientos sin unir ni cruzar los pies hacia a delante y hacia atras. debera realizar cambios de guardia llevando el pie posterio al frente y viceversa
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros inferiores. Golpeo de muslos con el piso. golpeo lateral zapatillas, mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, perseverancia, autocontrol, espiritu indomable, ciencia, amor" y saludo marcial.**1 min**

OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA CORRECION.

El deporte es de todos Mindeporte / Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE –				PROCESO: Fomento al Desarrollo Humano y Social	Versión: 0 Código:
				FORMATO: Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos	Página 1 de 1

Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**	Gabriel Guillermo Guerra Arevalo
Fecha:	**30/11/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**	Zipacon
Hora:	**3:00pm a 4:30pm**	**N° De Sesión:**	**51**	**N°. De Semana:**	15
Grupo:	**1**			**Edades:**	6 A 9 AÑOS
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:**	NO APLICA
				Tipo de Discapacidad:	NO APLICA

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
INICIAL	**1**.Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e introducción de los parámetros que se deben tener en cuenta, se explican los objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia. **5mn** 2.1. Se iniciarä con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas. cadera, rodilla, tobillo), haciendo 10 repeticiones por cada segmento, buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.moviendo el cuerpo . el NNA debera desplzarse a las indicaciones del formador movimiendo solo un segmento corporal. luego se involucran movimiento de dos segmentos corporales.**1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros superiores e inferiores, para preparacioan de las pruebas y test fisicos. **1 serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.esplazamientos con movimientos de patada 3. cambios de guardia y pasos planos	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. PALO CUERDA	1. :Con un palo de escoba o una cuerda ubicado a 40 cms, el NNA deberá saltarlo y caer haciendo plancha y luego rodar por debajo de este en 5 oportunidades. 2. el NNA debera en un recorrido corto realizar ejercicios como elevacion de rodillas al frente a la altura de la cadera, pies a los gluteos, pies al frente sin flexion de rodillas, pies al frente con flexion de rodilla, abanico hacia adentro, abanico hacia afuera. siempre con los manos en puño al frente. 3. el NNA debera en posisicion de guardia, realizar movimientos sin unir ni cruzar los pies hacia a delante y hacia atras. debera realizar cambios de guardia llevando el pie posterio al frente y viceversa
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros inferiores. Golpeo de muslos con el piso. golpeo lateral zapatillas, mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, perseverancia, autocontrol, espiritu indomable, ciencia, amor" y saludo marcial.**1 min**

OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA CORRECION.

El deporte es de todos Mindeporte / Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE –				PROCESO: Fomento al Desarrollo Humano y Social	Versión: 0 Código:
				FORMATO: Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos	Página 1 de 1

Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**	Gabriel Guillermo Guerra Arevalo
Fecha:	**30/11/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**	Zipacon
Hora:	**3:00pm a 4:30pm**	**N° De Sesión:**	**51**	**N°. De Semana:**	15
Grupo:	**1**			**Edades:**	6 A 9 AÑOS
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:**	NO APLICA
				Tipo de Discapacidad:	NO APLICA

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
INICIAL	**1**.Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e introducción de los parámetros que se deben tener en cuenta, se explican los objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia. **5mn** 2.1. Se iniciarä con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas. cadera, rodilla, tobillo), haciendo 10 repeticiones por cada segmento, buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.moviendo el cuerpo . el NNA debera desplzarse a las indicaciones del formador movimiendo solo un segmento corporal. luego se involucran movimiento de dos segmentos corporales.**1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros superiores e inferiores, para preparacioan de las pruebas y test fisicos. **1 serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.esplazamientos con movimientos de patada 3. cambios de guardia y pasos planos	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. PALO CUERDA	1. :Con un palo de escoba o una cuerda ubicado a 40 cms, el NNA deberá saltarlo y caer haciendo plancha y luego rodar por debajo de este en 5 oportunidades. 2. el NNA debera en un recorrido corto realizar ejercicios como elevacion de rodillas al frente a la altura de la cadera, pies a los gluteos, pies al frente sin flexion de rodillas, pies al frente con flexion de rodilla, abanico hacia adentro, abanico hacia afuera. siempre con los manos en puño al frente. 3. el NNA debera en posisicion de guardia, realizar movimientos sin unir ni cruzar los pies hacia a delante y hacia atras. debera realizar cambios de guardia llevando el pie posterio al frente y viceversa
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros inferiores. Golpeo de muslos con el piso. golpeo lateral zapatillas, mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, perseverancia, autocontrol, espiritu indomable, ciencia, amor" y saludo marcial.**1 min**

OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA CORRECION.

El deporte es de todos Mindeporte / Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE –				PROCESO: Fomento al Desarrollo Humano y Social	Versión: 0 Código:
				FORMATO: Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos	Página 1 de 1

Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**	Gabriel Guillermo Guerra Arevalo
Fecha:	**30/11/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**	Zipacon
Hora:	**3:00pm a 4:30pm**	**N° De Sesión:**	**51**	**N°. De Semana:**	15
Grupo:	**1**			**Edades:**	6 A 9 AÑOS
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:**	NO APLICA
				Tipo de Discapacidad:	NO APLICA

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
INICIAL	**1**.Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e introducción de los parámetros que se deben tener en cuenta, se explican los objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia. **5mn** 2.1. Se iniciarä con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas. cadera, rodilla, tobillo), haciendo 10 repeticiones por cada segmento, buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.moviendo el cuerpo . el NNA debera desplzarse a las indicaciones del formador movimiendo solo un segmento corporal. luego se involucran movimiento de dos segmentos corporales.**1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros superiores e inferiores, para preparacioan de las pruebas y test fisicos. **1 serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.esplazamientos con movimientos de patada 3. cambios de guardia y pasos planos	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. PALO CUERDA	1. :Con un palo de escoba o una cuerda ubicado a 40 cms, el NNA deberá saltarlo y caer haciendo plancha y luego rodar por debajo de este en 5 oportunidades. 2. el NNA debera en un recorrido corto realizar ejercicios como elevacion de rodillas al frente a la altura de la cadera, pies a los gluteos, pies al frente sin flexion de rodillas, pies al frente con flexion de rodilla, abanico hacia adentro, abanico hacia afuera. siempre con los manos en puño al frente. 3. el NNA debera en posisicion de guardia, realizar movimientos sin unir ni cruzar los pies hacia a delante y hacia atras. debera realizar cambios de guardia llevando el pie posterio al frente y viceversa
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros inferiores. Golpeo de muslos con el piso. golpeo lateral zapatillas, mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, perseverancia, autocontrol, espiritu indomable, ciencia, amor" y saludo marcial.**1 min**

OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA CORRECION.

El deporte es de todos Mindeporte / Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE –				PROCESO: Fomento al Desarrollo Humano y Social	Versión: 0 Código:
				FORMATO: Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos	Página 1 de 1

Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**	Gabriel Guillermo Guerra Arevalo
Fecha:	**30/11/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**	Zipacon
Hora:	**3:00pm a 4:30pm**	**N° De Sesión:**	**51**	**N°. De Semana:**	15
Grupo:	**1**			**Edades:**	6 A 9 AÑOS
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:**	NO APLICA
				Tipo de Discapacidad:	NO APLICA

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
INICIAL	**1**.Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e introducción de los parámetros que se deben tener en cuenta, se explican los objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia. **5mn** 2.1. Se iniciarä con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas. cadera, rodilla, tobillo), haciendo 10 repeticiones por cada segmento, buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.moviendo el cuerpo . el NNA debera desplzarse a las indicaciones del formador movimiendo solo un segmento corporal. luego se involucran movimiento de dos segmentos corporales.**1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros superiores e inferiores, para preparacioan de las pruebas y test fisicos. **1 serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.esplazamientos con movimientos de patada 3. cambios de guardia y pasos planos	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. PALO CUERDA	1. :Con un palo de escoba o una cuerda ubicado a 40 cms, el NNA deberá saltarlo y caer haciendo plancha y luego rodar por debajo de este en 5 oportunidades. 2. el NNA debera en un recorrido corto realizar ejercicios como elevacion de rodillas al frente a la altura de la cadera, pies a los gluteos, pies al frente sin flexion de rodillas, pies al frente con flexion de rodilla, abanico hacia adentro, abanico hacia afuera. siempre con los manos en puño al frente. 3. el NNA debera en posisicion de guardia, realizar movimientos sin unir ni cruzar los pies hacia a delante y hacia atras. debera realizar cambios de guardia llevando el pie posterio al frente y viceversa
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros inferiores. Golpeo de muslos con el piso. golpeo lateral zapatillas, mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, perseverancia, autocontrol, espiritu indomable, ciencia, amor" y saludo marcial.**1 min**

OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA CORRECION.

El deporte es de todos Mindeporte / Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE –				PROCESO: Fomento al Desarrollo Humano y Social	Versión: 0 Código:
				FORMATO: Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos	Página 1 de 1

Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**	Gabriel Guillermo Guerra Arevalo
Fecha:	**30/11/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**	Zipacon
Hora:	**3:00pm a 4:30pm**	**N° De Sesión:**	**51**	**N°. De Semana:**	15
Grupo:	**1**			**Edades:**	6 A 9 AÑOS
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:**	NO APLICA
				Tipo de Discapacidad:	NO APLICA

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
INICIAL	**1**.Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e introducción de los parámetros que se deben tener en cuenta, se explican los objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia. **5mn** 2.1. Se iniciarä con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas. cadera, rodilla, tobillo), haciendo 10 repeticiones por cada segmento, buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.moviendo el cuerpo . el NNA debera desplzarse a las indicaciones del formador movimiendo solo un segmento corporal. luego se involucran movimiento de dos segmentos corporales.**1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros superiores e inferiores, para preparacioan de las pruebas y test fisicos. **1 serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.esplazamientos con movimientos de patada 3. cambios de guardia y pasos planos	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. PALO CUERDA	1. :Con un palo de escoba o una cuerda ubicado a 40 cms, el NNA deberá saltarlo y caer haciendo plancha y luego rodar por debajo de este en 5 oportunidades. 2. el NNA debera en un recorrido corto realizar ejercicios como elevacion de rodillas al frente a la altura de la cadera, pies a los gluteos, pies al frente sin flexion de rodillas, pies al frente con flexion de rodilla, abanico hacia adentro, abanico hacia afuera. siempre con los manos en puño al frente. 3. el NNA debera en posisicion de guardia, realizar movimientos sin unir ni cruzar los pies hacia a delante y hacia atras. debera realizar cambios de guardia llevando el pie posterio al frente y viceversa
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros inferiores. Golpeo de muslos con el piso. golpeo lateral zapatillas, mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, perseverancia, autocontrol, espiritu indomable, ciencia, amor" y saludo marcial.**1 min**

OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA CORRECION.

El deporte es de todos Mindeporte / Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE –				PROCESO: Fomento al Desarrollo Humano y Social	Versión: 0 Código:
				FORMATO: Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos	Página 1 de 1

Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**	Gabriel Guillermo Guerra Arevalo
Fecha:	**30/11/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**	Zipacon
Hora:	**3:00pm a 4:30pm**	**N° De Sesión:**	**51**	**N°. De Semana:**	15
Grupo:	**1**			**Edades:**	6 A 9 AÑOS
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:**	NO APLICA
				Tipo de Discapacidad:	NO APLICA

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
INICIAL	**1**.Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e introducción de los parámetros que se deben tener en cuenta, se explican los objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia. **5mn** 2.1. Se iniciarä con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas. cadera, rodilla, tobillo), haciendo 10 repeticiones por cada segmento, buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.moviendo el cuerpo . el NNA debera desplzarse a las indicaciones del formador movimiendo solo un segmento corporal. luego se involucran movimiento de dos segmentos corporales.**1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros superiores e inferiores, para preparacioan de las pruebas y test fisicos. **1 serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.esplazamientos con movimientos de patada 3. cambios de guardia y pasos planos	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. PALO CUERDA	1. :Con un palo de escoba o una cuerda ubicado a 40 cms, el NNA deberá saltarlo y caer haciendo plancha y luego rodar por debajo de este en 5 oportunidades. 2. el NNA debera en un recorrido corto realizar ejercicios como elevacion de rodillas al frente a la altura de la cadera, pies a los gluteos, pies al frente sin flexion de rodillas, pies al frente con flexion de rodilla, abanico hacia adentro, abanico hacia afuera. siempre con los manos en puño al frente. 3. el NNA debera en posisicion de guardia, realizar movimientos sin unir ni cruzar los pies hacia a delante y hacia atras. debera realizar cambios de guardia llevando el pie posterio al frente y viceversa
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros inferiores. Golpeo de muslos con el piso. golpeo lateral zapatillas, mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, perseverancia, autocontrol, espiritu indomable, ciencia, amor" y saludo marcial.**1 min**

OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA CORRECION.

El deporte es de todos Mindeporte / Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE –				PROCESO: Fomento al Desarrollo Humano y Social	Versión: 0 Código:
				FORMATO: Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos	Página 1 de 1

Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**	Gabriel Guillermo Guerra Arevalo
Fecha:	**30/11/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**	Zipacon
Hora:	**3:00pm a 4:30pm**	**N° De Sesión:**	**51**	**N°. De Semana:**	15
Grupo:	**1**			**Edades:**	6 A 9 AÑOS
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:**	NO APLICA
				Tipo de Discapacidad:	NO APLICA

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
INICIAL	**1**.Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e introducción de los parámetros que se deben tener en cuenta, se explican los objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia. **5mn** 2.1. Se iniciarä con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas. cadera, rodilla, tobillo), haciendo 10 repeticiones por cada segmento, buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.moviendo el cuerpo . el NNA debera desplzarse a las indicaciones del formador movimiendo solo un segmento corporal. luego se involucran movimiento de dos segmentos corporales.**1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros superiores e inferiores, para preparacioan de las pruebas y test fisicos. **1 serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.esplazamientos con movimientos de patada 3. cambios de guardia y pasos planos	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. PALO CUERDA	1. :Con un palo de escoba o una cuerda ubicado a 40 cms, el NNA deberá saltarlo y caer haciendo plancha y luego rodar por debajo de este en 5 oportunidades. 2. el NNA debera en un recorrido corto realizar ejercicios como elevacion de rodillas al frente a la altura de la cadera, pies a los gluteos, pies al frente sin flexion de rodillas, pies al frente con flexion de rodilla, abanico hacia adentro, abanico hacia afuera. siempre con los manos en puño al frente. 3. el NNA debera en posisicion de guardia, realizar movimientos sin unir ni cruzar los pies hacia a delante y hacia atras. debera realizar cambios de guardia llevando el pie posterio al frente y viceversa
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros inferiores. Golpeo de muslos con el piso. golpeo lateral zapatillas, mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, perseverancia, autocontrol, espiritu indomable, ciencia, amor" y saludo marcial.**1 min**

OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA CORRECION.

El deporte es de todos Mindeporte / Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE –				PROCESO: Fomento al Desarrollo Humano y Social	Versión: 0 Código:
				FORMATO: Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos	Página 1 de 1

Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**	Gabriel Guillermo Guerra Arevalo
Fecha:	**30/11/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**	Zipacon
Hora:	**3:00pm a 4:30pm**	**N° De Sesión:**	**51**	**N°. De Semana:**	15
Grupo:	**1**			**Edades:**	6 A 9 AÑOS
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:**	NO APLICA
				Tipo de Discapacidad:	NO APLICA

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
INICIAL	**1**.Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e introducción de los parámetros que se deben tener en cuenta, se explican los objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia. **5mn** 2.1. Se iniciarä con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas. cadera, rodilla, tobillo), haciendo 10 repeticiones por cada segmento, buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.moviendo el cuerpo . el NNA debera desplzarse a las indicaciones del formador movimiendo solo un segmento corporal. luego se involucran movimiento de dos segmentos corporales.**1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros superiores e inferiores, para preparacioan de las pruebas y test fisicos. **1 serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.esplazamientos con movimientos de patada 3. cambios de guardia y pasos planos	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. PALO CUERDA	1. :Con un palo de escoba o una cuerda ubicado a 40 cms, el NNA deberá saltarlo y caer haciendo plancha y luego rodar por debajo de este en 5 oportunidades. 2. el NNA debera en un recorrido corto realizar ejercicios como elevacion de rodillas al frente a la altura de la cadera, pies a los gluteos, pies al frente sin flexion de rodillas, pies al frente con flexion de rodilla, abanico hacia adentro, abanico hacia afuera. siempre con los manos en puño al frente. 3. el NNA debera en posisicion de guardia, realizar movimientos sin unir ni cruzar los pies hacia a delante y hacia atras. debera realizar cambios de guardia llevando el pie posterio al frente y viceversa
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros inferiores. Golpeo de muslos con el piso. golpeo lateral zapatillas, mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, perseverancia, autocontrol, espiritu indomable, ciencia, amor" y saludo marcial.**1 min**

OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA CORRECION.

El deporte es de todos Mindeporte / Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE –				PROCESO: Fomento al Desarrollo Humano y Social	Versión: 0 Código:
				FORMATO: Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos	Página 1 de 1

Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**	Gabriel Guillermo Guerra Arevalo
Fecha:	**30/11/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**	Zipacon
Hora:	**3:00pm a 4:30pm**	**N° De Sesión:**	**51**	**N°. De Semana:**	15
Grupo:	**1**			**Edades:**	6 A 9 AÑOS
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:**	NO APLICA
				Tipo de Discapacidad:	NO APLICA

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
INICIAL	**1**.Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e introducción de los parámetros que se deben tener en cuenta, se explican los objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia. **5mn** 2.1. Se iniciarä con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas. cadera, rodilla, tobillo), haciendo 10 repeticiones por cada segmento, buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.moviendo el cuerpo . el NNA debera desplzarse a las indicaciones del formador movimiendo solo un segmento corporal. luego se involucran movimiento de dos segmentos corporales.**1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros superiores e inferiores, para preparacioan de las pruebas y test fisicos. **1 serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.esplazamientos con movimientos de patada 3. cambios de guardia y pasos planos	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. PALO CUERDA	1. :Con un palo de escoba o una cuerda ubicado a 40 cms, el NNA deberá saltarlo y caer haciendo plancha y luego rodar por debajo de este en 5 oportunidades. 2. el NNA debera en un recorrido corto realizar ejercicios como elevacion de rodillas al frente a la altura de la cadera, pies a los gluteos, pies al frente sin flexion de rodillas, pies al frente con flexion de rodilla, abanico hacia adentro, abanico hacia afuera. siempre con los manos en puño al frente. 3. el NNA debera en posisicion de guardia, realizar movimientos sin unir ni cruzar los pies hacia a delante y hacia atras. debera realizar cambios de guardia llevando el pie posterio al frente y viceversa
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros inferiores. Golpeo de muslos con el piso. golpeo lateral zapatillas, mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, perseverancia, autocontrol, espiritu indomable, ciencia, amor" y saludo marcial.**1 min**

OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA CORRECION.

				PROCESO: Fomento al Desarrollo Humano y Social **FORMATO:** Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos
Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**
Fecha:	**14/12/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**
Hora:	**3:00pm a 4:30pm**	**N° De Sesión:**	**61**	**N°. De Semana:**
Grupo:	**1**			**Edades:**
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:** **Tipo de Discapacidad:**

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS
INICIAL	**1.**Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e intro objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia 2.1. Se iniciará con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.moviendo el cuerpo . el NNA debera desplzarse a las indicaciones del formador movimiendo solo un segr corporales.**1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros **serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.esplazamientos con movimientos de patada 3. Capacidad gestual tren inferior	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. PALO CUERDA	*1. ARDILLAS A SU MADRIGUERA;* Los niños se desplazan por el espacio y cuando el formador diga ¡ardillas a con una cuerda, tiza o zapatos en el piso. El ultimo en entrar al circulo paga penitencia Variantes: sedesplaza **descanso micro 30" descaso macro 1´30" (volumen total: 7´)** *2.TUMBA LA COTELLA;* Los niños se ubican a un extremo del espacio, cuando la docente haga sonar su silva extremo haciendo ap chagui. Variantes: se hacen sentados, acostados, de espaldas, arrodillados, etc **1serie- total: 7´)** se ubican en posicion chumbi, cuando la docente diga ¡derecha! ellos deberan hacer la patada ap chagui co su pie izquierdo, pero este debe impactar en un objeto, ya sea una botella, cojin, muñeco,etc. Variantes:se d alternando piernas, colores, terminos basicos del taekwondo, etc **4 series- 3 repeticiones- 30"-descanso mic**
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros in mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, pe marcial.**1 min**

OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA

				PROCESO: Fomento al Desarrollo Humano y Social **FORMATO:** Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos
Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**
Fecha:	**14/12/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**
Hora:	**3:00pm a 4:30pm**	**N° De Sesión:**	**61**	**N°. De Semana:**
Grupo:	**1**			**Edades:**
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:** **Tipo de Discapacidad:**

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS
INICIAL	**1.**Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e intro objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia 2.1. Se iniciará con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.moviendo el cuerpo . el NNA debera desplzarse a las indicaciones del formador movimiendo solo un segr corporales.**1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros **serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.esplazamientos con movimientos de patada 3. Capacidad gestual tren inferior	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. PALO CUERDA	*1. ARDILLAS A SU MADRIGUERA;* Los niños se desplazan por el espacio y cuando el formador diga ¡ardillas a con una cuerda, tiza o zapatos en el piso. El ultimo en entrar al circulo paga penitencia Variantes: sedesplaza **descanso micro 30" descaso macro 1´30" (volumen total: 7´)** *2.TUMBA LA COTELLA;* Los niños se ubican a un extremo del espacio, cuando la docente haga sonar su silva extremo haciendo ap chagui. Variantes: se hacen sentados, acostados, de espaldas, arrodillados, etc **1serie- total: 7´)** se ubican en posicion chumbi, cuando la docente diga ¡derecha! ellos deberan hacer la patada ap chagui co su pie izquierdo, pero este debe impactar en un objeto, ya sea una botella, cojin, muñeco,etc. Variantes:se d alternando piernas, colores, terminos basicos del taekwondo, etc **4 series- 3 repeticiones- 30"-descanso mic**
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros in mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, pe marcial.**1 min**

OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA

				PROCESO: Fomento al Desarrollo Humano y Social **FORMATO:** Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos
Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**
Fecha:	**14/12/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**
Hora:	**3:00pm a 4:30pm**	**N° De Sesión:**	**61**	**N°. De Semana:**
Grupo:	**1**			**Edades:**
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:** **Tipo de Discapacidad:**

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS
INICIAL	**1.**Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e intro objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia 2.1. Se iniciará con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.moviendo el cuerpo . el NNA debera desplzarse a las indicaciones del formador movimiendo solo un segr corporales.**1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros **serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.esplazamientos con movimientos de patada 3. Capacidad gestual tren inferior	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. PALO CUERDA	*1. ARDILLAS A SU MADRIGUERA;* Los niños se desplazan por el espacio y cuando el formador diga ¡ardillas a con una cuerda, tiza o zapatos en el piso. El ultimo en entrar al circulo paga penitencia Variantes: sedesplaza **descanso micro 30" descaso macro 1´30" (volumen total: 7´)** *2.TUMBA LA COTELLA;* Los niños se ubican a un extremo del espacio, cuando la docente haga sonar su silva extremo haciendo ap chagui. Variantes: se hacen sentados, acostados, de espaldas, arrodillados, etc **1serie- total: 7´)** se ubican en posicion chumbi, cuando la docente diga ¡derecha! ellos deberan hacer la patada ap chagui co su pie izquierdo, pero este debe impactar en un objeto, ya sea una botella, cojin, muñeco,etc. Variantes:se d alternando piernas, colores, terminos basicos del taekwondo, etc **4 series- 3 repeticiones- 30"-descanso mic**
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros in mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, pe marcial.**1 min**

OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA

El deporte es de todos Mindeporte / Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE –				**PROCESO:** Fomento al Desarrollo Humano y Social	**Versión: 0** **Código:**
				FORMATO: Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos	Página 1 de 1
Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**	Gabriel Guillermo Guerra Arevalo
Fecha:	**30/11/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**	Zipacon
Hora:	**4:30pm a 6:00pm**	**N° De Sesión:**	**51**	**N°. De Semana:**	15
Grupo:	**2**			**Edades:**	10 A 12 AÑOS
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:**	
				Tipo de Discapacidad:	

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
INICIAL	**1**.Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e introducción de los parámetros que se deben tener en cuenta, se explican los objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia. 5**mn** 2.1. Se iniciará con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas. cadera, rodilla, tobillo), haciendo 10 repeticiones por cada segmento, buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.Congelados. los NNA se desplzaran en distintasa direcciones y movimientos sobre el espacio de entrenamiento y a la voz del formador deberan quedarse en estatua en la posicion que quedaron. **1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros superiores e inferiores, para preparacioan de las pruebas y test fisicos. **1 serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.desplazamientos con movimientos de patada 3. cambios de guardia y pasos planos	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. COLCHONETA PAPEL RECICLABLE. CRONOMETRO	1. :Con un palo de escoba o una cuerda ubicado a 40 cms, el NNA deberá saltarlo y caer haciendo plancha y luego rodar por debajo de este en 5 oportunidades. 2. juego dinamico para enseñanza de las tres posturas del saludo de taekwondo donde el NNA caminaran relajadamente por un espacio determinado y en distintas direcciones: a la orden debera realizar la postura correcta de saludo. 3. el NNA debera en un recorrido corto realizar ejercicios como elevacion de rodillas al frente a la altura de la cadera, pies a los gluteos, pies al frente sin flexion de rodillas, pies al frente con flexion de rodilla, abanico hacia adentro, abanico hacia afuera. siempre con los manos en puño al frente.
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros inferiores. Golpeo de muslos con el piso. golpeo lateral zapatillas, mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, perseverancia, autocontrol, espiritu indomable, ciencia, amor" y saludo marcial.**1 min**
OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA CORRECION.			

El deporte es de todos Mindeporte / Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE –				**PROCESO:** Fomento al Desarrollo Humano y Social	**Versión: 0** **Código:**
				FORMATO: Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos	Página 1 de 1
Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**	Gabriel Guillermo Guerra Arevalo
Fecha:	**30/11/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**	Zipacon
Hora:	**4:30pm a 6:00pm**	**N° De Sesión:**	**51**	**N°. De Semana:**	15
Grupo:	**2**			**Edades:**	10 A 12 AÑOS
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:**	
				Tipo de Discapacidad:	

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
INICIAL	**1**.Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e introducción de los parámetros que se deben tener en cuenta, se explican los objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia. 5**mn** 2.1. Se iniciará con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas. cadera, rodilla, tobillo), haciendo 10 repeticiones por cada segmento, buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.Congelados. los NNA se desplzaran en distintasa direcciones y movimientos sobre el espacio de entrenamiento y a la voz del formador deberan quedarse en estatua en la posicion que quedaron. **1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros superiores e inferiores, para preparacioan de las pruebas y test fisicos. **1 serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.desplazamientos con movimientos de patada 3. cambios de guardia y pasos planos	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. COLCHONETA PAPEL RECICLABLE. CRONOMETRO	1. :Con un palo de escoba o una cuerda ubicado a 40 cms, el NNA deberá saltarlo y caer haciendo plancha y luego rodar por debajo de este en 5 oportunidades. 2. juego dinamico para enseñanza de las tres posturas del saludo de taekwondo donde el NNA caminaran relajadamente por un espacio determinado y en distintas direcciones: a la orden debera realizar la postura correcta de saludo. 3. el NNA debera en un recorrido corto realizar ejercicios como elevacion de rodillas al frente a la altura de la cadera, pies a los gluteos, pies al frente sin flexion de rodillas, pies al frente con flexion de rodilla, abanico hacia adentro, abanico hacia afuera. siempre con los manos en puño al frente.
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros inferiores. Golpeo de muslos con el piso. golpeo lateral zapatillas, mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, perseverancia, autocontrol, espiritu indomable, ciencia, amor" y saludo marcial.**1 min**
OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA CORRECION.			

El deporte es de todos Mindeporte / Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE –				**PROCESO:** Fomento al Desarrollo Humano y Social	**Versión: 0** **Código:**
				FORMATO: Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos	Página 1 de 1
Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**	Gabriel Guillermo Guerra Arevalo
Fecha:	**30/11/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**	Zipacon
Hora:	**4:30pm a 6:00pm**	**N° De Sesión:**	**51**	**N°. De Semana:**	15
Grupo:	**2**			**Edades:**	10 A 12 AÑOS
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:**	
				Tipo de Discapacidad:	

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
INICIAL	**1**.Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e introducción de los parámetros que se deben tener en cuenta, se explican los objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia. 5**mn** 2.1. Se iniciará con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas. cadera, rodilla, tobillo), haciendo 10 repeticiones por cada segmento, buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.Congelados. los NNA se desplzaran en distintasa direcciones y movimientos sobre el espacio de entrenamiento y a la voz del formador deberan quedarse en estatua en la posicion que quedaron. **1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros superiores e inferiores, para preparacioan de las pruebas y test fisicos. **1 serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.desplazamientos con movimientos de patada 3. cambios de guardia y pasos planos	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. COLCHONETA PAPEL RECICLABLE. CRONOMETRO	1. :Con un palo de escoba o una cuerda ubicado a 40 cms, el NNA deberá saltarlo y caer haciendo plancha y luego rodar por debajo de este en 5 oportunidades. 2. juego dinamico para enseñanza de las tres posturas del saludo de taekwondo donde el NNA caminaran relajadamente por un espacio determinado y en distintas direcciones: a la orden debera realizar la postura correcta de saludo. 3. el NNA debera en un recorrido corto realizar ejercicios como elevacion de rodillas al frente a la altura de la cadera, pies a los gluteos, pies al frente sin flexion de rodillas, pies al frente con flexion de rodilla, abanico hacia adentro, abanico hacia afuera. siempre con los manos en puño al frente.
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros inferiores. Golpeo de muslos con el piso. golpeo lateral zapatillas, mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, perseverancia, autocontrol, espiritu indomable, ciencia, amor" y saludo marcial.**1 min**
OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA CORRECION.			

El deporte es de todos Mindeporte / Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE –				**PROCESO:** Fomento al Desarrollo Humano y Social	**Versión: 0** **Código:**
				FORMATO: Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos	Página 1 de 1
Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**	Gabriel Guillermo Guerra Arevalo
Fecha:	**30/11/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**	Zipacon
Hora:	**4:30pm a 6:00pm**	**N° De Sesión:**	**51**	**N°. De Semana:**	15
Grupo:	**2**			**Edades:**	10 A 12 AÑOS
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:**	
				Tipo de Discapacidad:	

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
INICIAL	**1**.Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e introducción de los parámetros que se deben tener en cuenta, se explican los objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia. 5**mn** 2.1. Se iniciará con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas. cadera, rodilla, tobillo), haciendo 10 repeticiones por cada segmento, buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.Congelados. los NNA se desplzaran en distintasa direcciones y movimientos sobre el espacio de entrenamiento y a la voz del formador deberan quedarse en estatua en la posicion que quedaron. **1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros superiores e inferiores, para preparacioan de las pruebas y test fisicos. **1 serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.desplazamientos con movimientos de patada 3. cambios de guardia y pasos planos	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. COLCHONETA PAPEL RECICLABLE. CRONOMETRO	1. :Con un palo de escoba o una cuerda ubicado a 40 cms, el NNA deberá saltarlo y caer haciendo plancha y luego rodar por debajo de este en 5 oportunidades. 2. juego dinamico para enseñanza de las tres posturas del saludo de taekwondo donde el NNA caminaran relajadamente por un espacio determinado y en distintas direcciones: a la orden debera realizar la postura correcta de saludo. 3. el NNA debera en un recorrido corto realizar ejercicios como elevacion de rodillas al frente a la altura de la cadera, pies a los gluteos, pies al frente sin flexion de rodillas, pies al frente con flexion de rodilla, abanico hacia adentro, abanico hacia afuera. siempre con los manos en puño al frente.
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros inferiores. Golpeo de muslos con el piso. golpeo lateral zapatillas, mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, perseverancia, autocontrol, espiritu indomable, ciencia, amor" y saludo marcial.**1 min**
OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA CORRECION.			

El deporte es de todos Mindeporte / Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE –				**PROCESO:** Fomento al Desarrollo Humano y Social	**Versión: 0** **Código:**
				FORMATO: Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos	Página 1 de 1
Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**	Gabriel Guillermo Guerra Arevalo
Fecha:	**30/11/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**	Zipacon
Hora:	**4:30pm a 6:00pm**	**N° De Sesión:**	**51**	**N°. De Semana:**	15
Grupo:	**2**			**Edades:**	10 A 12 AÑOS
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:**	
				Tipo de Discapacidad:	

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
INICIAL	**1**.Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e introducción de los parámetros que se deben tener en cuenta, se explican los objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia. 5**mn** 2.1. Se iniciará con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas. cadera, rodilla, tobillo), haciendo 10 repeticiones por cada segmento, buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.Congelados. los NNA se desplzaran en distintasa direcciones y movimientos sobre el espacio de entrenamiento y a la voz del formador deberan quedarse en estatua en la posicion que quedaron. **1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros superiores e inferiores, para preparacioan de las pruebas y test fisicos. **1 serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.desplazamientos con movimientos de patada 3. cambios de guardia y pasos planos	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. COLCHONETA PAPEL RECICLABLE. CRONOMETRO	1. :Con un palo de escoba o una cuerda ubicado a 40 cms, el NNA deberá saltarlo y caer haciendo plancha y luego rodar por debajo de este en 5 oportunidades. 2. juego dinamico para enseñanza de las tres posturas del saludo de taekwondo donde el NNA caminaran relajadamente por un espacio determinado y en distintas direcciones: a la orden debera realizar la postura correcta de saludo. 3. el NNA debera en un recorrido corto realizar ejercicios como elevacion de rodillas al frente a la altura de la cadera, pies a los gluteos, pies al frente sin flexion de rodillas, pies al frente con flexion de rodilla, abanico hacia adentro, abanico hacia afuera. siempre con los manos en puño al frente.
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros inferiores. Golpeo de muslos con el piso. golpeo lateral zapatillas, mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, perseverancia, autocontrol, espiritu indomable, ciencia, amor" y saludo marcial.**1 min**
OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA CORRECION.			

El deporte es de todos Mindeporte / Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE –				**PROCESO:** Fomento al Desarrollo Humano y Social	**Versión: 0** **Código:**
				FORMATO: Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos	Página 1 de 1
Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**	Gabriel Guillermo Guerra Arevalo
Fecha:	**30/11/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**	Zipacon
Hora:	**4:30pm a 6:00pm**	**N° De Sesión:**	**51**	**N°. De Semana:**	15
Grupo:	**2**			**Edades:**	10 A 12 AÑOS
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:**	
				Tipo de Discapacidad:	

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
INICIAL	**1**.Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e introducción de los parámetros que se deben tener en cuenta, se explican los objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia. 5**mn** 2.1. Se iniciará con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas. cadera, rodilla, tobillo), haciendo 10 repeticiones por cada segmento, buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.Congelados. los NNA se desplzaran en distintasa direcciones y movimientos sobre el espacio de entrenamiento y a la voz del formador deberan quedarse en estatua en la posicion que quedaron. **1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros superiores e inferiores, para preparacioan de las pruebas y test fisicos. **1 serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.desplazamientos con movimientos de patada 3. cambios de guardia y pasos planos	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. COLCHONETA PAPEL RECICLABLE. CRONOMETRO	1. :Con un palo de escoba o una cuerda ubicado a 40 cms, el NNA deberá saltarlo y caer haciendo plancha y luego rodar por debajo de este en 5 oportunidades. 2. juego dinamico para enseñanza de las tres posturas del saludo de taekwondo donde el NNA caminaran relajadamente por un espacio determinado y en distintas direcciones: a la orden debera realizar la postura correcta de saludo. 3. el NNA debera en un recorrido corto realizar ejercicios como elevacion de rodillas al frente a la altura de la cadera, pies a los gluteos, pies al frente sin flexion de rodillas, pies al frente con flexion de rodilla, abanico hacia adentro, abanico hacia afuera. siempre con los manos en puño al frente.
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros inferiores. Golpeo de muslos con el piso. golpeo lateral zapatillas, mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, perseverancia, autocontrol, espiritu indomable, ciencia, amor" y saludo marcial.**1 min**
OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA CORRECION.			

El deporte es de todos Mindeporte / Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE –				**PROCESO:** Fomento al Desarrollo Humano y Social	**Versión: 0** **Código:**
				FORMATO: Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos	Página 1 de 1
Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**	Gabriel Guillermo Guerra Arevalo
Fecha:	**30/11/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**	Zipacon
Hora:	**4:30pm a 6:00pm**	**N° De Sesión:**	**51**	**N°. De Semana:**	15
Grupo:	**2**			**Edades:**	10 A 12 AÑOS
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:**	
				Tipo de Discapacidad:	

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
INICIAL	**1**.Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e introducción de los parámetros que se deben tener en cuenta, se explican los objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia. 5**mn** 2.1. Se iniciará con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas. cadera, rodilla, tobillo), haciendo 10 repeticiones por cada segmento, buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.Congelados. los NNA se desplzaran en distintasa direcciones y movimientos sobre el espacio de entrenamiento y a la voz del formador deberan quedarse en estatua en la posicion que quedaron. **1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros superiores e inferiores, para preparacioan de las pruebas y test fisicos. **1 serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.desplazamientos con movimientos de patada 3. cambios de guardia y pasos planos	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. COLCHONETA PAPEL RECICLABLE. CRONOMETRO	1. :Con un palo de escoba o una cuerda ubicado a 40 cms, el NNA deberá saltarlo y caer haciendo plancha y luego rodar por debajo de este en 5 oportunidades. 2. juego dinamico para enseñanza de las tres posturas del saludo de taekwondo donde el NNA caminaran relajadamente por un espacio determinado y en distintas direcciones: a la orden debera realizar la postura correcta de saludo. 3. el NNA debera en un recorrido corto realizar ejercicios como elevacion de rodillas al frente a la altura de la cadera, pies a los gluteos, pies al frente sin flexion de rodillas, pies al frente con flexion de rodilla, abanico hacia adentro, abanico hacia afuera. siempre con los manos en puño al frente.
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros inferiores. Golpeo de muslos con el piso. golpeo lateral zapatillas, mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, perseverancia, autocontrol, espiritu indomable, ciencia, amor" y saludo marcial.**1 min**
OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA CORRECION.			

El deporte es de todos Mindeporte / Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE –				**PROCESO:** Fomento al Desarrollo Humano y Social	**Versión: 0** **Código:**
				FORMATO: Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos	Página 1 de 1
Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**	Gabriel Guillermo Guerra Arevalo
Fecha:	**30/11/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**	Zipacon
Hora:	**4:30pm a 6:00pm**	**N° De Sesión:**	**51**	**N°. De Semana:**	15
Grupo:	**2**			**Edades:**	10 A 12 AÑOS
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:**	
				Tipo de Discapacidad:	

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
INICIAL	**1**.Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e introducción de los parámetros que se deben tener en cuenta, se explican los objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia. 5**mn** 2.1. Se iniciará con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas. cadera, rodilla, tobillo), haciendo 10 repeticiones por cada segmento, buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.Congelados. los NNA se desplzaran en distintasa direcciones y movimientos sobre el espacio de entrenamiento y a la voz del formador deberan quedarse en estatua en la posicion que quedaron. **1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros superiores e inferiores, para preparacioan de las pruebas y test fisicos. **1 serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.desplazamientos con movimientos de patada 3. cambios de guardia y pasos planos	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. COLCHONETA PAPEL RECICLABLE. CRONOMETRO	1. :Con un palo de escoba o una cuerda ubicado a 40 cms, el NNA deberá saltarlo y caer haciendo plancha y luego rodar por debajo de este en 5 oportunidades. 2. juego dinamico para enseñanza de las tres posturas del saludo de taekwondo donde el NNA caminaran relajadamente por un espacio determinado y en distintas direcciones: a la orden debera realizar la postura correcta de saludo. 3. el NNA debera en un recorrido corto realizar ejercicios como elevacion de rodillas al frente a la altura de la cadera, pies a los gluteos, pies al frente sin flexion de rodillas, pies al frente con flexion de rodilla, abanico hacia adentro, abanico hacia afuera. siempre con los manos en puño al frente.
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros inferiores. Golpeo de muslos con el piso. golpeo lateral zapatillas, mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, perseverancia, autocontrol, espiritu indomable, ciencia, amor" y saludo marcial.**1 min**
OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA CORRECION.			

El deporte es de todos Mindeporte / Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE –				**PROCESO:** Fomento al Desarrollo Humano y Social	**Versión: 0** **Código:**
				FORMATO: Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos	Página 1 de 1
Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**	Gabriel Guillermo Guerra Arevalo
Fecha:	**30/11/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**	Zipacon
Hora:	**4:30pm a 6:00pm**	**N° De Sesión:**	**51**	**N°. De Semana:**	15
Grupo:	**2**			**Edades:**	10 A 12 AÑOS
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:**	
				Tipo de Discapacidad:	

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
INICIAL	**1**.Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e introducción de los parámetros que se deben tener en cuenta, se explican los objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia. 5**mn** 2.1. Se iniciará con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas. cadera, rodilla, tobillo), haciendo 10 repeticiones por cada segmento, buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.Congelados. los NNA se desplzaran en distintasa direcciones y movimientos sobre el espacio de entrenamiento y a la voz del formador deberan quedarse en estatua en la posicion que quedaron. **1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros superiores e inferiores, para preparacioan de las pruebas y test fisicos. **1 serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.desplazamientos con movimientos de patada 3. cambios de guardia y pasos planos	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. COLCHONETA PAPEL RECICLABLE. CRONOMETRO	1. :Con un palo de escoba o una cuerda ubicado a 40 cms, el NNA deberá saltarlo y caer haciendo plancha y luego rodar por debajo de este en 5 oportunidades. 2. juego dinamico para enseñanza de las tres posturas del saludo de taekwondo donde el NNA caminaran relajadamente por un espacio determinado y en distintas direcciones: a la orden debera realizar la postura correcta de saludo. 3. el NNA debera en un recorrido corto realizar ejercicios como elevacion de rodillas al frente a la altura de la cadera, pies a los gluteos, pies al frente sin flexion de rodillas, pies al frente con flexion de rodilla, abanico hacia adentro, abanico hacia afuera. siempre con los manos en puño al frente.
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros inferiores. Golpeo de muslos con el piso. golpeo lateral zapatillas, mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, perseverancia, autocontrol, espiritu indomable, ciencia, amor" y saludo marcial.**1 min**
OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA CORRECION.			

El deporte es de todos Mindeporte / Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE –				**PROCESO:** Fomento al Desarrollo Humano y Social	**Versión: 0** **Código:**
				FORMATO: Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos	Página 1 de 1
Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**	Gabriel Guillermo Guerra Arevalo
Fecha:	**30/11/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**	Zipacon
Hora:	**4:30pm a 6:00pm**	**N° De Sesión:**	**51**	**N°. De Semana:**	15
Grupo:	**2**			**Edades:**	10 A 12 AÑOS
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:**	
				Tipo de Discapacidad:	

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
INICIAL	**1**.Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e introducción de los parámetros que se deben tener en cuenta, se explican los objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia. 5**mn** 2.1. Se iniciará con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas. cadera, rodilla, tobillo), haciendo 10 repeticiones por cada segmento, buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.Congelados. los NNA se desplzaran en distintasa direcciones y movimientos sobre el espacio de entrenamiento y a la voz del formador deberan quedarse en estatua en la posicion que quedaron. **1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros superiores e inferiores, para preparacioan de las pruebas y test fisicos. **1 serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.desplazamientos con movimientos de patada 3. cambios de guardia y pasos planos	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. COLCHONETA PAPEL RECICLABLE. CRONOMETRO	1. :Con un palo de escoba o una cuerda ubicado a 40 cms, el NNA deberá saltarlo y caer haciendo plancha y luego rodar por debajo de este en 5 oportunidades. 2. juego dinamico para enseñanza de las tres posturas del saludo de taekwondo donde el NNA caminaran relajadamente por un espacio determinado y en distintas direcciones: a la orden debera realizar la postura correcta de saludo. 3. el NNA debera en un recorrido corto realizar ejercicios como elevacion de rodillas al frente a la altura de la cadera, pies a los gluteos, pies al frente sin flexion de rodillas, pies al frente con flexion de rodilla, abanico hacia adentro, abanico hacia afuera. siempre con los manos en puño al frente.
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros inferiores. Golpeo de muslos con el piso. golpeo lateral zapatillas, mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, perseverancia, autocontrol, espiritu indomable, ciencia, amor" y saludo marcial.**1 min**
OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA CORRECION.			

				PROCESO: Fomento al Desarrollo Humano y Social **FORMATO:** Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos
Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**
Fecha:	**14/12/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**
Hora:	**3:00pm a 4:30pm**	**N° De Sesión:**	**61**	**N°. De Semana:**
Grupo:	**1**			**Edades:**
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:** **Tipo de Discapacidad:**

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS
INICIAL	**1.**Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e intro objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia 2.1. Se iniciará con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.moviendo el cuerpo . el NNA debera desplzarse a las indicaciones del formador movimiendo solo un segr corporales.**1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros **serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.esplazamientos con movimientos de patada 3. Capacidad gestual tren inferior	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. PALO CUERDA	*1. ARDILLAS A SU MADRIGUERA;* Los niños se desplazan por el espacio y cuando el formador diga ¡ardillas a con una cuerda, tiza o zapatos en el piso. El ultimo en entrar al circulo paga penitencia Variantes: sedesplaza **descanso micro 30" descaso macro 1´30" (volumen total: 7´)** *2.TUMBA LA COTELLA;* Los niños se ubican a un extremo del espacio, cuando la docente haga sonar su silva extremo haciendo ap chagui. Variantes: se hacen sentados, acostados, de espaldas, arrodillados, etc **1serie- total: 7´)** se ubican en posicion chumbi, cuando la docente diga ¡derecha! ellos deberan hacer la patada ap chagui co su pie izquierdo, pero este debe impactar en un objeto, ya sea una botella, cojin, muñeco,etc. Variantes:se d alternando piernas, colores, terminos basicos del taekwondo, etc **4 series- 3 repeticiones- 30"-descanso mic**
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros in mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, pe marcial.**1 min**

OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA

				PROCESO: Fomento al Desarrollo Humano y Social **FORMATO:** Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos
Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**
Fecha:	**14/12/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**
Hora:	**3:00pm a 4:30pm**	**N° De Sesión:**	**61**	**N°. De Semana:**
Grupo:	**1**			**Edades:**
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:** **Tipo de Discapacidad:**

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS
INICIAL	**1.**Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e intro objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia 2.1. Se iniciará con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.moviendo el cuerpo . el NNA debera desplzarse a las indicaciones del formador movimiendo solo un segr corporales.**1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros **serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.esplazamientos con movimientos de patada 3. Capacidad gestual tren inferior	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. PALO CUERDA	*1. ARDILLAS A SU MADRIGUERA;* Los niños se desplazan por el espacio y cuando el formador diga ¡ardillas a con una cuerda, tiza o zapatos en el piso. El ultimo en entrar al circulo paga penitencia Variantes: sedesplaza **descanso micro 30" descaso macro 1´30" (volumen total: 7´)** *2.TUMBA LA COTELLA;* Los niños se ubican a un extremo del espacio, cuando la docente haga sonar su silva extremo haciendo ap chagui. Variantes: se hacen sentados, acostados, de espaldas, arrodillados, etc **1serie- total: 7´)** se ubican en posicion chumbi, cuando la docente diga ¡derecha! ellos deberan hacer la patada ap chagui co su pie izquierdo, pero este debe impactar en un objeto, ya sea una botella, cojin, muñeco,etc. Variantes:se d alternando piernas, colores, terminos basicos del taekwondo, etc **4 series- 3 repeticiones- 30"-descanso mic**
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros in mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, pe marcial.**1 min**

OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA

				PROCESO: Fomento al Desarrollo Humano y Social **FORMATO:** Plan de Clase Escuelas Deportivas Para Todos
Departamento:			**Cundinamarca**	**Nombre del Formador**
Fecha:	**14/12/2020**	**Disciplina Deportiva:**	**Taekwondo**	**Municipio:**
Hora:	**3:00pm a 4:30pm**	**N° De Sesión:**	**61**	**N°. De Semana:**
Grupo:	**1**			**Edades:**
Objetivo de la Clase (Técnico o Psicosocial)	despertar en el NNA el interés por el deporte y la sana competencia en diferentes disciplinas deportivas a traves de actividades ludicas y competitivas			**Número de Beneficiarios con Discapacidad:** **Tipo de Discapacidad:**

PARTE	TEMA/CONTENIDOS	DURACIÓN TIEMPO	IMPLEMENTACIÓN DEPORTIVA PARA LA ACTIVIDAD	ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LAS
INICIAL	**1.**Recepcion y bienvenidad de los NNA 1.1 Objetivo de la clase (pandeolimpiadas) 1.2 Llamado a lista **2.** Calentamiento general 2.1 Movilidad articular 2.2 Activacion 2.3 Estiramiento 2.4 Calentamiento especifico	20 minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN	1. Se reciben los niños en el escenario deportivo, brevemente se hace una bienvenida, saludo marcial e intro objetivos por alcanzar para la sesión de clase y por ultimo hacemos el llamado a lista o registro de asistencia 2.1. Se iniciará con la movilidad articular de manera cefalocaudal (cabeza, cuello, hombros, codos, muñecas buscando un rango amplio de movimiento. **1 serie-5 min** 2.2.moviendo el cuerpo . el NNA debera desplzarse a las indicaciones del formador movimiendo solo un segr corporales.**1 serie 5 min** 2.3. Los niños harán estiramiento musculo esquelético de cada uno de los segmentos corporales, miembros **serie-5mn**
CENTRAL	1. Pandeolimpiadas. Salto. habilidades básicas motrices y Capacidades físicas 2.esplazamientos con movimientos de patada 3. Capacidad gestual tren inferior	60 Minutos	ESPACIO LIBRE DE OBJETOS ROPA COMODA CALZADO DEPORTIVO HIDRATACIÓN. PALO CUERDA	*1. ARDILLAS A SU MADRIGUERA;* Los niños se desplazan por el espacio y cuando el formador diga ¡ardillas a con una cuerda, tiza o zapatos en el piso. El ultimo en entrar al circulo paga penitencia Variantes: sedesplaza **descanso micro 30" descaso macro 1´30" (volumen total: 7´)** *2.TUMBA LA COTELLA;* Los niños se ubican a un extremo del espacio, cuando la docente haga sonar su silva extremo haciendo ap chagui. Variantes: se hacen sentados, acostados, de espaldas, arrodillados, etc **1serie- total: 7´)** se ubican en posicion chumbi, cuando la docente diga ¡derecha! ellos deberan hacer la patada ap chagui co su pie izquierdo, pero este debe impactar en un objeto, ya sea una botella, cojin, muñeco,etc. Variantes:se d alternando piernas, colores, terminos basicos del taekwondo, etc **4 series- 3 repeticiones- 30"-descanso mic**
FINAL	1. vuelta a la calma. (estiramiento dinamico) 2. Retroalimentacion 3. Principios taekwondo.	10 minutos	No aplica	1. Estiramiento dinamico de los grupos musculares implicados en la sesión. relajacion miembros in mariposa, mesa, foca, barco, biscicleta. 5 min 2. Retroalimentación de los aspectos a reforzar a adquirir, reforzar y recordar.4 min 3. Finalizaremos la clase con el juramento del los principios del taekwondo" cortesia, integridad, pe marcial.**1 min**

OBSERVACIONES Y EVALUACION	OBSERVAR A EJECUCION DE LA TECNICA Y HABILIDAD O CAPACIDAD HACER SU RESPECTIVA

ORMATO DE REGISTRO FOTOGRÁFICO DE LAS ESCUELAS DEPORTIVAS PARATODOS

´ Obligación N 3.

Planifique y realice durante los meses de septiembre y diciembre de manera virtual a través de plataformas y presencial, las sesiones semanales estipuladas por el ministerio del deporte en donde busca fortalecer los procesos formativos, desarrollo emocional, motriz y cognitivo.

Las sesiones se realizaron de lunes a viernes en una intensidad horaria de 1 hora y 30 minutos de manera presencial y de 40 minutos de manera virtual para cada categoría.

Realicé actividades de planeación, evaluación y preparación del informe de cada mes correspondiente, anexando evidencias, cuentas de cobro, informe general y planilla de seguridad social..

Registro fotográfico de las sesiones y actividades realizadas.

Nombre del formador: Gabriel Guillermo Guerra Arévalo

Departamento: Cundinamarca **Municipio:** Zipacón

Disciplina deportiva: Taekwondo **Grupo:** 1

Periodo de actividad: diciembre 2020

Fecha 4/diciembre/2020

pandeolimpiadas



ORMATO DE REGISTRO FOTOGRÁFICO DE LAS ESCUELAS DEPORTIVAS PARATODOS

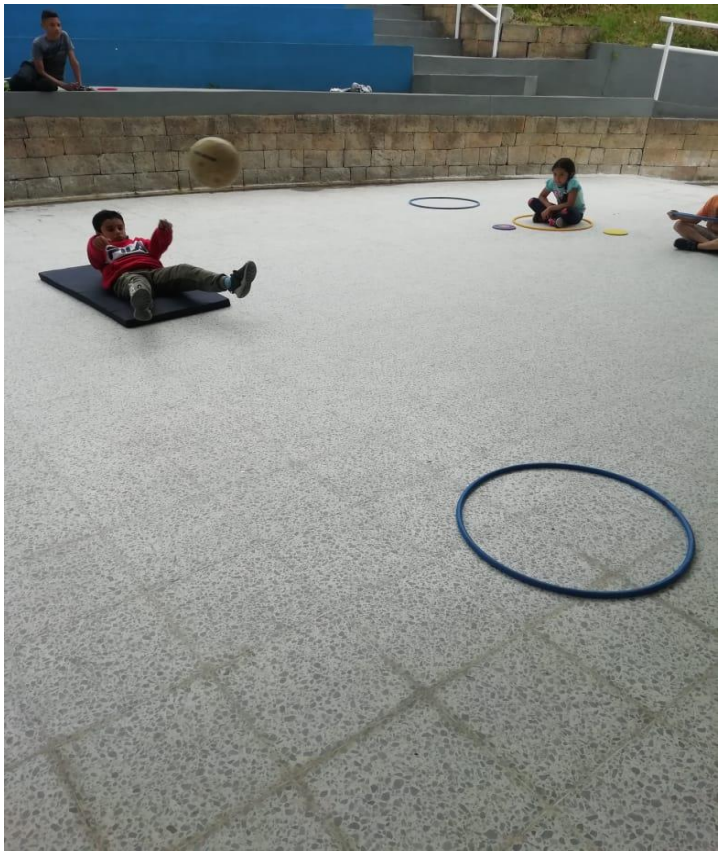
Fecha 9/diciembre/2020

Pandeolimpiadas



Fecha 11/diciembre/2020

Pandeolimpiadas



ORMATO DE REGISTRO FOTOGRÁFICO DE LAS ESCUELAS DEPORTIVAS PARATODOS

Fecha 16/diciembre/2020

Clase presencial



Fecha 18/diciembre/2020

Clase presencial



El deporte es de todos Mindeporte	PROCESO:	Escuelas Deportivas para todos – MINISTERIO DEL DEPORTE	Versión: 1
	Fomento al Desarrollo Humano y Social		Código: FD-FR-080
	FORMATO:		Página 1 de 1
	Control de asistencia Deportistas de las Escuelas Deportivas para Todos		

Deporte:_Taekwondo_____ ***Formador(A):_ Gabriel Guillermo Guerra Arevalo***

Departamento:Cundinamarca ***Municipio:_ Zipacon***

Grupo:_____1_____ ***Mes:__*** diciembre ***Año:__*** ## ***Horario:___ 3pm - 4:30pm***

Total Deportistas Mes:_____19_____ ***Hombres:_____ 12*** ***Mujeres:_____*** 7

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	Thomas Arevalo Pinilla	A	A	F	A			A	A	F	A	A			F	A	A	F	A												
2	Nicolas Santiago Laverde Osorio	A	A	A	A			A	A	F	A	A			A	A	A	A	A												
3	Juan JoseRamires Rativa	A	F	F	A			A	A	F	A	A			F	A	A	A	A												
4	Sara SofiaMorales Pardo	A	F	A	A			A	A	A	A	A			A	F	A	A	A												
5	Tomas Mateo Gonzalez Sanchez	A	A	A	A			F	A	A	A	A			A	A	F	A	A												
6	samuel Pelaez Paza Sanchez	A	F	A	F			F	A	A	A	F			F	A	F	A	A												
7	Gisell NataliaMorales Sanchez	A	A	F	A			F	F	A	A	A			A	A	A	F	A												
8	Danna Sofia Sanchez Rey	A	A	F	F			A	F	A	A	A			A	A	F	A	A												
9	Hanna Valentina Benavidez Forero	A	A	A	A			A	F	F	A	A			F	F	A	F	A												
10	Jonas Esteban Nieto Garcia	A	F	F	F			A	A	A	A	A			A	A	A	A	A												
11	Gregorio Estevez Pacheco	F	A	A	A			A	A	A	A	A			A	A	F	F	F												
12	Juan Jose Cortes Zamora	A	F	A	F			F	A	A	A	F			A	A	F	F	F												
13	Nicolas David Cortes Zamora	A	A	A	A			A	A	A	A	A			A	A	A	A	A												
14	Diego Alejandro Sedano Gallego	F	A	F	A			A	F	A	A	F			F	A	F	A	F												
15	Michelle Valentina ramirez Calderon	A	A	A	A			A	A	A	F	A			A	A	A	A	F												
16	Laura Mariana Cardenas Pardo	F	A	F	A			F	F	F	A	A			F	A	F	A	A												
17	Aylin Juliana Duarte Mahecha	A	A	A	A			A	A	A	A	F			A	A	A	A	A												
18	Dylan Andrey Motta Gaitan	A	F	F	F			A	A	A	A	A			A	A	A	A	A												
19	Juan Sebastian Motta Gaitan	F	A	A	A			A	A	A	A	A			A	A	F	F	F												
20																																



El deporte es de todos

Mindeporte

PROCESO:	Versión: 1
Fomento al Desarrollo Humano y Social	Código: FD-FR-080
FORMATO: de asistencia Deportistas de las Escuelas Deportivas para Todos	Página 1 de 1

Escuelas Deportivas para todos
-MINISTERIO DEL DEPORTE-

Deporte:_Taekwondo_____ ***Formador(A):_ Gabriel Guillermo Guerra Arevalo***

Departamento:Cundinamarca ***Municipio:_ Zipacon***

Grupo:_____2_____ ***Mes:__*** diciembre ***Año:__*** 2020 ***Horario:___ 4:30pm - 6:00pm***

Total Deportistas Mes:_____13_____ ***Hombres:_____ 10*** ***Mujeres:__ 3***

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	Roslant David Pardo Sandoval	F	A	A	A			A	F	A	F	A			F	A	A	F	A												
2	julian Andres Pinzon Marroquin	A	A	F	A			A	A	A	F	A			A	F	A	F	A												
3	Juan Andres Jaramillo Muricia	A	F	A	A			F	A	A	A	A			F	A	A	A	A												
4	Juan David Paz Sanchez	A	A	A	A			A	A	A	A	A			A	A	A	A	A												
5	Tomas Jeronimo Paz Sanchez	A	A	F	A			F	A	F	A	A			A	A	F	A	A												
6	Saray Samantha Castro Soriano	A	A	A	A			A	A	A	A	F			F	A	A	A	A												
7	brigitte Maite Castro Soriano	A	F	A	A			F	A	A	A	A			F	F	A	F	A												
8	Oscar Sebastian Zapata Moreno	A	A	F	A			A	F	A	F	A			A	F	F	A	F												
9	David SantiagoZapata Galindo	A	A	F	A			A	A	A	A	A			F	A	A	F	A												
10	Sara Sofia Galindo Sanabria	A	F	A	A			A	F	A	A	A			A	A	A	A	A												
11	Juan David Sedano Gallego	F	A	A	A			A	A	A	A	A			A	A	F	F	A												
12	Endri Josue Ramirez Calderon	A	F	A	F			A	A	F	A	F			A	A	F	F	F												
13	Juan Pablo Vargas Parada	A	F	A	A			F	A	F	A	A			A	A	A	F	F												
14																																
15																																
16																																
17																																
18																																
19																																
20																																

Convenciones	
Asistió	A
Inasistencia	F
Excusa	E

El deporte es de todos Mindeporte			**PROCESO:**			Escuelas Deportivas para todos MINISTERIO DEL DEPORTE	**Versión:**
			Fomento al Desarrollo Humano y Social				**Código:**
			FORMATO:				
			Horario de Clase de Formadores de las Escuelas Deportivas ara Todos				Página 1 de 1
Nombre del Formador Deportivo:			**Gabriel Guillermo Guerra Arevalo**				
Departamento:			**Cundinamarca**				
Municipio:			**Zipacon**				
Disciplina(s) Deportiva(s):	**Taekwondo**		**Edades Grupo 1:**	**6 A 9 Años**	**Edades Grupo 2:**	**10 A 12 Años**	
Nombre del Escenario Grupo 1:		**concha acustica**		**Nombre del Escenario Grupo 2:**		**concha acustica**	
Direccion del Escenario Grupo 1:		**centro**		**Direccion del Escenario Grupo 2:**		**centro**	

		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
GRUPO 1	**LUGAR**	concha acustica	virtual	concha acustica	virtual	concha acustica	
	HORA	03:00 p.m.	03:00 p.m.	03:00 p.m.	03:00 p.m.	03:00 p.m.	
	DEPORTE	taekwondo	taekwondo	taekwondo	taekwondo	taekwondo	
GRUPO 2	**LUGAR**	concha acustica	virtual	concha acustica	virtual	concha acustica	
	HORA	04:30 p.m.	04:30 p.m.	04:30 p.m.	04:30 p.m.	04:30 p.m.	
	DEPORTE	taekwondo	taekwondo	taekwondo	taekwondo	taekwondo	

OBSERVACIONES:
se realizaron algunas sesiones de entrenamiento de manera presencial aplicando actividades de pandeolimpiadas y entrenamiento deportivo.

Obligacion N 4

Registre los NNA inscritos en la plataforma del ministerio del deporte y reportados en los formatos indicados y relacionados.

El deporte es de todos | Mindeporte

PROCESO:

Fomento al Desarrollo Humano y

FORMATO:

Ficha de Inscripción Escuelas Depo

Nombre del Coordinador

N°	Departamento	Municipio	Deporte	Lugar de Entrenamiento	Direccion del escenario deportivo	Datos del Beneficiario		NUIP	Fecha de nacimiento			Edad	RANGO 6 A 12	Lugar de Nacimiento	Genero		RH	Peso Kg	Estatura	EPS	Escolarizado		Institución Educativa	Participa en Supérate	Hijo Mujer Lidereza	
						Nombres	Apellidos		Dia	Mes	Año				M	F					SI	NO			Si	No
1	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Roslant David	Pardo Sandoval	1072426493	5	8	2009	**11,4**	Si	La mesa	X		A+			Convida	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
2	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Thomas	Arevalo Pinilla	1074616434	20	9	2012	**8,3**	Si	facatativa	X		AB+	33	1.27	Compensar	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
3	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Nicolas Santiago	Laverde Osorio	1025151562	6	8	2014	**6,4**	Si	Bogota	X		O+		1.17	Salud total	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
4	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Julian Andres	Pinzon Marroquin	1021683273	25	8	2010	**10,3**	Si	Bogota	X		O+			Convida	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
5	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Juan Jose	Ramires Rativa	1074616797	3	9	2014	**6,3**	Si	facatativa	X		O+			Convida	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
6	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Sara Sofia	Morales Pardo	1070978508	23	9	2014	**6,2**	Si	facatativa		X	O+			Sisben	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
7	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Tomas Mateo	Gonzalez Sanchez	1064584509	16	4	2012	**8,7**	Si	Girardot	X					Famisanar	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
8	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Juan andres	Jaramillo Muricia	1013267369	2	6	2008	**12,6**	Si	Bogota	X		O+			Sanitas	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
9	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Samuel Pelaez	Paz Sanchez	1074345945	22	10	2013	**7,2**	Si	Bogota	X		O+		1113	Servisalud	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
10	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Juan David	Paz Sanchez	1019998402	14	12	2009	**11,0**	Si	Bogota	X		O+	32	128	Servisalud	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
11	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Giselll Natalia	Morales Sanchez	1070394235	29	6	2011	**9,5**	Si	facatativa		X	A+	38	140	Sanitas	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
12	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Danna Lucia	Sanchez Rey	1070971800	26	10	2012	**8,2**	Si	Madrid		X	A+	24		Convida	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
13	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Tomas jeronimo	Sanchez Rey	1070392459	6	2	2010	**10,9**	Si	facatativa	X		A+	35		Convida	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
14	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Hanna Valentina	Benavides Forero	1070395974	18	1	2013	**7,9**	Si	facatativa		X	B+			Convida	SI		Rincon Santo	NO		X
15	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Saray Samantha	Castro Soriano	1170963571	11	10	2010	**10,2**	Si	facatativa		X	O+			Nueva EPS	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
16	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	brigitte Maite	Castro Soriano	1170963572	11	10	2010	**10,2**	Si	facatativa		X	O+			Nueva EPS	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
17	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Jonas Esteban	Nieto Garcia	1028787789	26	12	2010	**10,0**	Si	Bogota	X		O+			Capital salud	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
18	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	gregorio	Estevez Pacheco	1074616602	16	12	2011	**9,0**	Si	Bogota	X		O+			Salud total	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
19	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Oscar Sebastian	Zapata Moreno	1074616306	20	12	2008	**12,0**	Si	facatativa	X		A+			Convida	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
20	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	David Santiago	Zapata Galindo	1074616384	29	1	2009	**11,9**	Si	Zipacon	X		O+			Convida	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
21	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Sara Sofia	Galindo Sanabria	1030584912	21	9	2008	**12,2**	Si	Bogota		X	B-			Famisanar	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
22	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Juan Jose	Cortes Zamora	1069584904	16	12	2013	**7,0**	Si	Bogota	X		O+			Famisanar	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
23	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Nicolas David	Cortes Zamora	1016065677	1	4	2012	**8,7**	Si	Bogota	X		B+			Famisanar	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X
24	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Diego alejandro	Sedano Gallego	1097123422	11	2	2014	**6,9**	Si	Bucaramanga	X		A+			ponal	SI		I.E.D. Zipacon	NO		X

25	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Juan David	Sedano Gallego	1116496491	5	1	2008	**13,0**	**Si**	Arauquita	X		O+			ponal	SI		I.E.D. Zipacon	**NO**		X
26	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Michelle Valentina	Ramirez calderon	5056031	1	9	2012	**8,3**	**Si**	Carabobo		X				Convida	SI		I.E.D. Zipacon	**NO**		X
27	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Endri Josue	Ramirez calderon	336369	22	3	2009	**11,8**	**Si**	carabobo	X					Convida	SI		I.E.D. Zipacon	**NO**		X
28	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Laura Mariana	Cardenas Pardo	1074616790	10	7	2014	**6,4**	**Si**	Facatativa		X	A+			Sisben	SI		I.E.D. Zipacon	**NO**		X
29	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Aylin Juliana	Duarte Mahecha	1072593429	14	5	2014	**6,6**	**Si**	facatativa		X	O+			Convida	SI		I.E.D. Zipacon	**NO**		X
30	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Juan Sebastian	motta gaitan	1072107559	14	5	2013	**7,6**	**Si**	Girardot	X		O+			Convida	SI		I.E.D. Zipacon	**NO**		X
31	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Diylan andrey	motta gaitan	1105840636	25	10	2011	**9,2**	**Si**	Girardot	X		O+			Convida	SI		I.E.D. Zipacon	**NO**		X
32	Cundinamarca	Zipacon	taekwondo	hogar	virtual	Juan Pablo	Vargas Parada	1074616408	27	6	2009	**11,5**	**Si**	Zipacon	X		B+			Convida	SI		I.E.D. Zipacon	**NO**		X

Social

ortivas Para Todos

Escuelas Deportivas para todos
MINISTERIO DEL DEPORTE

Versión: 1

Código:

Página 1 de 1

Población Vulnerable						Población Minoritaria			Discapacidad					Sector de Domicilio		Acudiente					Fecha Inscripción		Fecha de Retiro		
Indigena	ROM	Negro	Afro	Raizal	Palenquero	Victíma del Conflicto	Campesino	Migrante	Fisca	Visual	Auditiva	Paralices cerebral	Cognitiva	Rural	Urbano	Nombres y Apellidos	Número de documento	Diección	Teléfono	Parentesco	Día	Mes	Día	Mes	Motivo
															X	SILVIA SANDOVAL	52264449	CENTRO	3219027797	MADRE	21	9			
														X		TATIANA PINILLA	1072593076	NAMAY	3192323791	MADRE	21	9			
														X		CLAUDIA OSORIO	1074616216	CAYETANO	3208738042	MADRE	21	9			
															X	ELIANA MARROQUIN	1077969691	CENTRO	3132346523	MADRE	21	9			
															X	ALEJANDRA RATIVA	1074616657	CENTRO	3102995509	MADRE	21	9			
															X	TATIANA PARDO	1070978381	CENTRO	3165072564	MADRE	21	9			
															X	ANA SANCHEZ	1074616434	CENTRO	3228548739	MADRE	21	9			
															X	YENIFER MURCIA	3118655741	CENTRO	3118655731	MADRE	21	9			
														X		DONALDO PAZ	3164179659	LAGUNA VERDE	3164179659	PADRE	21	9			
														X		DONALDO PAZ	3164179659	LAGUNA VERDE	3164179659	PADRE	21	9			
															X	JOHANA SANCHEZ	3162216396	CENTRO	3162216396	MADRE	21	9			
															X	MARIA TORRES	3162216396	CENTRO	3133008090	MADRE	21	9			
															X	CRISTINA SANCHEZ	1074616238	CENTRO	3108186185	MADRE	21	9			
															X	YINI BENAVIDES	1032443103	CENTRO	3222133727	MADRE	13	10			
														X		LUZ SORIANO	20352640	CENTRO	3142721203	HERMANA	22	11			
														X		LUZ SO+AR27:AX27RIANO	20352640	CENTRO	3142721203	HERMANA	22	11			
														X		ADRIANA NIETO	52882980	GUADUALITO	3102802467	MADRE	22	11			
															X	JUANITA PACHECO	1074616303	CENTRO	3163498101	MADRE	22	11			
															X	OSCAR ZAPATA	3262446	LA ESTACION	3124719076	PADRE	22	11			
															X	LUZ GALINDO	21153457	LA ESTACION	3124714076	MADRE	22	11			
														X		MARIA GALINDO	20381436	LAGUNA VERDE	3147333201	MADRE	22	11			
														X		JAZMIN ZAMORA	1069582173	LA CAPILLA	3124828050	MADRE	22	11			
														X		JAZMIN ZAMORA	1069582173	LA CAPILLA	3124828050	MADRE	22	11			
															X	RUTH GALLEGO	1116496233	CENTRO	3229270079	MADRE	22	11			

															X	RUTH GALLEGO	1116496233	CENTRO	3229270079	MADRE	22	11			
															X	VERONICA CASTRO	20980045	CENTRO	3144794780	MADRE	22	11			
															X	VERONICA CASTRO	20980045	CENTRO	3144794780	MADRE	22	11			
															X	LAURA PARDO	1074616849	CENTRO	3228778452	MADRE	22	11			
														X		LUZ SORIANO	20352640	CENTRO	3142721203	HERMANA	22	11			
															X	SINDY GAITAN	1072466322	CENTRO	3209384122	MADRE	22	11			
															X	SINDY GAITAN	1072466322	CENTRO	3209384122	MADRE	22	11			
															X	BLANCA PARADA	1074616370	CENTRO	3142721203	MADRE	22	11	a		

Obligación 5

a la fecha del presente informe se ha registrado 14 NNA en los dos grupos.; en la categoría 6 a 9 se han registrado 9 NNA y en la categoría 10 a 12 años se han registrado 5 NNA tanto del casco urbano como rural y se reportan en el formato de inscritos.

Obligación N6.

Se anexan los pantallazos de 14 niños inscritos en la plataforma indicada por el ministerio del deporte.







FICHA DE INSCRIPCIÓN AL PROGRAMA ESCUELAS DEPORTIVAS PARA TODOS

Se ha inscrito al NNA con éxito al programa de Escuelas Deportivas para Todos

Ver respuestas anteriores
Enviar otra respuesta

Google no creó ni aprobó este contenido. Denunciar abuso - Condiciones del Servicio - Política de Privacidad

Google Formularios



FICHA DE INSCRIPCIÓN AL PROGRAMA ESCUELAS DEPORTIVAS PARA TODOS

Se ha inscrito al NNA con éxito al programa de Escuelas Deportivas para Todos

Ver respuestas anteriores
Enviar otra respuesta

Google no creó ni aprobó este contenido. Denunciar abuso - Condiciones del Servicio - Política de Privacidad

Google Formularios



FICHA DE INSCRIPCIÓN AL PROGRAMA ESCUELAS DEPORTIVAS PARA TODOS

Se ha inscrito al NNA con éxito al programa de Escuelas Deportivas para Todos

Ver respuestas anteriores
Enviar otra respuesta

Google no creó ni aprobó este contenido. Denunciar abuso - Condiciones del Servicio - Política de Privacidad

Google Formularios



FICHA DE INSCRIPCIÓN AL PROGRAMA ESCUELAS DEPORTIVAS PARA TODOS

Se ha inscrito al NNA con éxito al programa de Escuelas Deportivas para Todos

Ver respuestas anteriores
Enviar otra respuesta

Google no creó ni aprobó este contenido. Denunciar abuso - Condiciones del Servicio - Política de Privacidad

Google Formularios



FICHA DE INSCRIPCIÓN AL PROGRAMA ESCUELAS DEPORTIVAS PARA TODOS

Se ha inscrito al NNA con éxito al programa de Escuelas Deportivas para Todos

Ver respuestas anteriores
Enviar otra respuesta

Google no creó ni aprobó este contenido. Denunciar abuso - Condiciones del Servicio - Política de Privacidad

Google Formularios



FICHA DE INSCRIPCIÓN AL PROGRAMA ESCUELAS DEPORTIVAS PARA TODOS

Se ha inscrito al NNA con éxito al programa de Escuelas Deportivas para Todos

Ver respuestas anteriores
Enviar otra respuesta

Google no creó ni aprobó este contenido. Denunciar abuso - Condiciones del Servicio - Política de Privacidad

Google Formularios



FICHA DE INSCRIPCIÓN AL PROGRAMA ESCUELAS DEPORTIVAS PARA TODOS

Se ha inscrito al NNA con éxito al programa de Escuelas Deportivas para Todos

Ver respuestas anteriores
Enviar otra respuesta

Google no creó ni aprobó este contenido. Denunciar abuso - Condiciones del Servicio - Política de Privacidad

Google Formularios



FICHA DE INSCRIPCIÓN AL PROGRAMA ESCUELAS DEPORTIVAS PARA TODOS

Se ha inscrito al NNA con éxito al programa de Escuelas Deportivas para Todos

Ver respuestas anteriores
Enviar otra respuesta

Google no creó ni aprobó este contenido. Denunciar abuso - Condiciones del Servicio - Política de Privacidad

Google Formularios



FICHA DE INSCRIPCIÓN AL PROGRAMA ESCUELAS DEPORTIVAS PARA TODOS

Se ha inscrito al NNA con éxito al programa de Escuelas Deportivas para Todos

Ver respuestas anteriores
Enviar otra respuesta

Google no creó ni aprobó este contenido. Denunciar abuso - Condiciones del Servicio - Política de Privacidad

Google Formularios



FICHA DE INSCRIPCIÓN AL PROGRAMA ESCUELAS DEPORTIVAS PARA TODOS

Se ha inscrito al NNA con éxito al programa de Escuelas Deportivas para Todos

Ver respuestas anteriores
Enviar otra respuesta

Google no creó ni aprobó este contenido. Denunciar abuso - Condiciones del Servicio - Política de Privacidad

Google Formularios



FICHA DE INSCRIPCIÓN AL PROGRAMA ESCUELAS DEPORTIVAS PARA TODOS

Se ha inscrito al NNA con éxito al programa de Escuelas Deportivas para Todos

Ver respuestas anteriores
Enviar otra respuesta

Google no creó ni aprobó este contenido. Denunciar abuso - Condiciones del Servicio - Política de Privacidad

Google Formularios



FICHA DE INSCRIPCIÓN AL PROGRAMA ESCUELAS DEPORTIVAS PARA TODOS

Se ha inscrito al NNA con éxito al programa de Escuelas Deportivas para Todos

Ver respuestas anteriores
Enviar otra respuesta

Google no creó ni aprobó este contenido. Denunciar abuso - Condiciones del Servicio - Política de Privacidad

Google Formularios

PAGOSIMPLE | Prefactura

Fecha creación reporte: 2020-12-17, 09:05:12 AM Tipo Planilla: I: PLANILLA INDEPENDIENTES

Periodo Cotización: noviembre de 2020 Periodo Servicio: noviembre de 2020 Referencia pago (PIN): 8820262070

Fecha límite de pago: 2020-12-02

GUARDADA 30/11/2020

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	GABRIEL GUILLERMO GUERRA AREVALO				
Documento	CC1022325403	**Dirección**	CRA 3 N 7136		
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	**Teléfono**	8429942		
Tipo Persona	NATURAL	**Forma Presentación**	ÚNICO	**Total Afiliados**	1
Ciudad	FACATATIVA	**Departamento**	CUNDINAMARCA		
Representante Legal		**Identificación**			

IMPORTANTE: Señor aportante, si usted realiza el pago de su aporte después de las 3:00 PM este se hará efectivo al día hábil siguiente; recuerde revisar su liquidación antes del pago, SIMPLE S.A.; da por entendido que el aportante está de acuerdo con la información suministrada, en consecuencia cualquier inconsistencia con las administradoras serán responsabilidad del aportante.

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado				Novedades																	Pensiones			Salud			Riesgos			Cajas			Parafiscales					Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días AFP	Días EPS	Días ARP	Días CCF	Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Administradora	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte SENA	Aporte ICBF	ESAP	Aporte Ministerio	Total
CC 1022325403	GUERRA AREVALO GABRIEL GUILLERMO	59	00	X														0	30	30	30	0	PORVENIR	$ 877.803	$ 140.500	SALUD TOTAL EPS	$ 877.803	$ 109.800	POSITIVA DE SEGUROS	$ 877.803	$ 21.400	NINGUNA CCF	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 271.700

III.TOTALES

IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes FSP	Aportes FSS	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	(Incapacidades, Licencias, Saldos	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE	TOTAL INTERESES	TOTAL FINAL
$ 877.803	$ 877.803	$ 877.803	$ 0	$ 140.500	$ 0	$ 0	$ 109.800	$ 21.400	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 271.700	$ 0	$ 271.700

IV.INFORMACION

Día hábil de pago sin mora

Periodo de cotización salud											
Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Grupo Éxito-Bancompartir-Comfandi Grupo Éxito-Bancompartir

(415)7709998485884(8020)8820262070(3900)0000000(96)20991231

SISTEMA P.O.S.
COLSUBSIDIO

DOCUMENTO SOPORTE

NOMBRE : PLANILLA SIMPLE RECAUDO
NIT : 900.097.333-9
CODIGO : 20596
REFERENCIA : 8820262070
PLANILLA : 1034439136
PERIODO : 2020/11
REFERENCIA 2: 8820262070

Código	Descripción	Cant	Valor
693927	RECAUDO PLA	1	271700
			271700

DOCUMENTO
2012170002707197
CONSECUTIVO: 001

DIC 17, 20 09:18

17/Dic/2020 09:19 1309 02 0033 3553798
(COPIA CLIENTE)

cial dentro de las fechas límite establecidas y evite posibles inconsistencias en la prestación de los sus administradoras.

00 - Cartagena: 694 54 44 - Pereira: 340 25 82 - Barranquilla: 361 88 50 - Resto del País: 018000 971 971 - SIMPLE!

Proteger el medio ambiente está en nuestras manos.

¡El Poder de lo SIMPLE!

Escaneado con CamScanner

El deporte es de todos | Mindeporte

GIT DEPORTE ESCOLAR

Escuelas Deportivas para todos

ESCUELAS DEPORTIVAS PARA TODOS

PLANILLA DE PUNTAJE PANDEOLIMPIADA

NOMBRE DEL FORMADOR	
DISCIPLINA DEPORTIVA	
MUNICIPIO	
DEPARTAMENTO	

ESCALA DE CALIFICACIÓN

0 = No realización del reto
1 = Deficiente ejecución del reto
2 = Logra desarrollarlo con dificultad en un tiempo prolongado de tiempo.
3 = Buena ejecución del reto y en el menor tiempo posible.
4 = Ejecución óptima del reto y en el menor tiempo posible.

Bonus (5 puntos adicionales) si:
* Tiene nivel alto de empatia
*Excelente disposición para realizar las actividades
Creatividad
*Alto grado de control emocional (tolerancia a la frustración)

N°	NOMBRE DEL NNA PARTICIPANTE	Semana 1					Semana 2					Semana 3					EMPATE	BONUS	PUNTAJE TOTAL
		RETO N°1	RETO N°2	RETO N°3	RETO N°4	RETO N°5	RETO N°6	RETO N°7	RETO N°8	RETO N°9	RETO N°10	RETO N°11	RETO N°12	RETO N°13	RETO N°14	RETO N°15			
1	Thomas Arevalo Pinilla	4	2	4	3	4	3	3	4	4	3	4	0	4	1	2			
2	Nicolas Santiago Laverde Osorio	4	0	3	3	4	2	3	3	4	2	3	0	3	1	2			
3	Juan JoseRamires Rativa	4	3		4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	0	3			
4	Sara SofiaMorales Pardo	0	0	2	3	3	2	4	4	3	3	4	0	2	0	4			
5	Tomas Mateo Gonzalez Sanchez	0	0	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	1	3	3			
6	samuel Pelaez Paza Sanchez	4	4	4	4	3	2	3	4	0	4	3	0	3	3	3			
7	Giselll NataliaMorales Sanchez	4	3	4	4	3	3	2	3	4	4	3	2	4	2	32			
8	Danna Sofia Sanchez Rey	4	4	0	2	3	4	3	4	2	2	3	4	3	4	3			
9	Hanna Valentina Benavidez Forero	3	4	3	3	3	0	0	2	2	2	2	2	2	3	0			
10	Jonas Esteban Nieto Garcia	3	4	3	4	3	0	3	2	3	3	1	3	2	2	3			
11	Gregorio Estevez Pacheco	4	3	3	4	3	0	4	3	0	4	0	4	3	1	0			
12	Juan Jose Cortes Zamora	3	3	4	4	4	0	2	4	0	4	0	3	3	4	0			
13	Nicolas David Cortes Zamora	2	3	4	3	3	0	3	4	3	3	2	4	3	4	3			
14	Diego Alesandro Sedano Gallego	4	3	3	4	3	0	4	3	0	4	0	4	3	1	0			
15	Michelle Valentina ramirez Calderon	3	3	4	4	4	0	2	4	0	4	0	3	3	4	0			
16	Laura Mariana Cardenas Pardo	2	3	4	3	3	0	3	4	3	3	2	4	3	4	3			
17	Aylin Juliana Duarte Mahecha	4	2	4	3	4	3	3	4	4	3	4	0	4	1	2			
18	Dylan Andrey Motta Gaitan	4	0	3	3	4	2	3	3	4	2	3	0	3	1	2			
19	Juan Sebastian Motta Gaitan	4	3	0	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	0	3			
20																			
21																			
22																			
23																			
24																			
25																			
26																			
27																			
28																			
29																			
30																			
31																			
32																			
33																			
34																			
35																			
36																			
37																			
38																			
39																			
40																			

El deporte es de todos | Mindeporte

GIT DEPORTE ESCOLAR

Escuelas Deportivas para todos

ESCUELAS DEPORTIVAS PARA TODOS

PLANILLA DE PUNTAJE PANDEOLIMPIADA

NOMBRE DEL FORMADOR	
DISCIPLINA DEPORTIVA	
MUNICIPIO	
DEPARTAMENTO	

ESCALA DE CALIFICACIÓN

0 = No realización del reto
1 = Deficiente ejecución del reto
2 = Logra desarrollarlo con dificultad en un tiempo prolongado de tiempo.
3 = Buena ejecución del reto y en el menor tiempo posible.
4 = Ejecución óptima del reto y en el menor tiempo posible.

Bonus (5 puntos adicionales) si:
* Tiene nivel alto de empatia
*Excelente disposición para realizar las actividades
Creatividad
*Alto grado de control emocional (tolerancia a la frustración)

N°	NOMBRE DEL NNA PARTICIPANTE	Semana 1					Semana 2					Semana 3					EMPATE	BONUS	PUNTAJE TOTAL
		RETO N°1	RETO N°2	RETO N°3	RETO N°4	RETO N°5	RETO N°6	RETO N°7	RETO N°8	RETO N°9	RETO N°10	RETO N°11	RETO N°12	RETO N°13	RETO N°14	RETO N°15			
1	Roslant David Pardo Sandoval	4	3	4	4	3	3	2	3	4	4	3	2	4	2	12	3		
2	julian Andres Pinzon Marroquin	4	4	0	2	3	4	3	4	2	2	3	4	3	4	3			
3	Juan Andres Jaramillo Murcia	3	4	3	3	3	0	0	2	2	2	2	2	2	3	0			
4	Juan David Paz Sanchez	3	4	3	4	3	0	3	2	3	3	1	3	2	2	3			
5	Tomas Jeronimo Paz Sanchez	4	3	3	4	3	0	4	3	0	4	0	4	3	1	0			
6	Saray Samantha Castro Soriano	3	3	4	4	4	0	2	4	0	4	0	3	3	4	0			
7	brigitte Maite Castro Soriano	2	3	4	3	3	0	3	4	3	3	2	4	3	4	3			
8	Oscar Sebastian Zapata Moreno	4	2	4	3	4	3	3	4	4	3	4	0	4	1	2			
9	David SantiagoZapata Galindo	4	0	3	3	4	2	3	3	4	2	3	0	3	1	2			
10	Sara Sofia Galindo Sanabria	4	3		4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	0	3			
11	Juan David Sedano Gallego	0	0	2	3	3	2	4	4	3	3	4	0	2	0	4			
12	Endri Josue Ramirez Calderon	0	0	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	1	3	3			
13	Juan Pablo Vargas Parada	4	4	4	4	3	2	3	4	0	4	3	0	3	3	3			
14																			
15																			
16																			
17																			
18																			
19																			
20																			
21																			
22																			
23																			
24																			
25																			
26																			
27																			
28																			
29																			
30																			
31																			
32																			
33																			
34																			
35																			
36																			
37																			
38																			
39																			
40																			