


<div><div><div>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.</div></div><div><div>ALCALDÍA LOCAL DE KENNEDY</div><div>BOGOTÁ</div></div><div>ALCALDÍA LOCAL DE KENNEDY PLAN MENSUAL - SEGUIMIENTO Y CONTROL</div></div>																							
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA - KENNEDY FUERZA LOCAL PASIÓN POR EL DEPORTE																							
PROGRAMA: ACTIVIDAD FISICA EFD				FECHA DE ELABORACIÓN:		1		4		2025		NOMBRE DEL INSTRUCTOR:				EDGAR SANTIAGO HERNANDEZ MAZA							
GRUPO:		UPZ		ESCENARIO:		ALTAMAR		HORARIO		DÍAS		MARTES y MIERCOLES		DEPORTE:		ACTIVIDAD FISICA		METODOLOGÍA / COMPONENTE PEDAGÓGICO		EFD			
										No. SEMANAS:		4											
										No. SESIONES:		8											
										HORA		10:30 A 11:30 AM		EIDADES:		de 20 en adelante							
ETAPAS DE LA INICIACIÓN DEPORTIVA DEL BENEFICIARIO		DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO												BENEFICIARIOS INSCRITOS						META DE GRUPO	INDICADOR DE EVALUACIÓN % DE ASISTENCIA	ACCIONES DE MEJORA	
		MOTRIZ				LÚDICA				COGNITIVA				PSICOSOCIAL	A	N	R	M	F				TOTAL
EXPLORACIÓN		X		X				X					X	POSITIVO	10	0	0	0	0	0	-25		ACCIÓN: preparación de la clase y momento inicial de ésta que reconoce la entrada de los niños y las niñas a ésta y a partir de allí se proponen nuevos movimientos y gestos técnicos por parte del INSTRUCTOR, el formador ayuda a los niños y a las niñas a reflexionar con preguntas orientadoras para un ejercicio comprensivo del movimiento dentro y fuera de los escenarios
APROPIACIÓN		X		X			X						X	POSITIVO									ACCIÓN: los y las formadoras junto con los niños y las niñas proponen las comprensiones logradas y se comprometen a la práctica de los movimientos aprendidos en clase para trasladarlos
DOMINIO		X		X			X						X	POSITIVO									
FECHAS		ASPECTOS FORMATIVOS				ASPECTOS TÉCNICOS (HABILIDADES Y DESTREZAS)								ASPECTOS TÁCTICOS						RECURSOS/ MATERIAL			
SEMANA 1, SEMANA 2, SEMANA 3 SEMANA 4.		Compañerismo, Responsabilidad, Confianza, igualdad, libertad, integridad, solidaridad, Resiliencia, Responsabilidad, Amor, Autodisciplina, Humor, Paciencia				• Fortalecimiento elongación y elasticidad • Practicar técnica artes marciales. Fortalecimiento postural, Fortalecimiento del equilibrio y las capacidades físicas. Fortalecimiento de la resistencia articular, contribuir en la movilidad del usuario. • Fortalecimiento multifactorial • Contribuir al fortalecimiento muscular esquelético"								• Trabajo de ejercicios con balón • Trabajar la coordinación, memoria, lateralidad, ritmo y expresión • Práctica de ejercicios de estabilidad y posturas.						BALON, BASTON, AROS, COLCHONETA, PESAS, BANDAS, PELOTA, STEP, BAQUETAS.			



FIRMA DEL INSTRUCTOR