

						<div>ALCALDÍA LOCAL DE KENNEDY</div> <div>PLAN MENSUAL - SEGUIMIENTO Y CONTROL</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:		CARIMAGUA		HORARIO		DÍAS		MIERCOLES Y VIERNES		DEPORTE:		ACTIVIDAD FISICA		METODOLOGÍA / COMPONENTE PEDAGÓGICO		EFD				
										No. SEMANAS:		4												
										No. SESIONES:		8												
										HORA		9 A 10 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										
		ALTO	SUPERIOR	BÁSICO	POR FORTALECER	ALTO	SUPERIOR	BÁSICO	POR FORTALECER	ALTO	SUPERIOR	BÁSICO	POR FORTALECER	POSITIVO - NEGATIVO	A	N	R	M	F	TOTAL				
EXPLORACIÓN		X		X				X					X	POSITIVO										
APROPIACIÓN		X		X				X					X	POSITIVO	45	0	0	0	0	0	0	-25		
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 tecnica 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 musculo 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