



IDRD



OBLIGACIÓN 3

EVIDENCIA 1



JORNADA
ESCOLAR
COMPLEMENTARIA
IDRD

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS
GESTOR IED ROSSEMBERG JIMENEZ

Nombre del evento:	REUNION SEMILLEROS
Fecha y hora del evento:	ABRIL 13 9:00-11:00
Parque y/o escenario:	PRD

Se realizo la reunión de semilleros con formadores master en donde se indico las obligaciones y tareas que deben llevar a cabo los formadores con sus grupos de semilleros además de informar y comunicar los procesos que se llevaran a cabo desde el programa. Por otra parte se hace la explicación de la planificación deportiva que se esta llevando a cabo junto con la exposición de la misma.



BOGOTÁ									
LISTADO DE ASISTENCIA									
EVENTO: Cuatriciclismo Fier Enthenarito 2026									
FECHA: 19 de Abril 2026									
HORA INICIAL: 09:30									
HORA FINAL: 11:00									
LUGAR: Salón de Juntas									
EQUIPO SEMILLEROS									
Nº	NOMBRE Y APELLIDO	NÚMERO DE PARTICIPACIÓN	CARGO	DEPORTE	FECHA	ENTRENADOR	COORDINADOR	CONTACTO	TELÉFONO
1	Luis Miguel Nola Cabrera	105163244	Formador	STRO-SEC	10/10/2026	N/A	N/A	N/A	N/A
2	Ramiro Andrés Sarmiento Barrantes	102595202	Formador	STRO-SEC	10/10/2026	N/A	N/A	N/A	N/A
3	José David Vargas Aragón	80143544	Formador	STRO-SEC	10/10/2026	N/A	N/A	N/A	N/A
4	David Imleand Denis C	32337188	Formador	STRO-SEC	10/10/2026	N/A	N/A	N/A	N/A
5	Yohana Dora Arango Huanaluisa	101240197	Formador	STRO-SEC	10/10/2026	N/A	N/A	N/A	N/A
6	Arnoldo A. J. GUERRA GONZALEZ	134418973	Formador	STRO-SEC	10/10/2026	N/A	N/A	N/A	N/A
7	Luis F. Parada V.	80016818	Formador	STRO-SEC	10/10/2026	N/A	N/A	N/A	N/A
8	Julian Esteban Gonzalez Ortiz	100260058	Formador	STRO-SEC	10/10/2026	N/A	N/A	N/A	N/A
9	Renzo Jorcano Castaneda Garmaco	101023333	Formador	STRO-SEC	10/10/2026	N/A	N/A	N/A	N/A
10	Diego Andres De Abajo Vera	711012628	Formador	STRO-SEC	10/10/2026	N/A	N/A	N/A	N/A
11	Diego Andres De Abajo Vera	80002811	Formador	STRO-SEC	10/10/2026	N/A	N/A	N/A	N/A
12	Roda Valeria Aguirre Alarcon	801233045	Formador	STRO-SEC	10/10/2026	N/A	N/A	N/A	N/A
13	Nicolas Hugo Huillo Vera	103240444	Formador	STRO-SEC	10/10/2026	N/A	N/A	N/A	N/A
14	Leandro Camilo Guerrero Barrios	100013416	Formador	STRO-SEC	10/10/2026	N/A	N/A	N/A	N/A
15	Don David Olima Torres	101543852	Formador	STRO-SEC	10/10/2026	N/A	N/A	N/A	N/A
16	Leandro Caricua E	7841611	Formador	STRO-SEC	10/10/2026	N/A	N/A	N/A	N/A
17	John Sebastian Baccano	102243887	Formador	STRO-SEC	10/10/2026	N/A	N/A	N/A	N/A
18	Lina Carolina Gomez	101284264	Formador	STRO-SEC	10/10/2026	N/A	N/A	N/A	N/A

Con la información de presente formulario, se podrá acceder a la información de los datos personales de los participantes en las Fiestas de la Juventud, de acuerdo a la Ley 1712 de 2014, en la medida en que se encuentren en el presente formulario. La información de los datos personales de los participantes en las Fiestas de la Juventud, de acuerdo a la Ley 1712 de 2014, en la medida en que se encuentren en el presente formulario, se podrá acceder a la información de los datos personales de los participantes en las Fiestas de la Juventud, de acuerdo a la Ley 1712 de 2014, en la medida en que se encuentren en el presente formulario.

Entrenamiento Semilleros IED • Guardado •

Posición Referencias Correspondencia Revisar Vista Ayuda Nitro Pro Acrobat

Normal Sin espaciado Título 1

Buscar Reemplazar Seleccionar Crear un PDF

Edición Adobe Acr...

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. IDRD BOGOTÁ

AQUÍ SI PASA BOGOTÁ MI CIUDAD MI CASA

Semillero	(Sugerencias) Estrategias técnicas		
	1	2	3
Aletas	Salidas y Viraje	Ondulación	Manejo snorker-Bialetas
Natación-Dis	Salidas y Viraje	Estilos	Deslizamientos
Boxeo	Posición	Desplazamientos	Ataque y defensa
Judo	Técnica 1	Técnica 2	Técnica 3
Pesas	Postura	Agarres	Arranque - Envión
Lucha	Técnica 1	Técnica 2	Técnica 3
Skateboarding	Técnica 1	Técnica 2	Técnica 3
Tenis de Mesa	Postura	Agarres	Ataque y defensa
Taekwondo	Blanco	Amarillo	Verde
Porras	Técnica 1	Técnica 2	Técnica 3
Atletismo	Zancada/Brazada	Saltos	Lanzamiento
Atletismo-Dis	Zancada/Brazada	Saltos	Lanzamiento

- En el plan, se incluirán los eventos “preparatorios/fundamentales”; dando la

Predicciones de texto: activado Accesibilidad: es necesario investigar

Concentración

SONY

enamiento Semilleros IED • Guardado ▾

Buscar

Angel Seba

ión Referencias Correspondencia Revisar Vista Ayuda Nitro Pro Acrobat

Normal Sin espaciado Título 1

Buscar ▾
Reemplazar
Seleccionar ▾

Edición

Adobe Acr...
Crear un PDF
Voz

el macro, se articula con un 2do Macro de (6 meses) y así sucesivamente

- 3. Determine los elementos indispensables y sus porcentajes de ejecución: sugiero los siguientes; dando la importancia de hasta un 60%

SA BERES/CONTENIDOS	TEMATICAS	SUBTEMAS
CUALIDADES FÍSICAS	RITMO BIOLÓGICO	Pulso, Frecuencia, Vigilia
	COORDINACIÓN	Acompañamiento auditivo
		Memoria auditiva
	EQUILIBRIO	Dinámico, Estático, Mixto
	VELOCIDAD	De acción, reacción, Máxima
	FUERZA	Isométrica, Isotónica, Explosiva
	RESISTENCIA	Anaeróbica, Anaeróbica
	FLEXIBILIDAD	Dinámica Estática
ESQUEMA CORPORAL	AGILIDAD	Eficiencia y Economía
	CONTROL TÓNICO	Tensión
		Relajación
	IMAGEN CORPORAL	Sentimientos corporales
		Sentido cinestésico
ESTRUCTURACIÓN TEMPORO ESPACIAL	CONCEPTO CORPORAL	Verbalización, Afirmación Representación e identificación
	RELACIONES ESPACIALES	Izquierda, Derecha, Dentro - Fuera - Junto - Separado
	RELACIONES TEMPORALES	Pasado, Presente, Frecuencia - Densidad - Sincronización
	CONFIGURACIONES ESPACIALES	Figuras - formaciones - recorridos
	CONFIGURACIONES TEMPORALES	Lento, rápido, Movimientos rítmicos - desplazamientos colectivos

- Determine los elementos técnicos específicos y sus porcentajes de ejecución: ejemplo

pciones de texto: activado

Accesibilidad: es necesario investigar

Concentración

SONY