Versión 2 Enero-2026 Elaboro: Equipo Metodologico.	INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTE DE COTA	

Control de asistencia diaria Deporte Escolar y Primera Infancia

Nombre del Entrenador	CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ	Mes	Febrero Y Marzo

Fecha (Dia-mes-año)	Hora de Ingreso	Hora de Salida	Descripción breve de la sesión de clase	Grado ó nivel	Zona o lugar	Firma del Coordinador de la escuela o jardin
18-02-2026	9:00	9:40	Estimular el desa	monitos C	Parvulos C	
19-02-2026	9:40	10:20	rrollo psicomotor, coordi	monitos C	pre- jardin	
19-02-2026	10:20	11:10	nación fortalecimi-	monitos C	Jardin	
25-02-2026	9:00	9:40	ento, control de postura	monitos C	parvulos	
25-02-2026	9:40	10:20	coordinación desplazami-	monitos C	pre-Jardin	
25-02-2026	10:20	11:10	entos.	monitos C	Jardin	
04-03-2026	9:00	9:40	— — — — —	monitos C	parvulos	
04-03-2026	9:40	10:20	Estimular y fortalecer	monitos C	pre-Jardin	
04-03-2026	10:20	11:10	Coordinacion concentracion	monitos C	Jardin	
11-03-2026	9:00	9:40	dinamica general el	monitos C	parvulos	
11-03-2026	9:40	10:20	equilibrio y control del	monitos C	pre-Jardin	
11-03-2026	10:20	11:10	peso del cuerpo, movilidad	monitos C	Jardin	
18-02-2026	9:00	9:40	Fuerza y agilidad, saltos y	monitos C	parvulos	
18-02-2026	9:40	10:20	Fuerza y agilidad, saltos y	monitos C	pre-Jardin	
18-02-2026	10:20	11:10	velocidad.	monitos C	Jardin	
25-02-2026	9:00	9:40		monitos C	parvulos	
25-02-2026	9:40	10:20		monitos C	pre-Jardin	
25-02-2026	10:20	11:10		monitos C	Jardin	

Firma del Entrenador: Carol G:

Powered by CamScanner

Versión 2 ENERO-2026 Elaboro: Equipo Metodológico.	**HORARIOS ESCUELAS DE FORMACIÓN O PROGRAMAS DEPORTIVOS IMRD COTA 2026**		
Escuela o Programa:	**JARDINES MUNICIPALES**		
Nombre del Entrenador:	**CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ**		
DIAS	**HORARIO: (ESPECIFICAR DURACIÓN)**	**CATEGORIA , NIVEL O TIPO POBLACION**	**ESCENARIO DEPORTIVO**
Lunes			
Martes	9:00am - 11:40 am cada sesion de 40min	1 grupo de sala cuna, 1 grupo de caminadores y 2 grupos de párvulos	JARDIN CRECIENDO JUNTOS
Miércoles	9:00 a 10:10 am cada sesion de 35 min parcelas y 10:30 a 11:30 am cada sesion de 30 min manitas creativas	2 grupos revueltos entre parvulos en parcelas y en manitas creativas 1 grupo de párvulos, 1 grupo de prejardín y 1 grupo de jardin	PARCELAS Y MANITAS CREATIVAS
Jueves	9:00 a 11:30 am cada sesion de 45 min	1 grupo mesclado de sala cuna y de caminadores y 1 grupo de pre jardin	JARDIN LIBERTADOR
Viernes	9:00 a 11:30 am cada sesion de 37 min.	1 grupo de salacuna y caminadores, 1 grupo de parvulos, 1 grupo de pre jardin y 1 grupo de jardin	LA MOYA
Sábado			
Domingo			

Observaciones: COMPARTIREMOS DOS JARDINES CON MI COMPAÑERA INGRID ARIAS, **EL LIBERTADOR** YA QUE TIENE 5 NIVELES (grupos) Y SOLO TENEMOS 2 HORAS Y MEDIA PARA DAR EL SERVICIO AL JARDÍN, POR ESO PARA ASEGURAR LA COBERTURA DE ESTOS JARDINES ENTONCES NOS REPARTIMOS POR NIVELES. EL OTRO JARDÍN QUE COMPARTIREMOS SERA **CRECINEDO JUNTOS** YA QUE ESTE CUENTA CON 8 NIVELES Y SOLO TENEMOS 2 HORAS Y MEDIA PARA DAR EL SERVISIO AL JARDIN POR LO MISMO NOS DIVIDIMOS LOS GRUPOS PARA QUE CADA UNA TENGA 4 GRUPOS Y ASI DAR LA COBERTURA DEL SERVIO A TODOS LOS NIÑOS .

Carol G.

FIRMA DEL CONTRATISTA

Versión 2 Enero-2026 Elaboro: Equipo Metodológico.	HOJA DE VIDA ENTRENADOR DEPORTIVO IMRD COTA 2026

NOTA:
Favor diligenciar en letra MAYÚSCULA SOSTENIDA.



DEPORTE:	**JARDINES MUNICIPALES**
MODALIDAD DEPORTIVA:	**EDUCACION FISICA Y MOTRIZ**
FECHA (dd/mm/aaaa):	**2/2/2026**

I. DATOS BÁSICOS

DATOS DEL ENTRENADOR DEPORTIVO

Nombres	CAROL YULIETH	**Fecha de Nacimiento**	**DD**		**MM**		**AAAA**					
			16		9		2003					
Apellidos	GONZALEZ PEREZ	**Lugar de Nacimiento**	**Municipio**		**Departamento**		**País**					
			CHIA		CUNDINAMARCA		COLOMBIA					
Teléfono (s) Fijo (s)	3125861068	**Teléfono(s) Móvil(es)**	3125861068									
Documento de Identidad	1.193.232.381	**Tipo:(X)**	**RN**	**TI**	**CC-CE**		**Expedida en:**					
					X		COTA CUNDINAMARCA					
Libreta Militar		**Estado Civil:(X)**	**Soltero**	**Casado**	**Unión Libre**		**Viudo**					
			X									
Pasaporte		**Fecha de Vencimiento**	**DD**		**MM**		**AAAA**					
Dirección Residencia	CALLE 3 # 4-88	**Ciudad de Residencia**	COTA CUNDINAMARCA									
Profesión	DOCENTE	**Estrato Social (X)**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**			
				X								
Correo Electrónico	CAROL1609GONZALEZ@GMAIL.COM	**Grupo sanguíneo / Rh**	O+									
En caso de emergencia avisar a:	**Nombres**	**Apellidos**	**Dirección**		**Telefóno Fijo**		**Teléfono Móvil**					
	DIANA CAROLINA	PEREZ	CALLE 3 # 4-88		8775780		3203018602					
	MANOLO ISIDRO	QUIAN LOPEZ	CALLE 3 # 4-88		8775780		3125441158					

II. DATOS GENERALES

Indumentaria (Marcar solo una "X" por cada ítem)	**Ítem**	**Tallas**				
		S	**M**	**L**	**XL**	**XXL**
	Sudadera		X			
	Camiseta	X				
	Pantaloneta		X			
	Calzado No.	39				

Salud	**Tipo**	**Entidad**	**Fecha Afiliación (mm / aaaa)**
	EPS	FAMISANAR	
	ARP	COLSANITAS	
	PREPAGADA		

Visas	**Tipo o País**	**Vigencia (dd/ mm / aaaa)**

Idiomas (Marcar X)	**Lengua**	**Habla**	**Lee**	**Escribe**

Información Académica	**Nivel de Educación (señale el mayor alcanzado)**	**Primaria**	**Secundaria**	**Técnica / Tecnológo**	**Profesional**	**Postgrado**
	Terminó (marcar X)	**X**	X	**X**		
	Título (s) obtenido(s)					

Otros Estudios	**Año (aaaa)**	**Duración**	**Insitución**
TÉCNICO EN ANIMACIÓN TURÍSTICA	2022	1 AÑO (2 SEMESTRES)	SENA
BACHILLER ACADÉMICO	2022		INSTITUCIÓN EDUCATIVA DEPARTAMENTAL INSTITUTO

Distinciones o Condecoraciones Recibidas	**Año (aaaa)**	**Distinción**	**Entidad que la otorgó**

III. EXPERIENCIA LABORAL (Empiece por el actual o vigente, y relacione los cargos anteriores desde el más reciente)					
Entidad	**País**	**Municipio**	**Dependencia**	**Cargo**	**Teléfono**
INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTE DE COTA	COLOMBIA	CUNDINAMARCA	COTA	ENTRENADOR DEPORTIVO	601 8640739
PLANETA CAN	COLOMBIA		BOGOTA	CUIDADOR	310 3232493

IV. LOGROS DEPORTIVOS (Historial, empezando por el más reciente)				
Logro	**Evento**	**Prueba /División**	**Año (aaaa)**	**Categoría**
Nivel competitivo alcanzado con sus deportistas en eventos deportivos (Marque "X" el mejor alcanzado	**Eventos Festivales**	**Eventos Departamentales**	**Eventos Nacionales**	**Eventos Internacionales**

V. TRABAJOS PUBLICADOS E INVESTIGACIONES REALIZADAS				
	Tipo	**Título / Evento**	**Institución / Entidad**	**Año (aaaa)**
Señale trabajos de grado, tesis, libros, artículos, investigaciones, empezando por los más recientes				

CAROL G.

FIMRA ENTRENADOR DEPORTIVO

Versión 2 Enero 2026 Elaboro: Equipo Metodológico.	INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA	

PLANEACIÓN MENSUAL TIEMPO LIBRE	
NOMBRE DEL ENTRENADOR	CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ
MES	FEBRERO
OBJETIVO MENSUAL	AYUDAR A FORTALECER EL PROCESO DE ADAPTACION DE LOS NIÑOS EN EL GARDIN Y IMPACTAR CON LAS CLASES QUE SE VAN A BRINDAR

dia	Fecha	Tiempo de la Sesion	Objetivo de la sesión de clase	DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE EJES TEMÁTICOS PEDAGÓGICOS (PERCEPCIÓN MOTRIZ - ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD - CAPACIDADES FÍSICAS - INTERACCIÓN SOCIAL - FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA)
17 AL 20 DE FEBRERO	FEBRERO DEL 2026	45 minutos	GENERAR CONFIANZA CON LOS ALUMNOS Y EMEPZAR A FORTALECER SU MOTRICIDAD FINA Y GRUESA Y SU COORDINACION	**Fase Inicial:** En nuestro primer día me acercaré a acercarme. A presentarme con este nivel realizaré una integración un poco corta presentando mi nombre con las profes a cargo y con los niños les informaré a las profesoras acargo el día y el horario en el que yo me encontraré con ellos para dictarle la clase.
				Fase principal: Iniciaremos indicandoles la actividad que se va a realizar sera una actividad musicalizada donde empezaremos organizandolos de pies y se les colocara diferentes canciones para bailar, jugar y socializar con ellos como el baile del gorila, chuchuwua, congelados y camino por la selva hacemos unos pasos de estas canciones buscando la comodidad y felicidad de los niños con la clase. Con este nivel mas pequeños les sacaremos pelotas y platillos para que juguen y manejen el lanzamiento y coordinacion.
				fase final: Para cerrar la secion les pediremos a los niños que me ayuden a recojer las pelotas y los platillos cantandoles una cancion muy corta que dice a guardar a guaradar cada cosa en su lugar y nos despediremos de ellos cantando la cancion de hasta pronto de plim plim
				Actividades para el desarrollo de la sesión: Actividad musicalizada motricidad gruesa y fina, coordinacion y juego.
24 AL 27 DE FEBRERO	FEBRERO DEL 2026	45 minutos	GENERAR CONFIANZA CON LOS ALUMNOS Y EMEPZAR A FORTALECER SU MOTRICIDAD FINA Y GRUESA Y SU COORDINACION	**Fase Inicial:** Llegaremos saludando los niños con la cancion buenos dias amiguitos como estan, lugo los organizaremos a todos en el piso y les explicare la actividad
				Fase principal: Empezamos con una actividad musicalizada donde les cantaré para llamar su atención, luego les indicaré y les mostraré un ejemplo para que agarren la pelota con la mano y la lancen para ir fortaleciendo su coordinación y motricidad en la actividad siempre con juegos con un buen tono de voz para que ellos presten atención y capten la instrucciones de la actividad.
				Fase Final: Con ayuda de los niños, los invitaremos a guardar las pelotas en la maleta. Cada 1 deberá traer de a 2 o más pelotas hasta que el material quede en su lugar. Finalizaremos con una canción de despedida, llama hasta pronto de plim plim y así culminaremos la actividad con ellos.
				Actividades para el desarrollo de la sesión: Actividad musicaliza, atencion, coordinación fortalecimiento de motricidad fina y gruesa y trabajo de concentración.

OBSERVACIONES:ninguna novedad este mes

CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ	Carol G.
NOMBRE DEL ENTRENADOR DEPORTIVO	FIRMA

Versión 2 Enero 2026 Elaboro: Equipo Metodológico.	INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA	

PLANEACIÓN MENSUAL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DEL ENTRENADOR	**CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ**
MES	**FEBRERO**
OBJETIVO MENSUAL	AYUDAR A FORTALECER EL PROCESO DE ADAPTACION DE LOS NIÑOS EN EL GARDIN Y IMPACTAR CON LAS CLASES QUE SE VAN A BRINDAR

Día	Fecha	Tiempo de la sesion	Objetivo de la sesión de clase	DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE EJES TEMÁTICOS PEDAGÓGICOS (PERCEPCIÓN MOTRIZ - ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD - CAPACIDADES FÍSICAS - INTERACCIÓN SOCIAL - FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA)
17 AL 20 DE FEBRERO	FEBRERO DEL 2026	45 minutos	GENERAR CONFIANZA CON LOS ALUMNOS Y EMEPZAR A FORTALECER SU MOTRICIDAD FINA Y GRUESA Y SU COORDINACION	**Fase Inicial:** En nuestro primer día me acercaré a acercarme. A presentarme con este nivel realizaré una integración corta. Mi nombre con las profes a cargo y con los niños les informaré a la profe el día y el horario en el que yo me encontraré con ellos para dictarle la clase.
				Fase principal: Iniciaremos indicandoles la actividad que se va a realizar sera una actividad musicalizada donde empezaremos organizandolos de pies y se les colocara diferentes canciones para bailar, jugar y socializar con ellos como el baile del gorila, chuchuwua, congelados y camino por la selva hacemos unos pasos de estas canciones buscando la comodidad y felicidad de los niños con la clase. Con este nivel mas pequeños les sacaremos pelotas y platillos para que juguen y manejen el lanzamiento y coordinacion.
				fase final: Para cerrar la secion les pediremos a los niños que me ayuden a recojer las pelotas y los platillos cantandoles una cancion muy corta que dice a guardar a guaradar cada cosa en su lugar y nos despediremos de ellos cantando la cancion de hasta pronto de plim plim
				Actividades para el desarrollo de la sesión: Actividad musicalizada motricidad gruesa y fina, coordinacion y juego.
24 AL 27 DE FEBRERO	FEBRERO DEL 2026	45 minutos	GENERAR CONFIANZA CON LOS ALUMNOS Y EMEPZAR A FORTALECER SU MOTRICIDAD FINA Y GRUESA Y SU COORDINACION	**Fase Inicial:** Llegaremos saludando los niños con la cancion buenos dias amiguitos como estan luego los organizaremos a todos en el piso y les explicare la actividad que se realizara en la sesion de clase
				Fase principal: Empezamos con una actividad musicalizada donde les cantaré para llamar su atención, luego les indicaré y les mostraré un ejemplo para que agarren la pelota con la mano y la lancen para ir fortaleciendo su coordinación y motricidad en la actividad siempre con juegos con un buen tono de voz para que ellos presten atención y capten la instrucciones de la actividad.
				Fase Final: Con ayuda de los niños, los invitaremos a guardar las pelotas en la maleta. Cada 1 deberá traer de a 2 o más pelotas hasta que el material quede en su lugar. Finalizaremos con una canción de despedida, llama hasta pronto de plim plim y así culminaremos la actividad con ellos.
				Actividades para el desarrollo de la sesión: Actividad musicaliza, atencion, coordinación fortalecimiento de motricidad fina y gruesa y trabajo de concentración.

OBSERVACIONES:ninguna novedad este mes

CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ	Carol G.
NOMBRE DEL ENTRENADOR DEPORTIVO	**FIRMA**

Versión 2 Enero 2026 Elaboro: Equipo Metodológico.	INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA	

PLANEACIÓN MENSUAL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DEL ENTRENADOR	**CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ**
MES	**FEBRERO**
OBJETIVO MENSUAL	AYUDAR A FORTALECER EL PROCESO DE ADAPTACION DE LOS NIÑOS EN EL GARDIN Y IMPACTAR CON LAS CLASES QUE SE VAN A BRINDAR

Día	Fecha	Tiempo de la sesion	Objetivo de la sesión de clase	DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE EJES TEMÁTICOS PEDAGÓGICOS (PERCEPCIÓN MOTRIZ - ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD - CAPACIDADES FÍSICAS - INTERACCIÓN SOCIAL - FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA)
17 AL 20 DE FEBRERO	FEBRERO DEL 2026	45 minutos	GENERAR CONFIANZA CON LOS ALUMNOS Y EMEPZAR A FORTALECER SU MOTRICIDAD FINA Y GRUESA Y SU COORDINACION	**Fase Inicial:** En nuestro primer día me acercaré a acercarme. A presentarme con este nivel realizaré una integración corta. Mi nombre con las profes a cargo y con los niños les informaré a la profe el día y el horario en el que yo me encontraré con ellos para dictarle la clase. **Fase principal:** Iniciaremos indicandoles la actividad que se va a realizar sera una actividad musicalizada donde empezaremos organizandolos de pies y se les colocara diferentes canciones para bailar, jugar y socializar con ellos como el baile del gorila, chuchuwua, congelados y camino por la selva hacemos unos pasos de estas canciones buscando la comodidad y felicidad de los niños con la clase. Con este nivel mas pequeños les sacaremos pelotas y platillos para que juguen y manejen el lanzamiento y coordinacion. **fase final:** Para cerrar la secion les pediremos a los niños que me ayuden a recojer las pelotas y los platillos cantandoles una cancion muy corta que dice a guardar a guaradar cada cosa en su lugar y nos despediremos de ellos cantando la cancion de hasta pronto de plim plim **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Actividad musicalizada motricidad gruesa y fina, coordinacion y juego.
24 AL 27 DE FEBRERO	FEBRERO DEL 2026	45 minutos	GENERAR CONFIANZA CON LOS ALUMNOS Y EMEPZAR A FORTALECER SU MOTRICIDAD FINA Y GRUESA Y SU COORDINACION	**Fase Inicial:** Llegaremos saludando los niños con la cancion buenos dias amiguitos como estan luego los organizaremos a todos en el piso y les explicare la actividad que se realizara en la sesion de clase. **Fase principal:** Empezamos con una actividad musicalizada donde les cantaré para llamar su atención, luego les indicaré y les mostraré un ejemplo para que agarren la pelota con la mano y la lancen para ir fortaleciendo su coordinación y motricidad en la actividad siempre con juegos con un buen tono de voz para que ellos presten atención y capten la instrucciones de la actividad. **Fase Final:** Con ayuda de los niños, los invitaremos a guardar las pelotas en la maleta. Cada 1 deberá traer de a 2 o más pelotas hasta que el material quede en su lugar. Finalizaremos con una canción de despedida, llama hasta pronto de plim plim y así culminaremos la actividad con ellos. **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Actividad musicaliza, atencion, coordinación fortalecimiento de motricidad fina y gruesa y trabajo de concentración.

OBSERVACIONES:ninguna novedad este mes

CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ	Carol G.
NOMBRE DEL ENTRENADOR DEPORTIVO	**FIRMA**

Versión 2 Enero 2026 Elaboro: Equipo Metodológico.	INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA	

PLANEACIÓN MENSUAL TIEMPO LIBRE	
NOMBRE DEL ENTRENADOR	CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ
MES	FEBRERO
OBJETIVO MENSUAL	AYUDAR A FORTALECER EL PROCESO DE ADAPTACION DE LOS NIÑOS EN EL GARDIN Y IMPACTAR CON LAS CLASES QUE SE VAN A BRINDAR

Día	Fecha	Tiempo de la sesion	Objetivo de la sesión de clase	DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE EJES TEMÁTICOS PEDAGÓGICOS (PERCEPCIÓN MOTRIZ - ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD - CAPACIDADES FÍSICAS - INTERACCIÓN SOCIAL - FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA)
17 AL 20 DE FEBRERO	FEBRERO DEL 2026	45 minutos	GENERAR CONFIANZA CON LOS ALUMNOS Y EMPEZAR A FORTALECER SU COORDINACION INTERACCION CON LA PROFE Y SUS COMPAÑEROS	**Fase Inicial:** En nuestro primer día me acercaré a acercarme. A presentarme con este nivel realizaré una integración un poco corta presentando mi nombre con las profes a cargo y con los niños les informaré a las profesoras acargo el día y el horario en el que yo me encontraré con ellos para dictarle la clase. **Fase principal:** Iniciaremos indicandoles la actividad que se va a realizar sera una actividad musicalizada donde empezaremos con un calentamiento activando todo su cuerpo empezando a activar desde la cabeza hasta sus pies con movimiento suaves y continuos luego de eso se le pondran mas canciones para bailar, jugar y socializar con ellos como el baile del gorila, chuchuwua, congelados y camino por la selva hacemos unos pasos de estas canciones buscando la comodidad y felicidad de los niños con la clase. Con este nivel mas pequeños les sacaremos pelotas y platillos para que juguen y manejen el lanzamiento y coordinacion. **fase final:** Para cerrar la secion les pediremos a los niños que se ubiquen en sus puestos y nos dirigiremos a hacer el estiramiento final y les pediremos que nos ayuden a recojer las pelotas y los platillos. **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Actividad musicalizada motricidad gruesa y fina, coordinacion y juego.
24 AL 27 DE FEBRERO	FEBRERO DEL 2026	45 minutos	GENERAR CONFIANZA CON LOS ALUMNOS Y EMPEZAR A FORTALECER SU COORDINACION INTERACCION CON LA PROFE Y SUS COMPAÑEROS	**fase inicial:** Iniciare alistando la actividad con el material que se va a usar para hacer un circuito con aroas escaleta deportiva platillo y conos luego de eso me dirigire al salon de clases dando un saludo de buenos dias con la cancion buenos dias amiguitos como estan, luego con ayuda de las docentes acargo sacaremos a los alumnos afuera en la sona verde o el parque donde se encuentra nuestro circuito de actividad fisica. **fase principal:** Empezamos haciendo un calentamiento para activar el cuerpo donde empezaremos desde la cabeza hasta la punta de los pies con estiramientos y movilidad luego haremos 2 grupos y a cada grupo se le colocara un nombre de alguna fruta, les explicare y les realizare la demostracion del circuito donde se manejaran saltos velocidad y coordinacion. Dentro de los aros tendran que saltar en dos pies juntos lo mismo que en la escalera y en los platillos deberan saltar con las piernas abiertas al terminar los platillos tendran que correr en velocidad hasta trocar con la mano el cono de color verde y devolverce a su lugar para que el siguiente compañero siga con el trabajo. **fase final:** Ubicaremos a los alumnos alfrente de la profesora para hacer estiramiento final para cerra la clase donde empezaremos a estirar desde la cabeza hasta los pies y les pediremos a los niños que nos ayuden a recojer el material, haremos una fila y nos dirigieremos nuevamente al salon. **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Juegos, saltos en dos piernas cerradas y abiertas, coordinacion, concentracion y velocidad

OBSERVACIONES:ninguna novedad este mes

CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ	Carol G.
NOMBRE DEL ENTRENADOR DEPORTIVO	FIRMA

Versión 2 Enero 2026 Elaboro: Equipo Metodológico.	INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA

PLANEACIÓN MENSUAL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DEL ENTRENADOR	**CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ**
MES	**FEBRERO**
OBJETIVO MENSUAL	AYUDAR A FORTALECER EL PROCESO DE ADAPTACION DE LOS NIÑOS EN EL GARDIN Y IMPACTAR CON LAS CLASES QUE SE VAN A BRINDAR

Día	Fecha	Tiempo de la sesion	Objetivo de la sesión de clase	DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE EJES TEMÁTICOS PEDAGÓGICOS (PERCEPCIÓN MOTRIZ - ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD - CAPACIDADES FÍSICAS - INTERACCIÓN SOCIAL - FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA)
17 AL 20 DE FEBRERO	FEBRERO DEL 2026	45 minutos	GENERAR CONFIANZA CON LOS ALUMNOS Y EMPEZAR A FORTALECER SU COORDINACION INTERACCION CON LA PROFE Y SUS COMPAÑEROS	**Fase Inicial:** En nuestro primer día me acercaré a acercarme. A presentarme con este nivel realizaré una integración un poco corta presentando mi nombre con las profes a cargo y con los niños les informaré a las profesoras acargo el día y el horario en el que yo me encontraré con ellos para dictarle la clase. **Fase principal:** Iniciaremos indicandoles la actividad que se va a realizar sera una actividad musicalizada donde empezaremos con un calentamiento activando todo su cuerpo empezando a activar desde la cabeza hasta sus pies con movimiento suaves y continuos luego de eso se le pondran mas canciones para bailar, jugar y socializar con ellos como el baile del gorila, chuchuwua, congelados y camino por la selva hacemos unos pasos de estas canciones buscando la comodidad y felicidad de los niños con la clase. Con este nivel mas pequeños les sacaremos pelotas y platillos para que juguen y manejen el lanzamiento y coordinacion. **fase final:** Para cerrar la secion les pediremos a los niños que se ubiquen en sus puestos y nos dirigiremos a hacer el estiramiento final y les pediremos que nos ayuden a recojer las pelotas y los platillos. **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Actividad musicalizada motricidad gruesa y fina, coordinacion y juego.
24 AL 27 DE FEBRERO	FEBRERO DEL 2026	45 minutos	GENERAR CONFIANZA CON LOS ALUMNOS Y EMPEZAR A FORTALECER SU COORDINACION INTERACCION CON LA PROFE Y SUS COMPAÑEROS	**fase inicial:** Iniciare alistando la actividad con el material que se va a usar para hacer un circuito con aroas escaleta deportiva platillo y conos luego de eso me dirigire al salon de clases dando un saludo de buenos dias con la cancion buenos dias amiguitos como estan, luego con ayuda de las docentes acargo sacaremos a los alumnos afuera en la sona verde o el parque donde se encuentra nuestro circuito de actividad fisica. **fase principal:** Empezamos haciendo un calentamiento para activar el cuerpo donde empezaremos desde la cabeza hasta la punta de los pies con estiramientos y movilidad luego haremos 2 grupos y a cada grupo se le colocara un nombre de alguna fruta, les explicare y les realizare la demostracion del circuito donde se manejaran saltos velocidad y coordinacion. Dentro de los aros tendran que saltar en dos pies juntos lo mismo que en la escalera y en los platillos deberan saltar con las piernas abiertas al terminar los platillos tendran que correr en velocidad hasta trocar con la mano el cono de color verde y devolverce a su lugar para que el siguiente compañero siga con el trabajo. **fase final:** Ubicaremos a los alumnos alfrente de la profesora para hacer estiramiento final para cerra la clase donde empezaremos a estirar desde la cabeza hasta los pies y les pediremos a los niños que nos ayuden a recojer el material, haremos una fila y nos dirigieremos nuevamente al salon. **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Juegos, saltos en dos piernas cerradas y abiertas, coordinacion, concentracion y velocidad

OBSERVACIONES:ninguna novedad este mes

CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ	Carol G.
NOMBRE DEL ENTRENADOR DEPORTIVO	**FIRMA**

Daniel Segura Tibaquichá

05/05/2026

Metodólogo del IMRD Cota

Versión 2 Enero 2026 Elaboro: Equipo Metodológico.	INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA	

PLANEACIÓN MENSUAL TIEMPO LIBRE	
NOMBRE DEL ENTRENADOR	CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ
MES	MARZO
OBJETIVO MENSUAL	EMPEZAR EL TRABAJO NDE FORTALECIEMIENTO EN LA ACTIVIDAD FISICA DE CADA NIÑO TRRABAJANDO ESTIMULACION TEMPRANA COORDINACION CONCENTRACION TODO TRAS JUEGOS Y SONRISAS

dia	Fecha	Tiempo de la Sesion	Objetivo de la sesión de clase	DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE EJES TEMÁTICOS PEDAGÓGICOS (PERCEPCIÓN MOTRIZ - ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD - CAPACIDADES FÍSICAS - INTERACCIÓN SOCIAL - FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA)
03 AL 06 DE MARZO	MARZO DEL 2026	45 MINUTOS	ESTIMULACION TEMPRANA Y ACTIVACION DE REFLEJOS Y MANEJO DE TEXTURAS EN CADA ALUMNO	**Fase Inicial:** Ingresaremos al aula de clases dando un buen saludo a los aliumnos con la cancion de buenos dias amiguitos como estan, con permiso de las docentes entraremos a interactuar y a explicarle a ellas y a los niños la actividad de se va a relalizar, le pediremos ayuda a las profesoras acargo que nos ayujden a retirarle los zapatos medias y pantalon a los niños para empézar la actividad de estimulacion temprana. **Fase principal:** Empezaremos haciendo un masaje en sus pies y piernas con un poco de aceite para bebes donde realizaremos masajes y ejercicion de movilidad de doblar y ewstirar sus piernas sus brasos su espalda aproximadamente por 8 minutos por niño, luego de eso con un recipiente plastico grande donde tendremos bolitas de gel donde con cuidado sin asustar el alumno meteremos sus pies para que ellos sientan esas texturas si es agradable para el,los tambien las podran cojer en las manos aproximadamente sobre 3 a 4 minutos por niño. **Fase Final:** Para finalizar la actividad les limpiaremos los pies a los niños y ñles pondremos sus medias y sus zapatos para dejarlos como se encontraban. **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Estimulacion temprana masajes y manejo de texturas
10 AL 13 DE MARZO	MARZO DEL 2026	45 MINUTOS	ESTIMULACION TEMPRANA Y ACTIVACION DE REFLEJOS Y MANEJO DE TEXTURAS EN CADA ALUMNO	**Fase Inicial:** Ingresaremos al aula de clases dando un buen saludo a los aliumnos con la cancion de buenos dias amiguitos como estan, con permiso de las docentes entraremos a interactuar y a explicarle a ellas y a los niños la actividad de se va a relalizar, le pediremos ayuda a las profesoras acargo que nos ayujden a retirarle los zapatos medias y pantalon a los niños para empézar la actividad de estimulacion temprana. **Fase principal:** Empezaremos haciendo un masaje en sus pies y piernas con un poco de aceite para bebes donde realizaremos masajes y ejercicion de movilidad de doblar y estirar sus piernas sus brasos su espalda aproximadamente por 8 minutos por alumno, luego de eso con un recipiente plastico grande donde tendremos arvejas crudas donde con cuidado sin asustar el alumno meteremos sus pies para que ellos sientan esas texturas si es agradable para ellos tambien las podran cojer en las manos aproximadamente sobre 3 a 4 minutos por niño. **Fase Final:** Para finalizar la actividad les limpiaremos los pies a los niños y les pondremos sus medias y sus zapatos para dejarlos como se encontraban. **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Estimulacion temprana masajes y manejo de texturas
17 AL 20 DE MARZO	MARZO DEL 2026	45 MINUTOS	ESTIMULACION TEMPRANA Y ACTIVACION DE REFLEJOS Y MANEJO DE TEXTURAS EN CADA ALUMNO	**Fase Inicial:** Ingresaremos al aula de clases dando un buen saludo a los aliumnos con la cancion de buenos dias amiguitos como estan, con permiso de las docentes entraremos a interactuar y a explicarle a ellas y a los niños la actividad de se va a relalizar, le pediremos ayuda a las profesoras acargo que nos ayujden a retirarle los zapatos medias y pantalon a los niños para empézar la actividad de estimulacion temprana. **Fase principal:** Empezaremos haciendo un masaje en sus pies y piernas con un poco de aceite para bebes donde realizaremos masajes y ejercicion de movilidad de doblar y estirar sus piernas sus brasos su espalda aproximadamente por 8 minutos por alumno, luego de eso con un recipiente plastico grande donde tendremos arroz crudo donde con cuidado sin asustar el alumno meteremos sus pies para que ellos sientan esas texturas si es agradable para ellos tambien las podran cojer en las manos aproximadamente sobre 3 a 4 minutos por niño. **Fase Final:** Para finalizar la actividad les limpiaremos los pies a los niños y les pondremos sus medias y sus zapatos para dejarlos como se encontraban. **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Estimulacion temprana masajes y manejo de texturas
24 AL 31 DE MARZO	MARZO DEL 2026	45 MINUTOS	ESTIMULACION TEMPRANA Y ACTIVACION DE REFLEJOS Y MANEJO DE TEXTURAS EN CADA ALUMNO	**Fase Inicial:** Ingresaremos al aula de clases dando un buen saludo a los aliumnos con la cancion de buenos dias amiguitos como estan, con permiso de las docentes entraremos a interactuar y a explicarle a ellas y a los niños la actividad de se va a relalizar, le pediremos ayuda a las profesoras acargo que nos ayujden a retirarle los zapatos medias y pantalon a los niños para empézar la actividad de estimulacion temprana. **Fase principal:** Empezaremos haciendo un masaje en sus pies y piernas con un poco de aceite para bebes donde realizaremos masajes y ejercicion de movilidad de doblar y estirar sus piernas sus brasos su espalda aproximadamente por 8 minutos por alumno, luego de eso con un recipiente plastico grande donde tendremos lentejas crudaz donde con cuidado sin asustar el alumno meteremos sus pies para que ellos sientan esas texturas si es agradable para ellos tambien las podran cojer en las manos aproximadamente sobre 3 a 4 minutos por niño. **Fase Final:** Para finalizar la actividad les limpiaremos los pies a los niños y les pondremos sus medias y sus zapatos para dejarlos como se encontraban. **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Estimulacion temprana masajes y manejo de texturas

OBSERVACIONES:ninguna novedad este mes

CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ	Carol G.
NOMBRE DEL ENTRENADOR DEPORTIVO	FIRMA

Versión 2 Enero 2026 Elaboro: Equipo Metodológico.	INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA

PLANEACIÓN MENSUAL TIEMPO LIBRE	
NOMBRE DEL ENTRENADOR	CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ
MES	MARZO
OBJETIVO MENSUAL	EMPEZAR EL TRABAJO NDE FORTALECIEMIENTO EN LA ACTIVIDAD FISICA DE CADA NIÑO TRRABAJANDO ESTIMULACION TEMPRANA COORDINACION CONCENTRACION TODO TRAS JUEGOS Y SONRISAS

Día	Fecha	Tiempo de la sesion	Objetivo de la sesión de clase	DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE EJES TEMÁTICOS PEDAGÓGICOS (PERCEPCIÓN MOTRIZ - ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD - CAPACIDADES FÍSICAS - INTERACCIÓN SOCIAL - FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA)
03 AL 06 DE MARZO	MARZO DEL 2026	45 MINUTOS	ESTIMULACION TEMPRANA Y ACTIVACION DE REFLEJOS Y MANEJO DE TEXTURAS EN CADA ALUMNO	**Fase Inicial:** Ingresaremos al aula de clases dando un buen saludo a los aliumnos con la cancion de buenos dias amiguitos como estan, con permiso de las docentes entraremos a interactuar y a explicarle a ellas y a los niños la actividad de se va a relalizar, le pediremos ayuda a las profesoras acargo que nos ayujden a retirarle los zapatos medias y pantalon a los niños para empézar la actividad de estimulacion temprana. **Fase principal:** Empezaremos haciendo un masaje en sus pies y piernas con un poco de aceite para bebes donde realizaremos masajes y ejercicion de movilidad de doblar y ewstirar sus piernas sus brasos su espalda aproximadamente por 8 minutos por niño, luego de eso con un recipiente plastico grande donde tendremos bolitas de gel donde con cuidado sin asustar el alumno meteremos sus pies para que ellos sientan esas texturas si es agradable para el,los tambien las podran cojer en las manos aproximadamente sobre 3 a 4 minutos por niño. **Fase Final:** Para finalizar la actividad les limpiaremos los pies a los niños y ñles pondremos sus medias y sus zapatos para dejarlos como se encontraban. **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Estimulacion temprana masajes y manejo de texturas
10 AL 13 DE MARZO	MARZO DEL 2026	45 MINUTOS	ESTIMULACION TEMPRANA Y ACTIVACION DE REFLEJOS Y MANEJO DE TEXTURAS EN CADA ALUMNO	**Fase Inicial:** Ingresaremos al aula de clases dando un buen saludo a los aliumnos con la cancion de buenos dias amiguitos como estan, con permiso de las docentes entraremos a interactuar y a explicarle a ellas y a los niños la actividad de se va a relalizar, le pediremos ayuda a las profesoras acargo que nos ayujden a retirarle los zapatos medias y pantalon a los niños para empézar la actividad de estimulacion temprana. **Fase principal:** Empezaremos haciendo un masaje en sus pies y piernas con un poco de aceite para bebes donde realizaremos masajes y ejercicion de movilidad de doblar y estirar sus piernas sus brasos su espalda aproximadamente por 8 minutos por alumno, luego de eso con un recipiente plastico grande donde tendremos arvejas donde con cuidado sin asustar el alumno meteremos sus pies para que ellos sientan esas texturas si es agradable para ellos tambien las podran cojer en las manos aproximadamente sobre 3 a 4 minutos por niño. **Fase Final:** Para finalizar la actividad les limpiaremos los pies a los niños y les pondremos sus medias y sus zapatos para dejarlos como se encontraban. **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Estimulacion temprana masajes y manejo de texturas
17 AL 20 DE MARZO	MARZO DEL 2026	45 MINUTOS	ESTIMULACION TEMPRANA Y ACTIVACION DE REFLEJOS Y MANEJO DE TEXTURAS EN CADA ALUMNO	**Fase Inicial:** Ingresaremos al aula de clases dando un buen saludo a los aliumnos con la cancion de buenos dias amiguitos como estan, con permiso de las docentes entraremos a interactuar y a explicarle a ellas y a los niños la actividad de se va a relalizar, le pediremos ayuda a las profesoras acargo que nos ayujden a retirarle los zapatos medias y pantalon a los niños para empézar la actividad de estimulacion temprana. **Fase principal:** Empezaremos haciendo un masaje en sus pies y piernas con un poco de aceite para bebes donde realizaremos masajes y ejercicion de movilidad de doblar y estirar sus piernas sus brasos su espalda aproximadamente por 8 minutos por alumno, luego de eso con un recipiente plastico grande donde tendremos arroz crudo donde con cuidado sin asustar el alumno meteremos sus pies para que ellos sientan esas texturas si es agradable para ellos tambien las podran cojer en las manos aproximadamente sobre 3 a 4 minutos por niño. **Fase Final:** Para finalizar la actividad les limpiaremos los pies a los niños y les pondremos sus medias y sus zapatos para dejarlos como se encontraban. **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Estimulacion temprana masajes y manejo de texturas
24 AL 31 DE MARZO	MARZO DEL 2026	45 MINUTOS	ESTIMULACION TEMPRANA Y ACTIVACION DE REFLEJOS Y MANEJO DE TEXTURAS EN CADA ALUMNO	**Fase Inicial:** Ingresaremos al aula de clases dando un buen saludo a los aliumnos con la cancion de buenos dias amiguitos como estan, con permiso de las docentes entraremos a interactuar y a explicarle a ellas y a los niños la actividad de se va a relalizar, le pediremos ayuda a las profesoras acargo que nos ayujden a retirarle los zapatos medias y pantalon a los niños para empézar la actividad de estimulacion temprana. **Fase principal:** Empezaremos haciendo un masaje en sus pies y piernas con un poco de aceite para bebes donde realizaremos masajes y ejercicion de movilidad de doblar y estirar sus piernas sus brasos su espalda aproximadamente por 8 minutos por alumno, luego de eso con un recipiente plastico grande donde tendremos lentejas crudaz donde con cuidado sin asustar el alumno meteremos sus pies para que ellos sientan esas texturas si es agradable para ellos tambien las podran cojer en las manos aproximadamente sobre 3 a 4 minutos por niño. **Fase Final:** Para finalizar la actividad les limpiaremos los pies a los niños y les pondremos sus medias y sus zapatos para dejarlos como se encontraban. **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Estimulacion temprana masajes y manejo de texturas

OBSERVACIONES:ninguna novedad este mes

CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ	Carol G.
NOMBRE DEL ENTRENADOR DEPORTIVO	FIRMA

Versión 2 Enero 2026 Elaboro: Equipo Metodológico.	INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA	

PLANEACIÓN MENSUAL TIEMPO LIBRE	
NOMBRE DEL ENTRENADOR	CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ
MES	MARZO
OBJETIVO MENSUAL	EMPEZAR EL TRABAJO NDE FORTALECIEMIENTO EN LA ACTIVIDAD FISICA DE CADA NIÑO TRRABAJANDO ESTIMULACION TEMPRANA COORDINACION CONCENTRACION TODO TRAS JUEGOS Y SONRISAS

Día	Fecha	Tiempo de la sesion	Objetivo de la sesión de clase	DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE EJES TEMÁTICOS PEDAGÓGICOS (PERCEPCIÓN MOTRIZ - ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD - CAPACIDADES FÍSICAS - INTERACCIÓN SOCIAL - FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA)
03 AL 06 DE MARZO	MARZO DEL 2026	45 MINUTOS	ESTIMULACION TEMPRANA Y ACTIVACION DE REFLEJOS MANEJO DE TEXTURAS Y QUE APRENDAN A SEGUIR UNA INSTRUCCION CADA ALUMNO	**Fase Inicial:** Ingresaremos al aula de clases dando un buen saludo a los aliumnos con la cancion de buenos dias amiguitos como estan, con permiso de las docentes entraremos a interactuar y a explicarle a ellas y a los niños la actividad de se va a relalizar, le pediremos ayuda a las profesoras acargo que nos ayujden a retirarle los zapatos medias y pantalon a los niños para empézar la actividad de estimulacion temprana. **Fase principal:** Empezaremos haciendo un masaje en sus pies y piernas con un poco de aceite para bebes donde realizaremos masajes y ejercicion de movilidad de doblar y ewstirar sus piernas sus brasos su espalda aproximadamente por 8 minutos por niño, luego de eso con un recipiente plastico grande donde tendremos bolitas de gel donde con cuidado sin asustar el alumno meteremos sus pies para que ellos sientan esas texturas si es agradable para el,los tambien las podran cojer en las manos aproximadamente sobre 3 a 4 minutos por niño. **Fase Final:** Para finalizar la actividad les limpiaremos los pies a los niños y ñles pondremos sus medias y sus zapatos para dejarlos como se encontraban. **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Estimulacion temprana masajes y manejo de texturas
10 AL 13 DE MARZO	MARZO DEL 2026	45 MINUTOS	ESTIMULACION TEMPRANA Y ACTIVACION DE REFLEJOS MANEJO DE TEXTURAS Y QUE APRENDAN A SEGUIR UNA INSTRUCCION CADA ALUMNO	**Fase Inicial:** Ingresaremos al aula de clases dando un buen saludo a los aliumnos con la cancion de buenos dias amiguitos como estan, con permiso de las docentes entraremos a interactuar y a explicarle a ellas y a los niños la actividad de se va a relalizar, le pediremos ayuda a las profesoras acargo que nos ayujden a retirarle los zapatos medias y pantalon a los niños para empézar la actividad de estimulacion temprana. **Fase principal:** Empezaremos haciendo un masaje en sus pies y piernas con un poco de aceite para bebes donde realizaremos masajes y ejercicion de movilidad de doblar y estirar sus piernas sus brasos su espalda aproximadamente por 8 minutos por alumno, luego de eso con un recipiente plastico grande donde tendremos arvejas donde con cuidado sin asustar el alumno meteremos sus pies para que ellos sientan esas texturas si es agradable para ellos tambien las podran cojer en las manos aproximadamente sobre 3 a 4 minutos por niño. **Fase Final:** Para finalizar la actividad les limpiaremos los pies a los niños y les pondremos sus medias y sus zapatos para dejarlos como se encontraban. **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Estimulacion temprana masajes y manejo de texturas
17 AL 20 DE MARZO	MARZO DEL 2026	45 MINUTOS	ESTIMULACION TEMPRANA Y ACTIVACION DE REFLEJOS MANEJO DE TEXTURAS Y QUE APRENDAN A SEGUIR UNA INSTRUCCION CADA ALUMNO	**Fase Inicial:** Ingresaremos al aula de clases dando un buen saludo a los aliumnos con la cancion de buenos dias amiguitos como estan, con permiso de las docentes entraremos a interactuar y a explicarle a ellas y a los niños la actividad de se va a relalizar, le pediremos ayuda a las profesoras acargo que nos ayujden a retirarle los zapatos medias y pantalon a los niños para empézar la actividad de estimulacion temprana. **Fase principal:** Empezaremos haciendo un masaje en sus pies y piernas con un poco de aceite para bebes donde realizaremos masajes y ejercicion de movilidad de doblar y estirar sus piernas sus brasos su espalda aproximadamente por 8 minutos por alumno, luego de eso con un recipiente plastico grande donde tendremos arroz crudo donde con cuidado sin asustar el alumno meteremos sus pies para que ellos sientan esas texturas si es agradable para ellos tambien las podran cojer en las manos aproximadamente sobre 3 a 4 minutos por niño. **Fase Final:** Para finalizar la actividad les limpiaremos los pies a los niños y les pondremos sus medias y sus zapatos para dejarlos como se encontraban. **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Estimulacion temprana masajes y manejo de texturas
24 AL 31 DE MARZO	MARZO DEL 2026	45 MINUTOS	ESTIMULACION TEMPRANA Y ACTIVACION DE REFLEJOS MANEJO DE TEXTURAS Y QUE APRENDAN A SEGUIR UNA INSTRUCCION CADA ALUMNO	**Fase Inicial:** Ingresaremos al aula de clases dando un buen saludo a los aliumnos con la cancion de buenos dias amiguitos como estan, con permiso de las docentes entraremos a interactuar y a explicarle a ellas y a los niños la actividad de se va a relalizar, le pediremos ayuda a las profesoras acargo que nos ayujden a retirarle los zapatos medias y pantalon a los niños para empézar la actividad de estimulacion temprana. **Fase principal:** Empezaremos haciendo un masaje en sus pies y piernas con un poco de aceite para bebes donde realizaremos masajes y ejercicion de movilidad de doblar y estirar sus piernas sus brasos su espalda aproximadamente por 8 minutos por alumno, luego de eso con un recipiente plastico grande donde tendremos lentejas crudaz donde con cuidado sin asustar el alumno meteremos sus pies para que ellos sientan esas texturas si es agradable para ellos **Fase Final:** Para finalizar la actividad les limpiaremos los pies a los niños y les pondremos sus medias y sus zapatos para dejarlos como se encontraban. **Actividades para el desarrollo de la sesión:** Estimulacion temprana masajes y manejo de texturas

OBSERVACIONES:ninguna novedad este mes

CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ	Carol G.
NOMBRE DEL ENTRENADOR DEPORTIVO	FIRMA

Versión 2 Enero 2026 Elaboro: Equipo Metodológico.	INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA	

PLANEACIÓN MENSUAL TIEMPO LIBRE

NOMBRE DEL ENTRENADOR	**CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ**
MES	**MARZO**
OBJETIVO MENSUAL	EMPEZAR EL TRABAJO NDE FORTALECIEMIENTO EN LA ACTIVIDAD FISICA DE CADA NIÑO TRRABAJANDO ESTIMULACION TEMPRANA COORDINACION CONCENTRACION TODO TRAS JUEGOS Y SONRISAS

Día	Fecha	Tiempo de la sesion	Objetivo de la sesión de clase	DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE EJES TEMÁTICOS PEDAGÓGICOS (PERCEPCIÓN MOTRIZ - ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD - CAPACIDADES FÍSICAS - INTERACCIÓN SOCIAL - FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA)
03 AL 06 DE MARZO	MARZO DEL 2026	45 MINUTOS	ACTIVACION DE REFLEJOS MANEJO DE TEXTURAS COORDINACION VELOCIDAD REFLEJOS Y OBEDECER INSTRUCCIONES	**fase inicial:** Iniciare alistando la actividad con el material que se va a usar para hacer un circuito con aros escalera deportiva platillo y conos luego de eso me dirigire al salon de clases dando un saludo de buenos dias con la cancion buenos dias amiguitos como estan, luego con ayuda de las docentes acargo sacaremos a los alumnos afuera en la sona verde o el parque donde se encuentra nuestro circuito de actividad fisica.
				fase principal: Empezamos haciendo un calentamiento para activar el cuerpo donde empezaremos desde la cabeza hasta la punta de los pies con estiramientos y movilidad luego haremos 3 grupos ya que tenemos esas 3 estaciones a cada grupo se le colocara un nombre de algun color, les explicare y les realizare la demostracion del circuito donde se manejaran saltos en un solo pie velocidad y coordinacion. Dentro de los aros tendran que saltar en un solo pie lo mismo que en la escalera y en los platillos deberan saltar por encilla de ellos con los pies juntos al terminar los platillos tendran que correr en velocidad hasta trocar con la mano el cono de color verde y devolverce a su lugar para que el siguiente compañero siga con el trabajo.
				fase final: Ubicaremos a los alumnos alfrente de la profesora para hacer estiramiento final para cerra la clase donde empezaremos a estirar desde la cabeza hasta los pies y les pediremos a los niños que nos ayuden a recojer el material, haremos una fila y nos dirigieremos nuevamente al salon.
				Actividades para el desarrollo de la sesión: Juegos, saltos con las piernas juntas y en un solo pie, coordinacion, concentracion y velocidad
10 AL 13 DE MARZO	MARZO DEL 2026	45 MINUTOS	ACTIVACION DE REFLEJOS MANEJO DE TEXTURAS COORDINACION VELOCIDAD REFLEJOS Y OBEDECER INSTRUCCIONES	**fase inicial:** Iniciare alistando la actividad con el material que se va a usar para hacer un circuito con aros escalera deportiva platillo y conos luego de eso me dirigire al salon de clases dando un saludo de buenos dias con la cancion buenos dias amiguitos como estan, luego con ayuda de las docentes acargo sacaremos a los alumnos afuera en la sona verde o el parque donde se encuentra nuestro circuito de actividad fisica.
				fase principal: Empezamos haciendo un calentamiento para activar el cuerpo donde empezaremos desde la cabeza hasta la punta de los pies con estiramientos y movilidad luego haremos 2 grupos, se le colocara un nombre de algun animal, les explicare y les realizare la demostracion del circuito donde se manejaran saltos en un solo pie pero por cada espacio de los aros tendran que cambiar de pie manejando derecha y izquierda, velocidad y coordinacion. Dentro de los aros y la escalera tendran que saltar en un solo pie intercalandolo osea derecha izquierda lo mismo que en la escalera y tendran que correr en velocidad hasta trocar con la mano el cono de color verde y devolverce a su lugar para que el siguiente compañero siga con el trabajo.
				fase final: Ubicaremos a los alumnos alfrente de la profesora para hacer estiramiento final donde empezaremos a incluir la flexibilidad de cada alumno para cerra la clase donde empezaremos a estirar desde la cabeza hasta los pies y les pediremos a los niños que nos ayuden a recojer el material, haremos una fila y nos dirigieremos nuevamente al salon.
				Actividades para el desarrollo de la sesión: Juegos, saltos con las piernas juntas y en un solo pie, coordinacion, concentracion flexibilidad y velocidad
17 AL 20 DE MARZO	MARZO DEL 2026	45 MINUTOS	ACTIVACION DE REFLEJOS MANEJO DE TEXTURAS COORDINACION VELOCIDAD REFLEJOS Y OBEDECER INSTRUCCIONES	**fase inicial:** Iniciare alistando la actividad con el material que se va a usar para hacer un circuito con aros y pelotas de colores, luego de eso me dirigire al salon de clases dando un saludo de buenos dias con la cancion buenos dias amiguitos como estan, luego con ayuda de las docentes acargo sacaremos a los alumnos afuera en la sona verde o el parque donde se encuentra nuestro circuito de actividad fisica.
				fase principal: Empezamos haciendo un calentamiento para activar el cuerpo donde empezaremos desde la cabeza hasta la punta de los pies con estiramientos y movilidad luego haremos una fila y que hay 25 aros en el piso seguidos, les explicare y les realizare la demostracion del circuito donde se manejaran en la primera ronda saltos en dos pies en la segunda ronda en un solo pie manejando derecha y izquierda para manejar la coordinacion de cada alumno. tendran que correr en velocidad hasta el bolso de las pelotas cojer la pelota que la profesora les indique y devolverce a su lugar para que el siguiente compañero siga con el trabajo.
				fase final: Ubicaremos a los alumnos alfrente de la profesora para hacer estiramiento final donde empezaremos a incluir la flexibilidad de cada alumno para cerra la clase donde empezaremos a estirar desde la cabeza hasta los pies y les pediremos a los niños que nos ayuden a recojer el material, haremos una fila y nos dirigieremos nuevamente al salon.
				Actividades para el desarrollo de la sesión: Juegos, saltos con las piernas juntas y en un solo pie, coordinacion, concentracion agilidad en el reconocimiento de los colores flexibilidad y velocidad
24 AL 31 DE MARZO	MARZO DEL 2026	45 MINUTOS	ACTIVACION DE REFLEJOS MANEJO DE TEXTURAS COORDINACION VELOCIDAD REFLEJOS Y OBEDECER INSTRUCCIONES	**Fase Inicial:** Iniciare alistando la actividad con el material que se va a usar para hacer un circuito con aros luego entrare al salon saludando a mis alumnos con la cancion buenos dias amiguitos como estan, luego les dare las instrucciones de la clase reglas basicas de comportamiento para empezar les explicarte que realizaremos un calentamiento con una actividad musical para activar el cuerpo y entrar a la actividad fisica planeada.
				Fase principal: Con musica realizaremos el calentamiento y bailaremos 2 canciones para interactuar mas con los alumnos, despues empezaremos a trabajar la parte fisica donde por grupos de a 5 niños pasaran por el circuito de los aros donde tendran 3 estaciones cortas para saltar en los aros en la primera estacion tendran que saltar en 2 pies con las manos en la cabeza la segunda estacion tendran que manejar un salto continuo solamente sobre la pierna derecha y en la tercera estacion tendran que manejar un salto continuo solamente sobre la pierna izquierda, cuando pasen todos los alumnos finalizaremos jugando a la mamá gallina donde la profesora sera la mamá gallina y los alumnos los pollitos deberan correr detras de ella sin ella se acuesta acostarce; deberan hacer todo lo que hace la mama gallina, ya que esta actividad los aguitara su respiracion les indicaremos como respirar. inhalar por la nariz y exhalar por la boca para enseñarles a controlar su respiracion
				fase final: Ubicaremos a los alumnos alfrente de la profesora para hacer estiramiento final donde empezaremos a incluir la flexibilidad de cada alumno para cerra la clase donde empezaremos a estirar desde la cabeza hasta los pies y les pediremos a los niños que nos ayuden a recojer el material, haremos una fila y nos dirigieremos nuevamente al salon.
				Actividades para el desarrollo de la sesión: Juegos, saltos con las piernas juntas y en un solo pie, coordinacion, concentracion agilidad en el reconocimiento de los colores flexibilidad y velocidad

OBSERVACIONES:ninguna novedad este mes

CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ	Carol G.
NOMBRE DEL ENTRENADOR DEPORTIVO	**FIRMA**

Versión 2 Enero 2026 Elaboro: Equipo Metodológico.	INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA	

PLANEACIÓN MENSUAL TIEMPO LIBRE	
NOMBRE DEL ENTRENADOR	CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ
MES	MARZO
OBJETIVO MENSUAL	EMPEZAR EL TRABAJO NDE FORTALECIEMIENTO EN LA ACTIVIDAD FISICA DE CADA NIÑO TRRABAJANDO ESTIMULACION TEMPRANA COORDINACION CONCENTRACION TODO TRAS JUEGOS Y SONRISAS

Día	Fecha	Tiempo de la sesion	Objetivo de la sesión de clase	DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA SESION DE CLASE EJES TEMÁTICOS PEDAGÓGICOS (PERCEPCIÓN MOTRIZ - ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD - CAPACIDADES FÍSICAS - INTERACCIÓN SOCIAL - FORMACIÓN DEPORTIVA BÁSICA)
03 AL 06 DE MARZO	MARZO DEL 2026	45 MINUTOS	ACTIVACION DE REFLEJOS MANEJO DE TEXTURAS COORDINACION VELOCIDAD REFLEJOS Y OBEDECER INSTRUCCIONES	**fase inicial:** Iniciare alistando la actividad con el material que se va a usar para hacer un circuito con aros escalera deportiva platillo y conos luego de eso me dirigire al salon de clases dando un saludo de buenos dias con la cancion buenos dias amiguitos como estan, luego con ayuda de las docentes acargo sacaremos a los alumnos afuera en la sona verde o el parque donde se encuentra nuestro circuito de actividad fisica.
				fase principal: Empezamos haciendo un calentamiento para activar el cuerpo donde empezaremos desde la cabeza hasta la punta de los pies con estiramientos y movilidad luego haremos 3 grupos ya que tenemos esas 3 estaciones a cada grupo se le colocara un nombre de algun color, les explicare y les realizare la demostracion del circuito donde se manejaran saltos en un solo pie velocidad y coordinacion. Dentro de los aros tendran que saltar en un solo pie lo mismo que en la escalera y en los platillos deberan saltar por encilla de ellos con los pies juntos al terminar los platillos tendran que correr en velocidad hasta trocar con la mano el cono de color verde y devolverce a su lugar para que el siguiente compañero siga con el trabajo.
				fase final: Ubicaremos a los alumnos alfrente de la profesora para hacer estiramiento final para cerra la clase donde empezaremos a estirar desde la cabeza hasta los pies y les pediremos a los niños que nos ayuden a recojer el material, haremos una fila y nos dirigieremos nuevamente al salon.
				Actividades para el desarrollo de la sesión: Juegos, saltos con las piernas juntas y en un solo pie, coordinacion, concentracion y velocidad
10 AL 13 DE MARZO	MARZO DEL 2026	45 MINUTOS	ACTIVACION DE REFLEJOS MANEJO DE TEXTURAS COORDINACION VELOCIDAD REFLEJOS Y OBEDECER INSTRUCCIONES	**fase inicial:** Iniciare alistando la actividad con el material que se va a usar para hacer un circuito con aros escalera deportiva platillo y conos luego de eso me dirigire al salon de clases dando un saludo de buenos dias con la cancion buenos dias amiguitos como estan, luego con ayuda de las docentes acargo sacaremos a los alumnos afuera en la sona verde o el parque donde se encuentra nuestro circuito de actividad fisica.
				fase principal: Empezamos haciendo un calentamiento para activar el cuerpo donde empezaremos desde la cabeza hasta la punta de los pies con estiramientos y movilidad luego haremos 2 grupos, se le colocara un nombre de algun animal, les explicare y les realizare la demostracion del circuito donde se manejaran saltos en un solo pie pero por cada espacio de los aros tendran que cambiar de pie manejando derecha y izquierda, velocidad y coordinacion. Dentro de los aros y la escalera tendran que saltar en un solo pie intercalandolo osea derecha izquierda lo mismo que en la escalera y tendran que correr en velocidad hasta trocar con la mano el cono de color verde y devolverce a su lugar para que el siguiente compañero siga con el trabajo.
				fase final: Ubicaremos a los alumnos alfrente de la profesora para hacer estiramiento final donde empezaremos a incluir la flexibilidad de cada alumno para cerra la clase donde empezaremos a estirar desde la cabeza hasta los pies y les pediremos a los niños que nos ayuden a recojer el material, haremos una fila y nos dirigieremos nuevamente al salon.
				Actividades para el desarrollo de la sesión: Juegos, saltos con las piernas juntas y en un solo pie, coordinacion, concentracion flexibilidad y velocidad
17 AL 20 DE MARZO	MARZO DEL 2026	45 MINUTOS	ACTIVACION DE REFLEJOS MANEJO DE TEXTURAS COORDINACION VELOCIDAD REFLEJOS Y OBEDECER INSTRUCCIONES	**fase inicial:** Iniciare alistando la actividad con el material que se va a usar para hacer un circuito con aros y pelotas de colores, luego de eso me dirigire al salon de clases dando un saludo de buenos dias con la cancion buenos dias amiguitos como estan, luego con ayuda de las docentes acargo sacaremos a los alumnos afuera en la sona verde o el parque donde se encuentra nuestro circuito de actividad fisica.
				fase principal: Empezamos haciendo un calentamiento para activar el cuerpo donde empezaremos desde la cabeza hasta la punta de los pies con estiramientos y movilidad luego haremos una fila y que hay 25 aros en el piso seguidos, les explicare y les realizare la demostracion del circuito donde se manejaran en la primera ronda saltos en dos pies en la segunda ronda en un solo pie manejando derecha y izquierda para manejar la coordinacion de cada alumno. tendran que correr en velocidad hasta el bolso de las pelotas cojer la pelota que la profesora les indique y devolverce a su lugar para que el siguiente compañero siga con el trabajo.
				fase final: Ubicaremos a los alumnos alfrente de la profesora para hacer estiramiento final donde empezaremos a incluir la flexibilidad de cada alumno para cerra la clase donde empezaremos a estirar desde la cabeza hasta los pies y les pediremos a los niños que nos ayuden a recojer el material, haremos una fila y nos dirigieremos nuevamente al salon.
				Actividades para el desarrollo de la sesión: Juegos, saltos con las piernas juntas y en un solo pie, coordinacion, concentracion agilidad en el reconocimiento de los colores flexibilidad y velocidad
24 AL 31 DE MARZO	MARZO DEL 2026	45 MINUTOS	ACTIVACION DE REFLEJOS MANEJO DE TEXTURAS COORDINACION VELOCIDAD REFLEJOS Y OBEDECER INSTRUCCIONES	**Fase Inicial:** Iniciare alistando la actividad con el material que se va a usar para hacer un circuito con aros luego entrare al salon saludando a mis alumnos con la cancion buenos dias amiguitos como estan, luego les dare las instrucciones de la clase reglas basicas de comportamiento para empezar les explicarte que realizaremos un calentamiento con una actividad musical para activar el cuerpo y entrar a la actividad fisica planeada.
				Fase principal: Con musica realizaremos el calentamiento y bailaremos 2 canciones para interactuar mas con los alumnos, despues empezaremos a trabajar la parte fisica donde por grupos de a 5 niños pasaran por el circuito de los aros donde tendran 3 estaciones cortas para saltar en los aros en la primera estacion tendran que saltar en 2 pies con las manos en la cabeza la segunda estacion tendran que manejar un salto continuo solamente sobre la pierna derecha y en la tercera estacion tendran que manejar un salto continuo solamente sobre la pierna izquierda, cuando pasen todos los alumnos finalizaremos jugando a la mamá gallina donde la profesora sera la mamá gallina y los alumnos los pollitos deberan correr detras de ella sin ella se acuesta acostarce; deberan hacer todo lo que hace la mama gallina, ya que esta actividad los aguitara su respiracion les indicaremos como respirar. inhalar por la nariz y exhalar por la boca para enseñarles a controlar su respiracion.
				fase final: Ubicaremos a los alumnos alfrente de la profesora para hacer estiramiento final donde empezaremos a incluir la flexibilidad de cada alumno para cerra la clase donde empezaremos a estirar desde la cabeza hasta los pies y les pediremos a los niños que nos ayuden a recojer el material, haremos una fila y nos dirigieremos nuevamente al salon.
				Actividades para el desarrollo de la sesión: Juegos, saltos con las piernas juntas y en un solo pie, coordinacion, concentracion agilidad en el reconocimiento de los colores flexibilidad y velocidad

OBSERVACIONES:ninguna novedad este mes	
CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ	Carol G.
NOMBRE DEL ENTRENADOR DEPORTIVO	FIRMA

Daniel Segura Tibaquicha

11/05/2026
Metodólogo del IMRD Cota

IMRD COTA
PROGRAMAS, TIEMPO LIBRE Y GIMNASIO
PROPUESTA DE TRABAJO 2026

Versión 2
Enero -2026
Elaboro: Equipo Metodológico.

INFORMACIÓN DEL ENTRENADOR DEPORTIVO	
NOMBRES Y APELLIDOS ENTRENADOR DEPORTIVO	CAROL YULIETH GONZALEZ PEREZ
DOCUMENTO IDENTIFICACIÓN	1193232381
PERFIL PROFESIONAL	ENTRENADOR
PRINCIPALES LOGROS DEPORTIVOS OBTENIDOS	CURSOS DE PEDAGOGÍA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

INFORMACIÓN DEL PROGRAMA DEPORTIVA	
DEPORTE , NIVEL O MODALIDAD DEPORTIVA	DEPORTE PRIMERA INFANCIA
CATEGORÍA	6 MESES HASTA 5 AÑOS
GÉNERO	NIÑOS Y NIÑAS

CARACTERIZACIÓN

Como entrenadora de educación física y actividad física, se puede evidenciar que en esta población infantil existen diferentes características y niveles de desarrollo. Entre los aspectos más importantes se encuentran los distintos procesos de estimulación, aprendizaje y motricidad que presenta cada niño.

Dentro del grupo encontramos niños que ya manejan el gateo, otros que ya caminan y algunos que son más autosuficientes e independientes, gracias al proceso de adaptación que han desarrollado con las docentes y el jardín. Asimismo, hay niños con buena convivencia, concentración y motricidad, así como niños que se expresan y se comunican con mayor facilidad. Cada uno presenta habilidades y necesidades diferentes.

Con base en estas características, se plantea un trabajo individualizado y adaptado a las necesidades físicas, mentales y emocionales de cada niño, con el fin de contribuir a su crecimiento y fortalecimiento integral mediante la estimulación temprana y la actividad física.

Las actividades estarán enfocadas en fortalecer habilidades como el gateo, la marcha, el movimiento de las extremidades, la activación de reflejos y el desarrollo motriz general. Todo esto se realizará respetando el ritmo de aprendizaje y desarrollo de cada niño.

La estructura del trabajo, de acuerdo con el análisis realizado, permitirá desarrollar procesos de estimulación física, emocional y motriz acordes a la edad de los niños. Para ello, se implementarán actividades dinámicas que favorezcan la atención, la concentración y la comprensión de las actividades propuestas.

Además, se trabajará mediante ejercicios continuos y repetitivos que permitan reforzar el aprendizaje y la adquisición de habilidades. Toda la metodología y el plan de trabajo estarán basados en el juego como estrategia principal, ya que este facilita la participación, motiva a los niños y genera un impacto positivo en cada sesión de clase.

DESCRIPCIÓN DEL PLAN DE PREPARACIÓN

El plan de preparación consiste en realizar inicialmente un análisis y seguimiento del proceso de cada niño, contando con la orientación y el acompañamiento de las profesoras encargadas. A través de este proceso se busca conocer aspectos importantes sobre el desarrollo de cada niño, identificando si alguno presenta alguna condición física, emocional o cognitiva que requiere un manejo especial dentro de las actividades.

Esto permitirá brindar clases adecuadas, tranquilas e inclusivas, en las que todos los niños puedan participar y disfrutar, generando un ambiente seguro y favorable para su aprendizaje. Asimismo, ayudará a establecer estrategias que favorezcan el avance en su proceso de estimulación temprana, desarrollo físico y manejo conductual. La intención principal es impactar positivamente, día a día, el desarrollo físico, emocional y motriz de cada niño, respetando sus capacidades, necesidades y ritmo de aprendizaje.

Para ello, se implementará un conjunto de actividades, juegos y ejercicios físicos diseñados con el propósito de aprovechar cada etapa del desarrollo infantil, fortaleciendo sus habilidades, capacidades y potencialidades. Estas experiencias buscan estimular de manera integral a los niños mediante dinámicas lúdicas y pedagógicas que favorezcan su participación y aprendizaje.

De igual manera, se pretende aprovechar esta etapa fundamental del crecimiento, en la que el cerebro del niño se encuentra en pleno desarrollo y con una gran capacidad de aprendizaje. A través de la estimulación adecuada, se busca contribuir al desarrollo integral del niño, fortaleciendo herramientas físicas, cognitivas, emocionales y sociales que serán fundamentales para su vida y para cada proceso formativo dentro de los diferentes niveles del jardín.

DESCRIPCIÓN DE LOS TEST O PRUEBAS A REALIZAR

Para niños de jardín entre los 6 meses y los 5 años, las pruebas o test deben enfocarse principalmente en el desarrollo motriz, coordinación, equilibrio, estimulación temprana y habilidades básicas de movimiento, siempre desde una metodología lúdica y segura. La idea no es evaluar rendimiento deportivo competitivo, sino observar el desarrollo físico, emocional y motriz de cada niño.

1. Evaluación de Motricidad Gruesa: Permite observar el control corporal y movimientos grandes.

Actividades:	**Qué observar:**
° Gateo libre y dirigido.	° Coordinación.
° Caminar en línea recta.	° Equilibrio.
° Subir y bajar pequeños obstáculos.	° Fuerza básica.
° Saltar con ambos pies y en un solo pie.	° Seguridad al desplazarse.
° Carrera corta.	° Dominancia corporal.
° Lanzar y atrapar pelotas suaves.	
° Mantener el equilibrio en un pie.	
° Circuitos motrices sencillos y estimulación con texturas.	

2. Evaluación de Motricidad Fina: Ayuda a identificar el manejo de manos y coordinación ojo-mano.

Actividades:	**Qué observar:**
° Agarrar objetos pequeños.	° Precisión
° Encajar figuras.	° Coordinación manual.
° Construcción con bloques.	° Control de movimientos.
° Pasar pelotas pequeñas de una mano a otra.	
° manipular aros o conos pequeños.	

3. Test de Equilibrio y Coordinación: Especialmente útil desde los 2 años.

Actividades:	**Qué observar:**
° Caminar sobre líneas o cintas.	° Estabilidad corporal.
° Mantener postura quieta.	° Orientación espacial.
° Saltar dentro de aros.	° Coordinación general.
° Pasar obstáculos.	
° Juegos de seguir movimientos.	

4. Evaluación de Atención y Seguimiento de Instrucciones: Muy importante en clases grupales.

Actividades:	**Qué observar:**
° Juegos de imitación o la gallinita y los pollitos.	° Concentración.
° “Simón dice o enano y gigante”.	° Comprensión.
° Seguir colores o sonidos.	° Respuesta a instrucciones.
° Identificar objetos.	° Participación.
° Cambios de movimiento según música.	

5. Evaluación Sensorial y de Estimulación Temprana: Ideal para bebés y niños pequeños.

Actividades:	**Qué observar:**
° Reconocimiento de texturas.	° Respuesta sensorial.
° Seguimiento visual de objetos.	° Atención visual y auditiva.
° Reacción a sonidos.	° Curiosidad e interacción.
° Estimulación con pelotas sensoriales y juegos de luces y colores.	

6. Test de Socialización y Conducta: Ayuda a conocer el comportamiento del niño en grupo.

Actividades:	**Qué observar:**
° Juegos grupales.	° Relación con compañeros.
° Trabajo por parejas.	° Seguridad emocional.
° Compartir materiales.	° Participación.
° Juegos cooperativos.	° Adaptación al entorno.

Ideas de Evaluación Según la Edad

Actividades:	**Qué observar:**
De 6 meses a 2 año	
° Control de cabeza.	° Equilibrio básico.
° Gateo.	° Reconocimiento corporal.
° Reacción a estímulos.	° Seguimiento de instrucciones simples.
° Coordinación visual.	
° Intentos de ponerse de pie.	
° Caminata.	
De 2 a 5 años	
° Saltos pequeños.	° Juegos grupales y reglas simples.
° Carrera básica.	° Lanzar y atrapar.
° Juegos con pelota.	° Equilibrio avanzado.
° Coordinación de movimientos.	° Circuitos motrices.

Recomendación Profesional

Las pruebas deben realizarse:

° En forma de juego.

° Con materiales seguros.

° Sin presión ni competencia.

° Respetando el ritmo de cada niño.

°Observando más el proceso que el resultado.

También puedes llevar un formato de observación con aspectos como:

° Motricidad.

° Participación.

° Atención.

° Desarrollo emocional.

° Equilibrio.

° Socialización

Así tendrá un seguimiento más organizado del progreso de cada niño.

OBJETIVO GENERAL

Promover el desarrollo integral de los niños en la primera infancia mediante actividades de estimulación temprana, actividad física y juegos lúdicos que favorezcan la creación y fortalecimiento de conexiones neuronales, contribuyendo así al desarrollo físico, motriz, cognitivo, emocional y social de cada niño.

A través de estímulos adecuados, ejercicios repetitivos y experiencias significativas, se busca fortalecer habilidades y aprendizajes que permitan consolidar circuitos neuronales importantes para el desarrollo y funcionamiento en las diferentes áreas de la vida.

Asimismo, se pretende que cada actividad sea dinámica, atractiva y acorde a la edad de los niños, utilizando materiales adecuados, estrategias pedagógicas y un tono de voz motivador que capte su atención y mantenga su interés y concentración durante las sesiones.

Por medio de actividades breves, lúdicas y repetitivas realizadas de manera constante, se busca consolidar el aprendizaje, fortalecer las habilidades motrices y estimular el desarrollo físico y mental de cada niño, respetando sus procesos individuales de crecimiento y evolución.

De igual manera, se pretende generar un impacto positivo en cada nivel del jardín, fortaleciendo aspectos como la comunicación, la convivencia, la atención, la concentración y el desarrollo integral de los niños mediante un acompañamiento basado en el respeto, el buen trato y la motivación constante.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Fortalecer el desarrollo de la motricidad gruesa en los niños mediante actividades físicas y recreativas que favorezcan el gateo, la marcha, el equilibrio, la coordinación y los desplazamientos básicos según su edad y etapa de desarrollo.
2. Estimular la motricidad fina a través de juegos y ejercicios que permitan mejorar la coordinación ojo-mano, la manipulación de objetos y el control de movimientos pequeños.
3. Promover el desarrollo físico y corporal de los niños mediante rutinas de actividad física adaptadas a sus capacidades, contribuyendo al fortalecimiento muscular, la flexibilidad y el reconocimiento de su cuerpo.
4. Favorecer la atención, concentración y seguimiento de instrucciones por medio de actividades lúdicas, dinámicas y pedagógicas que mantengan el interés y participación activa de los niños.
5. Estimular el desarrollo emocional y social mediante juegos grupales que fortalezcan la convivencia, el respeto, la comunicación y la interacción con sus compañeros y docentes.
6. Desarrollar procesos de estimulación temprana que potencien las conexiones neuronales, el aprendizaje y las habilidades cognitivas de los niños a través de experiencias significativas y repetitivas.
7. Implementar actividades recreativas y deportivas acordes a cada etapa del desarrollo infantil, respetando el ritmo de aprendizaje, las necesidades y características individuales de cada niño.
8. Generar espacios seguros, dinámicos y motivadores que permitan a los niños disfrutar de la actividad física, fortaleciendo hábitos saludables y una participación activa dentro de cada sesión de clase.

ACTIVIDADES A DESARROLLAR

1. **Circuitos motrices:** Realizar recorridos con colchonetas, aros, conos y obstáculos pequeños para estimular el gateo, la caminata, el salto, el equilibrio y la coordinación motriz de los niños según su edad.
2. **Juegos de estimulación temprana:** Implementar actividades con pelotas sensoriales, texturas, colores, sonidos y movimientos para fortalecer la percepción sensorial, la atención y el desarrollo cognitivo en los más pequeños.
3. **Juegos de coordinación y equilibrio:** Desarrollar ejercicios como caminar sobre líneas, pasar obstáculos, mantener el equilibrio y saltar dentro de aros para mejorar el control corporal y la coordinación.
4. **Actividades con música y expresión corporal:** Utilizar canciones infantiles, rondas y movimientos guiados para estimular el ritmo, la expresión corporal, la atención y la socialización.
5. **Juegos con pelotas:** Realizar actividades de lanzar, atrapar, rodar y patear pelotas suaves para fortalecer la coordinación ojo-mano, la motricidad gruesa y la orientación espacial.
6. **Ejercicios de desplazamiento:** Promover actividades de caminar, correr, gatear y desplazarse en diferentes direcciones para estimular la movilidad y el reconocimiento corporal.
7. **Juegos grupales y recreativos:** Implementar dinámicas en grupo que fomenten la convivencia, el respeto por los compañeros, la comunicación y el trabajo en equipo.
8. **Actividades de imitación y seguimiento de instrucciones:** Realizar juegos donde los niños imitan movimientos, sonidos o acciones para fortalecer la atención, la memoria y la comprensión de instrucciones simples.
9. **Ejercicios de relajación y estiramiento:** Incluir actividades suaves de respiración, relajación y movimientos básicos para generar tranquilidad, conciencia corporal y bienestar físico.
10. **Actividades lúdicas de estimulación física y emocional:** Diseñar juegos recreativos adaptados a cada edad que permitan fortalecer la confianza, la seguridad emocional, la participación y el desarrollo integral de los niños.

METODOLOGÍA DE TRABAJO

La metodología de trabajo estará basada en la estimulación temprana, la actividad física y el aprendizaje lúdico, teniendo en cuenta las características, necesidades y etapas de desarrollo de cada niño entre los 6 meses y los 5 años.

Las clases se desarrollarán en un ambiente seguro, dinámico, afectivo y motivador, donde los niños puedan participar libremente mediante juegos, ejercicios y actividades recreativas que favorezcan su desarrollo integral.

1. Trabajo según la edad y el nivel de desarrollo: Cada actividad será adaptada de acuerdo con la edad, capacidades físicas, motrices, cognitivas y emocionales de los niños. Se respetará el ritmo de aprendizaje individual, permitiendo que cada niño avance de manera progresiva y segura.

2. Aprendizaje a través del juego: La metodología estará enfocada en el juego como herramienta principal de enseñanza, ya que este permite captar la atención de los niños, fortalecer su participación y generar experiencias significativas de aprendizaje.

3. Estimulación motriz y física

Se implementarán ejercicios y circuitos motrices que favorezcan:

° El gateo.
° El reconocimiento corporal.
° La marcha.
° La motricidad fina y gruesa.
° El equilibrio.
° Los desplazamientos.
° La coordinación.

Estas actividades ayudarán al fortalecimiento físico y al desarrollo de habilidades básicas del movimiento.

4. Actividades cortas, dinámicas y repetitivas: Las sesiones están organizadas mediante actividades breves y variadas para mantener la atención y concentración de los niños. La repetición constante permitirá fortalecer el aprendizaje, mejorar las habilidades motrices y consolidar procesos de estimulación temprana.

5. Uso de materiales didácticos y recreativos: Se utilizarán materiales llamativos y seguros como:

° Pelotas.
° Cintas.
° Aros.
° Colchonetas.
° Conos.
° Música y elementos de colores.
° Juegos sensoriales.

Esto facilitará la participación activa y hará más atractivas las actividades.

6. Desarrollo emocional y social: Durante cada sesión se fomentarán valores y habilidades sociales como

° El respeto.
° La convivencia.
° El trabajo en grupo.
° La comunicación.
° La confianza y seguridad emocional.

Se buscará generar un ambiente de afecto, inclusión y motivación constante.

7. Observación y seguimiento: Se realizará observación continua del proceso de cada niño para identificar avances, dificultades y necesidades específicas. Esto permitirá adaptar las actividades y brindar un acompañamiento más adecuado en su desarrollo físico, emocional y motriz.

8. Trabajo coordinado con docentes y jardín: La metodología incluirá comunicación y apoyo con las profesoras encargadas y el jardín infantil para fortalecer los procesos de adaptación, comportamiento y desarrollo integral de los niños.

9. Estimulación integral: Cada actividad estará diseñada para estimular:

° El desarrollo físico.
° El desarrollo cognitivo.
° La coordinación motriz.
° La atención y concentración.
° La interacción social.
° La autonomía y seguridad personal.

10. Cierre y retroalimentación: Al finalizar cada sesión se realizan actividades de relajación, estiramiento y retroalimentación positiva, permitiendo que los niños finalicen las clases en un ambiente tranquilo y agradable.

IMRD COTA
PROGRAMAS, TIEMPO LIBRE Y GIMNASIO
PROPUESTA DE TRABAJO 2026

RECURSOS PARA EL DESARROLLO TRABAJO

Los recursos con los que cuento es con el material recibido de parte del IMRD que son:

° Pelotas de colores.
° Conos.
° Cinta transparente y enmascarar
° Pelotas obstétricas
° Aros.
° Platillos.
° Escalera deportiva

Y cuento con el material que se encuentra en los jardines que son:

° Colchonetas
° Gimnasio infantil
° Fichas de rompecabezas
° Pelotas pequeñas de caucho
° Aros y Pelotas de colores
° Fichas de armatodo

PLAN DE TRABAJO 2026

Se va a hacer una pequeña descripción de una actividad fundamental con cada nivel ya que son de distintas edades los grupos.

Febrero: Baile e integración de bienvenida e inicio de año con cada nivel a cargo.
Marzo: Adaptacion, masajes, estimulación temprana y manejo de texturas empezar a manejar saltos en un solo pie
Abril: Juegos de correr saltar y de circuitos motrices
Mayo: Coordinación y atención de cada niño en la actividad física mediante juegos.
Junio: Bailes y coreografías con los chicos más grandes
Julio: Ensayos frecuentes para el baile y con los pequeños fortalecer gatear y caminar
Agosto: Equilibrio en linea recta y en colchonetas manejar rollitos y botes
Septiembre: Presentación de las coreografías ensaladas en el transcurso del año
Octubre: Desafio de sonrisas, donde los niños tendrán que venir disfrazados y pasar por un super desafio
Noviembre: Cierre de año con una fiesta de colores

METAS PROYECTADAS A 2026

Las metas proyectadas para el programa al finalizar el año 2026 están enfocadas en lograr un desarrollo integral en los niños de 6 meses a 5 años de los jardines, teniendo en cuenta las necesidades, capacidades y características físicas, motrices, emocionales y cognitivas de cada uno.

Se espera brindar un acompañamiento adecuado e individualizado, respetando el ritmo de aprendizaje y evolución de cada niño, especialmente en aquellos que requieran mayor apoyo debido a alguna condición física, motriz, conductual o emocional.

IMRD COTA
PROGRAMAS, TIEMPO LIBRE Y GIMNASIO
PROPUESTA DE TRABAJO 2026

A través de las actividades de estimulación temprana, juegos y ejercicios físicos desarrollados durante el programa, se proyecta obtener resultados visibles en aspectos como:

° El fortalecimiento de la motricidad gruesa y fina.

° El mejoramiento del equilibrio, la coordinación y los desplazamientos.

° El aumento de la atención y concentración.

° El desarrollo de habilidades sociales y emocionales.

° La seguridad, autonomía y confianza en los niños.

° La adaptación y participación activa en las actividades grupales.

Asimismo, se espera generar un impacto positivo en el crecimiento físico y mental de cada niño, favoreciendo su evolución diaria mediante experiencias lúdicas, dinámicas y pedagógicas que contribuyan a su desarrollo integral.

Se busca también fortalecer hábitos saludables y el gusto por la actividad física desde la primera infancia, creando espacios seguros, creativos y motivadores que permitan a los niños aprender, explorar y desarrollarse de manera adecuada en cada etapa de su crecimiento.

Carol G.

_____

Firma del Entrenador Deportivo

Daniel Segura Tibaquichá	14/05/2026 Metodólogo del IMRD Cota

_____

V.B Metodólogo