POA 2018

PLAN OPERATIVO ANUAL

KARATE DO

CHINAMECA, SAN MIGUEL

NOMBRE DEL PROYECTO: **“KARATE DO 2018”**

NOMBRE DE LA ESCUELA: **“ESCUELA MUNICIPAL DE KARATE DO DE**

**CHINAMECA**

LUGAR DE EJECUCION: **POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE CHINAMECA**

BENEFICIARIOS: Niños(as), jóvenes y adultos del Municipio de Chinameca y

sus alrededores.

**VISION**:

Llevar el deporte de Karate do desde el centro del municipio y expandirlo a través de la facilitación de horarios hasta los lugares más remotos donde se encuentre material humano dispuesto, con el propósito de colaborar en la formación integral y deportiva de la niñez y juventud de la zona.

**MISION:**

Ser una alternativa positiva para el desarrollo físico y mental de los practicantes, utilizando de forma correcta y eficaz los recursos humanos como los materiales.

**CREDO**:

“Yo vengo a ti con mis manos vacías. No quiero pelear, pero me veré forzado a defenderme en caso de ver en peligro mi vida o la de los míos”.

“Aquí están mis armas, mis manos vacías” “Karate Do”.

**PROPOSITOS DE FORMACION:**

DEPORTIVOS:

Formar y dar seguimiento a atletas con carácter técnico deportivo que puedan representar a la comunidad en eventos estudiantiles como federados, nacionales e internacionales.

FISICOS:

Trabajar para la adquisición de un cuerpo sano en una mente sana, adaptando el trabajo físico de acuerdo a las capacidades fisiológicas de cada individuo.

SOCIALES:

Fomentar aspectos actitudinales como la disciplina, responsabilidad, puntualidad, tolerancia, dominio propio, paciencia, convivencia y respeto.

MORALES:

Inculcar valores morales tales como respeto al derecho a la vida, lealtad, servicio, cooperación, amor al prójimo, constancia.

**INTRODUCCION**

La finalidad de la práctica del Karate Do, no debe limitarse únicamente a la realización de una serie de ejercicios corporales encadenados repetitivamente que manifiesten el buen estado físico o la fortaleza del practicante sino también el razonamiento del bien y el mal.

La práctica de este deporte debe mostrar que el tiempo transcurrido desde el ingreso a la escuela de Karate Do, debe incidir grandemente en la obtención de una serie de valores personales y no solamente técnicos, que se deben evidenciar mediante la exteriorización de su actitud personal, logrando hacer personas más sensibles, respetuosas y disciplinadas para el beneficio propio, de sus familiares y los de la misma sociedad a la que pertenecen.

**JUSTIFICACION**

En estos momentos de la vida en que nos enfrentamos a serias problemáticas sociales, es necesario optar por métodos y acciones preventivas que contribuyan a la buena distribución del tiempo de ocio de la niñez y la juventud de la comunidad, generando acciones que conlleven a la mejora de sus cualidades morales, físicas y deportivas.

**OBJETIVOS GENERALES**

Desarrollar condiciones físicas y técnicas de acuerdo a las necesidades fisiológicas de los practicantes, acondicionando las destrezas y aptitudes naturales de acuerdo al esfuerzo personal.

**OBJETIVOS ESPECIFICOS**

* Formar atletas competitivos que abonen al desarrollo de la comunidad.
* Formar jóvenes integrales que denoten la diferencia en estos momentos difíciles para la sociedad y la familia.
* Jóvenes y niños con carácter para la toma de decisiones, preparados para disfrutar el triunfo pero con doble esfuerzo para encarar la derrota sin desfallecer por ello.
* Seguir siendo una de las mejores tres escuelas por resultados a nivel nacional.

**METAS:**

Trabajar de la mano con la entidad encargada del desarrollo del proyecto: La Municipalidad, padres de familia y alumnos con el propósito de mantener ocupados a los beneficiarios en su tiempo de libre, dedicados a este taller de enseñanza deportiva y marcial, alcanzar niveles competitivos esto con la intención de que los alumnos convivan e integren las diferentes selecciones nacionales de karate a nivel nacional en su momento llegado y ser personas útiles dentro de la sociedad.

**GENERALES DEL PROYECTO**

El Karate Do es una disciplina deportiva de fácil aprendizaje que solamente requiere de un espacio techado sin dimensiones extraordinarias o preestablecidas, suelo especial de polietileno, personal humano capacitado para la enseñanza marcial (interesado en enseñar, interesado en aprender e interesado en apoyar financieramente el proyecto).

\* Este proyecto está dirigido a niños(as), jóvenes y adultos de las edades siguientes:

Niños de 3 a 12 años ambos sexos.

Jóvenes de 13 a 17 años de ambos sexos y

Adultos de 18 años y más de ambos sexos.

Requisitos de inscripción:

* Deseos de formar parte de grupo de niños y jóvenes practicantes de la Escuela de Karate Do, y representar deportivamente a la Escuela, en eventos a nivel departamental, regional, nacional e internacional.
* Deseos y aspiraciones de fomentar una salud física y mental, cultivar y desarrollar actitudes y valores para la convivencia social así como el aprendizaje y perfeccionamiento técnico del Karate Do y sus afines.
* Buena conducta.

Turnos de práctica:

Vespertino (tarde)

Días de práctica ordinaria:

Lunes, miércoles y viernes.

Días de práctica extraordinaria:

Martes y jueves

Horario:

2:00 p.m. a 4:00 p.m.

**DURACION DEL PROYECTO:**

El programa tiene una duración por periodo de doce meses para el desarrollo deportivo.

Cronograma del periodo 2018.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Semana/Micro ciclo** | **Fechas** | **Actividades** |
| 1 | 3 y 5 de enero 2018 | Inicio de las actividades |
| 2 | 8, 10 y 12 de enero 2018 | Actividad técnica inicial |
| 3 | 15, 17 y 19 de enero 2018 | Actividad técnica inicial |
| 4 | 23, 25 y 27 de enero 2017 | Actividad técnica inicial |
| 5 | 29 y 31 de Enero y 2 de febrero de 2018 | Actividad técnica preparatoria |
| 6 | 5, 7 y 9 de febrero 2018 | Actividad técnica preparatoria |
| 7 | 12, 14 y 16 de febrero 2018 | Actividad técnica preparatoria |
| 8 | 19, 21 y 23 de febrero 2018 | Actividad técnica preparatoria |
| 9 | 26 y 28 de Feb. Y 2 de marzo 2018 | Actividad técnica preparatoria |
| 10 | 5, 7 y 9 de marzo 2018 | Actividad técnica preparatoria |
| 11 | 12, 14 y 16 de marzo 2018 | Actividad técnica preparatoria |
| 12 | 19, 21 y 23 de marzo 2018 | Actividad técnica preparatoria |
| 13 | 26 al 31 de marzo de 2018 | Vacación de Semana Santa |
| 14 | 2, 4 y 6 de abril 2018 | Evaluación técnica |
| 15 | 9, 11 y 13 de abril 2018 | Actividad Reforzada |
| 16 | 16, 18 y 20 de abril 2018 | Actividad técnica reforzada |
| 17 | 23, 25 y 27 de abril 2018 | Actividad técnica reforzada |
| 18 | 30 de abril 2 y 4 de mayo 2018 | Actividad técnica reforzada |
| 19 | 7, 9 y 11 de mayo 2018 | Actividad técnica reforzada |
| 20 | 14, 16 y 18 de mayo 2018 | Actividad técnica reforzada |
| 21 | 21, 23 y 25 de mayo 2018 | Actividad técnica reforzada |
| 22 | 28, 30 de mayo y 1 de junio 2018 | Actividad técnica reforzada |
| 23 | 4, 6 y 8 de junio 2018 | Actividad técnica reforzada |
| 24 | 11, 13 y 15 de junio 2018 | Actividad técnica reforzada |
| 25 | 18, 20 y 22 de junio 2018 | Actividad técnica reforzada |
| 26 | 25, 27 y 29 de junio 2018 | Actividad técnica reforzada |
| 27 | 2, 4 y 6 de julio 2018 | Actividad técnica reforzada |
| 28 | 9, 11 y 13 de julio 2018 | Actividad técnica reforzada |
| 29 | 16, 18, 20 de julio 2018 | Actividad técnica reforzada |
| 30 | 23, 25 y 27 de julio 2018 | Actividad técnica reforzada |
| 31 | 30 de julio 1 y 3 de agosto 2018 | Vacaciones Fiestas Agostinas |
| 32 | 6, 8 y 10 de agosto 2018 | Actividad técnica intermedia |
| 33 | 13, 15, 17 de agosto 2018 | Actividad técnica intermedia |
| 34 | 20, 22 y 24 de agosto 2018 | Actividad técnica intermedia |
| 35 | 27, 29 y 31 de agosto de 2018 | Evaluación técnica táctico |
| 36 | 3, 5 y 7 de septiembre 2018 | Actividad técnica intermedia |
| 37 | 10, 12 y 14 de septiembre 2018 | Actividad técnica intermedia |
| 38 | 17, 19 y 21 de septiembre 2018 | Actividad técnica intermedia |
| 39 | 24, 26 y 28 de septiembre 2018 | Actividad técnica intermedia |
| 40 | 1, 3 y 5 de octubre 2018 | Actividad técnica intermedia |
| 41 | 8, 10 y 12 de octubre 2018 | Actividad técnica intermedia |
| 42 | 15, 17 y 19 de octubre 2018 | Actividad técnica intermedia |
| 43 | 22, 24 y 26 de octubre 2018 | Actividad técnica intermedia |
| 44 | 29, 31 de oct. Y 2 de noviembre 2018 | Actividad técnica avanzada |
| 45 | 5, 7, 9 de noviembre 2018 | Actividad técnica avanzada |
| 46 | 12, 14 y 16 de noviembre 2018 | Actividad técnica avanzada |
| 47 | 19, 21 y 23 de noviembre 2018 | Actividad técnica avanzada |
| 48 | 26, 28 y 30 de noviembre 2018 | Actividad técnica avanzada |
| 49 | 3, 5 y 7 de diciembre 2018 | Actividad técnica avanzada |
| 50 | 10, 12 y 14 de diciembre 2018 | Actividad técnica avanzada |
| 51 | 17, 19 y 21 de diciembre 2018 | Evaluación técnico táctica |
| 52 | 24 al 31 de diciembre 2017 | Vacaciones de fin de año. |

* 12 meses de trabajo técnico táctico, divididos de la siguiente forma:
* 52 semanas de trabajo (clases técnicas)
* 3 semanas de receso (vacaciones de Semana Santa, Fiestas de Agosto y Fiestas de Fin de Año).
* 3 semanas de evaluación técnicas (cambios de grado, según capacidad técnicas individual).
* 276 sesiones de trabajo las cuales están divididas en dos sesiones del día de trabajo (1) 138 sesiones de clases de 75 minutos para niños de entre 3 a 12 años masculinos y femeninos y (2) 138 sesiones de clases de 75 minutos para jóvenes de entre 13 a 17 años y 18 en delante de ambos sexos.

**PLANIFICACION DOSIFICADA DEL TRABAJO, PERIODO 2017.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***PLAN DE TRABAJO***  ***PRIMER SEMESTRE*** | | | | | |  | |  | |  |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| MESES | **ENERO** | | **FEBRERO** | | **MARZO** | | **ABRIL** | | **MAYO** | | **JUNIO** |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| SESIONES (Nº DE CLASES) | 13 | | 12 | | 10 | | 13 | | 12 | | 13 |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| NUMERO DE HORAS | 26 | | 24 | | 20 | | 26 | | 24 | | 26 |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| NUMERO DE MINUTOS | 1,560 | | 1,440 | | 1,200 | | 1,560 | | 1,440 | | 1,560 |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| PORCENTAJES POR APLICAR | 100% | | 100% | | 100% | | 100% | | 100% | | 100% |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| **DISTRIBUCION DE PORCENTAJES EN EL TRABAJO GENERAL** | | | | | | | | | | |  |
|  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| **TRABAJO DE BASICOS DE KUMITE INICIAL** | | 10% | | 10% | | 15% | | 15% | | 15% | 15% |
| Minutos de trabajo | | **156** | | **144** | | **180** | | **234** | | **216** | **234** |
| **TRABAJO DE BASICOS DE KATA** | | 15% | | 15% | | 25% | | 20% | | 20% | 20% |
| Minutos de trabajo | | **234** | | **216** | | **240** | | **312** | | **288** | **312** |
| **TRABAJO DE FUERZA INICIAL** | | 15% | | 15% | | 10% | | 10% | | 10% | 10% |
| Minutos de trabajo | | **234** | | **216** | | **120** | | **156** | | **144** | **156** |
| **TRABAJO DE RAPIDEZ INICIAL** | | 15% | | 15% | | 10% | | 10% | | 10% | 10% |
| Minutos de trabajo | | **234** | | **216** | | **120** | | **156** | | **144** | **156** |
| **TRAB. DE RESISTENCIA INICIAL** | | 15% | | 15% | | 10% | | 10% | | 10% | 10% |
| Minutos de trabajo | | **234** | | **216** | | **120** | | **156** | | **144** | **156** |
| **RECREACION** | | 20% | | 20% | | 20% | | 25% | | 25% | 25% |
| Minutos de trabajo | | **312** | | **288** | | **240** | | **390** | | **360** | **390** |
| **RECUPERACION** | | 5% | | 5% | | 5% | | 5% | | 5% | 5% |
| Minutos de trabajo | | **78** | | **72** | | **60** | | **78** | | **72** | **78** |
| **TEORICO PSICOLOGICO** | | 5% | | 5% | | 5% | | 5% | | 5% | 5% |
| Minutos de trabajo | | **78** | | **72** | | **60** | | **78** | | **72** | **78** |
|  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| TOPES (EVALUACION TECNICA) | |  | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | 1 |
|  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| COMPETENCIAS | |  | | 1 | |  | | 1 | | 1 | 1 |
|  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| EVALUACIONES DE NIVEL | |  | |  | |  | | 1 | |  |  |
|  | |  | |  | |  | |  | |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***PLAN DE TRABAJO SEGUNDO SEMESTRE*** | | | |  | |  |  |
|  |  |  |  | |  | |  |  |
| MESES | JULIO | AGOS. | SEPT. | | OCT. | | NOV. | DIC. |
|  |  |  |  | |  | |  |  |
|  |  |  |  | |  | |  |  |
| SESIONES (Nº DE CLASES) | 13 | 11 | 12 | | 14 | | 13 | 9 |
|  |  |  |  | |  | |  |  |
|  |  |  |  | |  | |  |  |
| NUMERO DE HORAS | 26 | 22 | 24 | | 28 | | 26 | 18 |
|  |  |  |  | |  | |  |  |
|  |  |  |  | |  | |  |  |
| NUMERO DE MINUTOS | 1,560 | 1,320 | 1,440 | | 1,680 | | 1,560 | 1,080 |
|  |  |  |  | |  | |  |  |
|  |  |  |  | |  | |  |  |
| PORCENTAJES POR APLICAR | 100% | 100% | 100% | | 100% | | 100% | 100% |
|  |  |  |  | |  | |  |  |
|  |  |  |  | |  | |  |  |
| **DISTRIBUCION DE PORCENTAJES EN EL TRABAJO GENERAL** | | | | | | | |  |
|  |  |  | |  | |  |  |  |
| **TRABAJO BASICO INTERMEDIO DE KUMITE** | 20% | 20% | | 25% | | 25% | 20% | 20% |
| Minutos de trabajo | **312** | **264** | | **360** | | **420** | **312** | **216** |
| **TRABAJO BASICO INTERMEDIO DE KATA** | 25% | 25% | | 30% | | 30% | 25% | 25% |
| Minutos de trabajo | **390** | **330** | | **432** | | **504** | **390** | **270** |
| **TRABAJO DE FUERZA INTERMEDIA** | 10% | 10% | | 5% | | 5% | 5% | 5% |
| Minutos de trabajo | **156** | **132** | | **72** | | **84** | **78** | **54** |
| **TRABAJO DE RAPIDEZ INTERMEDIA** | 10% | 10% | | 5% | | 5% | 5% | 5% |
| Minutos de trabajo | **156** | **132** | | **72** | | **84** | **78** | **54** |
| **TRABAJO DE RESISTENCIA INTERMEDIA** | 10% | 10% | | 5% | | 5% | 5% | 5% |
| Minutos de trabajo | **156** | **132** | | **72** | | **84** | **78** | **54** |
| **RECREACION** | 15% | 15% | | 20% | | 20% | 25% | 25% |
| Minutos de trabajo | **234** | **198** | | **288** | | **336** | **390** | **270** |
| **RECUPERACION** | 5% | 5% | | 5% | | 5% | 5% | 5% |
| Minutos de trabajo | **78** | **66** | | **72** | | **84** | **78** | **54** |
| **TEORICO PSICOLOGICO** | 5% | 5% | | 5% | | 5% | 10% | 10% |
| Minutos de trabajo | **78** | **66** | | **72** | | **84** | **156** | **108** |
|  |  |  | |  | |  |  |  |
|  |  |  | |  | |  |  |  |
| TOPES (EVALUACION TECNICA) | 1 | 1 | | 1 | | 1 | 1 |  |
|  |  |  | |  | |  |  |  |
|  |  |  | |  | |  |  |  |
| COMPETENCIAS | 1 | 1 | | 1 | | 1 | 1 | 1 |
|  |  |  | |  | |  |  |  |
|  |  |  | |  | |  |  |  |
| EVALUACIONES DE NIVEL |  |  | | 1 | |  |  | 1 |
|  |  |  | |  | |  |  |  |

**PRESUPUESTO GENERAL 2018**

**ESCUELA MUNICIPAL DE KARATE DO DE CHINAMECA**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nº** | **DESCRIPCION** | **COSTO UNIT** | **TOTAL** |
| **12** | **Honorarios Profesionales del Ejecutante** | $ 225.00 | $ 2,700.00 |
| **9** | **Servicios de Transporte interdepartamental** | $ 200.00 | $ 1,800.00 |
| **9** | **Participaciones de atletas** | $ 200.00 | $ 1,800.00 |
| **1** | **Membresía Anual Federación Salvadoreña de Karate Do** |  | $ 30.00 |
| **1** | **Evento Internacional IV Copa Punok 2018** |  | $ 800.00 |
| **20** | **Piezas de Tatami entrelazables** | $ 30.00 | $ 600.00 |
|  | **Imprevistos** |  | $ 713.00 |
| **TOTAL DEL PRESUPUESTO 2015** | | | **$ 8,443.00** |

**PRESUPUESTO**

**IV OPEN INTERNACIONAL COPA PUNOK BUSHIDO EL SALVADOR 2018**

PRESUPUESTO EVENTOS DEPORTIVOS

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **CANT** | **DESCRIPCION** | **UNITARIO** | **TOTAL** |
| 12 | Atletas clasificados previamente | $ 50.00 | $ 600.00 |
| 1 | Transporte al evento | $ 200.00 | $ 200.00 |
| **TOTAL EVENTO DEPORTIVO INTERNACIONAL** | | | **$ 800.00** |

**COMPETENCIAS PRESUPUESTADAS:**

1. **Copa Internacional Punok Bushido El Salvador 2018, febrero,**
2. **Copa Nacional Ranqueada de La Libertad 2018, Abril,**
3. **Copa Univo Internacional, San Miguel 2018, mayo,**
4. **Copa Nacional de Nahuizalco, Sonsonate 2018, junio,**
5. **Torneo Nacional Ranqueado de Santa Ana 2018, julio,**
6. **Copa Nacional Shinsei, La Libertad 2018, agosto,**
7. **Copa Guerreros de La UCA 2018, septiembre,**
8. **Copa Nacional de Santiago Texacuangos 2018, octubre,**
9. **Copa Nacional de Oriente 2018, San Miguel Noviembre,**
10. **Torneo Nacional Absoluto, San Salvador, Diciembre.**

**EJECUTOR DEL PROYECTO:**

Unidad de Deporte y Recreación de la Alcaldía Municipal de Chinameca.

**EJECUTANTE DEL PROYECTO:**

Profesor de Karate Do Carlos Antonio Jordan Madrid, cinta negra 4º Dan de Karate Do, y cinta negra 1º Dan de Kobudo, miembro de la Federación Salvadoreña de Karate Do (F.S.K.).

**MANUAL DE FUNCIONES:**

**UNIDAD: EL ENTRENADOR**

\* Naturaleza: Técnica

\* Dependencia Jerárquica: Unidad de Deporte y Recreación

\* Autoridad Superior: Alcalde Municipal

\* Unidad bajo su mando: Junta de Padres de Familia, alumnos practicantes de la Escuela

Municipal de Karate de Chinameca.

\* Objetivo: Realizar y dar continuidad al proceso técnico metodológico en

La enseñanza deportiva inicial y continuada que coadyuve al

Desarrollo integral de la personalidad del beneficiado.

\* Descripción General: La Escuela de Karate Do atiende al niño o joven para iniciarse y continuar con la practica en el deporte, realizando una entrega pedagógica, técnica y educativa que cumpla con los perfile de desarrollo multilateral, que permita la fijación del gesto técnico. El entrenador ejecutará el programa de enseñanza metodológica, planificando y ejecutando las sesiones técnicas en forma dinámica, divertida y eficaz.

**FUNCIONES DEL ENTRENADOR:**

* Planificación, organización, dirigir.
* Ejecución pedagógica con oportunidad para el niño y joven en un desarrollo multilateral e integral de su personalidad.
* Crear en cada clase un ambiente pedagógico, que posibilite un mejor aprendizaje para el niño o joven.
* Llevar un registro del avance técnico del niño o joven.
* Levantar un expediente de cada practicante.
* Planificar las clases respetando el desarrollo biológico del niño o joven.
* Ejecutar un programa educativo inductivo que permita contribuir a un comportamiento socialmente correcto de los participantes.
* Presentar al encargado de la supervisión del proyecto informes administrativos, técnicos y conductuales de los practicantes.
* Todos aquellos informes que sean solicitados con el fin de cumplir con el desarrollo del proyecto deportivo.

**6 de noviembre de 2017.**

Prof. Carlos Antonio Jordan Madrid

Instructor

Escuela Municipal de Karate de Chinameca



