NOMBRE	**JUAN ESPINOSA CONTRERAS**
N° CONTRATO	**527 DE 2021**
PERIODO	**DEL 01 DE JULIO AL 30 JULIO DE 2021**

OBLIGACIÓN 1 – EVIDENCIA 1



OBLIGACIÓN 2 – EVIDENCIA 2

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA

HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE / MODALIDAD: BALONCESTO

MUNICIPIO: COTA

HORARIOS	CONCEPTO	LUNES	MARTES	MIECOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMING	OBSERVACIONES
4:00 A 5:30 PM	GRUPO		FORMACION ACION (NIVELACION)		FORMACION ACION (NIVELACION)				
	SEDE DE TRABAJO		CAMPUS		CAMPUS				
5:30 A 5:30 PM	GRUPO						FORMACION ACION (NIVELACION)		
	SEDE DE TRABAJO						CAMPUS		
5:30 A 7:30 PM	GRUPO	PERFECCIONAMIEN (ACOMPAÑAMIENTO)	PERFECCIONAMIEN (ACOMPAÑAMIENTO)		PERFECCIONAMIEN (ACOMPAÑAMIENTO)	PERFECCIONAMIEN (ACOMPAÑAMIENTO)			
	SEDE DE TRABAJO	CAMPUS	CAMPUS		CAMPUS	CAMPUS			
	GRUPO								
	SEDE DE TRABAJO								

NOMBRE MONITOR: JUAN ESPINOSA CONTRERA

FIRMA DEL MONITOR:

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

OBLIGACIÓN 3 – EVIDENCIA 3

INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO

BENEFICIADOS	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculino	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado Masculino	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES
6 AÑOS															0
7 AÑOS															0
8 AÑOS															0
9 AÑOS															0
10 AÑOS															0
11 AÑOS															0
12 AÑOS															0
13 AÑOS	1	0	1		0										1
14 AÑOS	1	0	1		0										1
15 AÑOS	1	2	1		2										3
16 AÑOS	7	3	7		3										10
17 AÑOS	8	2	8		2										10
TOTALES	18	7	18	0	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	25

OBLIGACIÓN 4 – EVIDENCIA 4



Nota: Se tiene en cuenta, los requerimientos del IMRD en cuanto a adoptar medidas y estrategias virtuales, en caso que haya un distanciamiento ya sea por restricción de movilidad o medidas de prevención pandémicas, todo esto en concordancia con el supervisor de Indeportes.

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL: PERFECCIONAMIENTO (NIVELACION)

MES: JULIO

No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	SAMUEL RUEDA	3132970280	1	0	1			1	1	1	1	1		1			0	1	0		1			1	1	1		1	1		1	1	1	21	18	3	86%
2	SWAMI PINZÓN	3132970250	1	0	1			1	1	0	1	1		1			1	1	1		0			1	1	1		1	1		1	1	1	21	18	3	86%
3	JUAN ESPITIA	3113243541	1	1	0			0	1	1	0	1		1			1	1	0		1			0	0	1		0	1		1	1	1	21	14	7	67%
4	JOSE ROJAS	3222453189	0	0	1			1	1	1	1	1		1			1	1	1		0			1	1	1		1	1		1	1	1	21	18	3	86%
5	JOSE LUIS ACERO	3012978846	1	1	1			1	0	1	1	1		1			1	1	1		1			1	1	1		1	1		1	1	1	21	20	1	95%
6	FELIPE VELEZ	3102313213	0	1	0			1	0	1	0	1		1			1	0	1		1			1	0	1		1	1		1	1	1	21	15	6	71%
7	CRISTOFER URREGO	3172658224	1	1	1			1	1	0	1	1		1			1	1	1		1			0	1	1		1	1		1	1	1	21	19	2	90%
8	KEVIN CAMILO MARCIALES	3168314353	1	1	1			1	1	1	1	1		1			1	1	1		1			1	1	0		1	1		1	1	1	21	20	1	95%
9	SAMUEL PALACIO	3106456348	1	1	0			1	1	0	1	1		1			1	0	1		1			1	1	1		1	1		1	1	1	21	18	3	86%
10	SANTIAGO PALACIO	3124327291	0	1	1			0	1	1	0	1		1			1	0	1		1			1	0	1		1	1		1	1	1	21	16	5	76%
11	KEVIN A CHIGUAZUQUE M.	3016266661	1	1	1			1	0	0	1	1		1			1	1	1		1			1	1	1		1	1		1	1	1	21	19	2	90%
12	SERGIO LUQUE CAMERA	3106495127	0	1	1			1	1	0	1	1		1			0	1	1		1			0	1	1		1	1		1	1	1	21	17	4	81%
13	MARÍA FERNANDA CAMPOS M	3213733259	1	0	1			1	1	1	1	1		1			1	0	1		1			1	1	1		1	1		1	1	1	21	19	2	90%
14	XUE INFANTES HUERTA	3168314353	1	1	1			1	1	1	1	1		1			1	1	0		1			1	1	1		1	1		1	1	1	21	20	1	95%
15	YOSMEL Y. LEAL RODRÍGUEZ	3012239173	1	0	1			1	1	0	1	0		1			1	0	0		1			0	1	1		1	1		1	1	1	21	15	6	71%
16	MARIANA AMAYA RAMOS	3166266230	1	1	1			1	1	1	0	0		0			0	0	0		0			1	1	1		1	1		1	1	1	21	14	7	67%
17																																		0	0	0	#¡DIV/0!
18																																		0	0	0	#¡DIV/0!
19																																		0	0	0	#¡DIV/0!
20																																		0	0	0	#¡DIV/0!

OBLIGACIÓN 7 – EVIDENCIA 6

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES				JUNIO	MUNICIPIO: COTA	
LUGAR:				CAMPUS	HORARIO DE PRACTI L:4:30 M:4:00 M:4:30 J:4:00 V:5:30 S: 3:30 PM	
NIVEL				INICIACIÓN	FUNDAMENTACIÒN	(Apoyo)PERFECCIONAMIENTO
CLASES				JUNIO	JUNIO	JUNIO
DESARROLLO MENSUAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO			
			RESPONSABILIDAD		*...ia sobre la importancia de asiste*	*...ta tecnico acordado a la planific*
			COMPAÑERISMO			
			JUSTICIA			
			COOPERACION			
			LEALTAD			
			EQUIPO		*actividades lúdicas de equipo*	
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD			
			OBEDIENCIA			
			AUTODISCIPLINA		*actividades lúdicas de logros*	
			PARTICIPACIÓN			*...ta tecnico acordado a la planific*
			PERSEVERANCIA		*...uegos lúdicos y recompensas*	
			AUTODOMINIO			
			RECOMPENSA			
	PARTE INICIAL	INICIO	**INTRODUCCION**		*...otrimientos articular shate hiendo*	
			ARTICULAR		*superiores e inferiores*	*...ta tecnico acordado a la planific*
			CALENTAMIENTO		*...ocidad manejo de balon de menos a*	
	PARTE CENTRAL	DESARROLLO MOTRIZ	ACOPLAMIENTO			
			RITMO		*...eticiones de movimientos consecut*	
			EQUILIBRIO			
			ORIENTACION			*...ta tecnico acordado a la planific*
			DIFERENCIACION			
			REACCIÓN		*...eticiones con cambios de movimien*	
			ADAPTACIÓN			
		CAPACIDAD EN CONDICION ALES	FUERZA			
			VELOCIDAD		*repeticiones de manejo de balon*	*...ta tecnico acordado a la planific*
			FLEXIBILIDAD		*en diferentes velocidades*	
			RESISTENCIA		*repeticiones en ejercicios de carg*	
		ELEMENTOS TÉCNICOS	**ELEMENTOS TECNICOS**		*posicion basica de baloncesto*	
			DE POSISIONES		*...ostura - corporal con y sin balo*	
			ESPACIALES		*amagos con y sin balon*	*...ta tecnico acordado a la planific*
			CORPORALES		*cambios de dirección*	
		ELEMENTOS TACTICOS	**PLICACIÓN DEL GEST**		*...ando de lanzamientos grupale*	
			TECNICO DEL		*...ros de alto porcentaje con rebot*	
			LANZAMIENTO EN		*...unto del poste medio derch e izqu*	*...ta tecnico acordado a la planific*
			INTERACCIONES		*...unto del poste bajo derecha e izqu*	
			DE EN SITUA-		*estáticos (básicos); tiros libres;*	
			CIONES DE JUEGO		*en suspensión (sostenidos)*	
		RECREATIVO	**JUEGOS DE INTEGRACI**		*...egos con aplicacion de interaccion*	
			JUEGOS TRADICIONALES		*...erentes elemtos tecnicos y tacti*	*...ta tecnico acordado a la planific*
			ACTIVIDADES ARTISTICAS			
			RCUITOS RECREATIV		*circuitos de aplicación (fisica)*	
			FESTIVALES RECREATIVOS			
	PARTE FINAL	FINAL	**ESTIRAMIENTO**		*...movimientos propios de la Activida*	
			...ÓN DE LA CLASE (PALABRES, EJERCICIOS PROPUESTOS Y COMPORTAMIENTO)		*...ha bias tecnicas correspondiente*	

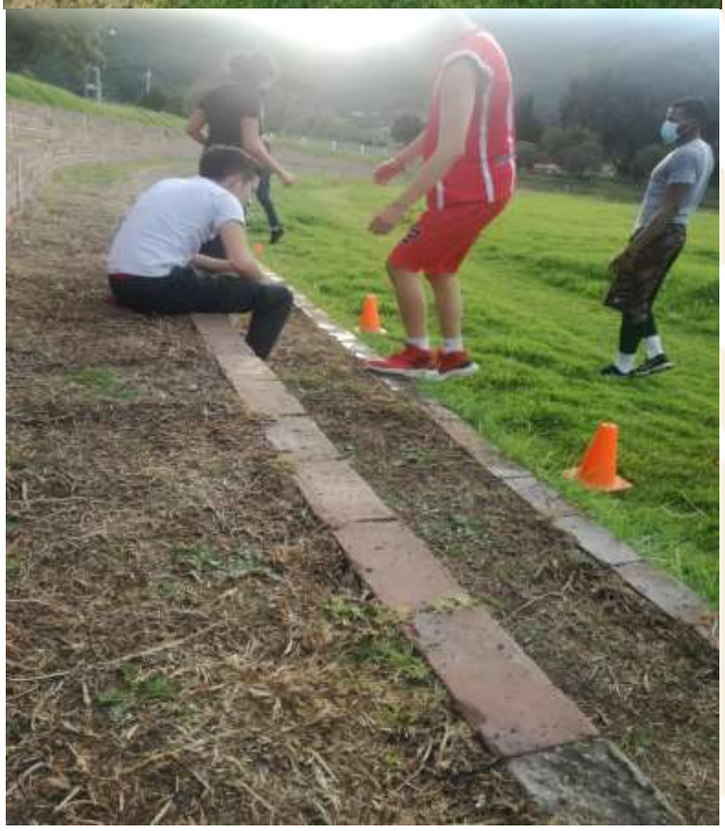
FIRMA FORMADOR: *JUAN ESPINOSA COR* _____

Página 1

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

OBLIGACIÓN 8 – EVIDENCIA 7





OBLIGACIÓN 9 – EVIDENCIA 8

COTA
I.M.R.D.

INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTE
ALCALDIA MUNICIPAL DE COTA
Nit: 832.000.795-5

El INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACION Y DEPORTE DE COTA

HACE CONSTAR:

Que el señor **JUAN BAUTISTA ESPINOSA CONTRERAS** identificada con cedula de ciudadanía **No. 19.444.197** de Bogotá, presto sus servicios como ENTRENADOR DE INDEPORTES CUNDINAMARCA EN LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DE BALONCESTO DE COTA, durante el periodo comprendido entre el 1 al 30 de julio de 2021, cumpliendo las obligaciones establecidas en su respectivo contrato.

Se expide en Cota, a los treinta (30) días del mes de Julio del año dos mil veintiuno (2021).

Atentamente,

JUAN DIEGO TIBAQUICHA MORTIGO
COORDINADOR EFD Y EVENTOS IMRD COTA

Elaboro: GLORIA VARGAS

OBLIGACIÓN 10 – EVIDENCIA 9

Se tiene planificado participar para el día sábado 31 de julio participar en el evento deportivo de las olimpiadas municipales de capacidades técnicas programadas por el IMRD con participación de (8) deportistas (4) de la rama femenina y (4) de la masculina, por disciplina deportiva. También estamos convocados para apoyar este evento por parte del IMRD

Se tiene planificado desarrollar el evento recreativo de habilidades técnicas de la disciplina en la semana del 13 al 19 de agosto de 20

OBLIGACIÓN 11 – EVIDENCIA 10



Nota: Estos dos grupos de estas categorías no se encuentran a mi cargo por tal razón no manejo listados de los niños asistentes.

OBLIGACIÓN 12 – EVIDENCIA 11



OBLIGACIÓN 13 – EVIDENCIA 12



OBLIGACIÓN 14 – EVIDENCIA 13

Se está atento para apoyar al Instituto Municipal el IMRD, en la realización del evento de olimpiadas de habilidades deportivas de escuelas deportivas, aportando (8) deportistas de los dos géneros, y también brindando apoyo en la logística y desarrollo de las actividades programadas.

OBLIGACIÓN 15 – EVIDENCIA 14

El día 25 de julio, entregue informe el cual contiene cuenta de cobro informe de supervisión etc.

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

FORMATO EVIDENCIA FOTOGRÁFICA		
FORMADOR	**JUAN ESPINOSA CONTRERAS**	
DEPORTE/ DISCIPLINA	**BALONCESTO**	
MUNICIPIO	**COTA**	
NIVEL	**ESPECIALIZACION - (Nivelación)**	
SITIO DE ENTRENAMIENTO	**CAMPUS DEPORTIVO COTA**	**MES: JULIO**

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



01-07-2021 TECNICA INDIVIDUAL- CAMPUS DEPORTIVO COTA



02-07-2021 TACTICA GENERAL- CAMPUS DEPORTIVO COTA



03-07-2021 COORDINACION – CAMPUS DEPORTIVO COTA



06-07-2021 PREPARACION FISICA GENERAL– CAMPUS DEPORTIVO COTA



08-07-2021 TECNICA DEFENSIVA GENERAL – CAMPUS DEPORTIVO COTA



09-07-2021 TECNICA LANZAMIENTO–CAMPUS DEPORTIVO COTA

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



10-07-2021 TECNICA DEL DOBLE RITMO–CAMPUS DEPORTIVO COTA



13-07-2021 TECNICA LANZAMIENTO DE TRES– CAMPUS DEPORTIVO COTA



15-07-2021 TECNICA DEL PASE –CAMPUS DEPORTIVO COTA



16-07-2021 TACTICA OFENSIVA –CAMPUS DEPORTIVO COTA



17-07-2021 HABILIDADES COORDINATIVAS – CAMPUS DEPORTIVO COTA



20-07-2021 TECNICA DE LA PANTALLA– CAMPUS DEPORTIVO COTA

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA



22-07-2021 COMPETENCIAS DE LANZAMIENTO– CAMPUS DEPORTIVO COTA



23-07-2021 TECNICA DEFENSIVA GRUPAL – CAMPUS DEPORTIVO COTA



24-07-2021 TECNICA DE LANZAMIENTO DE ALTO PORCENTAJE –CAMPUS DEPORTIVO COTA



27-07-2021 TECNICA OFENSIVA 3x3 –CAMPUS DEPORTIVO COTA



29-07-2021 PREPARACION FISICA ESPECIAL– CAMPUS DEPORTIVO COTA



30-07-2021 TACTICA OFENSIVA Y DEFENSIVA 1x1–CAMPUS DEPORTIVO COTA