IMDERTY	**INFORME DE GESTION MENSUAL**	**VERSION:**	**04**
	PROCESO: GESTION ADMINISTRATIVA	**FECHA:**	**10/10/2019**
	SUBPROCESO: GESTION TALENTO HUMANO	**CODIGO:**	**FO-GTH-06**

Identificación del contrato:	Contrato de Prestación de Servicios de apoyo a la gestión N°**300.11.01.192** de 2022	**Valor total del contrato**	$40.700.000
Nombre del Contratista:	**ARTURO ENRIQUE HOLGUIN VALDERRAMA, C.C. 94.447.085 de Cali, Valle del Cauca**		
Objeto Contractual:	**PRESTAR LOS SERVICIOS PROFESIONALES DE APOYO A LA SUBGERENCIA DE FOMENTO AL DEPORTE Y LA RECREACIÓN, CON EL FIN DE GARANTIZAR EL CUMPLIMIENTO DEL PLAN DE ACCIÓN Y PROGRAMAS INSTITUCIONALES.** *"**PARÁGRAFO**: la relación de coordinación de actividades entre contratante y contratista respecto a las condiciones necesarias para el desarrollo eficiente de la actividad encomendada y la satisfacción de las necesidades del servicio, incluye recibir instrucciones o tener que reportar informes sobre sus resultados, los cual no constituye subordinación, dejando ello así establecido con plena claridad entre las partes".*		
Periodo del informe:	**FEBRERO 2022**	**Valor Mes a pagar**	$3.700.000

Actividades Contratadas	Tareas o Actividades Realizadas para ejecutar la Actividad Contratada durante el Periodo	% De Ejecución del Objeto Contractual del Periodo	% De Ejecución del Objeto Contractual Acumulado	Evidencias/Medios de verificación
1. Brindar apoyo a subgerencia de fomento deportivo con las acciones de acompañamiento y seguimiento de las diferentes disciplinas deportivas.	Se Brindó cinco (5) sesiones de entrenamiento presencial para la preparación física de: Natación, boxeo, ajedrez, patinaje, triatlón y atletismo en la cual se desarrollaron ejercicios para mejorar la movilidad de cadera, estabilidad (CORE), fuerza funcional y resistencia general de los deportistas. En el mes de febrero.	9.09 %	9.09%	Registro fotográfico adjuntado al informe de gestión FO-GTH-06 y al correo: imdertypreparacionfisica@gmail.com
2. Participar en las capacitaciones organizadas y direccionadas por la coordinación de preparación física.	Se participó en las reuniones que citó el coordinador de preparación física en el mes de febrero, hice parte de la reunión de planificación del modelo de intervención LECYD para la construcción del rendimiento deportivo. En el cual se establece: PLANIFICAR, INTERVENIR, CONTROLAR Y EVALUAR como el sistema de intervención para el año 2022.	9.09 %	9.09%	Registro fotográfico adjuntado al informe de gestión FO-GTH-06 y al correo: imdertypreparacionfisica@gmail.com
3. Brindar apoyo al entrenador de las disciplinas asignadas en el proceso de preparación y recuperación física de los deportistas.	Se brindo seis (6) sesiones presenciales de preparación física en el mes de febrero, con las disciplina de boxeo en el coliseo de contacto, con el fin de brindar estímulos generales y progresivos para el restablecimiento de los valores funcionales.	9.09 %	9.09%	Registro fotográfico adjuntado al informe de gestión FO-GTH-06 y al correo: imdertypreparacionfisica@gmail.com
4. Brindar apoyo al entrenador de las disciplinas asignadas en la orientación y seguimiento al grupo interdisciplinar en el proceso de prevención, tratamiento, y recuperación de lesiones	Se brindó apoyo durante las sesiones de entrenamiento el protocolo de prevención de lesiones haciendo énfasis en la movilidad eficiente preparando el pilar y el movimiento antes de cada sesión con el fin de prevenir lesiones, esto se realizó con las disciplinas de: Natación, boxeo, ajedrez, patinaje, triatlón y atletismo. Durante el mes de febrero.	9.09 %	9.09%	Registro fotográfico adjuntado al informe de gestión FO-GTH-06 y al correo: imdertypreparacionfisica@gmail.com

	Actividades Contratadas	Tareas o Actividades Realizadas para ejecutar la Actividad Contratada durante el Periodo	% De Ejecución del Objeto Contractual del Periodo	% De Ejecución del Objeto Contractual Acumulado	Evidencias/Medios de verificación
	osteomusculares de los deportistas de las diferentes disciplinas deportivas.				
5.	Apoyar conforme al objeto del contrato y cuando las necesidades del servicio lo requieran, las actividades lúdicas, deportivas y recreativas e institucionales que programe o en las que participe la entidad en el municipio.	Se apoyó y se asistió a la reunión citada por los coordinadores de las disciplinas de conjunto, individuales y de discapacidad con el fin de relacionar a los diferentes profesionales que impactan a las disciplinas, dicha reunión se realizó en el mes de febrero donde me comunican que debo apoyar en la preparación física a los deportes Natación, boxeo, ajedrez, patinaje, triatlón y atletismo.	9.09 %	9.09%	Evidencia digital que reposa en el correo institucional: imdertypreparacionfisica@gmail.com
6.	Contribuir con la evaluación el análisis y el desarrollo de test físicos asignados por LECYD con el fin de identificar la condición física de las disciplinas de conjunto, individuales y de discapacidad.	Se contribuyó y asistió a la reunión citada por el coordinador de preparación física en la cual se reciben indicaciones precisas acerca de los test y valoraciones que se aplicarán a los diferentes deportistas, con el fin de establecer la condición física y las áreas de mejora para optimizar el rendimiento deportivo. Durante el mes de febrero.	9.09 %	9.09%	Evidencia digital que reposa en el correo institucional: imdertypreparacionfisica@gmail.com
7.	Planear y controlar la evolución de la condición física de los deportistas de conjunto e individuales mostrando evidencias mensuales.	Se planeo para el mes de febrero en el laboratorio de IMDERTY la valoración física para establecer el perfil neuromuscular a los deportistas de boxeo y posteriormente se realiza test de 400 y 800m metros en la pista atlética del estadio.	9.09 %	9.09%	Evidencia digital que reposa en el correo institucional: imdertypreparacionfisica@gmail.com
8.	Presentar informes mensuales de la gestión realizada en cada uno de los grupos intervenidos.	Se presento en formato digital la planificación de las intervenciones de preparación física con sus respectivos Microciclos y graficas correspondientes con las disciplinas de: Natación, boxeo, triatlón y atletismo. Dicha actividad se realizó en el mes de febrero.	9.09 %	9.09%	Evidencia digital que reposa en el correo institucional: imdertypreparacionfisica@gmail.com
9.	Participar en las reuniones semanales, quincenales o mensuales de planificación con los entrenadores de las disciplinas asignadas.	Se participó y asistió a la reunión citada en el mes de febreropor la Gerente del instituto municipal del deporte, en la cual se recibió las directrices acerca de las metas y objetivos del IMDERTY para los juegos departamentales 2022.	9.09 %	9.09%	Evidencia digital que reposa en el correo institucional: imdertypreparacionfisica@gmail.com

Con el fin de certificar la información del presente informe de gestión de actividades para cumplimiento del Objeto Contractual se firma a los, 28 días del mes de febrero del 2022.

Firma del Contratista
Nro. De Identificación: 94.447.085 Cali, Valle del Cauca
Nombre del Contratista ARTURO ENRIQUE HOLGUIN VALDERRAMA

Vo.bo. SUPERVISOR
Lic. Mario Ballesteros Prado
Subgerencia deportiva

	REGISTRO FOTOGRAFICO	VERSION	03
IMDERTY	PROCESO: GESTION DE DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FISICA	FECHA:	18/03/2020
	SUBPROCESO: GESTION DE DEPORTE	CODIGO:	FO-GDD-27

CONTRATISTA:	ARTURO ENRIQUE HOLGUIN VALDERRAMA

MES:	FEBRERO 2022	PROGRAMA:	PREPARACIÓN FÍSICA



Lugar:	LAB. EVALUACION DE CIENCIA Y DEPORTE
Fecha:	04 DE FEBRERO 2022

Descripción de la Actividad

REUNIÓN DE PREPARADORES FÍSICOS EN IMDERTY CON LA GERENTE



Lugar:	LAB. EVALUACION DE CIENCIA Y DEPORTE
Fecha:	09 DE FEBRERO 2022

Descripción de la Actividad

REUNIÓN DE PRESENTACIÓN DISCIPLINAS DE CONJUNTO



Lugar:	LAB. EVALUACION DE CIENCIA Y DEPORTE
Fecha:	15 DE FEBRERO 2022

Descripción de la Actividad

REUNIÓN DE PREPARADORES FISICOS CON LA COORDINACIÓN GENERAL



Lugar:	LAB. EVALUACION DE CIENCIA Y DEPORTE
Fecha:	09 DE FEBRERO 2022

Descripción de la Actividad

REUNIÓN DE PRESENTACIÓN DISCIPLINAS INDIVIDUALES

	REGISTRO FOTOGRAFICO	VERSION	03
IMDERTY	PROCESO: GESTION DE DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FISICA	FECHA:	18/03/2020
	SUBPROCESO: GESTION DE DEPORTE	CODIGO:	FO-GDD-27

CONTRATISTA:	ARTURO ENRIQUE HOLGUIN VALDERRAMA		
MES:	FEBRERO 2022	PROGRAMA:	PREPARACIÓN FÍSICA



Lugar:	IMDERTY
Fecha:	15 DE FEBRERO 2022

Descripción de la Actividad

ENTRENAMIENTO DE FUERZA GENERAL CON LA DISCIPLINA DE NATACION



Lugar:	ESTADIO DE ATLETISMO
Fecha:	16 DE FEBRER0 2022

Descripción de la Actividad

ENTRENAMIENTO PRESENCIAL CON LA DISCIPLINA DE ATLETISMO



Lugar:	LAB. EVALUACION DE CIENCIA Y DEPORTE
Fecha:	15 DE FEBRERO 2022

Descripción de la Actividad

PROTOCOLO DE EVALUACION FUERZA



Lugar:	IMDERTY
Fecha:	16 DE FEBRERO 2022

Descripción de la Actividad

ISOMETRIA ZONA MEDIA (CORE) DISCIPLINA DE TRIATLON

IMDERTY	INFORME DE PREPARACION FISICA MENSULA	VERSIÓN:	01
	PROCESO: GESTIÓN ADMINISTRATIVA	FECHA:	28/01/2022
	SUBPROCESO: SUB GERENCIA FOMENTO AL DEPORTE	CÓDIGO:	

Tabla de contenido

INFORME DE (MENS) DE PREPRACION FISICA 2

Introducción 2

Deportistas atendidos. 2

ATLETISMO 2

NATACION 2

BOXEO 2

TRIATLON 2

3

Deporte 6 3

IMDERTY	INFORME DE PREPARACION FISICA MENSULA	VERSIÓN:	01
	PROCESO: GESTIÓN ADMINISTRATIVA	FECHA:	28/01/2022
	SUBPROCESO: SUB GERENCIA FOMENTO AL DEPORTE	CÓDIGO:	

INFORME DE (FEBRERO) DE PREPRACION FISICA

Introducción

INFORME MENSUAL DE PREPARACION FISICA

Introducción:

Durante el mes de febrero de 2022 se inició las actividades de preparación física de la siguiente manera:

1) Valoración conjunta con la gerencia, coordinadores de programa y grupo de apoyo acerca del Panorama competitivo de juegos departamentales para las disciplinas de atletismo, natación, triatlón, boxeo, patinaje y ajedrez y se establecieron metas para medallero.

2) Se realizó actividades de planificación con el grupo interdisciplinar con el fin de coordinar los contenidos de cada área, así como los espacios de intervención fisioterapia, psicología, preparación física y laboratorio de ciencia e investigación.

3) Se socializó con los entrenadores de las disciplinas de: atletismo, boxeo, natación, triatlón, patinaje y ajedrez El sistema de intervención LECYD para el rendimiento deportivo que consiste en: PLANEAR, INTERVENIR, CONTROLAR Y EVALUAR.

4) Se realizaron intervenciones presenciales a las disciplinas de: atletismo, boxeo, natación, triatlón, patinaje y ajedrez Con el fin de reestablecer los valores funcionales de los deportistas mediante estímulos isométricos y autocargas.

5) Se establecer en conjunto con el laboratorio de ciencia e investigación las fechas para los test y valoraciones de las diferentes disciplinas.

IMDERTY	INFORME DE PREPARACION FISICA MENSULA	VERSIÓN:	01
	PROCESO: GESTIÓN ADMINISTRATIVA	FECHA:	28/01/2022
	SUBPROCESO: SUB GERENCIA FOMENTO AL DEPORTE	CÓDIGO:	

Deportistas atendidos:

N°	Deporte	Deportistas	% Asistencia
1	Atletismo lanzamiento	15	90%
2	Atletismo velocidad, semifondo y fondo	10	90%
3	Natación carreras	20	90%
4	Boxeo	18	90%
5	Triatlón	18	90%
6	patinaje	0	0
7	ajedrez	0	0

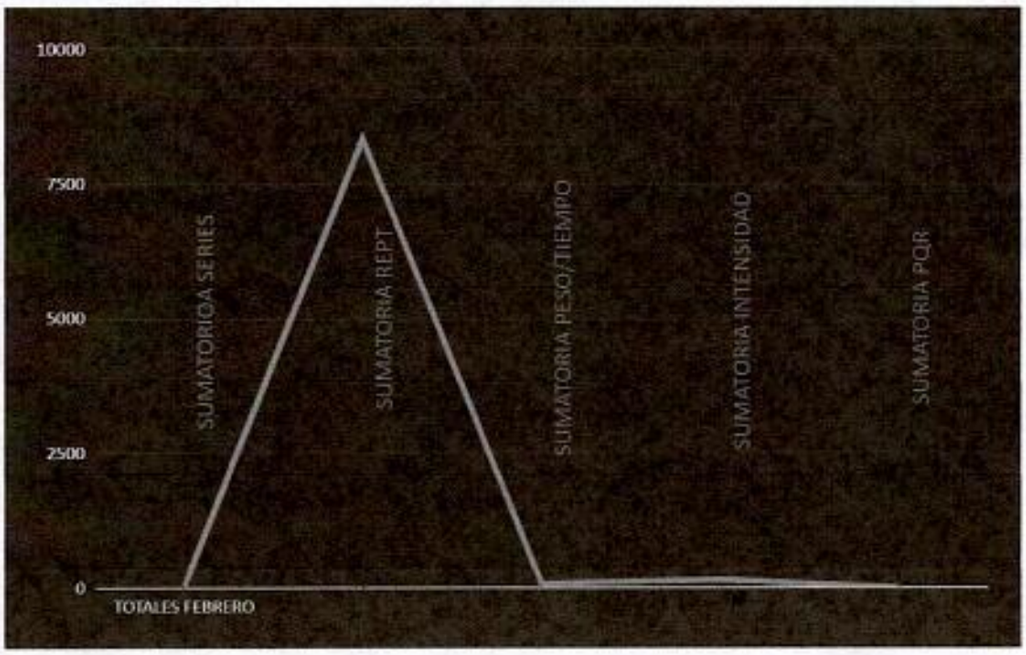
IMDERTY	INFORME DE PREPARACION FISICA MENSULA	VERSIÓN:	01
	PROCESO: GESTIÓN ADMINISTRATIVA	FECHA:	28/01/2022
	SUBPROCESO: SUB GERENCIA FOMENTO AL DEPORTE	CÓDIGO:	

Reporte estadístico de la intervención por deporte.

ATLETISMO·

Durante el mes de febrero se realizaron trabajos para recuperar los rangos de movilidad óptimos, estímulos de CORE isométricos, circuito de fuerza general y resistencia general. Se contó con un muy buen porcentaje de asistencia y se socializó con los deportistas la importancia de la continuidad de los estímulos para llegar a las metas propuestas para el presente año.

GRAFICA



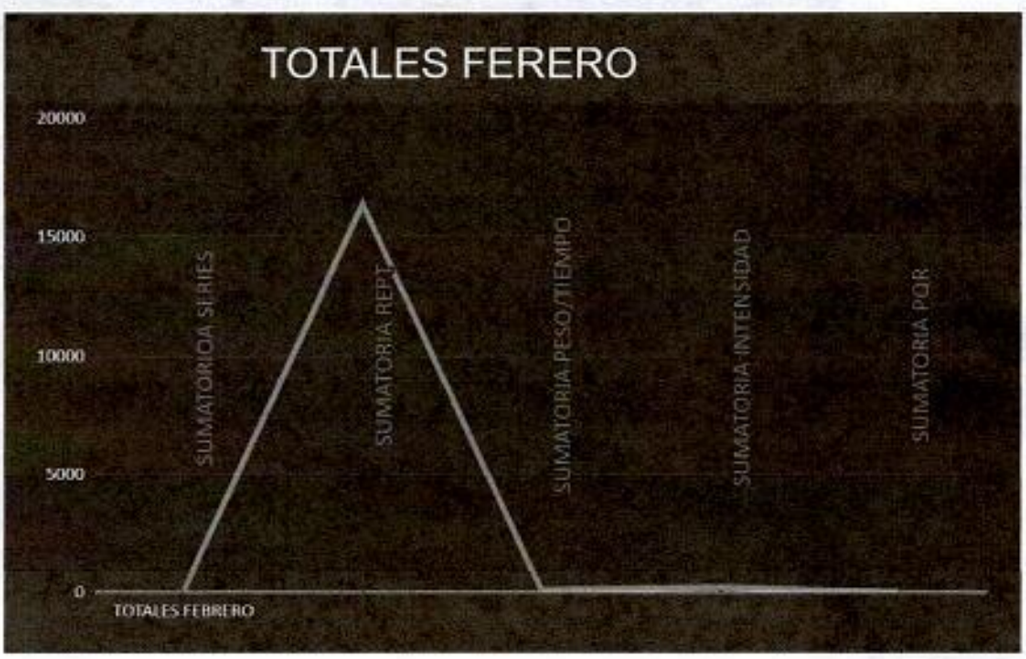
· Se logró desarrollar los estímulos conforme a lo planificado. Para el mes de Marzo 2022 se recomienda iniciar con proceso de acumulación de volumen de trabajo. ATLETISMO

IMDERTY	INFORME DE PREPARACION FISICA MENSULA	VERSIÓN:	01
	PROCESO: GESTIÓN ADMINISTRATIVA	FECHA:	28/01/2022
	SUBPROCESO: SUB GERENCIA FOMENTO AL DEPORTE	CÓDIGO:	

NATACION:

- Durante el mes de febrero se realizaron trabajos para recuperar los rangos de movilidad óptimos, estímulos de CORE isométricos, circuito de fuerza general y resistencia general. Se contó con un muy buen porcentaje de asistencia y se socializó con los deportistas la importancia de la continuidad de los estímulos para llegar a las metas propuestas para el presente año.

Grafica



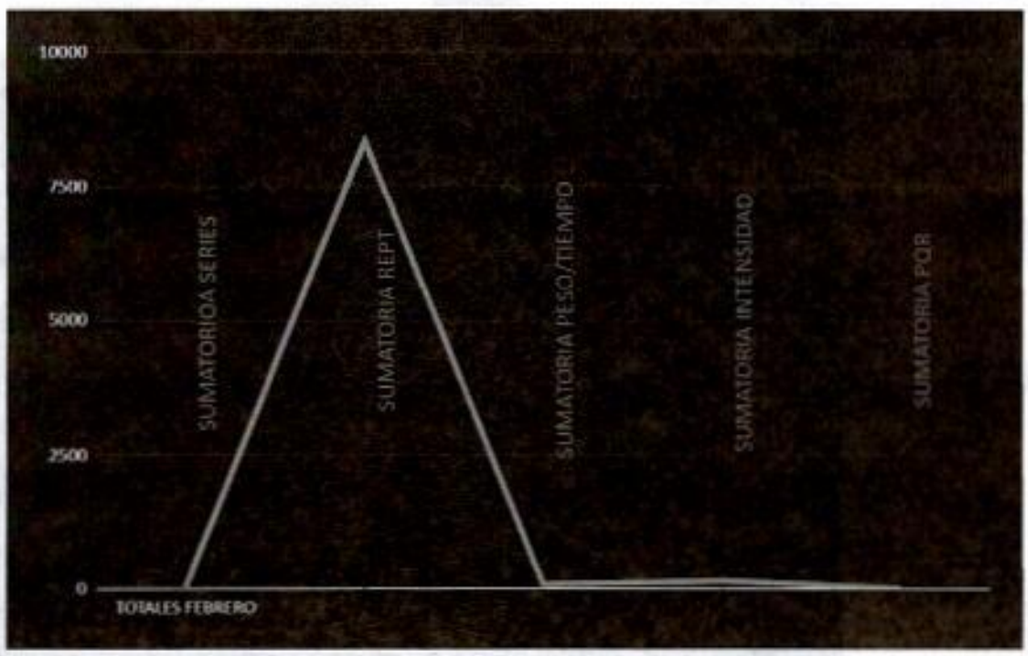
- Se logró desarrollar los estímulos conforme a lo planificado. Para el mes de Marzo 2022 se recomienda iniciar con proceso de acumulación de volumen de trabajo.
  NATACION

IMDERTY	INFORME DE PREPARACION FISICA MENSULA	VERSIÓN:	01
	PROCESO: GESTIÓN ADMINISTRATIVA	FECHA:	28/01/2022
	SUBPROCESO: SUB GERENCIA FOMENTO AL DEPORTE	CÓDIGO:	

BOXEO

- Se realizaron trabajos para recuperar los rangos de movilidad óptimos, estímulos de CORE isométricos, circuito de fuerza general y resistencia general. Se contó con un muy buen porcentaje de asistencia y se socializó con los deportistas la importancia de la continuidad de los estímulos para llegar a las metas propuestas para el presente año.

Grafica



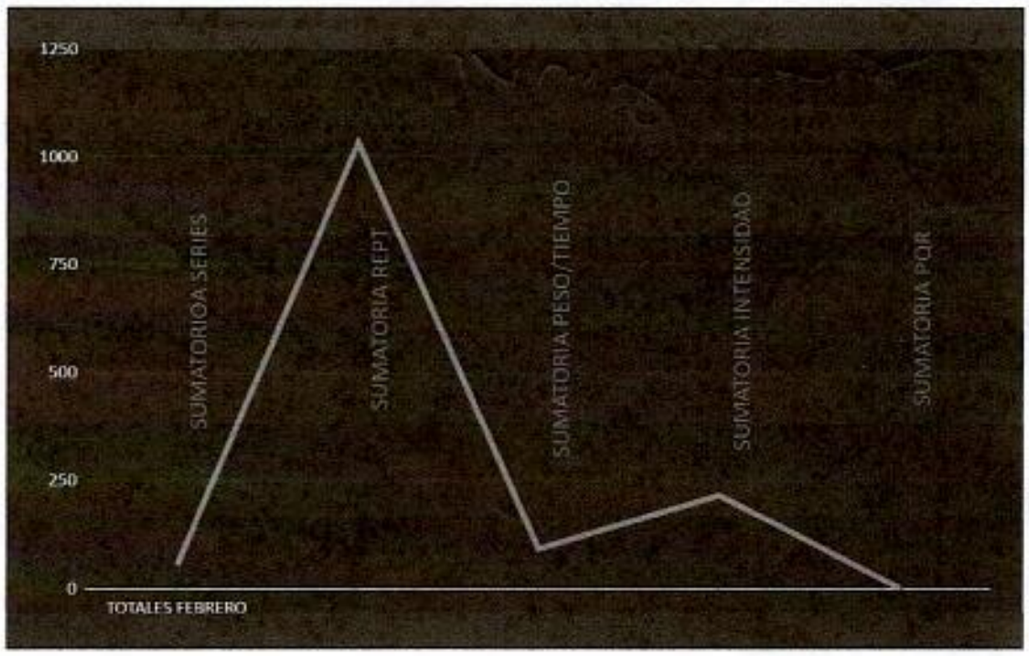
- Se logró desarrollar los estímulos conforme a lo planificado. Para el mes de Marzo 2022 se recomienda iniciar con proceso de acumulación de volumen de trabajo.

BOXEO

TRIATLON

- Se realizaron trabajos para recuperar los rangos de movilidad óptimos, estímulos de CORE isométricos, circuito de fuerza general y resistencia general. Se contó con un muy buen porcentaje de asistencia y se socializó con los deportistas la importancia de la continuidad de los estímulos para llegar a las metas propuestas para el presente año.

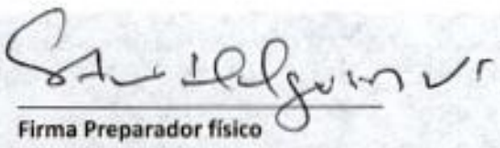
Grafica



Se logró desarrollar los estímulos conforme a lo planificado. Para el mes de Marzo 2022 se recomienda iniciar con proceso de acumulación de volumen de trabajo. TRIATLON

IMDERTY	INFORME DE PREPARACION FISICA MENSULA	VERSIÓN:	01
	PROCESO: GESTIÓN ADMINISTRATIVA	FECHA:	28/01/2022
	SUBPROCESO: SUB GERENCIA FOMENTO AL DEPORTE	CÓDIGO:	

- Descripción de la actividad. (reportar % de asistencia individual y grupal)
- Grafica (esta la consiguen en la planeación de Excel)
- Descripción escrita de la gráfica (incluir recomendaciones)
- Proyección para el siguiente mes.



Firma Preparador físico
ARTURO ENRIQUE HOLGUIN VALDERRAMA
Nombre Preparador Físico