<table>
<tr><th colspan="4">EVIDENCIAS INFORME 01 MES DE 2022 - CTO 394 DE 2022</th></tr>
<tr><td>Nombre del Contratista</td><td colspan="3">IVAN ANDRES ESTRADA CARDENAS</td></tr>
<tr><td>Número de identificación</td><td>1.023.921.317</td><td>Tipo de documento</td><td>C.C.</td></tr>
<tr><td>Período Informado</td><td>FEBRERO</td><td>No. De Registro Presupuestal</td><td>RES-2022000544 DE 31/01/2022</td></tr>
<tr><td colspan="4">Objeto del Contrato: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO “CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA”, PARA EL CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES – CUNDINAMARCA.</td></tr>
<tr><th colspan="2">Obligaciones específicas</th><th colspan="2">Actividades realizadas</th></tr>
<tr><td colspan="2">ACTIVIDAD</td><td colspan="2">Anexo: PDF
Evidencias:</td></tr>
<tr><td>1.</td><td>Efectuar la organización, planeación, dirección y realización de las actividades que se requieran para la consecución de mínimo 3 niveles de formación en el deporte, en los niveles de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento, en el municipio asignado por el supervisor. El contratista será la persona responsable de adelantar y gestar los procesos de convocatoria e inscripción en los mencionados niveles, a través de los medios necesarios, involucrando a las Juntas de Acción Comunal, Instituciones Educativas, Resguardos Indígenas, personas en condición de discapacidad, población diversa y demás comunidades que se puedan beneficiar con el programa</td><td colspan="2">Firme acta de inicio el 10 de febrero del 2022. Con el gestor de la provincia Diego Sandoval, realice presentación con la oficina de deporte cultura y turismo de Villagómez y con el alcalde del municipio, Misael Duarte.

Realicé la convocatoria el día 16 de febrero de 2022, a nivel municipal y rural apoyándome de los medios de comunicación y redes del municipio y de la oficina de cultura, deporte y turismo, buscando alcanzar la cobertura en los niveles de Iniciación, Fundamentación y Perfeccionamiento.</td></tr>
<tr><td>2.</td><td>Presentar ante el supervisor del contrato, dentro de los 20 días calendario siguientes a la suscripción del acta de inicio, el Plan Pedagógico y Malla Pedagógica de todos los niveles de formación, en el formato indicado por parte de la Subgerencia Técnica, especificando horarios, sitios de práctica, y la demás información aplicable.</td><td colspan="2">Preparé el Plan Pedagógico y Malla Pedagógica de todos los niveles de formación. Anexo pantallazos con el link fecha de entrega.

https://drive.google.com/file/d/11SOH77JszF_K16EQElWh8oa5YJqwFBpC/view?usp=sharing

https://drive.google.com/drive/u/4/folders/1r0WS8G56rcuvbWEseb8WaDp4GjYMlKwJ</td></tr>
<tr><td>3.</td><td>Desarrollar todas las actividades planteadas en el plan pedagógico y en la malla pedagógica, dejando las evidencias respectivas que den cuenta de los beneficiarios impactados con ellas.</td><td colspan="2">Programé las actividades en el plan pedagógico y en la malla pedagógica, dichas actividades se empezarán a desarrollar en el mes de marzo, cuando se dé inicio a las clases.</td></tr>
<tr><td>4.</td><td>Para deportes en conjunto, tener una cobertura mínima de 15 personas por grupo o una cobertura global mínima de 45 beneficiados activos, sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los que se encuentren; y, para deportes individuales tener una cobertura mínima de 10 personas por grupo o mínimo una cobertura global de 30 beneficiados activos sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los que se encuentren. De todo lo anterior, deberá tener los soportes respectivos organizados por sesiones, actividades y niveles de formación.</td><td colspan="2">Focalicé la cobertura de 21 participantes la cual se desglosa de la siguiente manera:

<table>
<tr><th>GRUPOS</th><th>TOTAL HOMBRES</th><th>TOTAL MUJERRES</th></tr>
<tr><td>INICIACIÓN</td><td>4</td><td>0</td></tr>
<tr><td>FUNDAMENTACIÓN</td><td>5</td><td>8</td></tr>
<tr><td>PERFECCIONAMIENTO</td><td>3</td><td>1</td></tr>
<tr><td>SUBTOTAL</td><td>12</td><td>9</td></tr>
<tr><td colspan="2">TOTAL</td><td>21</td></tr>
</table>

Para un total de 21 participantes en la escuela de formación de futbol de salón del municipio de Villagómez Cundinamarca.</td></tr>
<tr><td>5.</td><td>Utilizar adecuadamente la imagen y nombres de Indeportes Cundinamarca en todo momento, en cualquiera de sus actividades, resaltando el decoro que las mismas implican, con las evidencias de su adecuada utilización.</td><td colspan="2">Utilice debidamente la imagen y nombres de Indeportes Cundinamarca en todo momento predominando el recato de las mismas en el mes de febrero del año 2022.</td></tr>
</table>

6. Preparar y ejecutar 9 sesiones de formación a la semana, mínimo 36 sesiones al mes, con las escuelas de formación a cargo. Cada sesión estará compuesta como mínimo por 2 horas, la distribución de las sesiones para cada nivel será concertado con el coordinador y/o supervisor del mismo.	Programé las sesiones para dar inicio el día 2 de marzo de 2022.
7. Consolidar y mantener actualizada la información pertinente a través de la plataforma o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad.	Presenté la carpeta con los documentos que certifican las actividades y demás soportes del mes de febrero. https://drive.google.com/drive/u/4/folders/1dfapeJ3v1b4SaK2F23LVMgjZ5VSoXebJ
8. Presentar la planeación de las sesiones mensuales de clase antes del inicio de cada mes, al respectivo supervisor, describiendo los objetivos, aspectos físicos, técnicos y evaluativos a tener en cuenta, así como los métodos empleados en ellas.	Programé las sesiones para dar inicio el día 2 de marzo de 2022.
9. Presentar ante el Supervisor las evaluaciones técnicas, físicas y teóricas que le realice a los grupos de alumnos a su cargo, de acuerdo con los manuales y formatos que le sean entregados, las cuales deberán estar establecidas en el cronograma general. Los resultados obtenidos deberán ser entregados junto con el informe del respectivo periodo y un consolidado en el informe final.	Proyecté las pruebas técnicas, físicas y teóricas, cuya fecha está por concretar.
10. El contratista deberá entregar una certificación por parte del organismo deportivo municipal en donde conste la realización de actividades mensuales relacionadas con las obligaciones contractuales en el municipio asignado	Entregué la certificación emitida por Jerson Stiven Romero, coordinador de deportes, cultura y turismo de Villagómez, con fecha de expedición del 28 de febrero de 2022.
11. Apoyar a los demás componentes en las diferentes actividades que realicen en los municipios asignados por la Subgerencia Técnica.	Realicé apoyo en la entrega de bicicletas de la provincia del Rionegro, en el municipio de Villagómez el día 4 de febrero del 2022.
12. Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.	1. Asistí a la reunión convocada por el gestor Diego Sandoval, vía meet, tema visita municipios el día 12 de febrero a las 10am. 2. Asistí a la capacitación convocada por el gestor Diego Sandoval, vía meet tema Políticas públicas, inclusión y deporte formativo, el día 17 de febrero a las 8:00 am, en el municipio de Pacho Cundinamarca. 3. Asistí a la reunión convocada por el gestor Diego Sandoval, vía meet a las 10am, tema explicación manejo de formatos 4. Asistí a la reunión convocada por el gestor Diego Sandoval, el día 24 de febrero a las 5:00 pm tema inducción formatos de supervisión. 5. Asistí a reunión convocada por el gestor Diego Sandoval, el día 26 de febrero, tema aclarar dudas con la plataforma secop II.
13. Entregar debidamente diligenciado al área de archivo de la Subgerencia Administrativa y Financiera el Formato Único de Inventario Documental (FUID) o su equivalente, cuando se requiera enviar y/o trasladar documentos al archivo del Instituto.	Informé que estaré a disposición de la Entregar debidamente diligenciado al área de archivo de la Subgerencia Administrativa y Financiera el Formato Único de Inventario Documental (FUID) o su equivalente, cuando se requiera enviar y/o trasladar documentos al archivo del Instituto, cuando sea solicitado.
14. Consolidar y presentar a través de la plataforma SECOP II; informe de ejecución contractual con sus respectivos soportes y evidencias; de acuerdo con la forma de pago, condiciones técnicas y/o productos establecidos.	Presenté informe donde se evidencia los respectivos soportes y evidencias que se han elaborado hasta la fecha correspondiente.
15. Realizar la entrega al supervisor del contrato los documentos, estudios y demás productos elaborados durante la ejecución del contrato a la entrega del informe final del mismo en formato digital y modificable.	Realicé entrega al supervisor del contrato los documentos, estudios y demás productos elaborados durante la ejecución a través de un informe final, en formato digital y modificable.

ANEXO PDF ACTIVIDAD No. 01





ANEXO PDF ACTIVIDAD No. 02

Plan pedagógico Municipio de Villagómez:

PLAN PEDAGOGICO ESCUELA DE FORMACION DE CICLOMONTAÑISMO

PROYECTO PRESENTADO POR:
IVÁN ANDRÉS ESTRADA CÁRDENAS
ENTRENADOR

VILLAGÓMEZ CUNDINAMARCA
2022

Malla pedagógica Nivel Iniciación:

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA
MALLA PEDAGOGICA
NIVEL INICIACION

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
	INICIACION	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	El niño o niña debe aprender a conocer muy bien su bicicleta y a menejar los cambios
						RITMO	El niño o niña debe aprender una adecuada Cadencia
						EQUILIBRIO	El niño o niña debe aprender a mantenerse el mayor tiempo posible sobre la bicicleta sin que esta este en movimiento
						ORIENTACION	El niño o niña debe aprender a orientarse según la señalizacion de las pistas
						REACCIÓN	El niño o niña debe terner la capacidad de realizar cambios de ritmo en diferentes terrenos
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	No aplica
						CORRER	No aplica
						SALTAR	No aplica
						ATRAPAR	No aplica
						RODAR	No aplica
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	DESTREZA	controlar la bicicleta con una sola mano	El niño o niña debe lograr manejar su bicileta soltando una de las manos del manubrio.
						Aprender ha pedalear en grupo	El niño o niña debe aprender a ir a rueda de otro ciclista sin hacer sigzagueos ni frenadas bruscas.
						Mirar hacia atrás sin perder el control	El niño o niña debe aprender a mirar hacia atrás sin perder su direccion de linea
						Brincar obstaculos en el camino	El niño o niña debe aprender a esquivar obstaculos o saltarlos dependiendo el espacio que tenga.
						Cambios repentinos de direccion	El niño o niña debe aprender a mantener su linea de carrera para no poner en riesgo a los demas compañeros
				2	RESISTENCIA	iniciación y formación circuito country aplicación de la técnica total	El niño o niña debe lograr a sortear todo tipo de dificultades que se presenten en el recorrido de la pista .
						Recorridos	El niño o la niña debe aprender a mantener una respiracion adecuada, en complemento con el ritmo de pedaleo en tramos largos y cortos.
				3	VELOCIDAD	Realizar contrareloj	El niño o la niña debe aprender a regular sus capacidades para realizar buenos tiempos
						Trabajo de cajon 10 piques pie en tierra	El niño o la niña debe lograr tener un buen equilibrio, arranque y explosion
						Intervalos	El niño o la niña debe aprender a utilizar su resistencia
				4	POSICION EN LA BICILETA	Adecuar las medidas de la bicicleta.	El niño o niña aprendera a que la altura de su bicicleta va acorde a sus medidas, para lograr una adecuada posicion en la bicicleta.
						El niño o la niña debe aprender a poner bien los pies en los pedales	Debe lograr un pedaleo uniforme.
		TECNICO	DESTREZAS	1	SUBIDA	**Realizar subidas a un buen ritmo.**	El niño o niña debe lograr realizar la subida haciendo un muy uso de su fuerza, respiracion y tecnica para lograr el objetivo.
				2	DESCENSO	**Realizar bajadas tecnicas.**	El niño o la niña deben realizar descensos con cierto grado de dificultad
							Se corregira postura en la bicicleta.
				3	CAMBIO DE RITMO	**obstaculos para manejo y dominio de la bicicleta, con zigzagueos,con equilibrio y frenado , relevos**	El niño o la niña debe realizar zigzagueos con conos
							El niño o la niña debe aprender a utilizar el balancin
							El niño o la niña debe coordinar con su compañero los numeros de vueltas que les correspondan dando relevos
				4	CADENCIA	**Realizar recorridos osteniendo un mismo ritmo.**	Debe lograr sostener un paso uniforme que le ayudara para realizar mejores tiempos
				5	RESPIRACION	**Se hacen trabajos con bombas o globos**	El niño o la niña debe realizar un recorrido en bicicleta e inflar un globo.
							El niño o niña debe aprender a controlar su respiracion cuando este realizando grandes esfuerzos.
							Debe lograr una adecuada respiracion para mejorar su rendimiento.
		TEORICO		1	SEÑAS	**Señas de los ciclistas**	El niño o la niña debe aprender a identificar las señas que tienen los ciclistas.
				2	REGLAMENTACION	**Reglas basicas del Ciclismo.**	El niño o niña debe tener claro el reglamento de la UCI (union Ciclistica internacional)
				3	MECANICA	**Mecanica de la bicicleta**	El niño o la niña debe aprender actuar en momentos de averías mecanicas
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	**Respeto**	Buen comportamiento en cualquier lugar
						Honestidad	Juego limpio
						Compañerismo	Ayudar a sus compañeros
						Disciplina	Cumplir los objetivos
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	**Aseo personal**	Buena presentacion
						Alimentacion	Habitos saludables
						Presentacion Personal	Siempre tener su uniforme en optimas condiciones
						Descanso y Sueño	Aprender a descansar el tiempo suficiente
				3	MOTIVACIÓN	**Actitud positiva**	pensar que siempre es capaz
						Esfuerzo y Superacion	aprender que nada es facil, todo requiere esfuerzo
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	**Emocional**	Este deporte permitira que cada niño y niña salga de su monotonia y realice actividades diferentes lo cual permitira una buena actitud que es fundamental para alcanzar sus metas.
						Social	los niños y niñas que pertenecen a la escuela seran ejemplo de superacion y perseverancia.
						Intelectual	Desarrollaran nuevas capacidades que les serviran para su diario vivir.
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y	1	JUEGOS DE INTEGRACION	**Telefono Roto**	Integracion
						Goloza	Integracion
						la yeba	Integracion
				2	JUEGOS TRADICIONALES	**pikis**	Integracion
						Encostalados	Integracion
						Aros	Integracion
						Soladado libertados	Integracion
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	**Dibujar**	Exploracion
						Cantar	Exploracion
						Musica	Exploracion
						Fotografia	Exploracion
				4	CIRCUITOS	**Desafio**	integracion
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	Ciclopaseos	integracion
						Caminatas	integracion

FECHA DE ENTREGA	
NOMBRES Y APELLIDOS DEL MONITOR	**Ivan Andres Estrada Cardenas**
MUNICIPIO	**Villagomez**

Malla pedagógica Nivel Fundamentación:

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA
MALLA PEDAGOGICA
NIVEL FUNDAMENTACION

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
	INICIACION	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	El niño o niña debe aprender a conocer muy bien su bicicleta y a menejar los cambios
						RITMO	El niño o niña debe aprender una adecuada Cadencia
						EQUILIBRIO	El niño o niña debe aprender a mantenerse el mayor tiempo posible sobre la bicicleta sin que esta este en movimiento
						ORIENTACION	El niño o niña debe aprender a orientarse según la señalizacion de las pistas
						REACCIÓN	El niño o niña debe terner la capacidad de realizar cambios de ritmo en diferentes terrenos
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	No aplica
						CORRER	No aplica
						SALTAR	No aplica
						ATRAPAR	No aplica
						RODAR	No aplica
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	DESTREZA	controlar la bicicleta con una sola mano	El niño o niña debe lograr manejar su bicileta soltando una de las manos del manubrio.
						Aprender ha pedalear en grupo	El niño o niña debe aprender a ir a rueda de otro ciclista sin hacer sigzagueos ni frenadas bruscas.
						Mirar hacia atrás sin perder el control	El niño o niña debe aprender a mirar hacia atrás sin perder su direccion de linea
						Brincar obstaculos en el camino	El niño o niña debe aprender a esquivar obstaculos o saltarlos dependiendo el espacio que tenga.
						Cambios repentinos de direccion	El niño o niña debe aprender a mantener su linea de carrera para no poner en riesgo a los demas compañeros
				2	RESISTENCIA	iniciación y formación circuito country aplicación de la técnica total	El niño o niña debe lograr a sortear todo tipo de dificultades que se presenten en el recorrido de la pista .
						Recorridos	El niño o la niña debe aprender a mantener una respiracion adecuada, en complemento con el ritmo de pedaleo en tramos largos y cortos.
				3	VELOCIDAD	Realizar contrareloj	El niño o la niña debe aprender a regular sus capacidades para realizar buenos tiempos
						Trabajo de cajon 10 piques pie en tierra	El niño o la niña debe lograr tener un buen equilibrio, arranque y explosion
						Intervalos	El niño o la niña debe aprender a utilizar su resistencia
				4	POSICION EN LA BICILETA	Adecuar las medidas de la bicicleta.	El niño o niña aprendera a que la altura de su bicicleta va acorde a sus medidas, para lograr una adecuada posicion en la bicicleta.
						El niño o la niña debe aprender a poner bien los pies en los pedales	Debe lograr un pedaleo uniforme.
		TECNICO	DESTREZAS	1	SUBIDA	**Realizar subidas a un buen ritmo.**	El niño o niña debe lograr realizar la subida haciendo un muy uso de su fuerza, respiracion y tecnica para lograr el objetivo.
				2	DESCENSO	**Realizar bajadas tecnicas.**	El niño o la niña deben realizar descensos con cierto grado de dificultad
							Se corregira postura en la bicicleta.
				3	CAMBIO DE RITMO	**obstaculos para manejo y dominio de la bicicleta, con zigzagueos,con equilibrio y frenado , relevos**	El niño o la niña debe realizar zigzagueos con conos
							El niño o la niña debe aprender a utilizar el balancin
							El niño o la niña debe coordinar con su compañero los numeros de vueltas que les correspondan dando relevos
				4	CADENCIA	**Realizar recoridos osteniendo un mismo ritmo.**	Debe lograr sostener un paso uniforme que le ayudara para realizar mejores tiempos
				5	RESPIRACION	**Se hacen trabajos con bombas o globos**	El niño o la niña debe realizar un recorrido en bicicleta e inflar un globo.
							El niño o niña debe aprender a controlar su respiracion cuando este realizando grandes esfuerzos.
							Debe lograr una adecuada respiracion para mejorar su rendimiento.
		TEORICO		1	**SEÑAS**	**Señas de los ciclistas**	El niño o la niña debe aprender a identificar las señas que tienen los ciclistas.
				2	**REGLAMENTACION**	**Reglas basicas del Ciclismo.**	El niño o niña debe tener claro el reglamento de la UCI (union Ciclistica internacional)
				3	**MECANICA**	**Mecanica de la bicicleta**	El niño o la niña debe aprender actuar en momentos de averías mecanicas
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	**VALORES**	**Respeto**	Buen comportamiento en cualquier lugar
						Honestidad	Juego limpio
						Compañerismo	Ayudar a sus compañeros
						Disciplina	Cumplir los objetivos
				2	**HABITOS DE VIDA SALUDABLE**	**Aseo personal**	Buena presentacion
						Alimentacion	Habitos saludables
						Presentacion Personal	Siempre tener su uniforme en optimas condiciones
						Descanso y Sueño	Aprender a descansar el tiempo suficiente
				3	**MOTIVACIÓN**	**Actitud positiva**	pensar que siempre es capaz
						Esfuerzo y Superacion	aprender que nada es facil, todo requiere esfuerzo
				4	**INTELIGENCIA EMOCIONAL**	**Emocional**	Este deporte permitira que cada niño y niña salga de su monotonia y realice actividades diferentes lo cual permitira una buena actitud que es fundamental para alcanzar sus metas.
						Social	los niños y niñas que pertenecen a la escuela seran ejemplo de superacion y perseverancia.
						Intelectual	Desarrollaran nuevas capacidades que les serviran para su diario vivir.
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y	1	**JUEGOS DE INTEGRACION**	**Telefono Roto**	Integracion
						Goloza	Integracion
						la yeba	Integracion
				2	**JUEGOS TRADICIONALES**	**pikis**	Integracion
						Encostalados	Integracion
						Aros	Integracion
						Soladado libertados	Integracion
				3	**ACTIVIDADES ARTISTICAS**	**Dibujar**	Exploracion
						Cantar	Exploracion
						Musica	Exploracion
						Fotografia	Exploracion
				4	**CIRCUITOS**	**Desafio**	Integracion
				5	**FESTIVALES RECREATIVOS**	Ciclopaseos	Integracion
						Caminatas	Integracion

FECHA DE ENTREGA	
NOMBRES Y APELLIDOS DEL MONITOR	**Ivan Andres Estrada Cardenas**
MUNICIPIO	**Villagomez**

Malla pedagógica Nivel Perfeccionamiento:

"INDEPORTES CUNDINAMARCA"
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA
MALLA PEDAGOGICA
NIVEL PERFECCIONAMIENTO

DEPORTE	NIVEL DE FORMACION	COMPONENTE FORMATIVO	AREA	No.	CONTENIDO FORMATIVO	TEMAS	DESCRIPCION DEL LOGRO POR CUMPLIR POR EL DEPORTISTA DURANTE EL PROCESO DE CONSTRUCCION Y ASIMILACION DURANTE EL DESARROLLO DE CADA ACTIVIDAD
	INICIACION	MOTRIZ	MOTRICIDAD BASICA	1	CAPACIDADES COORDINATIVAS	ACOPLAMIENTO	El niño o niña debe aprender a conocer muy bien su bicicleta y a menejar los cambios
						RITMO	El niño o niña debe aprender una adecuada Cadencia
						EQUILIBRIO	El niño o niña debe aprender a mantenerse el mayor tiempo posible sobre la bicicleta sin que esta este en movimiento
						ORIENTACION	El niño o niña debe aprender a orientarse según la señalizacion de las pistas
						REACCIÓN	El niño o niña debe terner la capacidad de realizar cambios de ritmo en diferentes terrenos
				6	PATRONES BASICOS DE MOVIMIENTO	CAMINAR	No aplica
						CORRER	No aplica
						SALTAR	No aplica
						ATRAPAR	No aplica
						RODAR	No aplica
		FISICO	CAPACIDADES FISICAS BASICAS	1	DESTREZA	controlar la bicicleta con una sola mano	El niño o niña debe lograr manejar su bicileta soltando una de las manos del manubrio.
						Aprender ha pedalear en grupo	El niño o niña debe aprender a ir a rueda de otro ciclista sin hacer sigzagueos ni frenadas bruscas.
						Mirar hacia atrás sin perder el control	El niño o niña debe aprender a mirar hacia atrás sin perder su direccion de linea
						Brincar obstaculos en el camino	El niño o niña debe aprender a esquivar obstaculos o saltarlos dependiendo el espacio que tenga.
						Cambios repentinos de direccion	El niño o niña debe aprender a mantener su linea de carrera para no poner en riesgo a los demas compañeros
				2	RESISTENCIA	iniciación y formación circuito country aplicación de la técnica total	El niño o niña debe lograr a sortear todo tipo de dificultades que se presenten en el recorrido de la pista .
						Recorridos	El niño o la niña debe aprender a mantener una respiracion adecuada, en complemento con el ritmo de pedaleo en tramos largos y cortos.
				3	VELOCIDAD	Realizar contrareloj	El niño o la niña debe aprender a regular sus capacidades para realizar buenos tiempos
						Trabajo de cajon 10 piques pie en tierra	El niño o la niña debe lograr tener un buen equilibrio, arranque y explosion
						Intervalos	El niño o la niña debe aprender a utilizar su resistencia
				4	POSICION EN LA BICILETA	Adecuar las medidas de la bicicleta.	El niño o niña aprendera a que la altura de su bicicleta va acorde a sus medidas, para lograr una adecuada posicion en la bicicleta.
						El niño o la niña debe aprender a poner bien los pies en los pedales	Debe lograr un pedaleo uniforme.
		TECNICO	DESTREZAS	1	SUBIDA	**Realizar subidas a un buen ritmo.**	El niño o niña debe lograr realizar la subida haciendo un muy uso de su fuerza, respiracion y tecnica para lograr el objetivo.
				2	DESCENSO	**Realizar bajadas tecnicas.**	El niño o la niña deben realizar descensos con cierto grado de dificultad
							Se corregira postura en la bicicleta.
				3	CAMBIO DE RITMO	**obstaculos para manejo y dominio de la bicicleta, con zigzagueos,con equilibrio y frenado , relevos**	El niño o la niña debe realizar zigzagueos con conos
							El niño o la niña debe aprender a utilizar el balancin
							El niño o la niña debe coordinar con su compañero los numeros de vueltas que les correspondan dando relevos
				4	CADENCIA	**Realizar recoridos osteniendo un mismo ritmo.**	Debe lograr sostener un paso uniforme que le ayudara para realizar mejores tiempos
				5	RESPIRACION	**Se hacen trabajos con bombas o globos**	El niño o la niña debe realizar un recorrido en bicicleta e inflar un globo.
							El niño o niña debe aprender a controlar su respiracion cuando este realizando grandes esfuerzos.
							Debe lograr una adecuada respiracion para mejorar su rendimiento.
		TEORICO		1	SEÑAS	**Señas de los ciclistas**	El niño o la niña debe aprender a identificar las señas que tienen los ciclistas.
				2	REGLAMENTACION	**Reglas basicas del Ciclismo.**	El niño o niña debe tener claro el reglamento de la UCI (union Ciclistica internacional)
				3	MECANICA	**Mecanica de la bicicleta**	El niño o la niña debe aprender actuar en momentos de averias mecanicas
		PSICO SOCIAL VOLUTIVO	DESARROLLO COGNITIVO	1	VALORES	**Respeto**	Buen comportamiento en cualquier lugar
						Honestidad	Juego limpio
						Compañerismo	Ayudar a sus compañeros
						Disciplina	Cumplir los objetivos
				2	HABITOS DE VIDA SALUDABLE	**Aseo personal**	Buena presentacion
						Alimentacion	Habitos saludables
						Presentacion Personal	Siempre tener su uniforme en optimas condiciones
						Descanso y Sueño	Aprender a descansar el tiempo suficiente
				3	MOTIVACIÓN	**Actitud positiva**	pensar que siempre es capaz
						Esfuerzo y Superacion	aprender que nada es facil, todo requiere esfuerzo
				4	INTELIGENCIA EMOCIONAL	**Emocional**	Este deporte permitira que cada niño y niña salga de su monotonia y realice actividades diferentes lo cual permitira una buena actitud que es fundamental para alcanzar sus metas.
						Social	los niños y niñas que pertenecen a la escuela seran ejemplo de superacion y perseverancia.
						Intelectual	Desarrollaran nuevas capacidades que les serviran para su diario vivir.
		RECREACION	ACTIVIDADES LUDICAS Y	1	JUEGOS DE INTEGRACION	**Telefono Roto**	Integracion
						Goloza	Integracion
						la yeba	Integracion
				2	JUEGOS TRADICIONALES	**pikis**	Integracion
						Encostalados	Integracion
						Aros	Integracion
						Soladado libertados	Integracion
				3	ACTIVIDADES ARTISTICAS	**Dibujar**	Exploracion
						Cantar	Exploracion
						Musica	Exploracion
						Fotografia	Exploracion
				4	CIRCUITOS	**Desafio**	integracion
				5	FESTIVALES RECREATIVOS	Ciclopaseos	integracion
						Caminatas	integracion

FECHA DE ENTREGA	
NOMBRES Y APELLIDOS DEL MONITOR	**Ivan Andres Estrada Cardenas**
MUNICIPIO	**Villagomez**

ANEXO PDF ACTIVIDAD No. 04

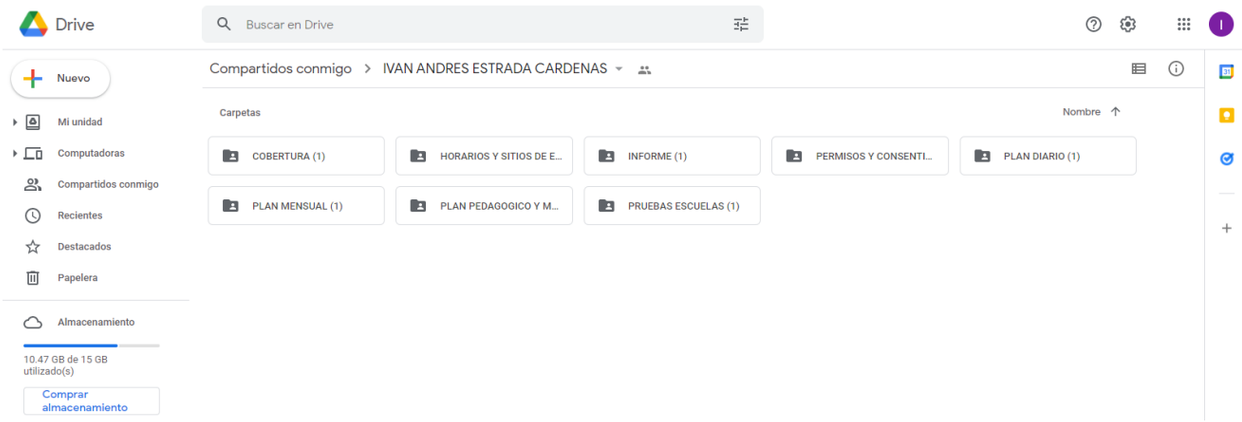
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA
PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO

BENEFICIADOS	GENERO		SECTOR				GRUPOS POBLACIONALES								
EDADES	Masculino	Femenino	Urbana Masculino	Rural Masculino	Urbana Femenino	Rural Femenino	Discapacidad Masculin	Discapacidad Femenino	Victimas del Conflicto Armado	Victimas del Conflicto Armado Femenino	AFRODESCENDIENTE MASCULINO	AFRODESCENDIENTE FEMENINO	INDIGENA MASCULINO	INDIGENA FEMENINO	TOTALES

ANEXO PDF ACTIVIDAD No. 05



ANEXO PDF ACTIVIDAD No. 07



ANEXO PDF ACTIVIDAD No. 10

Alcaldía Municipal de Villagómez

SECRETARÍA DE GOBIERNO

EL COORDINADOR DE LA OFICINA DE DEPORTE, CULTURA Y TURISMO DE VILLAGÓMEZ

HACE CONSTAR:

Que **IVAN ANDRES ESTRADA CARDENAS** identificado con la Cédula de Ciudadanía No. **1.023.921.317 de Bogotá**; Cundinamarca presto sus servicios como **MONITOR DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA EN CICLISMO**, durante el período comprendido entre el 10 de Febrero de 2022 al 28 de Febrero de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato.

La presente se expide a los 28 **días del mes de** Febrero **de 2022.**

Jerson Sliven Romero Gómez
Coordinador Deportes; Cultura y Turismo

Villagómez
Lo mejor está por venir...
Carácter + Disciplina + Orden = Resultados

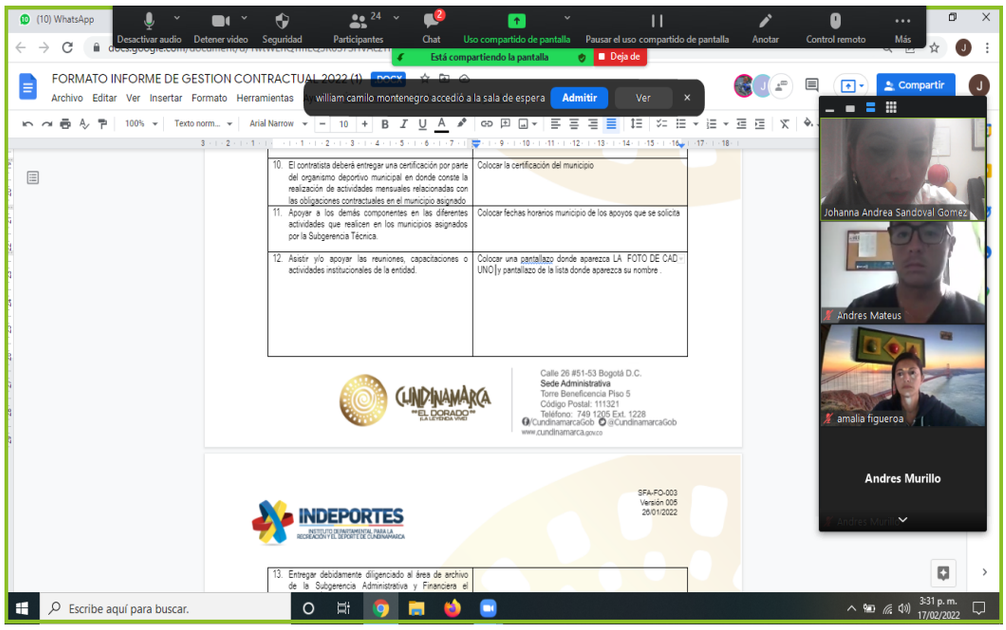
Calle 5 No. 11 - 41 Palacio Municipal
Tel: 8591014417 - 8591014
Código postal 254030
Teléfono: 8 10 285 7305
www.villagomez-cundinamarca.gov.co
Villagómez - Cundinamarca - Colombia

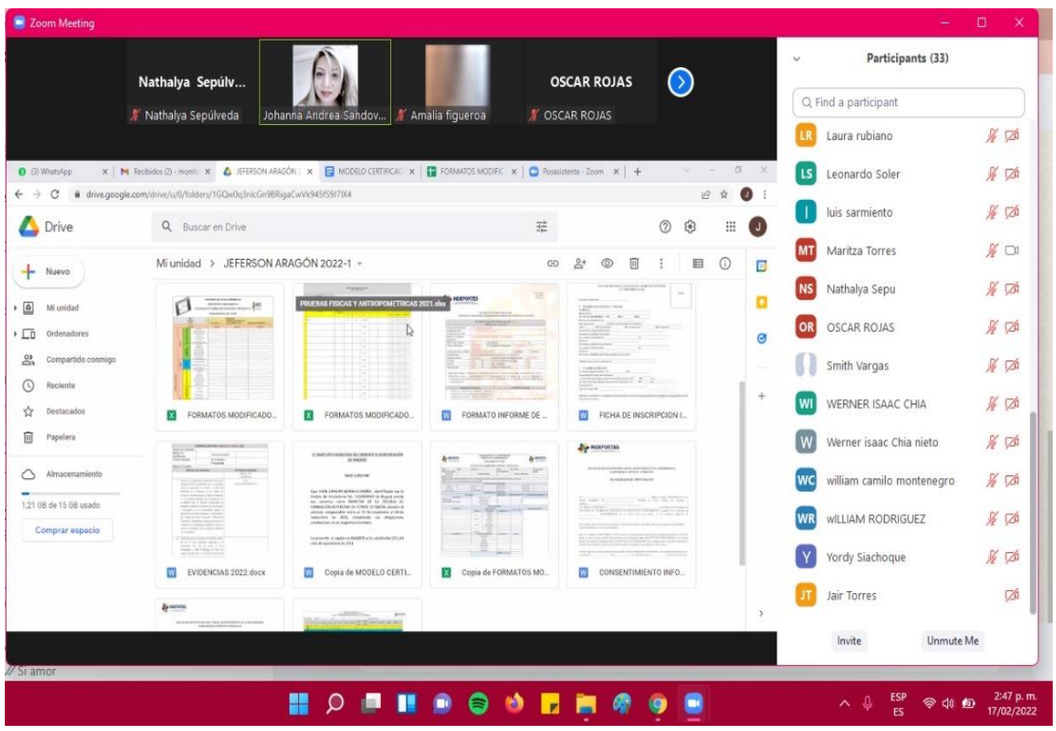
ANEXO PDF ACTIVIDAD No. 11

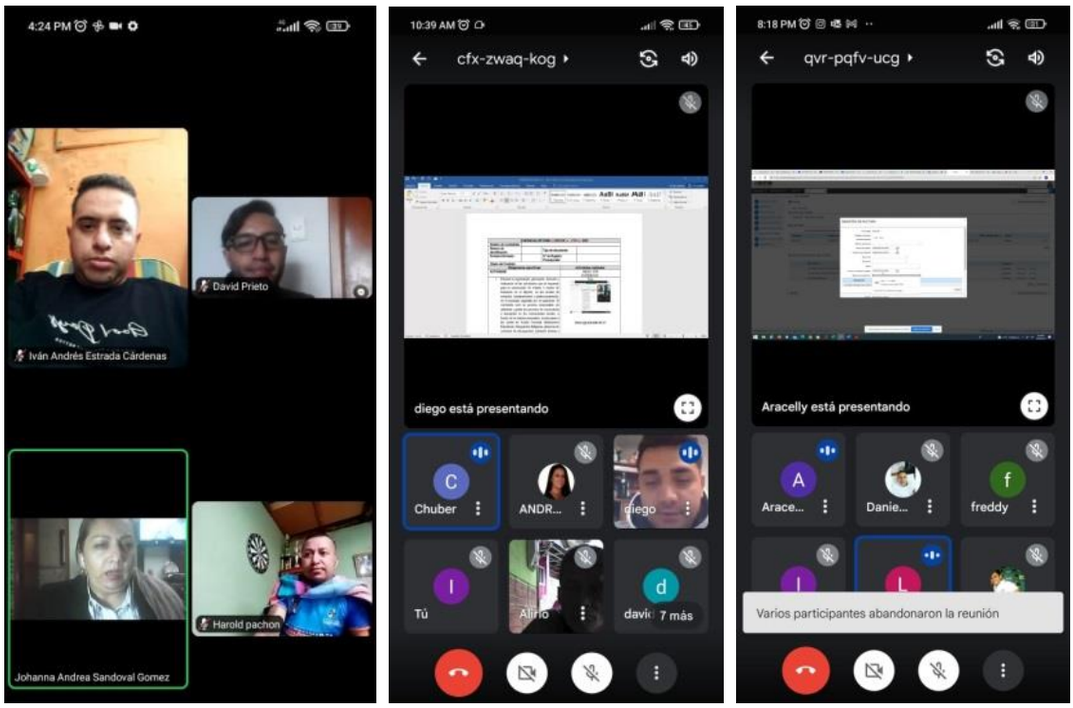


ANEXO PDF ACTIVIDAD No. 12

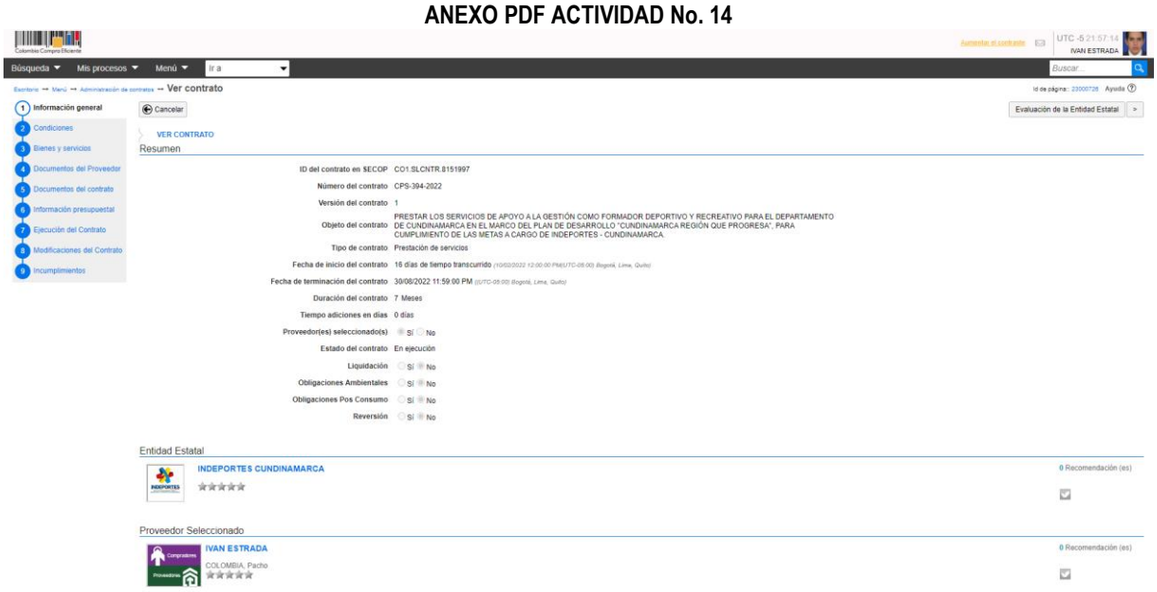



(10) WhatsApp
Desactivar audio
Detener video
Seguridad
Participantes
Chat
Uso compartido de pantalla
Pausar el uso compartido de pantalla
Anotar
Control remoto
Más
Está compartiendo la pantalla
Deja de
FORMATO INFORME DE GESTION CONTRACTUAL 2022 (1)
william camilo montenegro accedió a la sala de espera
Admitir
Ver
Compartir
Johanna Andrea Sandoval Gomez
Andres Mateus
amalia figueroa
Andres Murillo
10. El contratista deberá entregar una certificación por parte del organismo deportivo municipal en donde conste la realización de actividades mensuales relacionadas con las obligaciones contractuales en el municipio asignado
Colocar la certificación del municipio
11. Apoyar a los demás componentes en las diferentes actividades que realicen en los municipios asignados por la Subgerencia Técnica.
Colocar fechas horarios municipio de los apoyos que se solicita
12. Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.
Colocar una pantallazo donde aparezca LA FOTO DE CAD UNO y pantallazo de la lista donde aparezca su nombre .
Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa
Torre Beneficencia Piso 5
Código Postal: 111321
Teléfono: 749 1205 Ext. 1228
@CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co
INDEPORTES
SFA-FO-003
Versión 005
26/01/2022
13. Entregar debidamente diligenciado al área de archivo de la Subgerencia Administrativa y Financiera el
Escribe aquí para buscar.
3:31 p. m.
17/02/2022


Zoom Meeting
Nathalya Sepúlv...
Nathalya Sepúlveda
Johanna Andrea Sandov...
Amalia figueroa
OSCAR ROJAS
OSCAR ROJAS
Participants (33)
Find a participant
Laura rubiano
Leonardo Soler
luis sarmiento
Maritza Torres
Nathalya Sepu
OSCAR ROJAS
Smith Vargas
WERNER ISAAC CHIA
Werner isaac Chia nieto
william camilo montenegro
wILLIAM RODRIGUEZ
Yordy Siachoque
Jair Torres
Invite
Unmute Me
Drive
Buscar en Drive
Mi unidad > JEFERSON ARAGÓN 2022-1
Nuevo
Mi unidad
Ordenadores
Compartido conmigo
Reciente
Destacados
Papelera
Almacenamiento
1,21 GB de 15 GB usado
Comprar espacio
FORMATOS MODIFICADO...
FORMATOS MODIFICADO...
FORMATO INFORME DE ...
FICHA DE INSCRIPCION I...
EVIDENCIAS 2022.docx
Copia de MODELO CERTI...
Copia de FORMATOS MO...
CONSENTIMIENTO INFO...
Si amor
ESP
ES
2:47 p. m.
17/02/2022



ANEXO PDF ACTIVIDAD No. 14



Ver contrato

1 Información general
2 Condiciones
3 Bienes y servicios
4 Documentos del Proveedor
5 Documentos del contrato
6 Información presupuestal
7 Ejecución del Contrato
8 Modificaciones del Contrato
9 Incumplimientos

Cancelar

VER CONTRATO

Resumen

ID del contrato en SECOP	CO1.SLCNTR.8151997
Número del contrato	CPS-394-2022
Versión del contrato	1
Objeto del contrato	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO "CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA", PARA CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES - CUNDINAMARCA
Tipo de contrato	Prestación de servicios
Fecha de inicio del contrato	16 días de tiempo transcurrido
Fecha de terminación del contrato	30/08/2022 11:59:00 PM
Duración del contrato	7 Meses
Tiempo adiciones en días	0 días
Proveedor(es) seleccionado(s)	Si No
Estado del contrato	En ejecución
Liquidación	Si No
Obligaciones Ambientales	Si No
Obligaciones Pos Consumo	Si No
Reversión	Si No

Entidad Estatal

INDEPORTES CUNDINAMARCA

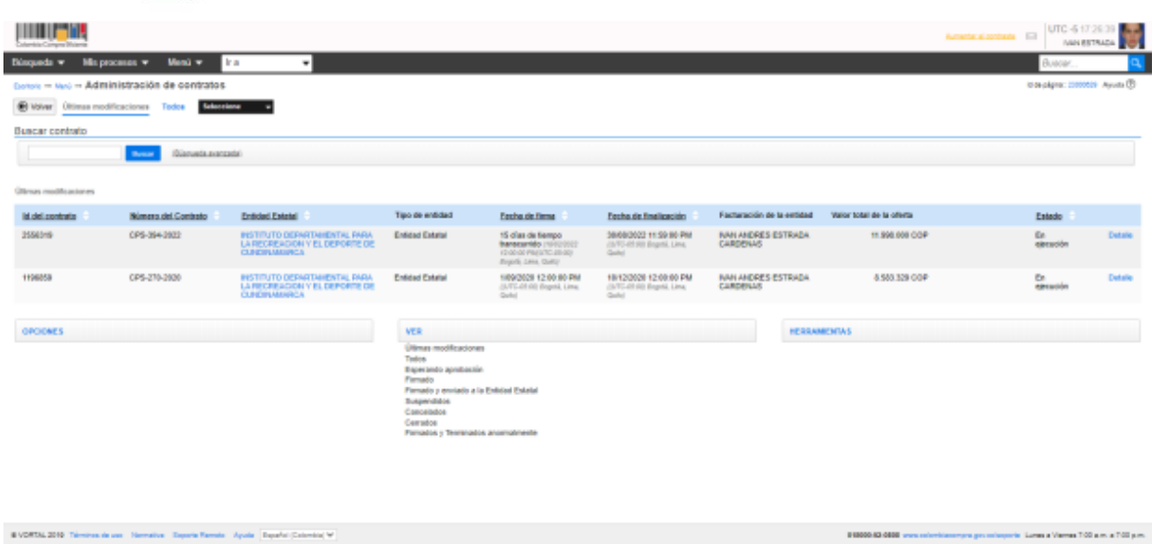
0 Recomendación (es)

Proveedor Seleccionado

IVAN ESTRADA

COLOMBIA, Pacho

0 Recomendación (es)



Administración de contratos

Buscar contrato

Id del contrato	Número del Contrato	Entidad Estatal	Tipo de entidad	Fecha de firma	Fecha de finalización	Facturación de la entidad	Valor total de la oferta	Estado	
3556316	CPS-394-2022	INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA	Entidad Estatal	15 días de tiempo transcurrido	30/08/2022 11:59:00 PM	IVAN ANDRES ESTRADA CARDENAS	11.998.008 COP	En ejecución	Detalle
1196059	CPS-270-2020	INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA	Entidad Estatal	18/9/2020 12:00:00 PM	18/12/2020 12:00:00 PM	IVAN ANDRES ESTRADA CARDENAS	8.503.329 COP	En ejecución	Detalle

OPCIONES

VER

Últimas modificaciones
Todos
Esperando aprobación
Firmado
Firmado y enviado a la Entidad Estatal
Subperdidos
Cancelados
Cerrados
Firmados y Terminados anormalmente

HERRAMIENTAS