**INSTITUTO PARA EL DESARROLLO Y PRÁCTICA DEL DEPORTE LA RECREACIÓN Y EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE, INDER-GUARNE**

Nit. 811.007.013-1
Dirección: Carrera 53 # 46A-368
Municipio de Guarne - Antioquia
Telefono: (604) 551 1157
Email: inder@guarne-antioquia.gov.co

| DOCUMENTO EQUIVALENTE | |
|---|---|
| N° | 2 |

| | | |
|---|---|---|
| Nombre del Contratista: | | Catalina Tangarife Bernal |
| Número de Cédula | | 43208185 |
| Dirección: | | calle 57 #68c-65 |
| Ciudad/Municipio: | | Bello |
| Número de Teléfono: | | 3157043503 |
| Email: | | catatangarife4320@gmail.com |
| Fecha: | | 30 de marzo |
| Acta de Pago: | | 2 |
| Información Bancaria | Banco | Bancolombia |
| | Tipo de Cuenta | ahorros |
| | Número | 10332751485 |
| Valor Total del Contrato: | $ | 10.500.000,00 |

| Número y Objeto Contractual | Cantidad | Valor Unitario | Valor Total |
|---|---|---|---|
| número de contrato :084 , prestación de servicios de apoyo a la gestión como educador fisico en los grupos gerontologicos rurales y en el programa de estilos de vida saludable del municipio | 1 | $ 2.100.000,00 | $ 2.100.000,00 |

| | | |
|---|---|---|
| **Total** | $ | 2.100.000,00 |
| ReteFuente Honorarios 10% | | |
| Estampilla Procultura | $ | - |
| Estampilla Prohospital | $ | 21.000,00 |
| Estampilla Probienestar Adulto Mayor | $ | 84.000,00 |
| **Valor Neto a Pagar** | $ | 1.995.000,00 |

Este Documento solo aplica para personas que no estan obligadas a facturar

Para la ejecución del contrato, requiero la vinculación por un término superior a noventa (90) días continuos o discontinuos. Más de dos (2) trabajadores o contratistas asociados a la actividad.

| | | | |
|---|---|---|---|
| Seleccione una opción. | SI | NO | **X** |

# SuAporte | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

**Fecha creación reporte:** 2022-03-26, 03:49:59 PM **Tipo Planilla:** I: PLANILLA INDEPENDIENTES **Numéro Planilla:** 54453408

**Periodo Cotización:** febrero de 2022 **Periodo Servicio:** febrero de 2022

## PAGADO 26/03/2022 EN HORARIO EXTENDIDO

### I. DATOS DEL APORTANTE

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Razón Social** | CATALINA TANGARIFE BERNAL | | |
| **Documento** | CC43208185 | **Dirección** | CL 57 #68 C - 65 |
| **Tipo de Empresa** | INDEPENDIENTE | **Teléfono** | 3157043503 |
| **Tipo Persona** | NATURAL | **Forma Presentación** | ÚNICO |
| **Ciudad** | BELLO | **Departamento** | ANTIOQUIA |
| **Representante Legal** | | **Identificación** | |
| **Total Afiliados** | 1 | **ARP** | ARL SURA |

### II. DETALLE DEL APORTANTE

| Datos del Afiliado | | | | Novedades | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Pensiones | | | Salud | | | Riesgos | | | Cajas | | | Parafiscales | | | | | Total |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Identificación | Apellidos y Nombres | Tipo Cotizante | Subtipo Cotizante | ING | RET | RET P | TDE | TAE | TDP | TAP | VSP | COR | VST | SLN | IGE | LMA | VAC | AVP | VCT | IRP | Días AFP | Días EPS | Días ARP | Días CCF | Administradora | IBC Pensión | Aporte Pensión | Administradora | IBC Salud | Aporte Salud | Tarifa | IBC Riesgos | Aporte Riesgos | Administradora | IBC Caja | Aporte Caja | Aporte SENA | Aporte ICBF | ESAP | Aporte Ministerio | Total |
| CC 43208185 | CATALINA TANGARIFE BERNAL | 59 | 00 | | | | | | | | | | | | | | | | | 0 | 30 | 30 | 30 | 0 | (230201) PROTECCION | $ 1.000.000 | $ 160.000 | (EPS002) SALUD TOTAL EPS | $ 1.000.000 | $ 125.000 | 0,522 | $ 1.000.000 | $ 5.300 | (NIN-CC) NINGUNA CCF | $ 0 | $ 0 | $ 0 | $ 0 | $ 0 | $ 0 | $ 0 | $ 290.300 |

### III.TOTALES

| IBC Pensión | IBC Salud | IBC Riesgos | IBC Cajas | Aportes Pensión | Aportes Salud | Aportes Riesgos | Aportes Cajas | Aportes Sena | Aportes ICBF | Aportes ESAP | Aportes Min Educación | (Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor) EPS | Incapacidades ARP | SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA | TOTAL INTERESES DE MORA | TOTAL FINAL |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| $ 1.000.000 | $ 1.000.000 | $ 1.000.000 | $ 0 | $ 160.000 | $ 125.000 | $ 5.300 | $ 0 | $ 0 | $ 0 | $ 0 | $ 0 | $ 0 | $ 0 | $ 290.300 | $ 0 | $ 290.300 |



**ARUS, Línea Expertos en PILA: Barranquilla: 385 24 44 - Bogotá: 485 4485 - Bucaramanga: 697 87 27 - Cali: 485 9444 - Cartagena: 693 77 27 - Pereira: 340 13 27 - Manizales: 892 80 27 - Medellín: 604 2727 - Desde otras ciudades: 018000 51 99 77. Línea Ética: 018000 517806.**

**Antes de imprimir, asegúrese que sea realmente necesario. Proteger el medio ambiente está en nuestras manos.**

# Comprobante

de pago en línea

## ENLACE OPERATIVO S.A.

**Pago realizado por:** DANIELA ORTIZ ORTIZ

**Nro. de recibo:** 54453408

**Descripción del pago:** Pago de Seguridad Social

**Identificación del contribuyente:** 10.0.19.58

**Concepto:** CC

**Razón Social:** 43208185

**Fecha y hora de la transacción:** Sábado 26 de Marzo de 2022 04:49:09 PM

**Nro. de comprobante:** 0000037942

**Valor pagado:** $ 290,300.00

**Cuenta:** *******7454

**Bancolombia S.A.**

Comuníquese con nuestra Sucursal Telefónica Bancolombia: Bogotá 343 0000 - Medellín 510 9000 - Cali 554 0505 - Barranquilla 361 8888 - Cartagena 693 4400 - Bucaramanga 697 2525 - Pereira 340 1213 - El resto del país 01 800 09 12345 - Sucursales Telefónicas en el exterior: España 900 995 717 - Estados Unidos 1866 379 9714, en caso de recibir una alerta o notificación de una transacción que presenta alguna irregularidad.

Bancolombia nunca le solicitará sus datos personales o de sus productos bancarios mediante vínculos de correo electrónico. En caso de recibir alguno, repórtelo de inmediato a correosospechoso@bancolombia.com

| Datos de referencia del contrato | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **Periodo del informe:** | MARZO | | **Supervisor del Contrato:** | **Oscar Alexander Guevara Saavedra** | |
| **Contratista:** | CATALINA TANGARIFE BERNAL | **Objeto del contrato:** | Prestación de servicios de apoyo a la gestión como educador físico en los grupos gerontológicos rurales y el programa de estilos de vida saludable | **No. Del contrato:** | 084 |

| Detalle de avance en productos y actividades | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **N°** | **Actividades contractuales.** | **Descripción de actividades ejecutadas en el periodo** | **Documentos de soporte o evidencias.** | **N°. De usuarios atendidos** | **Observaciones** |
| 1 | Informar a la comunidad acerca de la oferta de servicios de la entidad y los programas que acompaña | Realice la convocatoria para los diferentes programas ofrecidos por elinstituto, siempre invitando a que le cuenten a sus allegados, familiares oamigos de las actividades. Por medio de estados de mi wasaps | fotografía | Contactos de mi wasaps | La información de la diferente programación del instituto |
| 2 | Acompañar los eventos locales que se realicen en el municipio, relacionados con las actividades que acompaña en el marco de su objeto contractual. | En el mes de Marzo no acompañe ningún evento local porque no fui convocada a realizar ningún apoyo | N/A | N/A | Me encuentro a disposición para apoyar los eventos que surjan. |
| 3 | Acompañar los eventos regionales que se desarrollen en el departamento de Antioquia en los que participe en representación del municipio de Guarne, relacionados con las actividades que | En el mes de Marzo no acompañe ningún evento local porque no fui convocada a realizar ningún apoyo | N/A | N/A | Me encuentro a disposición para apoyar los eventos que surjan. |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | acompaña en el marco de su objeto contractual. | | | | |
| 4 | Realizar registro fotográfico y control de asistencia en las sesiones que acompaña en el marco del desarrollo de su objeto contractual. | Realice registro fotográfico y diligenciamiento de planillas de asistencia para llevar control de los usuarios atendidos y evidencia para el informe mensual | Fotografías y planillas de asistencia | 67 usuarios en los grupos de adulto mayor<br><br>141 niños y niñas de las instituciones educativas<br><br>30 usuarios del grupo de estilos de vida saludable<br><br>12 usuarios de aeróbicos rurales | No hay observaciones |
| 5 | Aplicar de manera adecuada y oportuna los correctivos y estímulos a los participantes de las sesiones que acompaña en el marco de su objeto contractual. | Durante las sesiones se realizan los respectivos correctivos de acuerdo a las necesidades que se presenten tales como : corrección de postura durante las sesiones , llamado de atención por llegadas tarde a las clases , llamados de atención por faltas de asistencia , invitación a los diferentes , clases , semilleros que se ofrece en el instituto | fotografía | 67 usuarios en los grupos de adulto mayor<br><br>141 niños y niñas de las instituciones educativas | Se motiva siempre a los usuarios a invitar a otras personas a participar de las actividades |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | 30 usuarios del grupo de estilos de vida saludable<br><br>12 usuarios de aeróbicos rurales | |
| 6 | Realizar un informe que permita hacer seguimiento de las personas vinculadas al programa que acompaña y su fidelidad al mismo Apoyar el proceso de convocatoria permanente acorde a las metas establecidas para los diferentes programas. | Realice informe del mes de Marzo donde se comunica las actividades que se realizaron durante el mes en los diferente grupos en los cuales realizo actividades . | Fotografías y planillas | 67 usuarios en los grupos de adulto mayor<br><br>141 niños y niñas de las instituciones educativas<br><br>30 usuarios del grupo de estilos de vida saludable<br><br>12 usuarios de aeróbicos rurales | No hay observaciones |
| 7 | Apoyar el proceso de convocatoria permanente acorde a las metas establecidas para los diferentes programas. | Realice convocatoria permanente durante todo el mes para hacer obtener más participantes en los diferentes grupos de adulto mayor , | Planillas de asistencia | 67 usuarios en los grupos de adulto mayor | Realice una invitación permanente para convocar y motivar a más personas a pertenecer a los diferentes grupos como estilos de vida |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | grupo de etilos de vida saludable y aérobico en la vereda de la candelaria | | 141 niños y niñas de las instituciones educativas<br><br>30 usuarios del grupo de estilos de vida saludable<br><br>12 usuarios de aeróbicos rurales | saludable, grupo de aeróbicos y grupos de adulto mayor. |
| 8 | Participar en el desarrollo de las jornadas pedagógicas que se programen en la entidad con la finalidad de fortalecer y mejorar los procesos metodológicos del programa que acompaña | Asistí a las diferentes jornadas pedagógicas que realizan este mes<br>24 de marzo con relación a los nuevos formatos para entrega de informes,<br>11 de marzo :Reunión informativa del equipo de trabajo de Actividad Física | fotografía | 13 promotores de Actividad Física | Requerimos seguir con las capacitaciones para obtenernuevas ideas y así conseguirun mejor desarrollo de las actividades del programa. |
| 9 | Educación física en las instituciones educativas y los grupos gerontológicos de la zona rural del municipio para un total de (16) sesiones semanales, las cuales pueden ser realizadas de forma virtual utilizando las diferentes plataformas digitales, en virtud de la pandemia del Coronavirus COVID – 19 o de forma presencial cumpliendo con los protocolos de Bioseguridad para evitar el contagio, | Este mes realice en las instituciones educativas actividades de velocidad y la velocidad de reacción en relevos, juegos y rondas que potencializan esta capacidad.<br>Realicé actividades de lateralidad pues encontré que la gran mayoría de niños aun no reconocen el lado derecho de el izquierdo.<br>Con el adulto mayor realice diferentes actividades, estimulación muscular | Planillas de asistencia fotografías | 67 usuarios de los grupos de adulto mayor<br><br>141 niños y niñas de las instituciones educativas | En las instituciones educativas se cuenta con poco material |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | de acuerdo a las Directrices Nacionales, Departamentales y Municipales | con el propio peso y con algunos materiales como bastones, sillas, balones, actividades musicalizadas que se realizan en su mayoría dentro de los salones comunales, actividades recreativas de trabajo en equipo, actividades de concentración y juegos se realizan mayormente en las canchas<br>realice el diligenciamiento de las planillas de asistencia mensual | | | |
| 10 | Diez (10) sesiones semanales de actividad física en el programa “estilos de vida saludable | Realice diferentes sesiones de clase ,donde cada una tuvo un objetivo diferentes pero la meta es siempre la misma mantener la comunidad que hace parte de este grupo siempre activa y en las mejores condiciones físicas , realice ejercicios de equilibrio circuitos de fuerza, circuitos de resistencia , actividades musicalizadas , actividades de coordinación , realice el diligenciamiento de las planillas de asistencia mensual | Planillas de asistencia y fotografías | 30 usuarios | El grupo se mantiene activo y ha crecido , anteriormente no bajaba de 17 usuarios dentro de la clase, ahora es de 25 esperemos mantenerlo y seguir creciendo . |
| 11 | Dos (2) sesiones semanales de aeróbicos en La Candelaria. | realice actividades musicalizada , rumba aeróbica para mejorar la resistencia aeróbica de esta población, dentro de la clase de aeróbico estoy implementando en la rutina ejercicios de Tae Bo y ha sido aceptado satisfactoriamente por los usuarios , | Planillas de asistencia | 12 usuarios | La población ha realizado convocatoria dentro de la misma comunidad y el grupo ha crecido , espero que se mantenga y seguir creciendo |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | realice diligenciamiento de las planilla de asistencia | | | |
| 12 | Acompañamiento a las actividades que determine la Gerencia, con previa antelación, para el buen funcionamiento y fortalecimiento del Instituto en la atención a los usuarios del INDER – GUARNE. | En el mes de Marzo no acompañe ningún actividad determinada por la gerencia porque no fui convocada a realizar ningún apoyo | N/A | N/A | Me encuentro a disposición para apoyar las actividades que surjan. |
| 13 | Apoyar la implementación y puesta en marcha de los protocolos de Bioseguridad del Instituto en sus actividades | Se hace énfasis en el autocuidado , en el lavado de manos antes y después de las actividades | fotografía | 67 usuarios en los grupos de adulto mayor<br><br>141 niños y niñas de las instituciones educativas<br><br>30 usuarios del grupo de estilos de vida saludable<br><br>12 usuarios de aeróbicos rurales | Aunque según el gobierno nacional haya permitido no usar tapabocas en espacios abiertos en algunos grupo de adulto mayor e instituciones educativas aún se debe usar el tapabocas |
| | | | | | |
| **Firma de Quien Reporta** | | | | | |
| **Visto Bueno** | | | | **aprobado** | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Fecha:** | 2 de Marzo de 2022 | **Fecha:** | 4 de Marzo de 2022 |
| **Número de Actividad Contractual:** | 10 - 5 | **Número de Actividad Contractual:** | 9 |
| **Lugar:** | INDER | **Lugar:** | Canoas |
| **Actividad** | Estilos de vida saludable | **Actividad** | Instituciones educativas rurales |
|  | |  | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Fecha:** | 11 de Marzo de 2022 | **Fecha:** | 8 de Marzo de 2022 |
| **Número de Actividad Contractual:** | 9 | **Número de Actividad Contractual:** | 9 |
| **Lugar:** | Canoas | **Lugar:** | San Jose |
| **Actividad** | Adulto mayor | **Actividad** | Instituciones educativas rurales |
|  | |  | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Fecha:** | 17 de Marzo de 2022 | **Fecha:** | 17 de Marzo de 2022 |
| **Número de Actividad Contractual:** | 9 | **Número de Actividad Contractual:** | 9 |
| **Lugar:** | San Isidro | **Lugar:** | San Isidro |
| **Actividad** | Instituciones educativas rurales | **Actividad** | Adulto Mayor |
|  | |  | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Fecha:** | 11 de Marzo de 2022 | **Fecha:** | 22 de Marzo de 2022 |
| **Número de Actividad Contractual:** | 8 | **Número de Actividad Contractual:** | 10 |
| **Lugar:** | INDER | **Lugar:** | INDER |
| **Actividad** | Reunión informativa con el equipo de trabajo | **Actividad** | Estilos de vida saludable |
|  | |  | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Fecha:** | 29 de Marzo de 2022 | **Fecha:** | 25 de Marzo de 2022 |
| **Número de Actividad Contractual:** | 1 | **Número de Actividad Contractual:** | 13 |
| **Lugar:** | Redes sociales | **Lugar:** | Canoas |
| **Actividad** | Difusión de información | **Actividad** | Adulto mayor |
|  | |  | |

INDER GUARNE
Pasión por la Vida

Inder Guarne

Listado de asistencia

actividad y grupo: San José | monitor: Catalina Tangarife B.

| # | Nombres Completos | Telefono | FECHA 1 | 15 | 22 | | Firmas |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Angela Maria galley | 3207376744 | ✓ | ✓ | | | |
| 2 | Mª cecilia H H | 3226724057 | ✓ | ✓ | ✓ | | Mª cecilia Herrera H |
| 3 | Maria Patricia Gall | 3104200 gala | H:30X | ✓ | ✓ | | Mª Patricia G. |
| 4 | Magia de la luz | 3217223760 | ✓ | ✓ | ✓ | | |
| 5 | [illegible] | 3218773579 | ✓ | ✓ | ✓ | | |
| 6 | Gladis Jara B. | 3226046544 | ✓ | ✓ | ✓ | | Gladis Jara Berrio |
| 7 | Maria Ema Zapata | 4499914 | ✓ | | | | Maria Ema Zapata |
| 8 | Margoni Carlina | 3105761109 | ✓ | ✓ | ✓ | | |
| 9 | Gloria Maria C | 3202385234 | ✓ | ✓ | | | |
| 10 | [illegible] | 3206960 | ✓ | ✓ | ✓ | | |
| 11 | Maria Lucia [illegible] | 31979245143 | ✓ | ✓ | ✓ | | |
| 12 | Gloria Patricia Z | 3023661687 | ✓ | ✓ | ✓ | | Gloria Z Z |
| 13 | Yasmira del C Vasquez | 21785846 | ✓ | ✓ | ✓ | | Yasmira del C Vasquez |
| 14 | | | | | | | |
| 15 | | | | | | | |
| 16 | | | | | | | |
| 17 | | | | | | | |
| 18 | | | | | | | |
| 19 | | | | | | | |
| 20 | | | | | | | |
| 21 | | | | | | | |
| 22 | | | | | | | |

COORDINADOR: Gloria FECHA: 1-03 TELEFONO: 302366 DURACION SESION 60 minutos

COORDINADOR: Gloria FECHA: 15-03 TELEFONO: 3023661687 DURACION SESION 60 minutos

COORDINADOR: Gloria FECHA: 22-03 TELEFONO: 3023661687 DURACION SESION 60 minutos

COORDINADOR: Gloria FECHA: TELEFONO: DURACION SESION

COORDINADOR: FECHA: TELEFONO: DURACION SESION

INDER GUARNE
Pasión por la Vida

Listado de asistencia

Inder Guarne

actividad y grupo: Barra cal | monitor: Catalina Tangarife B.

| # | Nombres Completos | Telefono | FECHA 2 | 9 | 16 | 23 | Firmas |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Carmelina Sotos | | X | X | X | X | Carmelina Sanchez |
| 2 | Gloria Cecilia Yepes R | 3116242330 | X | X | | X | Gloria Cecilia Yepes R. |
| 3 | Olvado y Gonsalve C | 3042899267 | X | X | X | | |
| 4 | Consuelo Herrera | 2918901 | X | X | X | X | Consuelo Herrera |
| 5 | Rosa Tabiciato | 3117078360 | X | X | X | | Rosa Tabiciato B. |
| 6 | Esperanza Sabaleta | 3126502305 | X | X | X | X | Esperanza Sabaleta G |
| 7 | Nohemi Yepes R | 3008247624 | X | X | X | X | Nohemi Yepes R |
| 8 | Gabriela Yepes. | 4797948 | X | X | X | X | Gabriela Yepes R. |
| 9 | Esperanza Alzate | 3128683191 | X | X | X | X | Esperanza Restrepo A. |
| 10 | Paulina Tpo | 3017085 | X | X | X | | Paulina T.P.S. |
| 11 | Alba Rocio Lopez | 2748873 | X | X | X | X | Alba Rocio Lopez |
| 12 | Yeny Eugenia | 3126111598 | X | X | X | X | |
| 13 | Piedad del S. Ramirez R | 3127764743 | | X | | X | Piedad del S. Ramirez R. |
| 14 | Luz Dolly Herrera Y | 3116266894 | | X | X | X | Dolly Herrera Y |
| 15 | Yarmeny Lucia Yepes | 3122443244 | X | | X | X | Yarmeny Lucia Yepes |
| 16 | Virgilia Hoyos | 3106821779 | X | X | X | X | Virgilia Hoyos |
| 17 | Maria del Socorro Valencia | 3145664900 | X | X | X | X | Maria del Socorro Valencia |
| 18 | | | | | | | |
| 19 | | | | | | | |
| 20 | | | | | | | |
| 21 | | | | | | | |
| 22 | | | | | | | |

COORDINADOR: Sonia Cecilia Yepes Ri FECHA: 03-02- TELEFONO: 3116242330 DURACION SESION 1-hora

COORDINADOR: Sonia Cecilia Yepes Ri FECHA: 03-09 TELEFONO: 3116242330 DURACION SESION 1-hora

COORDINADOR: Sonia Cecilia Yepes Ri FECHA: 03-16 TELEFONO: 3116242330 DURACION SESION 1 hora

COORDINADOR: Sonia Cecilia Yepes Ri FECHA: 03-23 TELEFONO: 3116242330 DURACION SESION 1 hora

COORDINADOR: _____ FECHA: _____ TELEFONO: _____ DURACION SESION _____

INDER GUARNE
Pasión por la Vida

Inder Guarne

Listado de asistencia

actividad y grupo: Canoas

monitor: Catalina Tabarquino Bernal

| # | Nombres Completos | Telefono | FECHA 3 | 11 | 18 | 25 | Firmas |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Ma Rosa Cardenas | 3217940331 | X | ✓ | X | X | |
| 2 | Bertha Cardenas | — — | X | ✓ | X | X | |
| 3 | Dc Margarita Calavid | 3128433270 | X | ✓ | | X | |
| 4 | Alba Lucia Berrio | 3172879499 | X | ✓ | X | X | |
| 5 | Valentina Zapata | 3147353943 | X | ✓ | ✓ | X | |
| 6 | Margarita Cardenas | 3143661416 | X | ✓ | ✓ | X | |
| 7 | Lili Berrio V | 5743975 | X | | ✓ | X | |
| 8 | Rubiela Cardenas | 3137427974 | X | X | ✓ | X | |
| 9 | Romelia Cardenas | 3207398440 | X | X | ✓ | ✓ | |
| 10 | Rubiria Ospina | — — | X | X | ✓ | ✓ | |
| 11 | Rosalba Garcia | 3208123632 | X | X | ✓ | ✓ | |
| 12 | Rosmira Cardenas | 3175694404 | X | X | ✓ | X | |
| 13 | Mampara Ayala | 3116462396 | X | X | ✓ | X | |
| 14 | Margora Cardenas | 3105761109 | X | X | X | | |
| 15 | Ruben Ayala | 5744948 | X | X | ✓ | X | |
| 16 | Nelly Roldan B | 3127036561 | X | X | X | X | |
| 17 | Ma Romelia Orozco | 3017984728 | X | X | | X | |
| 18 | Gloria Gallego | — — | X | X | X | X | |
| 19 | Rosalba Berrio | 3143957985 | X | X | X | X | |
| 20 | | | | | | | |
| 21 | | | | | | | |
| 22 | | | | | | | |

COORDINADOR: Romelia cardenas FECHA: 03-4 TELEFONO: 3207398440 DURACION SESION 1 hora

COORDINADOR: Romelia Cardenas FECHA: 03-11 TELEFONO: 3207398440 DURACION SESION 1 hora

COORDINADOR: Romelia cardenas FECHA: 03-18 TELEFONO: Romelia c. DURACION SESION 1 hora

COORDINADOR: Romelia Cardenas FECHA: 03-25 TELEFONO: Romelia c. DURACION SESION 1 hora

COORDINADOR: Romelia cardenas FECHA: _____ TELEFONO: Romelia c. DURACION SESION 1 hora

INDER GUARNE
Pasión por la vida

Inder Guarne

Listado de asistencia

actividad y grupo: San Isidro

monitor: Catalina Tangarife Bernal

| # | Nombres Completos | Telefono | FECHA 3 | 10 | 17 | 24 | Firmas |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Martha I. García A | 3206339233 | X | X | X | X | |
| 2 | JORGE Euraldo Cano | 3042823721 | X | X | X | X | |
| 3 | Ana e Correa | 15718496 | X | X | X | | |
| 4 | LUZ ELENA | 3255210 | X | X | X | X | LUZ ELENA VELEZ |
| 5 | Mariela Rios | 3007155385 | X | X | X | X | Mariela Rios |
| 6 | Luz Mila Rivera | 1137107727 | | X | X | X | Luz Mila |
| 7 | María Egia Pulido | 407 [illegible] 98 | X | X | X | | María Egia Pulido |
| 8 | Dora Elina calderón | 3145770251 | X | X | | X | Dora Elina calderón |
| 9 | Gloria COSMOS | | X | X | X | X | Gloria COSMOS |
| 10 | Luz Mery Atehortúa | 3113537184 | X | X | X | X | Luz Mery Atehortúa |
| 11 | Emma Echeverry | 310422.95.28 | X | X | | X | Emma |
| 12 | Elizabeth Zapata | 3628190 | X | X | X | X | Elizabeth Zapata |
| 13 | María Eugenia | 3105236396 | X | X | | X | María Eugenia Valencia |
| 14 | María de la Luz R | 322-5820713 | | X | X | X | María de la Luz Rios ossa |
| 15 | Emilia Velasquez | 3240135? | X | X | X | X | Emilia Velasquez |
| 16 | María Estela Jara | 3243080868 | X | X | X | X | [illegible] |
| 17 | Lina María Rios | 3128482079 | X | X | X | X | Lina Ma Rios Y. |
| 18 | Lucelly Betancur | 3117667899 | X | X | X | X | Lucelly B. |
| 19 | | | | | | | |
| 20 | | | | | | | |
| 21 | | | | | | | |
| 22 | | | | | | | |

COORDINADOR: Mariela Rios FECHA: 03-03 TELEFONO: 3007155385 DURACION SESION 1 hora

COORDINADOR: Mariela Rios FECHA: 03-10 TELEFONO: 3007155385 DURACION SESION 1 hora

COORDINADOR: Mariela Rios FECHA: 03-17 TELEFONO: 3007155385 DURACION SESION 1 hora

COORDINADOR: Mariela Rios FECHA: 03-24 TELEFONO: 3007155385 DURACION SESION 1 hora

COORDINADOR: _____ FECHA: _____ TELEFONO: _____ DURACION SESION _____

**INDER GUARNE 2022**
**PLANILLAS DE ASISTENCIA PARA EDUCACION FISICA EN INSTITUCIONES EDUCATIVAS.**
**MES REPORTADO:** Marzo
**PROMOTOR:** Catalina Taugarte B.
**TELEFONO:** 3137093503

| | FECHA | INSTITUCION | GRUPOS ATENDIDOS | Nº PARTICIPANTES | FIRMA COORDINADOR O DOCENTE | DOCUMENTO | TELEFONO |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1-8-15 22-25 | Marzo | Sede San Jose | 0° a 5° | 26 | | 43210459 | 3007132018 |
| 2-9-16-23 | Marzo | Sede Berracal | 1° a 5° | 26 | | 21420529 | 3128050731 |
| 3-10 17-25 | Marzo | San Isidro | 0° 5° | 42 | | 71661664 | 3113711872 |
| 4-11 18-25 | Marzo | La Milagrosa | 0°- 5° | 47 | Adriana V. | 21731495 | 3108449346 |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

# PLANEACION DE CLASE
# AEROBICOS

| | | |
|---|---|---|
| NOMBRE PROMOTOR: | | Catalina Tangarife Bernal |
| FECHAS: | | MARZO |
| GRUPOS: | | La Candelaria |
| OBJETIVO: | | Trabajar la resistencia aeróbica por medio de ejercicios de media y baja intensidad. |
| DESARROLLO DE ACTIVIDADES: | | |
| PARTE INICIAL: | TIEMPO:<br><br>10 min | Movilidad articular |
| PARTE CENTRAL: | TIEMPO:<br><br>40 min | Se realizan diferentes movimientos de baja y media intensidad con el acompañamiento de diferentes ritmos musicales, también algunos movimientos de tae bo, como puños y patadas, puños en posición de defensa adelante y a, los laso |
| PARTE FINAL: | TIEMPO:<br><br>10 min | Estiramiento |
| OBSERVACIONES: | | El grupo ha crecido , esperamos mantener el entusiasmo y la buenas asistencia de los usuarios |
| MATERIALES: | | sonido |
| METODOLOGIA: | | |

**PLANEACION DE CLASE**
**INSTITUCIONES EDUCATIVAS**

| | | |
|---|---|---|
| NOMBRE PROMOTOR: | | Catalina Tangarife Bernal |
| FECHAS: | | 1-4 de Marzo de 2022 |
| GRUPO: | | Institución educativa vereda San José<br>Institución educativa vereda Berracal<br>Institución educativa vereda San Isidro<br>Institución educativa vereda Canoas |
| OBJETIVO: | | desarrollar y afianzar habilidades motrices básicas para la práctica del atletismo |
| DESARROLLO DE ACTIVIDADES: | | |
| PARTE INICIAL: | TIEMPO:<br>10MIN | Movilidad articular |
| PARTE CENTRAL: | TIEMPO:<br>40 MIN | Se realizan actividades de relevos, donde se trabaja velocidad<br>Se divide el grupo en varios sub grupos los cuales se ordenan por filas , realizando carreras con diferentes obstáculos , como : conos, platillos , aros , llegando hacia un punto señalado se devuelven según indique la profesora para tocar su compañero que sigue en la fila . |
| PARTE FINAL: | TIEMPO:<br>10 MIN | Realización de estiramiento muscular |
| OBSERVACIONES: | | En las instituciones se cuenta con poco material para desarrollar las actividades |
| MATERIALES: | | Conos , platillos ,aros |
| METODOLOGIA: | | |

**PLANEACION DE CLASE**
**INSTITUCIONES EDUCATIVAS**

| | | |
|---|---|---|
| NOMBRE PROMOTOR: | | Catalina Tangarife Bernal |
| FECHAS: | | 7 -11 de marzo de 2022 |
| GRUPO: | | Institución educativa vereda San José<br>Institución educativa vereda Berracal<br>Institución educativa vereda San Isidro<br>Institución educativa vereda Canoas |
| OBJETIVO: | | Desarrollar y afianzar habilidades motrices básicas para la práctica del atletismo |
| DESARROLLO DE ACTIVIDADES: | | |
| PARTE INICIAL: | TIEMPO:<br>10MIN | Movilidad articular |
| PARTE CENTRAL: | TIEMPO:<br>40 MIN | Se realiza actividad, juegos de coordinación deben seguir las instrucciones de la profesora ,juegos de atención y reacción como 2 nunca 3 , pato pato ganzo, sol y luna |
| PARTE FINAL: | TIEMPO:<br>10 MIN | Realización de estiramiento muscular |
| OBSERVACIONES: | | |
| MATERIALES: | | Silbato |
| METODOLOGIA: | | |

**PLANEACION DE CLASE**
**INSTITUCIONES EDUCATIVAS**

| | | |
|---|---|---|
| NOMBRE PROMOTOR: | | Catalina Tangarife Bernal |
| FECHAS: | | 14-18 de marzo de 2022 |
| GRUPO: | | Institución educativa vereda San Jose<br>Institución educativa vereda Berracal<br>Institución educativa vereda San Isidro<br>Institución educativa vereda Canoas |
| OBJETIVO: | | Desarrollar y afianzar habilidades motrices básicas para la práctica del atletismo |
| DESARROLLO DE ACTIVIDADES: | | |
| PARTE INICIAL: | TIEMPO:<br>10MIN | Movilidad articular |
| PARTE CENTRAL: | TIEMPO:<br>40 MIN | Se realizan actividades de relevos, donde se trabaja velocidad<br>Se divide el grupo en varios sub grupos los cuales se ordenan por filas , realizando carreras con diferentes obstáculos como : conos, platillos , aros y diferentes desplazamientos como : hacia adelante , hacia atrás , lateral , llegando hacia un punto señalado se devuelven según indique la profesora para tocar su compañero que sigue en fila. |
| PARTE FINAL: | TIEMPO:<br>10 MIN | Realización de estiramiento muscular |
| OBSERVACIONES: | | No hay suficiente material en las instituciones educativas |
| MATERIALES: | | Silbato, conos, aros, platillos |
| METODOLOGIA: | | |

**PLANEACION DE CLASE**
**INSTITUCIONES EDUCATIVAS**

| | | |
|---|---|---|
| NOMBRE PROMOTOR: | | Catalina Tangarife Bernal |
| FECHAS: | | 21-25 de marzo de 2022 |
| GRUPO: | | Institución educativa vereda San José<br>Institución educativa vereda Berracal<br>Institución educativa vereda San Isidro<br>Institución educativa vereda Canoas |
| OBJETIVO: | | Desarrollar y afianzar habilidades motrices básicas para la práctica del atletismo |
| DESARROLLO DE ACTIVIDADES: Diagnóstico de los grupos | | |
| PARTE INICIAL: | TIEMPO:<br>10MIN | Movilidad articular |
| PARTE CENTRAL: | TIEMPO:<br>40 MIN | Se realizan actividades de relevos , donde se trabaja velocidad y lateralidad<br>Se divide el grupo en varios sub grupos los cuales se ordenan por filas , se realizan desplazamientos hacia adelante, desplazamientos hacia atrás , desplazamientos hacia la derecha o izquierda llegando hacia un punto señalado se devuelven según indique la profesora para tocar su compañero que sigue en la fila . |
| PARTE FINAL: | TIEMPO:<br>10 MIN | Realización de estiramiento muscular |
| OBSERVACIONES: | | |
| MATERIALES: | | |
| METODOLOGIA: | | |

**PLANEACION DE CLASE**
**INSTITUCIONES EDUCATIVAS**

| | | |
|---|---|---|
| NOMBRE PROMOTOR: | | Catalina Tangarife Bernal |
| FECHAS: | | 28 -31 de marzo de 2022 |
| GRUPO: | | Institución educativa vereda San José<br>Institución educativa vereda Berracal<br>Institución educativa vereda San Isidro<br>Institución educativa vereda Canoas |
| OBJETIVO: | | Reconocer las salidas en las carreras de atletismo |
| DESARROLLO DE ACTIVIDADES: | | |
| PARTE INICIAL: | TIEMPO:<br>10MIN | Movilidad articular |
| PARTE CENTRAL: | TIEMPO:<br>40 MIN | Se muestra las salida alta y la salida baja en las carreras de atletismo , se pone en práctica con algunas competencias entre los compañeros |
| PARTE FINAL: | TIEMPO:<br>10 MIN | Realización de estiramiento muscular |
| OBSERVACIONES: | | |
| MATERIALES: | | Silbato , conos , platillos |
| METODOLOGIA: | | |