INFORME ACTIVIDADES CONTRATISTA INDEPORTES CUNDINAMARCA CONTRATO 518 DE 2022

Objeto del Contrato: Prestación de 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 del instituto departamental para la recreación y el deporte de Cundinamarca	**INFORME FINAL**
NOMBRE DEL SUPERVISOR JUAN FRANCISCO MÉNDEZ LASPRIELLA	

INFORMACIÓN FINAL

MUNICIPIO	CÁQUEZA – PROVINCIA ORIENTE
FECHA DEL INFORME	07 DE JULIO 2022
PERIODO DEL INFORME	07 DE FEBRERO 2022 AL 06 DE JULIO 2022
CONTRATISTA	LUIS ALEXANDER CÉSPEDES BENITO

PRINCIPALES ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL PERIODO.

Dando alcance al objeto contractual del contrato de Prestación de servicios **No. 518 de 2022** me permito informar las actividades de mayor relevancia en el siguiente informe final.

Ejecución del contrato por el tiempo de: **5 MESES.**

- **OBLIGACION 1**

Realicé el proceso de convocatoria por medio de la emisora LA VOZ DE CÁQUEZA, informando acerca del inicio de los entrenamientos de futbol de salón, también realicé un póster el cual fue divulgado a través de las redes sociales como WhatsApp y Facebook. Adicionalmente, me reuní con la señora Rocío presidenta de la Junta de Acción Comunal de la vereda Rionegro sur quien divulgo la información con la población que allí reside y recibí colaboración de la coordinadora de deportes de Cáqueza, quien me puso en contacto con la docente de la Escuela Hoya de Santiago ubicada en la vereda que lleva su mismo nombre, para realizar la convocatoria con los estudiantes.

Finalmente, me reuní con algunos de los integrantes de la Junta de acción comunal de la vereda Placitas para llevar a cabo una nueva convocatoria en esta zona.
Este proceso se mantuvo abierto durante todo el periodo de actividades, en busca de aumentar la cobertura y tener un mayor impacto con el programa dentro de la población.

- **OBLIGACION 2**

Proyectamos en conjunto con los compañeros instructores de fútsal de la provincia de oriente, la creación del plan pedagógico y mallas curriculares de todos los niveles de formación (iniciación, fundamentación y perfeccionamiento), enfocados a la disciplina deportiva de fútbol de salón.
Presenté y adjunté al drive todos los documentos en los tiempos y términos estipulados, manteniendo la plataforma actualizada conforme a lo solicitado por la subgerencia técnica y cumpliendo a cabalidad con esta obligación.

- **OBLIGACION 3**

Preparé y ejecuté con los deportistas todas las sesiones de trabajo planteadas en el plan pedagógico y en la malla pedagógica, desplegando estas en cada uno de los sitios y en los horarios establecidos (Vereda Rionegro sur, vereda placitas y escuela Hoya de Santiago). Además de desarrollar de manera presencial cada una de las actividades programadas en los tres niveles de formación.

Dejé constancia mes a mes y a través de la plataforma Drive del trabajo realizado, este acorde al tiempo y con las características solicitadas por la subgerencia técnica de Indeportes Cundinamarca.

- **OBLIGACION 4**

Conformé los grupos de trabajo establecidos en cada uno de los niveles de formación. Sin embargo, solo hasta el mes de mayo se alcanzó la cobertura solicitada por lo que se mantuvo abierto todo el tiempo, el proceso de convocatoria e inscripción en la escuela de formación de futbol de salón.

COBERTURA	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO	JULIO
INICIACIÓN	0	0	0	14	14	14
FUNDAMENTACIÓN	13	12	16	21	21	21
PERFECCIONAMIENTO	0	20	23	19	19	19
Total	13	32	39	54	54	54

De igual manera, tome asistencia y evidencia fotográfica de los deportistas en cada una de las sesiones de formación, consolidando y actualizando estas en la plataforma y el formato dispuesto para ello y entregando el informe conforme lo establecido, dando así cumplimiento a este requerimiento.

- **OBLIGACION 5**

Durante el tiempo de trabajo realizado me esforcé y propendí porque los niños, niñas y jóvenes, durante los entrenamientos y actividades deportivas utilizaran adecuadamente el uniforme y portaran este con altura, compromiso y responsabilidad. Además de que tanto los deportistas como mi persona, dejáramos siempre en alto la imagen y nombre de Indeportes Cundinamarca.
También, se hizo buen uso de la imagen en cada uno de los Póster realizados para la divulgación de la escuela de formación de futbol de salón.

- **OBLIGACION 6**

Ejecuté treinta y seis (36) sesiones de trabajo al mes con cada uno de los niveles de formación conformados para fútbol de salón y llevando a cabo el cronograma establecido. Desarrolle durante cada semana nueve sesiones con una duración mínima de dos horas, en los días lunes, martes, miércoles y jueves. Estas se realizaron acorde a los tiempos, espacios y bajo las indicaciones dadas por la subgerencia técnica.

- **OBLIGACION 7**

Realicé mes a mes la consolidación y actualización de la información solicitada por Indeportes, llevando a cabo la creación de las carpetas en la plataforma Drive y en donde se alimentaron estas con la información requerida (Actas, asistencia, cobertura, certificados, planillas, cuentas de cobro, planes mensuales y semanales, etc.)

- **OBLIGACION 8**

Presenté mes a mes y de manera oportuna al supervisor de la provincia, cada una de las sesiones planeadas mensualmente, describiendo en estas los objetivos, aspectos físicos, técnicos y evaluativos a tener en cuenta, así como los métodos empleados en ellas y todos los componentes que se necesitaron de refuerzo para un mejor desempeño de los deportistas.

Realicé y adjunté el soporte fotográfico, evidenciando el trabajo llevado a cabo en cada sesión con cada uno de los niveles de formación, este de acuerdo al formato establecido y destacando las actividades físicas desarrolladas en clase (ejercicios de calentamiento, juegos pre deportivos, actividades recreativas, encuentros deportivos, entre otras)

- **OBLIGACION 9**

Realicé durante el mes de mayo del presente, las pruebas antropométricas del Test de valoración establecido por Indeportes Cundinamarca, aplicando la técnica y consolidando los datos de acuerdo a las indicaciones dadas. En esta se realizó una valoración corporal con toma de peso, estatura de pie, estatura sentado, conjunto a las evaluaciones motrices físicas; shuttle run, salto horizontal, carrera de 20 metros lanzados y test de lagger, a cada uno de los niños, niñas y jóvenes de la escuela de formación deportiva de fútbol de salón de Cáqueza Cundinamarca. Finalmente, se dejó constancia de cada uno de los formatos en el informe mensual subido a la plataforma estipulada para tal fin (Drive).

- **OBLIGACION 10**

Entregué mes a mes la certificación expedida y debidamente firmada por la coordinadora de deportes del municipio de Cáqueza, en esta relaciona la ejecución de las actividades deportivas realizadas de acuerdo con las obligaciones contractuales adquiridas como formador deportivo en la modalidad de fútbol de salón y de la cual se dejó copia en la plataforma Drive.

- **OBLIGACION 11**

Tras los cinco (5) meses laborados, apoyé a los demás componentes en las diferentes actividades en los municipios asignados por la Subgerencia Técnica. Estas fueron:

- 23/03/2022 Reunión presencial con la Dra. Liliana Ramírez gerente Indeportes para entrega de uniformes (Coliseo Cáqueza).
- 06/04/2022 Apoyo en la Celebración del día mundial de la Actividad Física, en el municipio de Cáqueza Cundinamarca.
- 20/04/2022 Festival de Futbol de salón en Cáqueza Cundinamarca.
- 21/04/2022 Festival de Futbol de salón en Cáqueza Cundinamarca.
- 12/06/2022 Carrera de la mujer en Chipaque Cundinamarca.

- **OBLIGACION 12**

Asistí a las reuniones que el gestor William Moya convoco de la siguiente manera:

- 12/02/2022 Inducción e introducción sobre las actividades a desarrollar con cada una de nuestra población beneficiada del programa de deporte formativo.
- 23/02/2022 Capacitación sobre política de capacitación sobre política pública, deporte formativo y diligenciamiento de formato para informes mensuales.
- 08/02/2022 Inducción virtual sobre los parámetros laborales a desarrollarse en cada una de las escuelas de formación recreo-deportivas del departamento de Cundinamarca.
- 17/02/2022 Inducción virtual sobre diligenciamiento de formatos exigidos por Indeportes para los respectivos pagos mensuales.
- 11/03/2022 Capacitación Política pública del deporte
- 22/03/2022 Reunión virtual de formadores deportivos provincia de Oriente.
- 19/03/2022 Se invitó a través de Facebook y WhatsApp a la comunidad de Cáqueza a participar en la divulgación de la Política Pública del Deporte.
- 22/03/2022 Reunión de formadores deportivos provincia de Oriente.

- 23/03/2022 Reunión presencial con la Dra. Liliana Ramírez gerente Indeportes para entrega de uniformes (Coliseo Cáqueza).

- 24/03/2022 Se trabajó y divulgó a los residentes de la vereda Rio negro Sur, la Política Pública del Deporte.

- 19/04/2022 Reunión virtual para capacitación “diligenciamiento del formato de planeación y seguimiento de la cobertura poblacional”.

- 22/04/2022 Reunión virtual donde se realizó la capacitación de la elaboración del informe de gestión contractual.

- 13/05/2022 Capacitación con el fin de tratar temas relacionados sobre los test de valoración en el municipio de Chipaque.

- 17/05/2022 Reunión virtual para divulgación formato test de valoración.

- 23/05/2022 Reunión virtual con el fin de establecer parámetros para la realización del informe del mes de mayo y revisar el cumplimiento de los test de valoración

- 1/06/2022 Reunión componente deporte formativo provincia de oriente tema radicación informes mes de mayo, obligaciones pendientes en el mes de junio.

- 07/06/2022 Reunión virtual con el gestor William Moya capacitación con Nelson, política pública. Tema socialización proceso de ejecución de encuestas por municipio.

- 10/06/2022 Asistí reunión virtual acerca de la carrera de la mujer orientuna.

- 16/06/2022 Asistí a la reunión virtual sobre seguimiento a la aplicación de las encuestas de política pública.

- 18/06/2022 Asistí a capacitación, tema primeros auxilios y protocolo de primer respondiente en Cáqueza Cundinamarca.

- 06/07/2022 Reunión componente deporte formativo provincia de oriente sobre radicación informes junio, obligaciones pendientes en el mes de julio

- **OBLIGACION 13**

Durante los meses laborados no se solicitó el diligenciamiento del Formato FUID por parte de Indeportes Cundinamarca, dado que no se requirió.

- **OBLIGACION 14**

Consolidé y presenté en la plataforma de SECOP II el informe de ejecución contractual conforme al formato solicitado y sus respectivos soportes de acuerdo a lo establecido. Se adjuntó mes a mes:

- Cuenta de cobro con el correspondiente número de radicación.
- Informe de gestión contractual en formato solicitado.
- Soporte de cancelación de aportes parafiscales según el mes correspondiente
- Informe de evidencias según lo solicitado por el supervisor.

Lo anterior, se cargó en formato pdf y sin contraseñas o en formato comprimido si este superaba el orden establecido, estipulando que mis pagos y obligaciones contractuales se encontraron al día durante la prestación del servicio.

- **OBLIGACION 15**

Durante la prestación de mis servicios y la ejecución del contrato, realicé la entrega oportuna al supervisor de los documentos solicitados y bajó los parámetros estipulados, estudios y demás productos elaborados del mismo, en formato digital y modificable.

- **OBLIGACION 16**

En calidad de contratista índico que las obligaciones con el Sistema Seguridad Social, Salud y pensiones se han efectuado de la siguiente manera:

Periodo	IBC	Salud	Pensión	ARL	Planilla
Enero	1.000.000	79.200	101.400	15.500	22681322
Febrero	1.000.000	125.000	160.000	24.400	22687839
Marzo	1.000.000	125.000	160.000	24.400	22906924
Abril	1.000.000	125.000	160.000	24.400	23095195
Mayo	1.000.000	125.000	160.000	24.400	23356309
Junio	1.000.000	125.000	160.000	24.400	23602853
Totales	6.000.000	704.200	901.400	137.500	

Cobertura total a la finalización del contrato:

GRUPOS DE TRABAJO	TOTAL DE NIÑOS
INICIACION	14
FUNDAMENTACION	21
PERFECCIONAMIENTO	19
TOTAL	54

Modalidad de contratación	CPS	Valor contrato	Plazo	Registro No
Contratación directa	518	$ 8.570.000	5 MESES	2022000313

Confirmo, como contratado que a la fecha INDEPORTES queda a paz y salvo por todo concepto con el profesional abajo firmante.

CONTRATISTA:	
Nombre:	LUIS ALEXANDER CESPEDES BENITO



Firma:

RELACIÓN DE ANEXOS

COBERTURA:

ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO

PROVINCIA: Cáqueza- Cundinamarca

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															
7 AÑOS															
8 AÑOS															
9 AÑOS	3	1		3		1									4
10 AÑOS	4	1		4		1									5
11 AÑOS	2			2											2
12 AÑOS	2			2											2
13 AÑOS															
14 AÑOS															
15 AÑOS															
16 AÑOS															
17 AÑOS															
TOTALES	11	2		11		2									13

COBERTURA FEBRERO

ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO

PROVINCIA: Cáqueza- Cundinamarca

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															
7 AÑOS															
8 AÑOS															
9 AÑOS	3			3											3
10 AÑOS	4	2		4		2									6
11 AÑOS	4			4											4
12 AÑOS	3			3											3
13 AÑOS	4	1		4		1									5
14 AÑOS	5			5											5
15 AÑOS	3			3											3
16 AÑOS	3			3											3
17 AÑOS															
TOTALES	29	3		29		3									32

COBERTURA MARZO

ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO

PROVINCIA: Cáqueza- Cundinamarca

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															
7 AÑOS															
8 AÑOS															
9 AÑOS	5			5											5
10 AÑOS	4	2		4		2									6
11 AÑOS	4			4											4
12 AÑOS	5			5											5
13 AÑOS	4	1		4		1									5
14 AÑOS	5	1		5		1									6
15 AÑOS	3	1		3		1									4
16 AÑOS	4			4											4
17 AÑOS															
TOTALES	34	5		34		5									39

COBERTURA MES ABRIL

ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO

PROVINCIA: Cáqueza- Cundinamarca

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	1	2		1		2									3
7 AÑOS	2	1		2		1									3
8 AÑOS	4	2		4		2									6
9 AÑOS	5	2		5		2									7
10 AÑOS	4	3		4		3									7
11 AÑOS	4			4											4
12 AÑOS	5			5											5
13 AÑOS	4	2		4		2									6
14 AÑOS	4	1		4		1									5
15 AÑOS	3	1		3		1									4
16 AÑOS	4			4											4
17 AÑOS															
TOTALES	40	14		40		14									54

COBERTURA MES MAYO 2022

ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO

PROVINCIA: Cáqueza- Cundinamarca

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	1	2		1		2									3
7 AÑOS	2	1		2		1									3
8 AÑOS	4	2		4		2									6
9 AÑOS	5	2		5		2									7
10 AÑOS	4	3		4		3									7
11 AÑOS	4			4											4
12 AÑOS	5			5											5
13 AÑOS	4	2		4		2									6
14 AÑOS	4	1		4		1									5
15 AÑOS	3	1		3		1									4
16 AÑOS	4			4											4
17 AÑOS															
TOTALES	40	14		40		14									54

COBERTURA MES JUNIO 2022

ESCUELA DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLANILLA DE COBERTURA/GRUPOS POBLACIONALES Y % DE CUMPLIMIENTO

PROVINCIA: Cáqueza- Cundinamarca

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	1	2		1		2									3
7 AÑOS	2	1		2		1									3
8 AÑOS	4	2		4		2									6
9 AÑOS	5	2		5		2									7
10 AÑOS	4	3		4		3									7
11 AÑOS	4			4											4
12 AÑOS	5			5											5
13 AÑOS	4	2		4		2									6
14 AÑOS	4	1		4		1									5
15 AÑOS	3	1		3		1									4
16 AÑOS	4			4											4
17 AÑOS															
TOTALES	40	14		40		14									54

COBERTURA MES JULIO 2022

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:

- **Iniciación:**





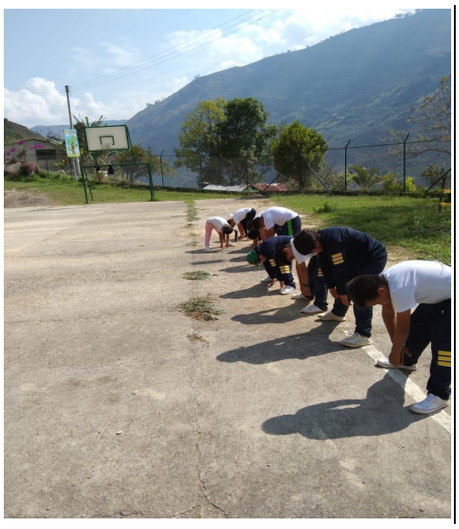








- **Fundamentación**













- **Perfeccionamiento:**





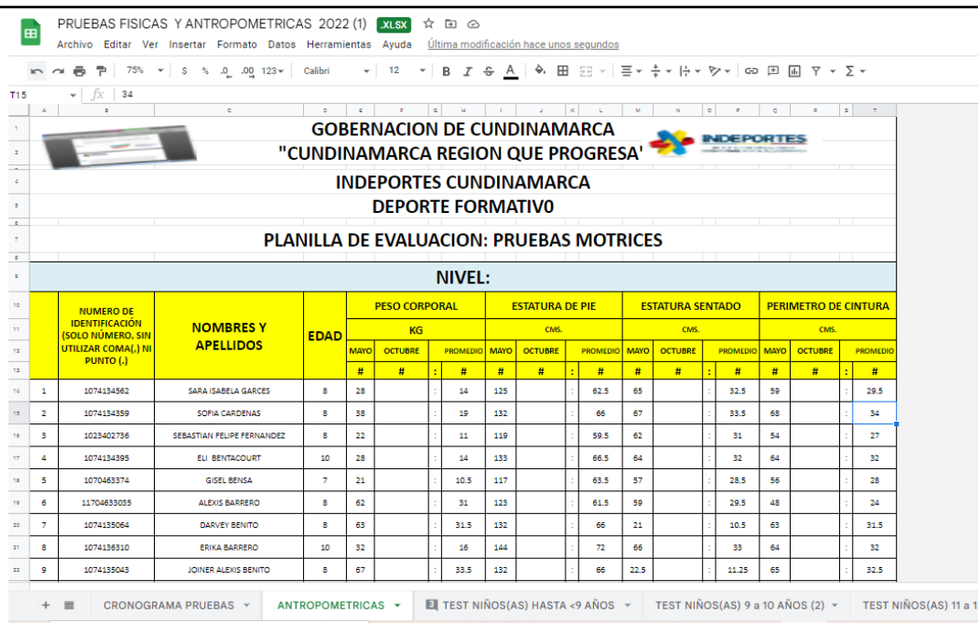








TEST DE VALORACIÓN



PRUEBAS FISICAS Y ANTROPOMETRICAS 2022 (1) .XLSX

Archivo Editar Ver Insertar Formato Datos Herramientas Ayuda Última modificación hace unos segundos

T15 | 34

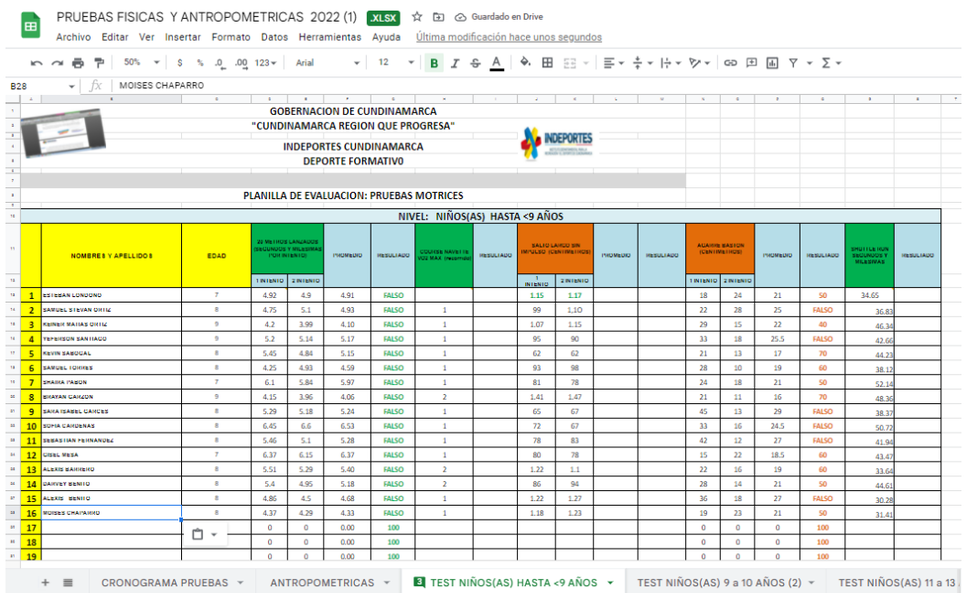
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL:

	NUMERO DE IDENTIFICACIÓN (SOLO NÚMERO, SIN UTILIZAR COMA(,) NI PUNTO (.)	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	PESO CORPORAL KG			ESTATURA DE PIE CMS.			ESTATURA SENTADO CMS.			PERIMETRO DE CINTURA CMS.		
				MAYO	OCTUBRE	PROMEDIO	MAYO	OCTUBRE	PROMEDIO	MAYO	OCTUBRE	PROMEDIO	MAYO	OCTUBRE	PROMEDIO
				#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#	#
1	1074134562	SARA ISABELA GARCES	8	28		14	125		62.5	65		32.5	59		29.5
2	1074134359	SOFIA CARDENAS	8	38		19	132		66	67		33.5	68		34
3	1023402736	SEBASTIAN FELIPE FERNANDEZ	8	22		11	119		59.5	62		31	54		27
4	1074134395	ELI BENTACOURT	10	28		14	133		66.5	64		32	64		32
5	1070463374	GISEL BENSA	7	21		10.5	117		63.5	57		28.5	56		28
6	11704633035	ALEXIS BARRERO	8	62		31	123		61.5	59		29.5	48		24
7	1074135064	DARVEY BENITO	8	63		31.5	132		66	21		10.5	63		31.5
8	1074136310	ERIKA BARRERO	10	32		16	144		72	66		33	64		32
9	1074135043	JOINER ALEXIS BENITO	8	67		33.5	132		66	22.5		11.25	65		32.5

+ CRONOGRAMA PRUEBAS | ANTROPOMETRICAS | TEST NIÑOS(AS) HASTA <9 AÑOS | TEST NIÑOS(AS) 9 a 10 AÑOS (2) | TEST NIÑOS(AS) 11 a 13



PRUEBAS FISICAS Y ANTROPOMETRICAS 2022 (1) .XLSX Guardado en Drive

Archivo Editar Ver Insertar Formato Datos Herramientas Ayuda Última modificación hace unos segundos

B28 | MOISES CHAPARRO

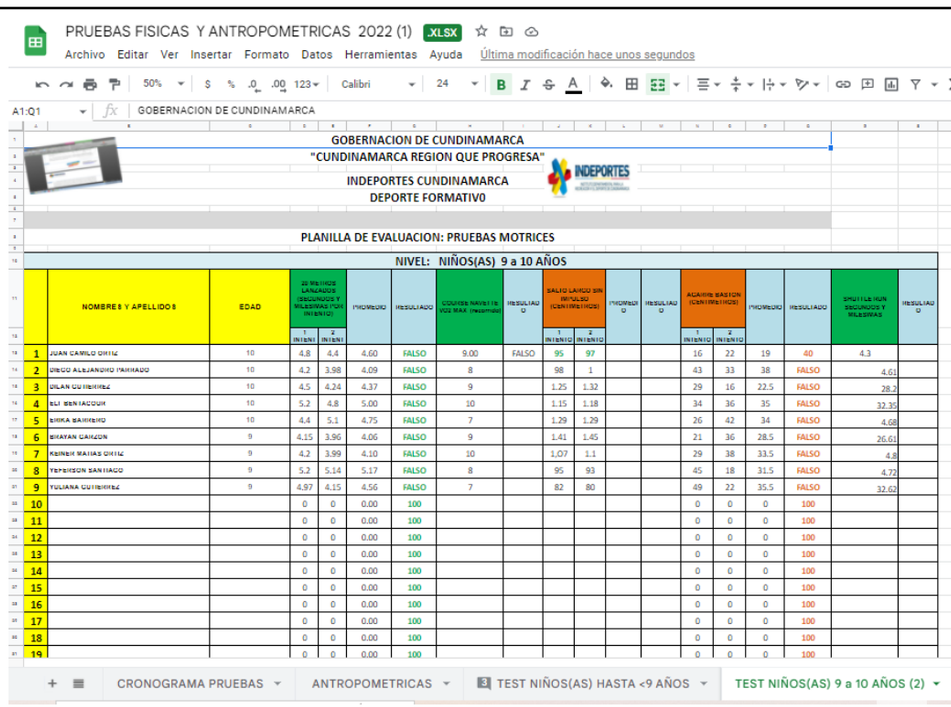
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIV0

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) HASTA <9 AÑOS

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	20 METROS LANZADOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS) TOMA 2 INTENTOS		PROMEDIO	RESULTADO	SALTO LARGO DESDE CUCLILLAS (CENTIMETROS)		RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO (CENTIMETROS)		PROMEDIO	RESULTADO	AGARRE BASTON (CENTIMETROS)		PROMEDIO	RESULTADO	SPOTTILHUN SEGUNDOS Y MILESIMAS	RESULTADO
			1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO		1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO				
1	ESTEBAN LONDOÑO	7	4.92	4.9	4.91	FALSO		1.15	1.17					18	24	21	50	34.65	
2	SAMUEL STEVAN ORTIZ	8	4.75	5.1	4.93	FALSO	1	99	1,10					22	28	25	FALSO	36.83	
3	KEINER MATIAS ORTIZ	9	4.2	3.99	4.10	FALSO	1	1.07	1.15					29	15	22	40	46.34	
4	YEFERSON SANTIAGO	9	5.2	5.14	5.17	FALSO	1	95	90					33	18	25.5	FALSO	42.66	
5	KEVIN SABOGAL	8	5.45	4.84	5.15	FALSO	1	62	62					21	13	17	70	44.23	
6	SAMUEL TORRES	8	4.25	4.93	4.59	FALSO	1	93	98					28	10	19	60	38.12	
7	DRAIKA PARDO	7	6.1	5.84	5.97	FALSO	1	81	78					24	18	21	50	52.14	
8	BRAYAN CAMZON	9	4.15	3.96	4.06	FALSO	2	1.41	1.47					21	11	16	70	48.36	
9	SARA ISABEL GARCES	8	5.29	5.18	5.24	FALSO	1	65	67					45	13	29	FALSO	38.37	
10	SOFIA CARDENAS	8	6.45	6.6	6.53	FALSO	1	72	67					33	16	24.5	FALSO	50.72	
11	SEBASTIAN FERNANDEZ	8	5.46	5.1	5.28	FALSO	1	78	83					42	12	27	FALSO	41.94	
12	GISEL VEGA	7	6.37	6.15	6.37	FALSO	1	80	78					15	22	18.5	60	43.47	
13	ALEXIS BARRERO	8	5.51	5.29	5.40	FALSO	2	1.22	1.1					22	16	19	60	33.66	
14	DARVEY BENITO	8	5.4	4.95	5.18	FALSO	2	86	94					28	14	21	50	44.61	
15	ALEXIS BENITO	8	4.86	4.5	4.68	FALSO	1	1.22	1.27					36	18	27	FALSO	30.28	
16	MOISES CHAPARRO	8	4.37	4.29	4.33	FALSO	1	1.18	1.23					19	23	21	50	31.41	
17			0	0	0.00	100								0	0	0	100		
18			0	0	0.00	100								0	0	0	100		
19			0	0	0.00	100								0	0	0	100		

+ CRONOGRAMA PRUEBAS | ANTROPOMETRICAS | TEST NIÑOS(AS) HASTA <9 AÑOS | TEST NIÑOS(AS) 9 a 10 AÑOS (2) | TEST NIÑOS(AS) 11 a 13



PRUEBAS FISICAS Y ANTROPOMETRICAS 2022 (1) .XLSX

Archivo Editar Ver Insertar Formato Datos Herramientas Ayuda Última modificación hace unos segundos

A1:Q1 GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

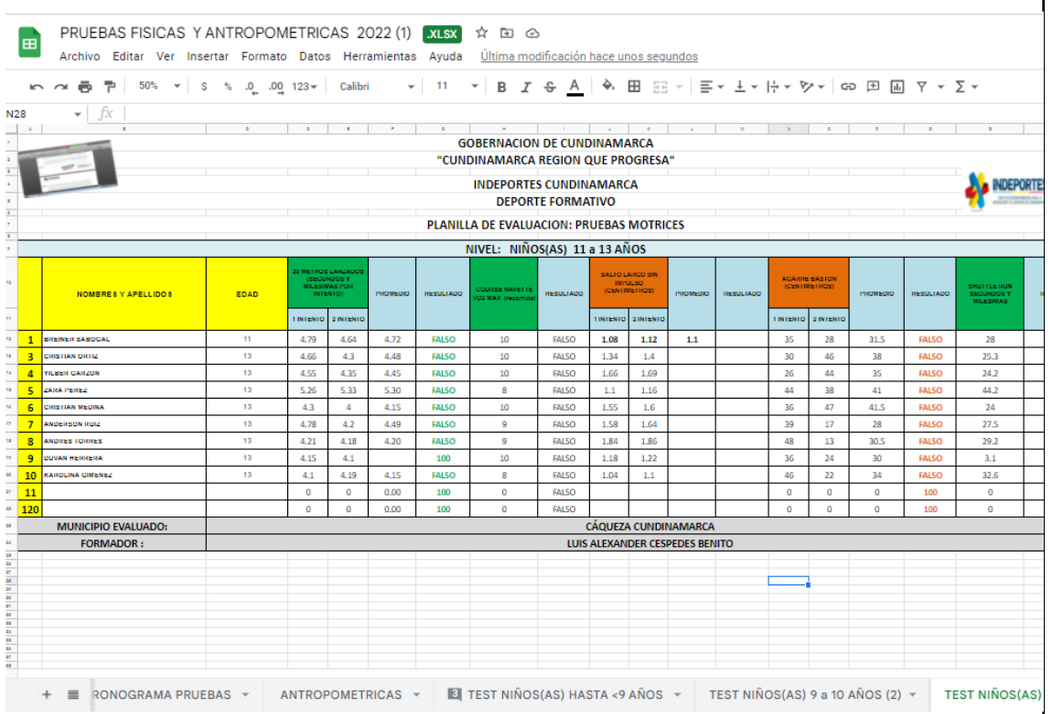
GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

NIVEL: NIÑOS(AS) 9 a 10 AÑOS

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	20 METROS LANZADOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO)		PROMEDIO	RESULTADO	COURSE NAVETTE VO2 MAX (recomido)	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO (CENTIMETROS)		PROMEDIO	RESULTADO	AGARRE BASTON (CENTIMETROS)		PROMEDIO	RESULTADO	SPRINT DE 10M SEGUNDOS Y MILESIMAS	RESULTADO
			1 INTENTO	2 INTENTO					1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO				
1	JUAN CAMILO ORTIZ	10	4.8	4.4	4.60	FALSO	9.00	FALSO	95	97			16	22	19	40	4.3	
2	DIEGO ALEJANDRO PARRADO	10	4.2	3.98	4.09	FALSO	8		98	1			43	33	38	FALSO	4.61	
3	DILAN GUTIERREZ	10	4.5	4.24	4.37	FALSO	9		1.25	1.32			29	16	22.5	FALSO	28.2	
4	ELI BENTACOUR	10	5.2	4.8	5.00	FALSO	10		1.15	1.18			34	36	35	FALSO	32.35	
5	ERIKA BARRERO	10	4.4	5.1	4.75	FALSO	7		1.29	1.29			26	42	34	FALSO	4.68	
6	BRAYAN CAICEDO	9	4.15	3.96	4.06	FALSO	9		1.41	1.45			21	36	28.5	FALSO	26.61	
7	KEINER MATIAS ORTIZ	9	4.2	3.99	4.10	FALSO	10		1.07	1.1			29	38	33.5	FALSO	4.8	
8	YERBISON SANTIAGO	9	5.2	5.14	5.17	FALSO	8		95	93			45	18	31.5	FALSO	4.72	
9	YULIANA GUTIERREZ	9	4.97	4.15	4.56	FALSO	7		82	80			49	22	35.5	FALSO	32.62	
10			0	0	0.00	100							0	0	0	100		
11			0	0	0.00	100							0	0	0	100		
12			0	0	0.00	100							0	0	0	100		
13			0	0	0.00	100							0	0	0	100		
14			0	0	0.00	100							0	0	0	100		
15			0	0	0.00	100							0	0	0	100		
16			0	0	0.00	100							0	0	0	100		
17			0	0	0.00	100							0	0	0	100		
18			0	0	0.00	100							0	0	0	100		
19			0	0	0.00	100							0	0	0	100		

CRONOGRAMA PRUEBAS | ANTROPOMETRICAS | TEST NIÑOS(AS) HASTA <9 AÑOS | TEST NIÑOS(AS) 9 a 10 AÑOS (2)



PRUEBAS FISICAS Y ANTROPOMETRICAS 2022 (1) .XLSX

Archivo Editar Ver Insertar Formato Datos Herramientas Ayuda Última modificación hace unos segundos

N28

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
"CUNDINAMARCA REGION QUE PROGRESA"
INDEPORTES CUNDINAMARCA
DEPORTE FORMATIVO

PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES

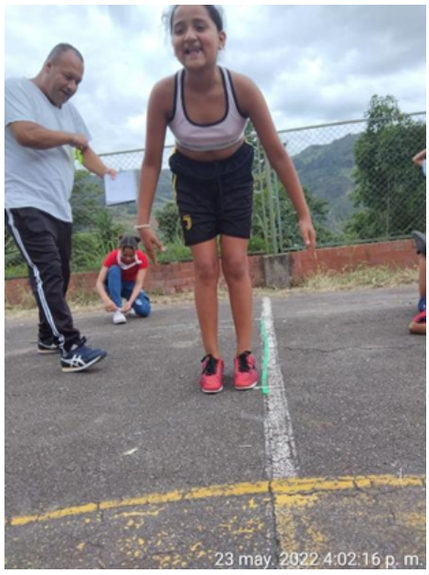
NIVEL: NIÑOS(AS) 11 a 13 AÑOS

	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	20 METROS LANZADOS (SEGUNDOS Y MILESIMAS POR INTENTO)		PROMEDIO	RESULTADO	COURSE NAVETTE VO2 MAX (recomido)	RESULTADO	SALTO LARGO SIN IMPULSO (CENTIMETROS)		PROMEDIO	RESULTADO	AGARRE BASTON (CENTIMETROS)		PROMEDIO	RESULTADO	SPRINT DE 10M SEGUNDOS Y MILESIMAS	
			1 INTENTO	2 INTENTO					1 INTENTO	2 INTENTO			1 INTENTO	2 INTENTO				
1	BRAINER SABOGAL	11	4.79	4.64	4.72	FALSO	10	FALSO	1.08	1.12	1.1		35	28	31.5	FALSO	28	
3	CRISTIAN ORTIZ	13	4.66	4.3	4.48	FALSO	10	FALSO	1.34	1.4			30	46	38	FALSO	25.3	
4	YILBER CAICEDO	13	4.55	4.35	4.45	FALSO	10	FALSO	1.66	1.69			26	44	35	FALSO	24.2	
5	LAIRA PEREZ	13	5.26	5.33	5.30	FALSO	8	FALSO	1.1	1.16			44	38	41	FALSO	44.2	
6	CRISTIAN MEDINA	13	4.3	4	4.15	FALSO	10	FALSO	1.55	1.6			36	47	41.5	FALSO	24	
7	ANDERSON RUIZ	13	4.78	4.2	4.49	FALSO	9	FALSO	1.58	1.64			39	17	28	FALSO	27.5	
8	ANDRES TORRES	13	4.21	4.18	4.20	FALSO	9	FALSO	1.84	1.86			48	13	30.5	FALSO	29.2	
9	DUVAN HERRERA	13	4.15	4.1		100	10	FALSO	1.18	1.22			36	24	30	FALSO	3.1	
10	KAROLINA GIMENEZ	13	4.1	4.19	4.15	FALSO	8	FALSO	1.04	1.1			46	22	34	FALSO	32.6	
11			0	0	0.00	100	0	FALSO					0	0	0	100	0	
120			0	0	0.00	100	0	FALSO					0	0	0	100	0	
	MUNICIPIO EVALUADO:		CÁQUEZA CUNDINAMARCA															
	FORMADOR :		LUIS ALEXANDER CESPEDES BENITO															

RONOGRAMA PRUEBAS | ANTROPOMETRICAS | TEST NIÑOS(AS) HASTA <9 AÑOS | TEST NIÑOS(AS) 9 a 10 AÑOS (2) | TEST NIÑOS(AS)









PLANILLAS PARAFISCALES

ASOPAGOS s.a.

Certificación de Pago

Se certifica que la empresa , identificada con CC-11411026 sucursal 0, canceló los aportes de seguridad social y parafiscales de la siguiente manera:

REFERENCIA POR TIPO DE PLANILLA		CÓDIGO ENTIDAD	NIT	NOMBRE ADMINISTRADORA	Nro. AFILIADOS	DÍAS MORA	COTIZACIÓN	INTERES	VALOR TOTAL
Período pensión:	2022-01	231001	800227940	COLFONDOS	1	0	101.400	0	101.400
Período salud:	2022-01	EPS017	830003564	FAMISANAR	1	0	79.200	0	79.200
Planilla Nro.:	22681322 Tipo I	14-23	860011153	POSITIVA	1	0	15.500	0	15.500
Clase de aportante:	I	SINCCF	0	SIN CCF	1	0	0	0	0
Fecha transacción:	2022-02-25	PASENA	899999034	SENA	0	0	0	0	0
Banco:	RED MULTIBANCA COLPATRIA S.A.	PAICBF	899999239	ICBF	0	0	0	0	0
Transacción:	1340859182	PAESAP	899999054	ESAP	0	0	0	0	0
		PAMIED	899999001	MINEDU	0	0	0	0	0
						GRAN TOTAL			$ 196.100

RAZON SOCIAL :	LUIS ALEXANDER CESPEDES BENITO
IDENTIFICACION:	CC-11411026
COD. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	0
NOM. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	
FECHA GENERACION REPORTE:	2022-03-22
FECHA LIMITE DE PAGO:	2022-03-22
FECHA DE PAGO:	2022-03-22
ENTIDAD DE PAGO:	BANCOLOMBIA
PERIODO PENSION:	2022-02
PERIODO SALUD:	2022-02
NUMERO PLANILLA:	22687839
TOTAL COTIZANTES:	1
REFERENCIA DE PAGO (PIN):	22687839
TIPO DE PLANILLA:	I

CODIGO ENTIDAD	NIT	NOMBRE	NUMERO AFILIADOS	IBC	FONDO SOLIDARIDAD	FONDO SUBSISTENCIA	TOTAL INTERESES	VALOR PAGAR SIN INTERESES	VALOR PAGAR
EPS017	830003564	FAMISANAR	1	$ 1.000.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 125.000	$ 125.000
231001	800227940	COLFONDOS	1	$ 1.000.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 160.000	$ 160.000
14-23	860011153	POSITIVA	1	$ 1.000.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 24.400	$ 24.400
				Total a pagar	$ 0	$ 0	$ 0	$ 309.400	$ 309.400

PAGADO

ASOPAGOS s.a.

Certificación de Pago

Se certifica que la empresa , identificada con CC-11411026 sucursal 0, canceló los aportes de seguridad social y parafiscales de la siguiente manera:

REFERENCIA POR TIPO DE PLANILLA		CÓDIGO ENTIDAD	NIT	NOMBRE ADMINISTRADORA	Nro. AFILIADOS	DÍAS MORA	COTIZACIÓN	INTERES	VALOR TOTAL
Período pensión:	2022-03	231001	800227940	COLFONDOS	1	0	160.000	0	160.000
Período salud:	2022-03	EPS017	830003564	FAMISANAR	1	0	125.000	0	125.000
Planilla Nro.:	22906924 Tipo I	14-23	860011153	POSITIVA	1	0	24.400	0	24.400
Clase de aportante:	I	SINCCF	0	SIN CCF	1	0	0	0	0
Fecha transacción:	2022-04-11	PASENA	899999034	SENA	0	0	0	0	0
Banco:	BANCOLOMBIA	PAICBF	899999239	ICBF	0	0	0	0	0
Transacción:	1409458483	PAESAP	899999054	ESAP	0	0	0	0	0
		PAMIED	899999001	MINEDU	0	0	0	0	0
						GRAN TOTAL			$ 309.400

ASOPAGOS s.a.

Certificación de Pago

Se certifica que la empresa , identificada con CC-11411026 sucursal 0, canceló los aportes de seguridad social y parafiscales de la siguiente manera:

REFERENCIA POR TIPO DE PLANILLA		CÓDIGO ENTIDAD	NIT	NOMBRE ADMINISTRADORA	Nro. AFILIADOS	DÍAS MORA	COTIZACIÓN	INTERES	VALOR TOTAL
Período pensión:	2022-04	231001	800227940	COLFONDOS	1	0	160.000	0	160.000
Período salud:	2022-04	EPS017	830003564	FAMISANAR	1	0	125.000	0	125.000
Planilla Nro.:	23095195 Tipo I	14-23	860011153	POSITIVA	1	0	24.400	0	24.400
Clase de aportante:	I	SINCCF	0	SIN CCF	1	0	0	0	0
Fecha transacción:	2022-05-17	PASENA	899999034	SENA	0	0	0	0	0
Banco:	BANCOLOMBIA	PAICBF	899999239	ICBF	0	0	0	0	0
Transacción:	1461906728	PAESAP	899999054	ESAP	0	0	0	0	0
		PAMIED	899999001	MINEDU	0	0	0	0	0
						GRAN TOTAL			$ 309.400

RAZON SOCIAL :	LUIS ALEXANDER CESPEDES BENITO
IDENTIFICACION:	CC-11411026
COD. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	0
NOM. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	
FECHA GENERACION REPORTE:	2022-06-17
FECHA LIMITE DE PAGO:	2022-06-17
FECHA DE PAGO:	2022-06-17
ENTIDAD DE PAGO:	BANCOLOMBIA
PERIODO PENSION:	2022-05
PERIODO SALUD:	2022-05
NUMERO PLANILLA:	23356309
TOTAL COTIZANTES:	1
REFERENCIA DE PAGO (PIN):	23356309
TIPO DE PLANILLA:	I

CODIGO ENTIDAD	NIT	NOMBRE	NUMERO AFILIADOS	IBC	FONDO SOLIDARIDAD	FONDO SUBSISTENCIA	TOTAL INTERESES	VALOR PAGAR SIN INTERESES	VALOR PAGAR
EPS017	830003564	FAMISANAR	1	$ 1.000.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 125.000	$ 125.000
231001	800227940	COLFONDOS	1	$ 1.000.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 160.000	$ 160.000
14-23	860011153	POSITIVA	1	$ 1.000.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 24.400	$ 24.400
				Total a pagar	$ 0	$ 0	$ 0	$ 309.400	$ 309.400

PAGADO

RAZON SOCIAL :	LUIS ALEXANDER CESPEDES BENITO
IDENTIFICACION:	CC-11411026
COD. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	0
NOM. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	
FECHA GENERACION REPORTE:	2022-07-17
FECHA LIMITE DE PAGO:	2022-07-18
FECHA DE PAGO:	2022-07-18
ENTIDAD DE PAGO:	BANCOLOMBIA
PERIODO PENSION:	2022-06
PERIODO SALUD:	2022-06
NUMERO PLANILLA:	23602853
TOTAL COTIZANTES:	1
REFERENCIA DE PAGO (PIN):	23602853
TIPO DE PLANILLA:	I

CODIGO ENTIDAD	NIT	NOMBRE	NUMERO AFILIADOS	IBC	FONDO SOLIDARIDAD	FONDO SUBSISTENCIA	TOTAL INTERESES	VALOR PAGAR SIN INTERESES	VALOR PAGAR
EPS017	830003564	FAMISANAR	1	$ 1.000.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 125.000	$ 125.000
231001	800227940	COLFONDOS	1	$ 1.000.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 160.000	$ 160.000
14-23	860011153	POSITIVA	1	$ 1.000.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 24.400	$ 24.400
				Total a pagar	$ 0	$ 0	$ 0	$ 309.400	$ 309.400

PAGADO

PLANEACIÓN MENSUAL

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES: FEBRERO					MUNICIPIO: CAQUEZA			
LUGAR TABLON					HORARIO DE PRACTICA: MARTES, MIERCOLES, JUEVES			
NIVEL				INICIACIÓN	FEBRERO	FUNDAMENTACIÓN	FEBRERO	PERFECCIONAMIENTO	FEBRERO
CLASES								
FISICA PSICOLOGICA MENTAL	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO					
			RESPONSABILIDAD	RESPONSABILIDAD		RESPONSABILIDAD		RESPONSABILIDAD
			COMPAÑERISMO					
			JUSTICIA					
			COOPERACION					
			LEALTAD					
			TRABAJO EN EQUIPO	TRABAJO EN EQUIPO		TRABAJO EN EQUIPO		TRABAJO EN EQUIPO
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD					
			OBEDIENCIA			OBEDIENCIA		OBEDIENCIA
			AUTODISCIPLINA					
			PARTICIPACIÓN	PARTICIPACION		PARTICIPACION		PARTICIPACION
			PERSEVERANCIA					
			AUTODOMINIO					
			RECOMPENSA					
			INTRODUCCION	CHARLA INICIAL		CHARLA INICIAL		CHARLA INICIAL

PLAN MENSUAL CLASE FEBRERO 2022 | INICIACIÓN 22022022 | INICIACIÓN 23022022 | INICIACIÓN ...

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES: MARZO					MUNICIPIO: CAQUEZA			
LUGAR COLEGIO RIOMEGRO SUR					HORARIO DE PRACTICA: MARTES, MIERCOLES, JUEVES			
NIVEL				INICIACIÓN	MARZO	FUNDAMENTACIÒN	MARZO	PERFECCIONAMIENTO	MARZO
CLASES								
	VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO					
			RESPONSABILIDAD	CUMPLIMIENTO EN LAS CLASES		CUMPLIMIENTO EN LAS CLASES		CUMPLIMIENTO EN LAS CLASES
			COMPAÑERISMO					
			JUSTICIA					
			COOPERACION					
			LEALTAD					
			TRABAJO EN EQUIPO	INTEGRACIÓN EN LAS CLASES		INTEGRACIÓN EN LAS CLASES		INTEGRACIÓN EN LAS CLASES
		VALORES PERSONALES	HUMILDAD					
			OBEDIENCIA			OBEDIENCIA		OBEDIENCIA
			AUTODISCIPLINA					
			PARTICIPACIÓN	PARTICIPACION		PARTICIPACION		PARTICIPACION
			PERSEVERANCIA					
			AUTODOMINIO					
			RECOMPENSA					
			INTRODUCCION	CHARLA INICIAL		CHARLA INICIAL		CHARLA INICIAL
			MOVILIDAD ARTICULAR	ESTATICO Y DINAMICO		ESTATICO Y DINAMICO		ESTATICO Y DINAMICO

PLAN MENSUAL CLASE MARZO 2022

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES: ABRIL				**MUNICIPIO: CAQUEZA**			
LUGAR COLEGIO RIOMEGRO SUR				**HORARIO DE PRACTICA: MARTES, MIERCOLES, JUEVES**			
NIVEL		**INICIACIÓN**	**ABRIL**	**FUNDAMENTACIÓN**	**ABRIL**	**PERFECCIONAMIENTO**	**ABRIL**
CLASES							
VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	RESPETO		RESPETO		RESPETO
		RESPONSABILIDAD	CUMPLIMIENTO EN LAS CLASES		CUMPLIMIENTO EN LAS CLASES		CUMPLIMIENTO EN LAS CLASES
		COMPAÑERISMO					
		JUSTICIA					
		COOPERACION					
		LEALTAD					
		TRABAJO EN EQUIPO	INTEGRACIÓN EN LAS CLASES		INTEGRACIÓN EN LAS CLASES		INTEGRACIÓN EN LAS CLASES
	VALORES PERSONALES	HUMILDAD					
		OBEDIENCIA			OBEDIENCIA		OBEDIENCIA
		AUTODISCIPLINA	AUTODISCIPLINA		AUTODISCIPLINA		AUTODISCIPLINA
		PARTICIPACIÓN	PARTICIPACION		PARTICIPACION		PARTICIPACION
		PERSEVERANCIA					
		AUTODOMINIO					
		RECOMPENSA					
ESTIRAMIENTO	INICIO	INTRODUCCION	CHARLA INICIAL		CHARLA INICIAL		CHARLA INICIAL
		MOVILIDAD ARTICULAR	ESTATICO Y DINAMICO		ESTATICO Y DINAMICO		ESTATICO Y DINAMICO

PLAN MENSUAL CLASE ABRIL 2022

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES: MAYO				MUNICIPIO: CAQUEZA			
LUGAR COLEGIO RIOMEGRO SUR				HORARIO DE PRACTICA: LUNES , MARTES, MIERCOLES, JUEVES			
NIVEL		INICIACION	MAYO	FUNDAMENTACION	MAYO	PERFECCIONAMIENTO	MAYO
CLASES							
VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO					
		RESPONSABILIDAD	CUMPLIMIENTO EN LAS CLASES		CUMPLIMIENTO EN LAS CLASES		CUMPLIMIENTO EN LAS CLASES
		COMPAÑERISMO					
		JUSTICIA					
		COOPERACION					
		LEALTAD					
		TRABAJO EN EQUIPO	INTEGRACION EN LAS CLASES		INTEGRACION EN LAS CLASES		INTEGRACION EN LAS CLASES
	VALORES PERSONALES	HUMILDAD					
		OBEDIENCIA			OBEDIENCIA		OBEDIENCIA
		AUTODISCIPLINA					
		PARTICIPACION	PARTICIPACION		PARTICIPACION		PARTICIPACION
		PERSEVERANCIA					
		AUTODOMINIO					
		RECOMPENSA					
ESTIRAMIENTO	INICIO	INTRODUCCION	CHARLA INICIAL		CHARLA INICIAL		CHARLA INICIAL
		MOVILIDAD ARTICULAR	ESTATICO Y DINAMICO		ESTATICO Y DINAMICO		ESTATICO Y DINAMICO
		CALENTAMIENTO	TROTAR, SALTAR		TROTAR, SALTAR		TROTAR, SALTAR
	ACOPLAMIENTO						
		RITMO	RITMO		RITMO		RITMO
		EQUILIBRIO					

PLAN MENSUAL CLASE MAYO 2022 | Hoja1

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES: JUNIO				MUNICIPIO: CAQUEZA			
LUGAR: COLEGIO RIONEGRO SUR				HORARIO DE PRACTICA: LUNES , MARTES, MIERCOLES, JUEVES			
NIVEL		INICIACION	JUNIO	FUNDAMENTACION	JUNIO	PERFECCIONAMIENTO	JUNIO
CLASES							
VALORES	RESPETO						
	RESPONSABILIDAD	CUMPLIMIENTO EN LAS CLASES		CUMPLIMIENTO EN LAS CLASES		CUMPLIMIENTO EN LAS CLASES	
	COMPAÑERISMO						
	JUSTICIA						
	COOPERACION						
	LEALTAD						
	TRABAJO EN EQUIPO	INTEGRACION EN LAS CLASES		INTEGRACION EN LAS CLASES		INTEGRACION EN LAS CLASES	
	HUMILDAD						
	OBEDIENCIA			OBEDIENCIA		OBEDIENCIA	
	AUTODISCIPLINA						
	PARTICIPACIÓN	PARTICIPACION		PARTICIPACION		PARTICIPACION	
	PERSEVERANCIA						
	AUTODOMINIO						
	RECOMPENSA						
	INTRODUCCION	CHARLA INICIAL		CHARLA INICIAL		CHARLA INICIAL	
	MOVILIDAD ARTICULAR	ESTATICO Y DINAMICO		ESTATICO Y DINAMICO		ESTATICO Y DINAMICO	
	CALENTAMIENTO	TROTAR, SALTAR		TROTAR, SALTAR		TROTAR, SALTAR	
	ACOPLAMIENTO						
	RITMO	RITMO		RITMO		RITMO	
	EQUILIBRIO						

PLAN MENSUAL CLASE JUNIO 2022 | Hoja1

GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

INDEPORTES CUNDINAMARCA

ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES: JULIO				MUNICIPIO: CAQUEZA			
LUGAR: RIONEGRO SUR				HORARIO DE PRACTICA: LUNES, MARTES, MIERCOLES, JUEVES			
NIVEL		INICIACION	JULIO	FUNDAMENTACION	JULIO	PERFECCIONAMIENTO	JULIO
CLASES							
VALORES	RESPETO						
	RESPONSABILIDAD	RESPONSABILIDAD		RESPONSABILIDAD		RESPONSABILIDAD	
	COMPAÑERISMO						
	JUSTICIA						
	COOPERACION						
	LEALTAD						
	TRABAJO EN EQUIPO	TRABAJO EN EQUIPO		TRABAJO EN EQUIPO		TRABAJO EN EQUIPO	
	HUMILDAD						
	OBEDIENCIA			OBEDIENCIA		OBEDIENCIA	
	AUTODISCIPLINA						
	PARTICIPACIÓN	PARTICIPACION		PARTICIPACION		PARTICIPACIÓN	
	PERSEVERANCIA						
	AUTODOMINIO						
	RECOMPENSA						
	INTRODUCCION	CHARLA INICIAL		CHARLA INICIAL		CHARLA INICIAL	
	MOVILIDAD ARTICULAR	ESTATICO Y DINAMICO		ESTATICO Y DINAMICO		ESTATICO Y DINAMICO	
	CALENTAMIENTO	TROTAR		TROTAR		TROTAR	
	ACOPLAMIENTO						
	RITMO	RITMO		RITMO		RITMO	
	EQUILIBRIO						
	ORIENTACION						

PLAN MENSUAL JULIO2022 | INICIACIÓN SEMANA 1 | FUNDAMENTACIÓN SEMANA 1 | PERFECCIONAMIENTO SEMANA 1