PROCESO GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO

FORMATO INFORME MENSUAL EJECUCIÓN CONTRACTUAL

Riohacha, noviembre del 2022

Señor (a)
JULIA MARIA PARDO MOZO
SUPERVISOR(A) CONTRATO No. **CO1_PCCNTR_3284142.** Del 2022
Líder de Bienestar al Aprendiz y Atención al Egresado
Profesional Grado 2
Centro Industrial y de Energías Alternativas
Riohacha

Asunto: Informe mensual de ejecución contractual Mes noviembre del año 2022.

Referencia: No. **CO1.PCCNTR.3972067.** Del 2022

ANGEL MARIO BRITO QUINTERO, identificado con la cédula de ciudadanía No. 84009638 de Barrancas, en mi calidad de Contratista del SENA, en el Centro Industrial y de Energía Alternativas, en cumplimiento del Contrato de Prestación de Servicios de la referencia, a continuación presento el Informe de actividades realizadas en el mes objeto de cobro.

Valor y forma de Pago: **ONCE MILLONES CUATROCIENTOS TREINTA Y OCHO MIL TRECIENTOS VEINTI OCHO PESOS M/CTE ($11.438.328.00).** Esta suma será pagada al contratista de la siguiente manera: a) cuatro pagos mensuales primer pago por un valor de **DOS MILLONES OCOCIENTOS TRESMIL QUINIENTOS DOCE PESOS** (**2.803.512.00**) correspondiente al mes de septiembre
b) dos pagos mensuales iguales correspondiente a los meses de octubre y noviembre por valor de **TRES MILLONES TRECIENTO SESENTA Y CUATRO MIL DOCIENTOS CATORCE PESOS ($3.364.214.00)**

c) y un último pago correspondiente al mes de diciembre por un valor de UN MILLÓN NOVECIENTOS SEIS MIL TRECIENTOS OCHENTA Y OCHO PESOS (1.906.388.00)

Plazo: Será hasta el 17 de diciembre del 2022.

OBJETO:
Prestar los servicios profesionales para promover el deporte, la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre de los aprendices del centro de formación en el marco del Plan Nacional Integral de Bienestar al Aprendiz

Obligaciones Específicas: *(Trascriba las obligaciones específicas del contrato, dentro del siguiente cuadro)*

No	Obligaciones	Acciones realizadas	Evidencias
1	Formular e implementar actividades lúdicas y deportivas que involucren la participación de los aprendices en jornadas intracentros e intercentros donde se promuevan los valores.	Realización de actividades físicas musicalizadas y entrenamiento dirigidos para eldiagnóstico de condiciones en salud - Para favorecer los estilos de vida saludables del aprendiz	Evidencia Fotográficas
2	Desarrollar estrategias que fomenten el desarrollo de la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre, desde lo grupal e individual, buscando sensibilizar a los aprendices sobre los beneficios de desarrollar actividad física en el sostenimiento de una vida saludable.	- Asesorar de manera técnica en el manejo de la información de condiciones de salud para direccionar las actividades y estrategias de intervención dentro del programa de Estilos de vida saludables - Encuesta de satisfacción	Evidencia Fotográficas
3	Apoyar la gestión de espacios y recursos requeridos para el desarrollo de las actividades físicas y deportivas que se formulen.	Participar activamente de las iniciativas propuestas por bienestar al aprendiz	N/A
4	Articular con los demás profesionales responsables de la ejecución del plan de bienestar estrategias o campañas que vinculen la	Coordinar y motivar la participación y asistencia del aprendiz a las actividades de capacitación para dejar	Evidencia Fotográficas

	actividad física y los hábitos de vida saludables, orientadas a fomentar en los aprendices, actitudes positivas frente a su ser, su proyecto de vida, su formación y la convivencia ciudadana...	capacidad instalada. • Encuesta de satisfacción	
5	Talleres mente sana cuerpo sano, caminatas ecológica	Aumentar el rendimiento, mejorar la atención, controlar el estrés y minimizar dolores musculares. Incentivar a los aprendices a llevar una vida saludable. • Encuesta de satisfacción	N/A
6	Realizar actividades de información en salud dirigidas a la población, para la promoción de estilos de vida saludables y alimentación saludable, actividad física, no consumo de alcohol y tabaco	Desarrollar acciones de promoción de la salud orientadas al fomento de estilos de vida saludables para prevenir enfermedades e incidir en una mejor salud de la población, con especial atención en las enfermedades crónicas no trasmisibles • Encuesta de satisfacción	Correo institucional
7	Realizar informes, reportes u otros documentos asociados a las actividades relacionadas con su objeto contractual y obligaciones.	Informe de actividades entregado a la supervisora del contrato	Plataforma del seco II

A continuación relaciono los desplazamientos que realicé previo a la presentación de este informe. Una vez finalizado cada desplazamiento presenté al ordenador del gasto el informe en el Formato Informe Legalización Desplazamiento Contratista GTH-F-087, en el que se describieron las actividades desarrolladas y los resultados de cada desplazamiento. Cada informe cuenta con el visto bueno del Supervisor.

Se lista a continuación el soporte de la legalización de los desplazamientos realizados, los cuales forman parte integral del presente informe de ejecución contractual.

ITEM	No DE LA ORDEN DE VIAJE	LUGAR DE DESPLAZAMIENTO	FECHAS DE DESPLAZAMIENTOS	
			INICIO	FINALIZACIÓN
1.				

Nota 1: *Por cada desplazamiento que haya realizado el contratista, adjuntará el respectivo informe que la soporte. En caso de haber realizado el desplazamiento en fecha posterior a la presentación del informe de ejecución contractual, deberá reportarlo en el siguiente informe de ejecución contractual.*

Para el trámite de la cuenta me permito adjuntar: Documentos electrónicos enunciados como evidencias del cumplimiento de las obligaciones contractuales y los desplazamientos realizados y el No. **4474038824** de la planilla, aportes en línea de octubre del 2022. (Decreto Ley 2106 de 2019 – "*Decreto Ley Anti trámites"*)

Declaración bajo la gravedad de juramento.

Me permito declarar **bajo la gravedad de juramento** que durante el periodo objeto de cobro SI____NO **X** he suscrito otro u otros contratos con entidades(s) del Estado el (los) cual(es) se encuentra(n) en ejecución; la anterior declaración de acuerdo con lo establecido en el numeral 5º de la Directiva Presidencial No. 001 de 2022, a fin de identificar potenciales conflictos de interés y hacer la gestión del riesgos para la toma de decisiones dentro del principio de la debida diligencia frente a la ejecución de los contratos de prestación de servicios profesionales o de apoyo a la gestión.

Nota: En el evento de señalar **SI,** el análisis efectuado por el supervisor y ordenador de pago deberá quedar documentado y publicado en el SECOP II en los documentos relacionados en el archivo Gestión Contractual GC_ del periodo objeto de cobro.

Evidencias en (23) folios

Cordialmente,

Firma
ANGEL MARIO BRITO QUINTERO
Contratista
C.C. No. 84.009.638

Recibí a satisfacción:

Firma
JULIA MARIA PARDO MOZO
SUPERVISOR(A) CONTRATO No. **CO1_PCCNTR_3284142.** Del 2022
Líder de Bienestar al Aprendiz y Atención al Egresado
Profesional Grado 2
Centro Industrial y de Energías Alternativas

INFORME DE ACTIVIDADES
BIENESTAR DEL APRENDIZ Y ATENCIÒN AL EGRESADO
OBJETIVO OPERATIVO DEPORTE

ANGEL MARIO BRITO QUINTERO
Entrenador Deportivo

CENTRO INDUSTRIAL Y DE ENERGÍAS ALTERNATIVAS
REGIONAL GUAJIRA
NOVIEMBRE - 2022

@SENAComunica
www.sena.edu.co
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682

INTRODUCCIÒN

Las actividades realizadas desde el objetivo operativo de deporte se han venido dando conforme a las obligaciones específicas contempladas en el contrato laboral, estas actividades se desarrollan de acuerdo con los lineamientos emanados desde Bienestar del Aprendiz para garantizar el buen desarrollo de estas.

A continuación, se evidencian cada una de las actividades realizadas en el mes de Noviembre.

@SENAComunica

www.sena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682

INFORME DE ACTIVIDADES MES DE OCTUBRE

OBLIGACIÓN # 2: taller teórico práctico de actividad física.

OBJETIVO: El taller tiene como objetivo la sensibilización en los beneficios de la práctica de Actividad Física (AF) y la disminución del sedentarismo asociado con la salud. Fortalecer estas acciones es un pilar fundamental para la prevención en todos sus niveles en el abordaje de las enfermedades crónicas.

Aprendices atendidos: 25







OBLIGACIÓN # 1: Pausa activa

Favorece la integración grupal. Las pausas activas favorecen el trabajo en equipo. Existen diversas técnicas en la que se requiere la colaboración de los integrantes del grupo, lo cual tiene como beneficio afianzar el sentido de pertenencia y los vínculos efectivos del grupo.

Aprendices atendidos: 23







OBLIGACIÓN # 2 Taller de alimentación saludable y actividad física
OBJETIVO: promover hábitos y estilos de vida saludable en el aprendiz

Está demostrado que un estilo de vida saludable te aportará grandes beneficios:

- Prevención de enfermedades cardiovasculares, diabetes, osteoporosis. ...
- Aumento de la expectativa de vida. ...
- Reducción del estrés, la tensión, mejora el humor y las relaciones interpersonales.

Aprendices atendidos: 24





OBLIGACIÓN # 1: Recreación

OBJETIVO: recargar energía y mover el cuerpo, ayudando a liberar tensiones luego de estar sentado o en la misma postura durante largas jornadas, mejora el desempeño y eficiencia laboral o de estudio, promueve la actividad física.

Aprendices atendidos: 25







OBLIGACIÓN # 1: Sesión de habilidades motrices básicas y complejas

OBJETIVO: Desarrollar cualidades físicas (resistencia, flexibilidad, fuerza y velocidad)

Las **habilidades** motoras son importantes para permitir que el aprendiz realice funciones cotidianas, como caminar, correr, saltar, así como **habilidades** de juego (por ejemplo, escalada) y **habilidades** deportivas (por ejemplo, atrapar, lanzar y golpear una pelota).

Aprendices atendidos: 28





OBLIGACIÓN # 1: Pausa activa

Favorece la integración grupal. Las pausas activas favorecen el trabajo en equipo. Existen diversas técnicas en la que se requiere la colaboración de los integrantes del grupo, lo cual tiene como beneficio afianzar el sentido de pertenencia y los vínculos efectivos del grupo.

Aprendices atendidos: 29







OBLIGACIÓN # 1: Taller de organización deportiva

OBJETIVO: Fortalecer su capacidad de planificación, organización y ejecución frente a una actividad educativa y lúdica.

Ejercitar su habilidad de descodificación, retención y evocación de estímulos visuales y auditivos. Aprender estrategias para la búsqueda y solución de problemas.

Aprendices atendidos: 24







OBLIGACIÓN # 1: Pausa activa

Favorece la integración grupal. Las pausas activas favorecen el trabajo en equipo. Existen diversas técnicas en la que se requiere la colaboración de los integrantes del grupo, lo cual tiene como beneficio afianzar el sentido de pertenencia y los vínculos efectivos del grupo.

Aprendices atendidos: 29

OBLIGACIÓN # 1: Pausa Activa

OBJETIVO: promover la actividad física, como habito de vida saludable

* Disminuye el estrés.
* Favorece el cambio de posturas y rutina.
* Libera estrés articular y muscular.
* Estimula y favorece la circulación.
* Mejora la postura.
* Motiva y mejora las relaciones interpersonales, promueve la integración social.
* Disminuye riesgo de enfermedad.
* Promueve el surgimiento de nuevos líderes.
* Mejora el desempeño laboral y educativo

Aprendices atendidos: 27







OBLIGACIÓN # 1 Encuentro deportivo
Actividades que se desarrollan en torno a un ejercicio físico sujeto a unas normas, donde se prueban habilidades, destrezas o fuerza física

OBJETIVO: mejorar la resistencia aeróbica



OBLIGACIÓN # 1: Espacios libres de humo

OBJETIVO: promover espacios libre de humo de tabaco Todos tienen el derecho fundamental de respirar aire puro. Los entornos sin humo son esenciales para proteger a los no fumadores, así como para alentar a los fumadores a dejar de fumar.

Aprendices atendidos:20





OBLIGACIÓN # 1: pausa activa

OBJETIVO: Las Pausas Activas serán una forma de **promover la actividad física, como habito de vida saludable**, por lo cual se deben desarrollar programas educativos sobre la importancia y los beneficios de la actividad física regular.

Aprendices atendidos: 21





OBLIGACIÓN # 1: Actividad física musicalizada (rumba terapia)

OBJETIVO: En conmemoración al día internacional de la lucha contra el cáncer de mama incrementar la actividad física por medio de diversos ritmos, que actúen como herramienta fundamental y cognitiva que favorezcan a la prevención de las enfermedades crónicas no Trasmisibles.

Aprendices atendidos: 26

@SENAComunica
www.sena.edu.co
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682





OBLIGACIÓN # 1: PAUSA ACTIVA

OBJETIVO: recargar energía y mover el cuerpo, ayudando a liberar tensiones luego de estar sentado o en la misma postura durante largas jornadas, mejora el desempeño y eficiencia laboral o de estudio, promueve la actividad física.

Aprendices atendidos: 23





OBLIGACIÓN # 2 Actividad física en la playa (Cardio Hit)

OBJETIVO: Entrenamiento en intervalos de intensidad alta y media es una de las formas más efectivas que existen tanto para mejorar la resistencia como para quemar más grasa**.** Esto es debido a que mejora la capacidad del cuerpo para oxidar tanto la glucosa como la grasa.



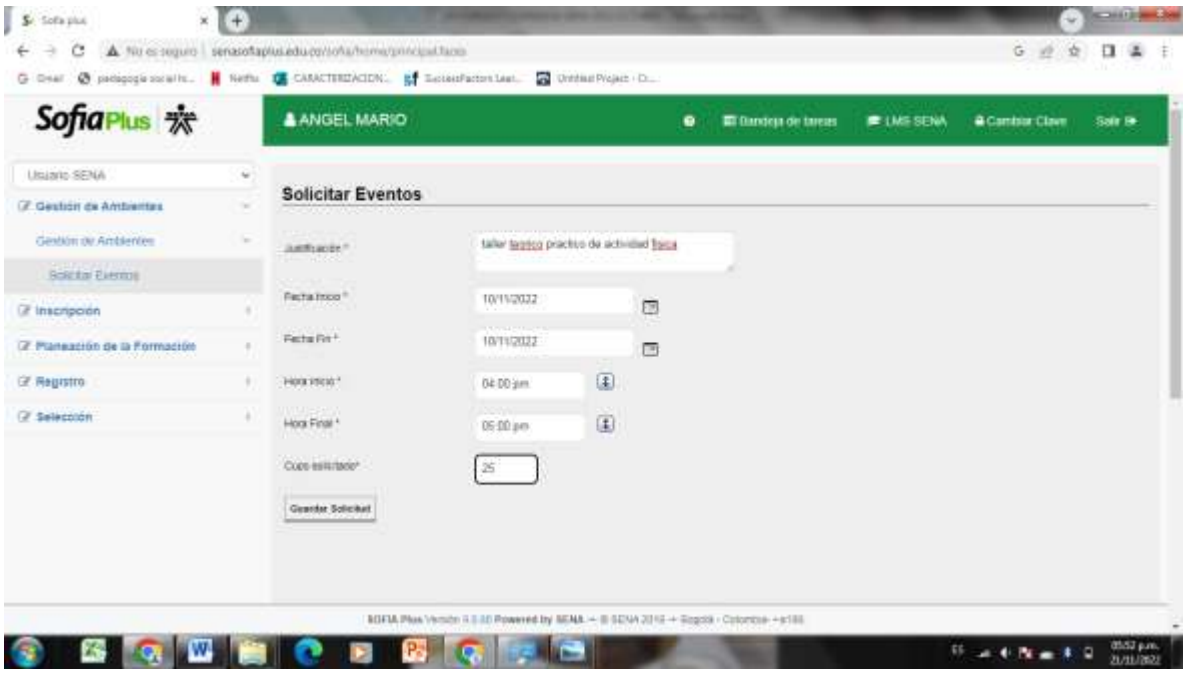


CARGUE DE ACTIVIDADES SOFIA PLUS

OBJETIVO: El taller tiene como objetivo la sensibilización en los beneficios de la práctica de Actividad Física (AF) y la disminución del sedentarismo asociado con la salud. Fortalecer estas acciones es un pilar fundamental para la prevención en todos sus niveles en el abordaje de las enfermedades crónicas.

Taller teórico practico de actividad física

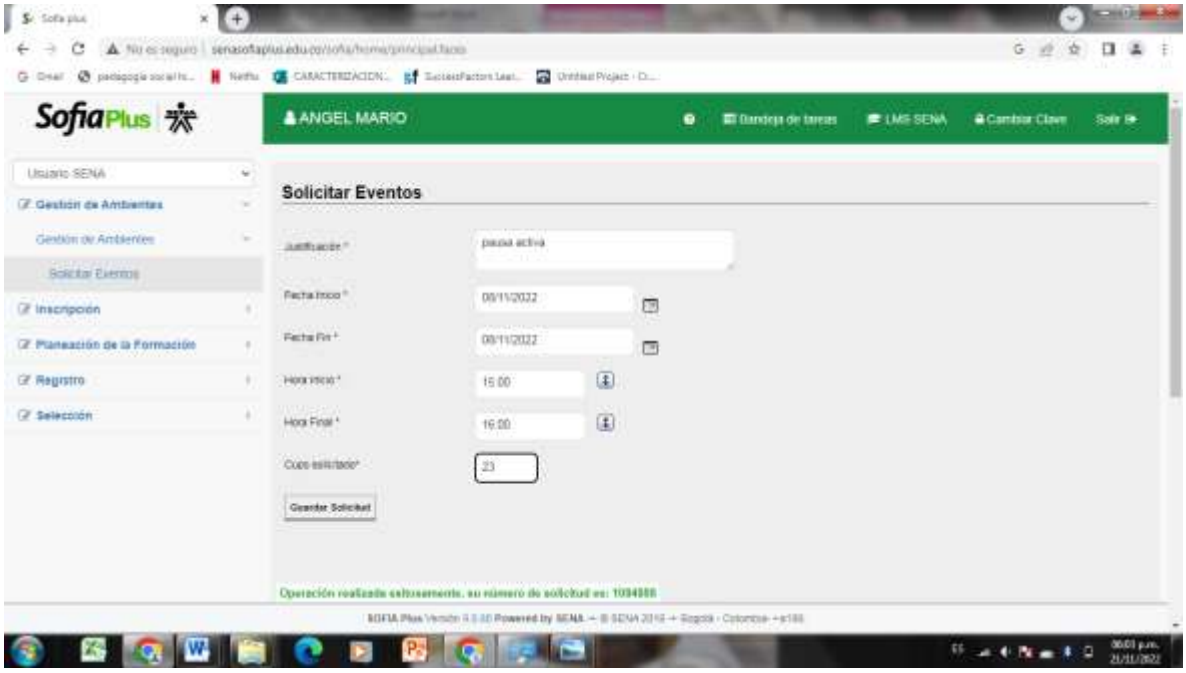
10_11_2022



FUENTE:
http://senasofiaplus.edu.co/sofia/home/principal.faces

PAUSA ACTIVA

OBJETIVO: Favorece la integración grupal. Las pausas activas favorecen el trabajo en equipo. Existen diversas técnicas en la que se requiere la colaboración de los integrantes del grupo, lo cual tiene como beneficio afianzar el sentido de pertenencia y los vínculos efectivos del grupo.



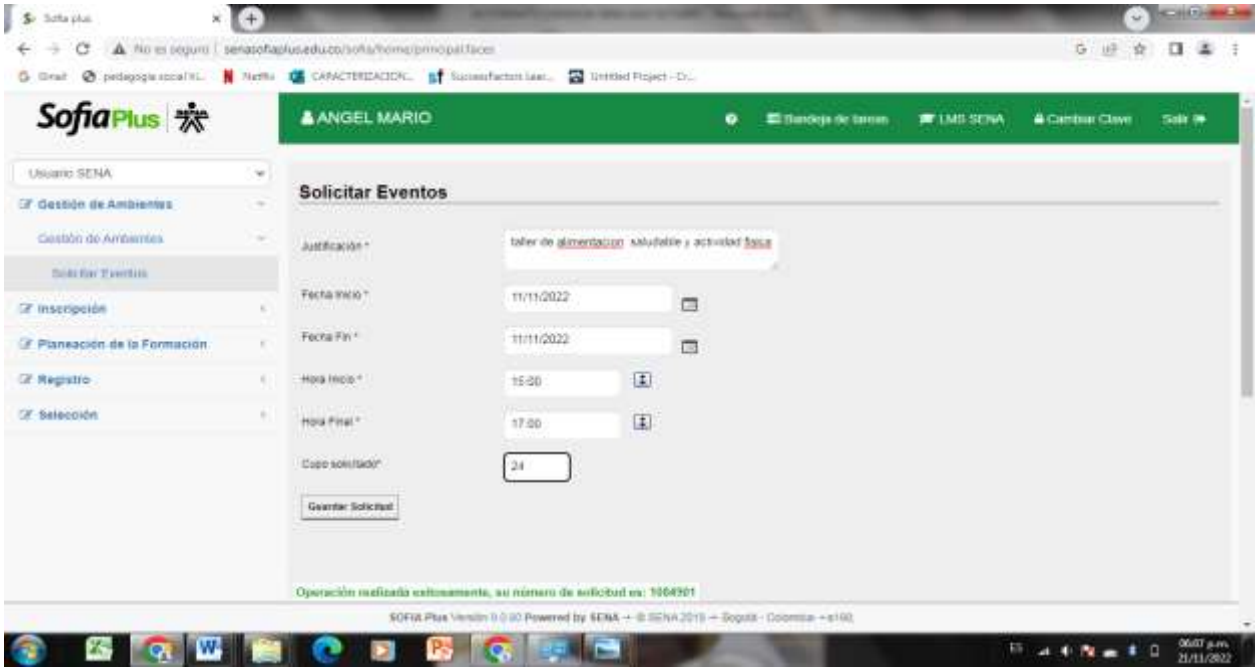
FUENTE:
http://senasofiaplus.edu.co/sofia/home/principal.faces

Taller de alimentación saludable y actividad física

OBJETIVO: promover hábitos y estilos de vida saludable en el aprendiz

Está demostrado que un estilo de vida saludable te aportará grandes beneficios:

- Prevención de enfermedades cardiovasculares, diabetes, osteoporosis. ...
- Aumento de la expectativa de vida. ...
- Reducción del estrés, la tensión, mejora el humor y las relaciones interpersonales.

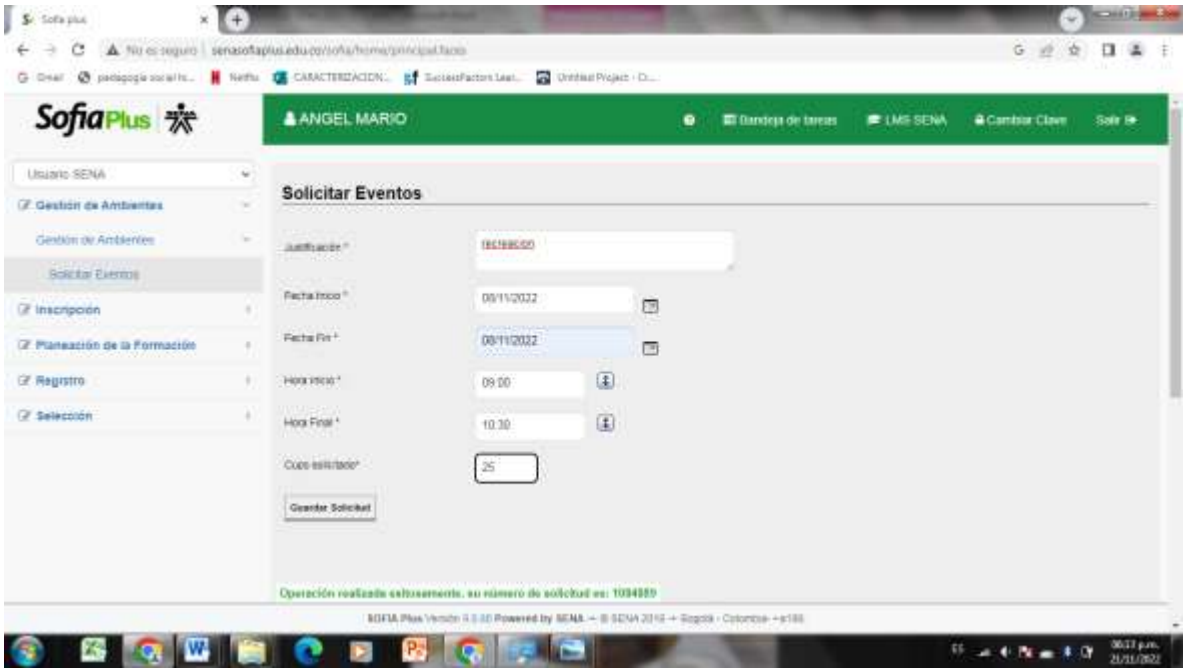


FUENTE:
http://senasofiaplus.edu.co/sofia/home/principal.faces

@SENAComunica
www.sena.edu.co
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682

Recreación:

OBJETIVO: recargar energía y mover el cuerpo, ayudando a liberar tensiones luego de estar sentado o en la misma postura durante largas jornadas, mejora el desempeño y eficiencia laboral o de estudio, promueve la actividad física.



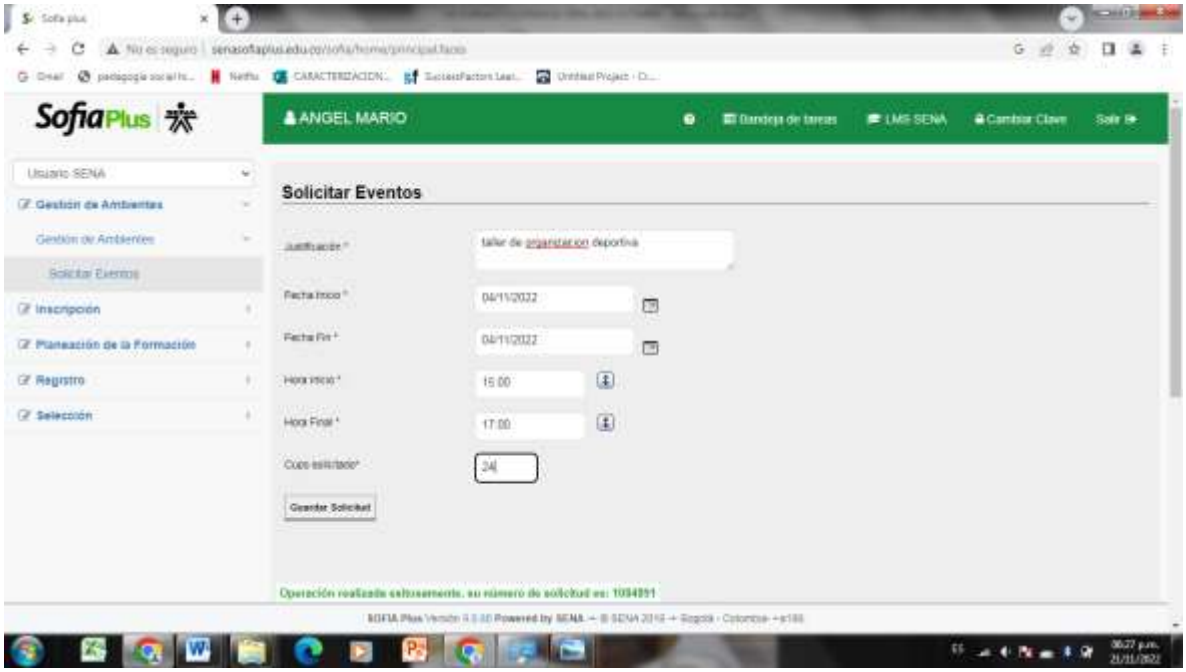
FUENTE:
http://senasofiaplus.edu.co/sofia/home/principal.faces

@SENAComunica
www.sena.edu.co
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682

Taller de organización deportiva

OBJETIVO: Fortalecer su capacidad de planificación, organización y ejecución frente a una actividad educativa y lúdica.

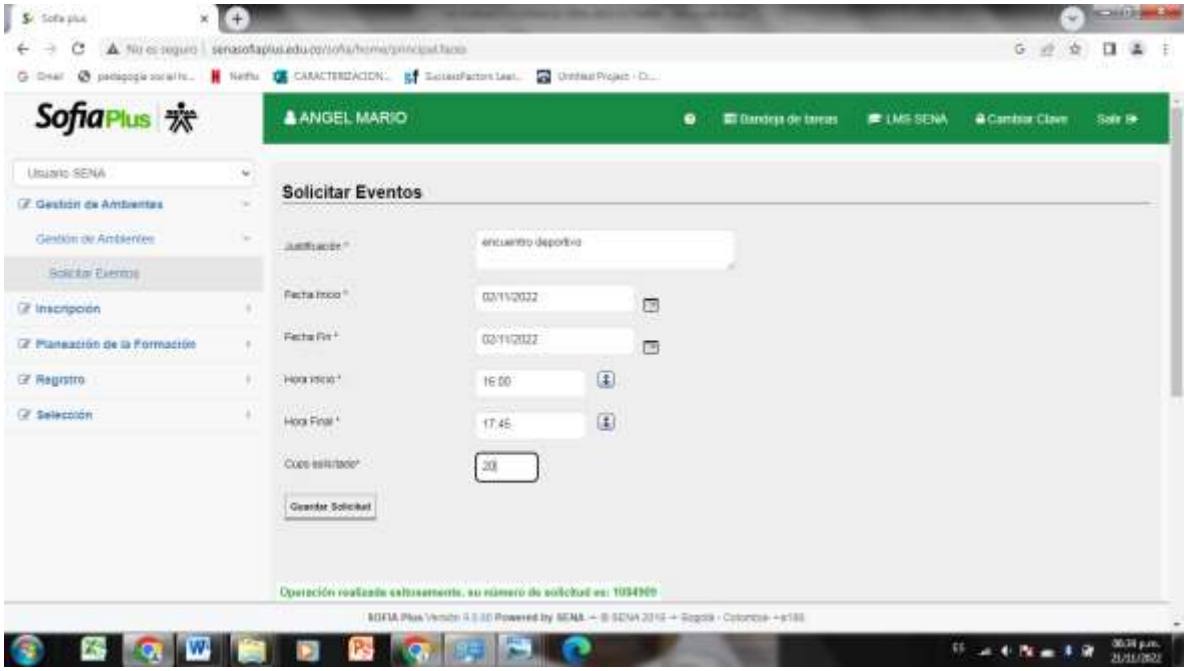
Ejercitar su habilidad de descodificación, retención y evocación de estímulos visuales y auditivos. Aprender estrategias para la búsqueda y solución de problemas



@SENAComunica
www.sena.edu.co
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682

1 Encuentro deportivo

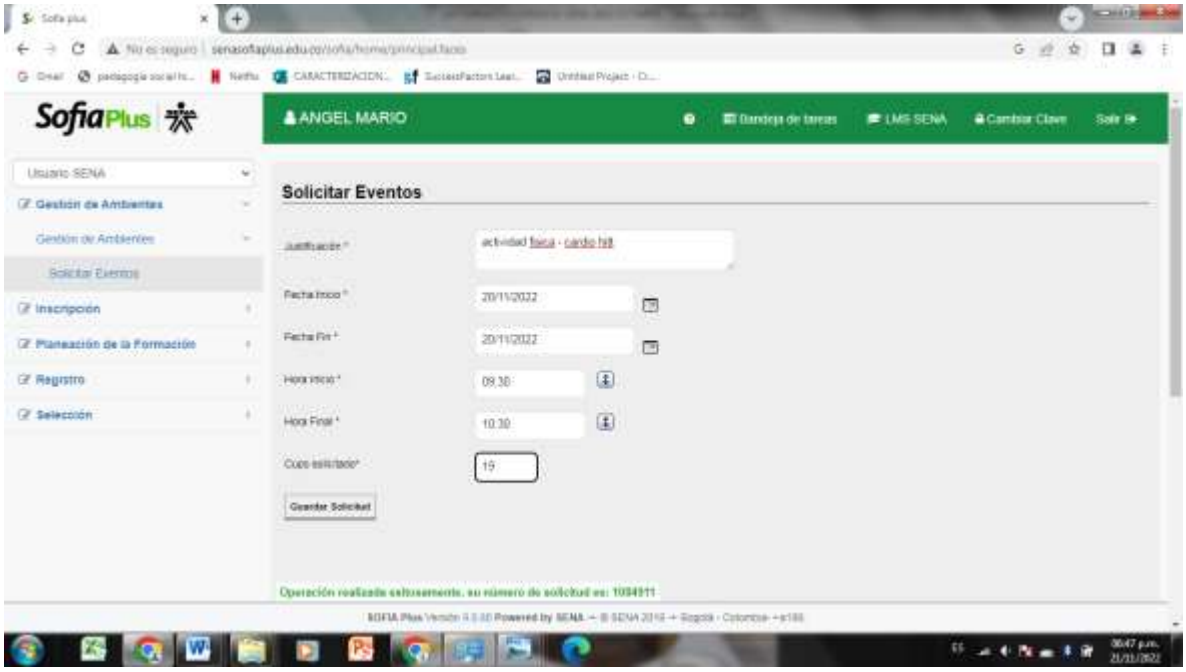
OBJETIVO: generar esparcimiento social y motivación personal en cada uno de los aprendices, Actividades que se desarrollan en torno a un ejercicio físico sujeto a unas normas, donde se prueban habilidades, destrezas o fuerza físico.



@SENAComunica
www.sena.edu.co
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682

2 Actividad física en la playa (Cardio Hit)

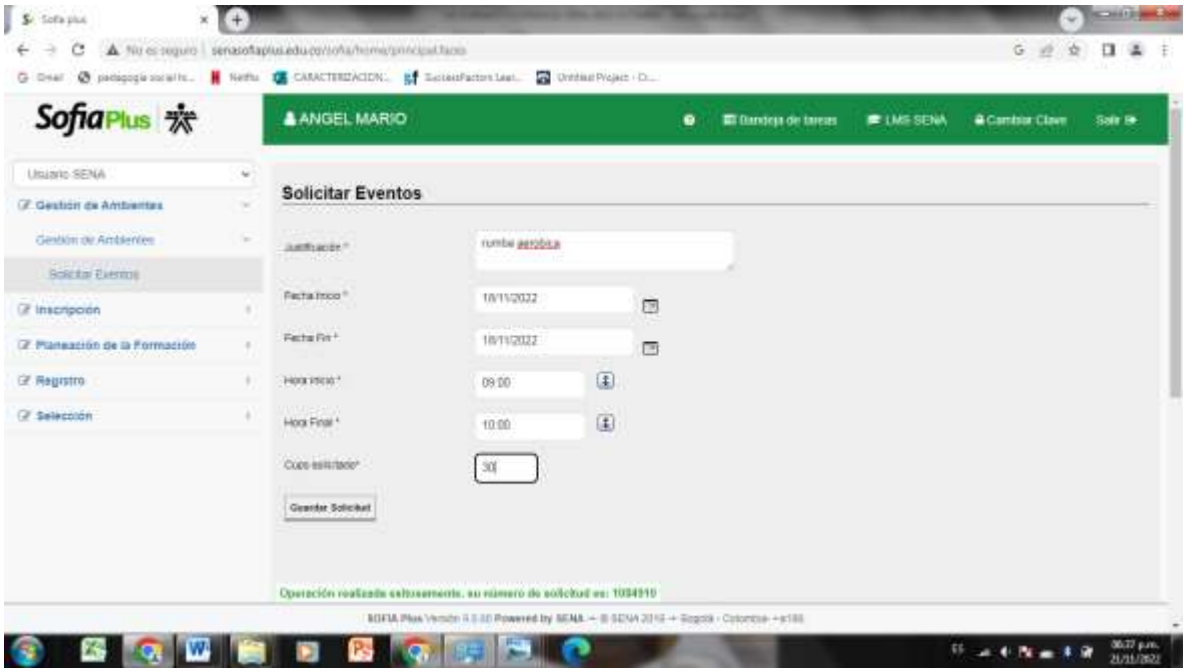
OBJETIVO: Entrenamiento en intervalos de intensidad alta y media es una de las formas más efectivas que existen tanto para mejorar la resistencia como para quemar más grasa**.** Esto es debido a que mejora la capacidad del cuerpo para oxidar tanto la glucosa como la grasa.

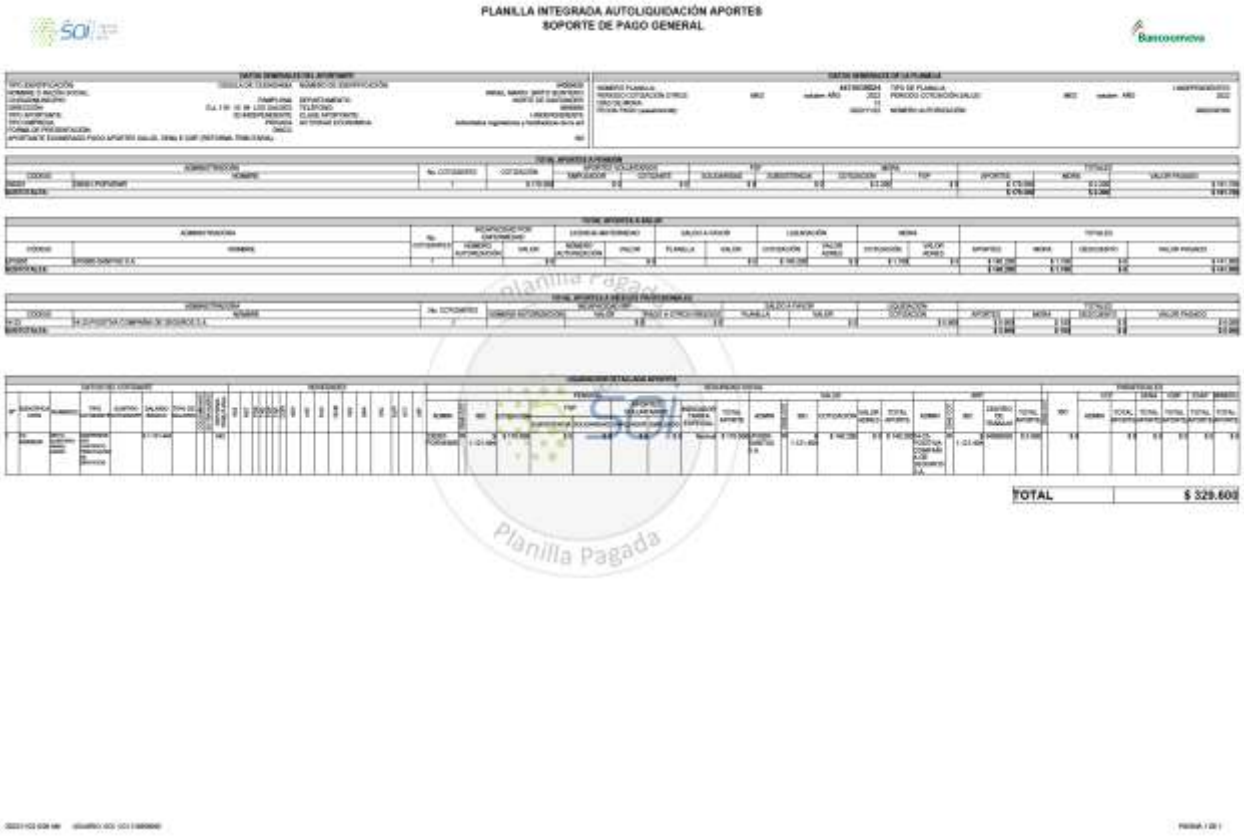


@SENAComunica
www.sena.edu.co
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682

Actividad física musicalizada (rumba terapia)

OBJETIVO: La actividad física por medio de diversos ritmos, que actúen como herramienta fundamental y cognitiva que favorezcan a la prevención de las enfermedades crónicas no Trasmisibles.




PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES
SOPORTE DE PAGO GENERAL

TOTAL $ 329.600

ANGEL MARIO BRITO QUINTERO
Contratista
C.C. No. 84009638

@SENAComunica
www.sena.edu.co
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682