INFORME ACTIVIDADES CONTRATISTA INDEPORTES CUNDINAMARCA
CONTRATO No. 311 de 2022

OBJETO 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 DE INDEPORTES CUNDINAMARCA.	**INFORME FINAL**
JUAN FRANCISCO MENDEZ LASPRIELLA TECNICO OPERATIVO	SUPERVISOR

INFORMACIÓN FINAL

MUNICIPIO	ANAPOIMA CUNDINAMARCA
FECHA DEL INFORME	21 DE DICIEMBRE 2022
PERIODO DEL INFORME	07 de febrero de 2022 AL 21 DE diciembre 2022
CONTRATISTA	ANDRES ANIBAL OVALLE GUERRERO

PRINCIPALES ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL PERIODO.

Dando alcance al objeto contractual del contrato de Prestación de servicios No. 311 de 2022 me permito informar las actividades de mayor relevancia en el siguiente informe final.

Ejecución del contrato por el tiempo de (10) MESES Y QUINCE DIAS (15)

Explicación breve frente a lo realizado en cada una de las actividades por el tiempo contratado.

1.ACTIVIDAD 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.

- Se convoca con la invitación a la inscripción en la escuela de formación deportiva de patinaje en los meses de febrero 07 a diciembre 15 de 2022 con ayuda de los padres de familia y por medio de estados y volantes entregados en las instituciones el voz a voz y con publicaciones propias de los padres de familia con el poster que nos realizó en municipio y se publicó por la página de la alcaldía de Anapoima **idrem** para brindar más información al respecto.

2.ACTIVIDAD 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.

- Los formatos de trabajo para ser ejecutados, realizándose en los siguientes 20 días calendario después de la entrega del primer periodo En donde se envió al supervisor los planes de trabajo, las mallas curriculares de cada categoría. De la escuela de formación de Anapoima Cundinamarca.

Teniendo en cuenta mes a mes dejarlos cargados en el drive para su verificación previa por el supervisor.

3.ACTIVIDAD 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.

- Se da cumplimiento en lo cual corresponde de las mallas y el plan pedagógico de patinaje de velocidad para el municipio de Anapoima Cundinamarca en todos los meses desde el inicio del contracto hasta finalizar, también se ilustran trabajos de habilidad giros saltos y rodar por tiempos, tener conocimiento de que son las pruebas de velocidad y habilidad saber de las técnicas de la modalidad de patinaje de velocidad asi mismo se realizo trabajo de ruta en la recta de anapoima con los deportistas de la mesa y tena. asi mismo se conforman de los 3 grupos poblacionales de forma presencial (Iniciación, fundamentación y especialización) en donde se siguen sumando los deportistas a cada procesos y grupos solicitados, en el municipio de Anapoima Cundinamarca

4.ACTIVIDAD Para deportes en conjunto, tener una cobertura mínima de 15 personas por grupo o una cobertura global mínima de 45 beneficiarios 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 beneficiarios 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.

- Se realiza la convocatoria los grupos de trabajo en el municipio de Anapoima Cundinamarca así mismo la acogida de la nueva escuela de formación es muy confortable, para los padres de familia y deportistas, en donde se siguen realizando publicaciones e invitaciones por los colegios y redes sociales del municipio de Anapoima, en lo rural y el casco urbano, asi mismo se realizan las formaciones en los siguientes escenarios deportivos Los cuales son cic Liberia y el polideportivo de la estrella. Y los días viernes en el colegio francisco sede a en las jornadas de las mañanas En donde se brinda la oportunidad de llegar a toda la población de Anapoima por su ubicación.

5.ACTIVIDAD 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.

- Se utilizan las prendas institucionales en las formaciones y en cada una de las reuniones y apoyos por parte del servidor publico, asi mismo en las secciones de clases se porta una buena presentación, ante los deportistas y los padres de familia, las cuales son camiseta, sudadera, con logos institucionales de indeportes.

6.ACTIVIDAD 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.

- Se establecen en cada una de las categorías diferentes actividades, durante todos los meses del contrato realizar diferentes microciclos con sus debidas cargas y volúmenes.

Iniciación: Se logran potenciar los siguientes trabajos en el grupo de iniciación, saltos en diferentes formas con y sin patines, slalom baterías, juegos de reacción previo a esto en tenis y después en patines, asi mismo se preparan para ir al festival
Municipales con enfoque pedagógicos.
Fundamentación: se potencia trabajos técnica de recta y curva, asi mismo saltos de pliometría en gradas, salidas en patines y tenis mismo baterías y trabajos de resistencia aeróbica en tenis para corregir la técnica después se realizan los trabajos en patines. Del mismo modo se potenciar sus habilidades y destrezas
Especialización: se logran realizar a los trabajos de pliometría de fortaleciendo de tren inferior, la toma de los tes faltantes con todas las categorías, asi mismo realizar trabajos de velocidad en recta y remates de series de 200 mts y de técnica de llegada y salida con y sin patines para sus respectivas correcciones. Del mismo modo se potencian para el festivales futuros los cueles fueron en los municipios de cachipay y en el municipio de Girardot con lo cual se tuvieron diferentes aprendizajes en cada uno de los deportistas.

7.ACTIVIDAD 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.

- Se envían los documentos requeridos por el gestor, así mismo se mantiene actualizada la información en el drive mes a mes durante el contracto n, 311del 07 de febrero de 2022 AL 15 DE diciembre 2022 con la subida de fichas de inscripción y los documentos requeridos mes a mes en este mes se suben los avances de los tes deportivos y soportes de cumplimiento frente al servidor público, para ello se anexa el siguiente enlace.

8.ACTIVIDAD 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.

- se presentan las planeaciones durente el contracto ejecutado en el periodo del 07 de febrero de 2022 AL 15 DE diciembre 2022 de en los cual se plantean cambios en los diferentes niveles, para potenciar las adaptaciones en los deportistas, tanto en capacidades motoras y físicas, en donde se plantean salidas al festival del municipio de apulo, cachipay, y Girardot en donde se asistieron con unos deportistas para obtener vivencias y aprendizajes. asi mismo se cargan planes y mallas del mes de junio cumpliendo con las obligaciones.

9. ACTIVIDAD 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.

- Durante la ejecución del contracto 311 del 2022 se realizaron trabajos de habilidad y de fortalecimiento, y de velocidad en sus diferentes pruebas. Baterías, en reacción carriles. Del mismo modo se preparan los deportistas para competencias municipales en la región Tequendama.

10.ACTIVIDAD 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

- Durante los meses de febrero a diciembre se presentan los certificados de cumplimiento que nos brindan las alcaldías certificando el cumplimiento de las obligaciones del contracto.

11.ACTIVIDAD Apoyar a los demás componentes en las diferentes actividades que realicen en los municipios asignados por la Subgerencia Técnica

- Se asistió a la capacitación virtual la cual se realizó el día 26 de agosto con temas de contratación y de compromisos del contracto actual
- Se apoya la carrera de ciclismo el 19 de mayo en el municipio de Anapoima Cundinamarca en donde ayudamos armar los dumis, la publicidad, y a los cierres viales dentro del municipio
- En el mes de octubre se realizaron apoyos en la gobernación de Cundinamarca con la entrega de los uniformes de inter alcaldías.

12.ACTIVIDAD Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.

- Cumplí a cabalidad con las reuniones citadas por los entes de indeportes y por el supervisor de la región Tequendama Cristian reyes, en lo que comprende para el mes de marzo del 01 al 30 del mismo mes. En donde se realizaron tres reuniones Una reunión presencial y dos vía virtual, dando cumplimiento a la obligación #12

- Se asistió a la capacitación de los tes en el municipio de facatativa Cundinamarca, el dia 12 de mayo, también se asiste a la reunión virtual por la plataforma meet el dia 23 de mayo en donde se deja claridad compromisos de entrega del informe para el mes presente,
- Para el mes de junio se asistio a la reunión en el municipio de mesitas Cundinamarca en donde se habla de los compromisos del contracto y se realiza charla con un psicólogo deportivo.
- Se asistió a la capacitación virtual la cual se realizó el día 11 de julio con temas de contratación y de compromisos del contrato actual
- Se asistió a la capacitación virtual la cual se realizó el día 26 de agosto con temas de contratación y de compromisos del contrato actual
- Se asistió a la capacitación virtual la cual se realizó el día 22 de septiembre con temas de actualización de los tes y de compromisos del contrato actual
- Se asiste a la reunión en el mes de octubre la cual nos asesoran con respecto a los test físicos enviados y con respecto al informe que se debe subir mes a mes.

13. ACTIVIDAD 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.

- Durante el contrato n. 311 del 20233 se cumplió con el ítem n. 13 en donde se pone a disponibilidad los archivos a la entidad administrativa ya que el supervisor no lo requiere para este periodo.

14. ACTIVIDAD 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.

- Se realiza la subida de los archivos del contrato actual por medio de la plataforma SECOP II en donde se cargan los documentos del respectivo mes cuenta de cobro, informe de actividades, informe de gestión contractual, y el soporte de seguridad social.

15.ACTIVIDAD 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.

- Se entrega al supervisor del contrato los documentos, durante el 07 de febrero al 15 de diciembre del 2022 así mismo los estudios y demás productos elaborados el presente contrato n. 311

RESUMEN DE PAGOS DE SEGURIDAD SOCIAL

Periodo	IBC	Salud	Pensión	ARL	Planilla
ENERO	$1.000,000	$125,000	$160,000	$24.400	**9430263396**
FEBRERO	$1.000,000	$125,000	$160,000	$24.400	**9431709831**
MARZO	$1.000,000	$125,000	$160,000	$24.400	**9433014806**
ABRIL	$1.000,000	$125,000	$160,000	$24.400	**9434303178**
MAYO	$1.000,000	$125,000	$160,000	$24.400	**9435516142**
JUNIO	$1.000,000	$125,000	$160,000	$24.400	**9436753154**
JULIO	$1.000,000	$125,000	$160,000	$24.400	**9438106482**
agosto	$1.000,000	$125,000	$160,000	$24.400	**9439428537**
septiembre	$1.000,000	$125,000	$160,000	$24.400	**9440804127**
Octubre	$1.000,000	$125.700	$160.900	$24.600	**9442101293**
Noviembre	$1.000,000	$125,000	$160,000	$24.400	**9443760304**
Diciembre	$1.000,000	$125,000	$160,000	$24.400	**9444116157**
Totales	**$12.000,000**	**$1.500.700**	**$1.920.900**	**$293.000**	**N/A**

GRUPOS DE TRABAJO	TOTAL DE NIÑOS
INICIACIÓN	12
FUNDAMENTACIÓN	12
PERFECCIONAMIENTO	9
TOTAL	34

Modalidad de contratación	Contrato de prestación de Servicios	Valor contrato	Plazo	Registro No
Contratación directa	**x**	DIECISIETE MILLONES NOVECIENTOS NOVENTA Y SIETE MIL PESOS ($17.997.000) M/CTE	DIEZ (10) MESES Y QUINCE (15) DIAS	RES-2022000241 RES-2022003157

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

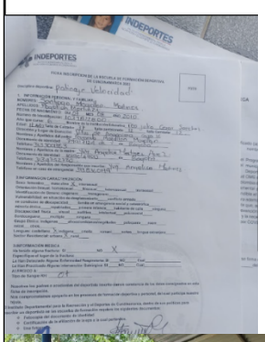
CONTRATISTA:	
Nombre: ANDRES ANIBAL OVALLE GUERRERO	

Firma:

CC 1.072425172

RELACIÓN DE ANEXOS

FEBRERO

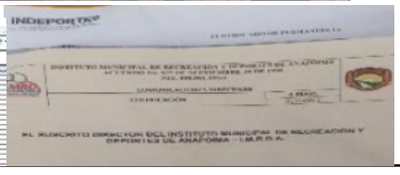






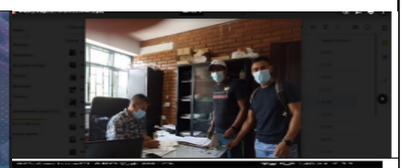


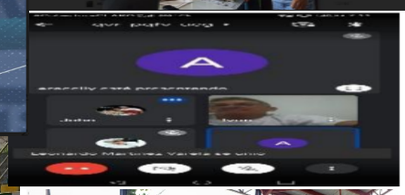




marzo


PATINAJE DE
VELOCIDAD
LUNES, MARTES, JUEVES, VIERNES
CIC – CENTRO DE INTEGRACIÓN CIUDADANA
Instructor : Andrés Ovalle
3118965802
INDEPORTES
IMRD ANAPOIMA







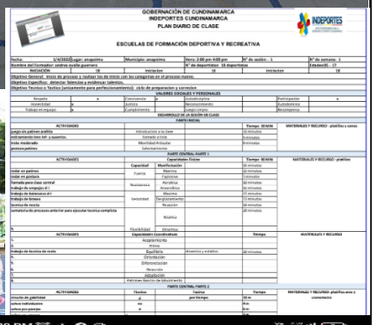


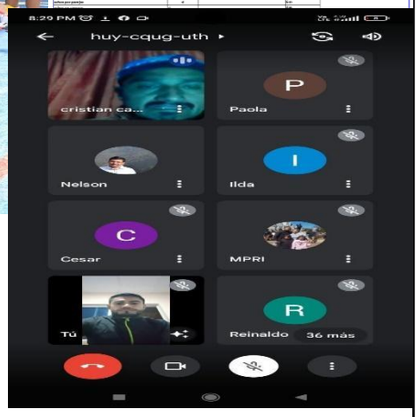



MISION
VISION
PRIMEROS AUXILIOS





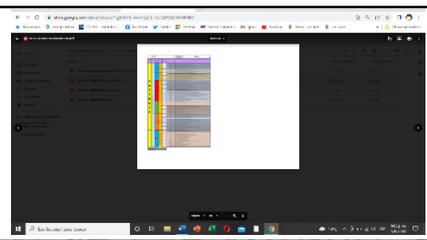

GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE
ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA


huy-cqug-uth
cristian ca...
Paola
Nelson
Ilda
Cesar
MPRI
Tú
Reinaldo
36 más

abril


Los invitamos a participar en la nueva escuela de formación deportiva ven aprende, y disfruta de nuestras formaciones, enfocadas en valores y bases para tu vida.
PATINAJE DE
VELOCIDAD
LUNES, MARTES, JUEVES, VIERNES
CIC – CENTRO DE INTEGRACIÓN CIUDADANA
Instructor : Andrés Ovalle
3118965802
Tú, La Jugosa Cocina Local y 16 personas más
Me gusta
Comentar
Imrd Anapoima


LLEGADA
DEPORTE



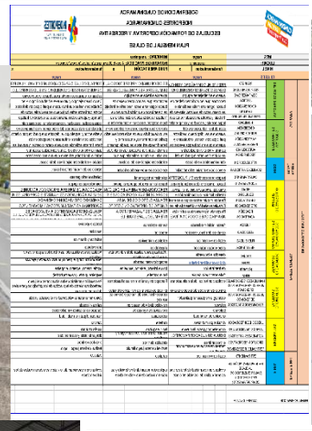


mayo









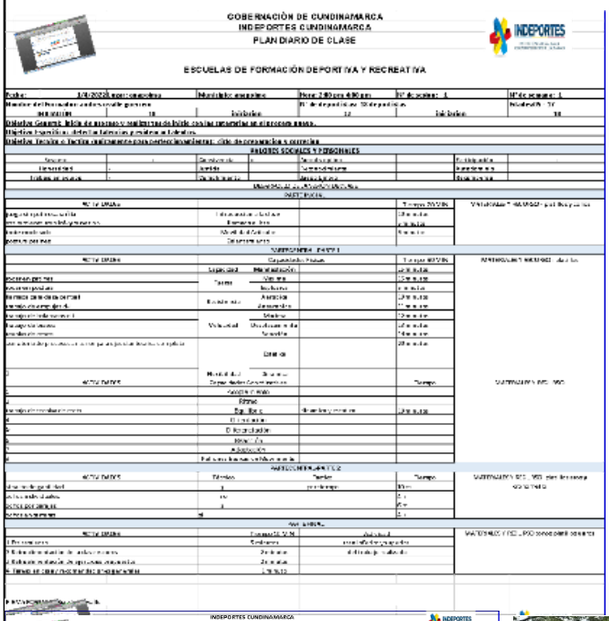






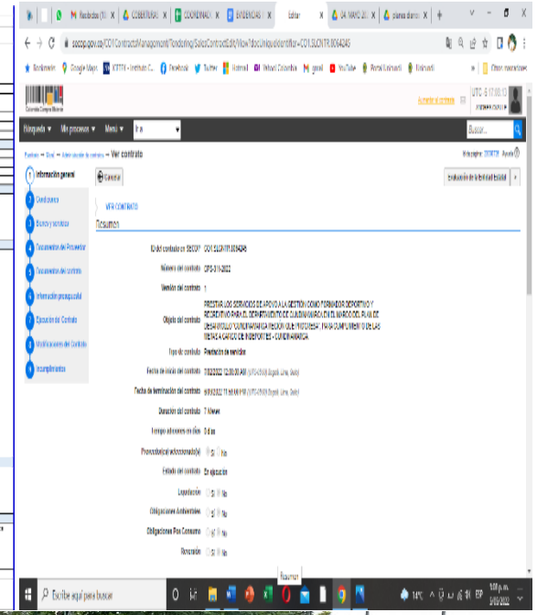


junio



GOBERNACIÒN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA





INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA
HORARIOS Y SITIOS DE ENTRENAMIENTO

DEPORTE / MODALIDAD: patinaje velocidad
MUNICIPIO: anapoima
NOMBRE DEL FORMADOR: ANDRES OVALLE

HORARIOS	CONCEPTO	lunes	martes	jueves	viernes	DOMINGO	OBSERVACIONES
2: 00 PM AA: 00 PM	GRUPO	Initiation	Initiation	Initiation	Initiation		
	SEDE DE TRABAJO	cic liberta	cic liberta	cic liberta	colegio general		
4:10 P.M. A 6:00 P.M.	GRUPO	fundamentacion	fundamentacion	fundamentacion	fundamentacion		
	SEDE DE TRABAJO	cic liberta	cic liberta	cic liberta	colegio general		
6: 00 PM A 8: 00 PM	GRUPO	especializacion	especializacion	especializacion	especializacion		
	SEDE DE TRABAJO	cic liberta	cic liberta	cic liberta	cic liberta		
4:10 P.M. A 6:00 P.M.	GRUPO						
	SEDE DE TRABAJO						
4 P.M. A 6 P.M.	GRUPO						
	SEDE DE TRABAJO						
5 P.M. A 6 P.M.	GRUPO						
	SEDE DE TRABAJO						
6 P.M. A 7:00 P.M.	GRUPO						
	SEDE DE TRABAJO						
7 P.M. A 8 P.M.	GRUPO						
	SEDE DE TRABAJO						
8 P.M. A 9 P.M.	GRUPO						
	SEDE DE TRABAJO						
9 P.M. A 10 P.M.	GRUPO						
	SEDE DE TRABAJO						

NOMBRE MONITOR: ANDRES OVALLE

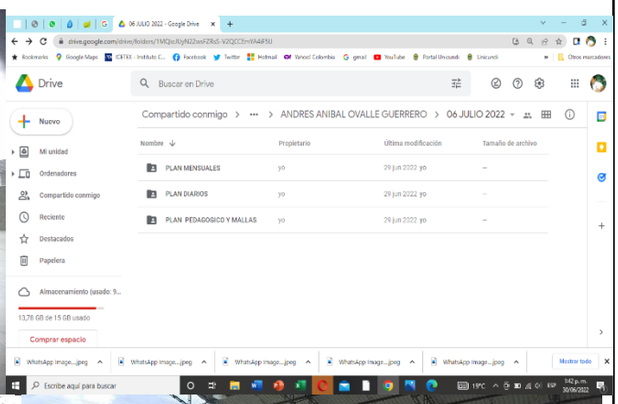






julio





INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE ANAPOIMA
ACUERDO No. 025 DE SEPTIEMBRE 20 DE 1996
NIT. 808.001.195-3

COMUNICACIONES DIRECTIVAS

CERTIFICACIÓN	R-02ABS
	VERSION 1

EL SUSCRITO DIRECTOR DEL INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE ANAPOIMA – I.M.R.D.A.

CERTIFICA:

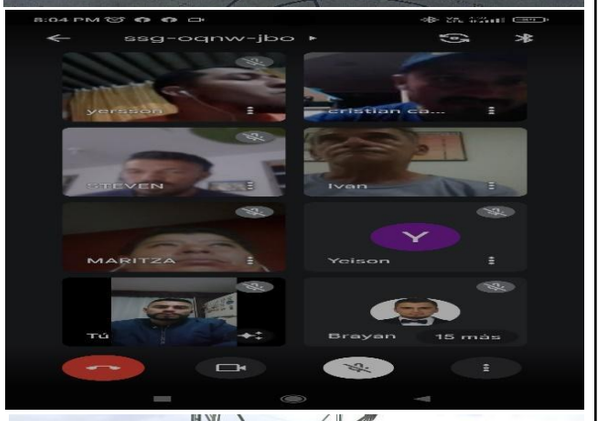
Que **ANDRES ANIBAL OVALLE´GUERRERO**, identificado con la Cédula de Ciudadanía No.1.072.425.172, presto sus servicios como FORMADOR DEPORTIVO EN PATINAJE VELOCIDAD DE LA ESCUELA DEPORTIVA DE ANAPOIMA, durante el período comprendido entre el 01 de julio de 2022 al 31 de julio de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato.

Esta certificación es expedida a los nueve (09) días del mes de agosto del año 2022, dada en el municipio de Anapoima – Cundinamarca.

ALEXANDER ESPINOSA JAMIOY
Director I.M.R.D.A.
Cel.3153601108

Anapoima Comprometo con Nuestra Gente
Calle 2 Nº 2 – 22 casa de la cultura Oficina Deportes
Correo electrónico: deportes@imrdanapoima-cundinamarca.gov.co
Página Web: www.imrdanapoima-cundinamarca.gov.co
TELEFONOS: 322-2123366
CODIGO POSTAL: 252640













Agosto



INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE ANAPOIMA
ACUERDO No. 025 DE SEPTIEMBRE 20 DE 1996
NIT. 800.001.195-3

COMUNICACIONES DIRECTIVAS

CERTIFICACIÓN	R-02ABS
	VERSION 1

EL SUSCRITO DIRECTOR DEL INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE ANAPOIMA – I.M.R.D.A.

CERTIFICA:

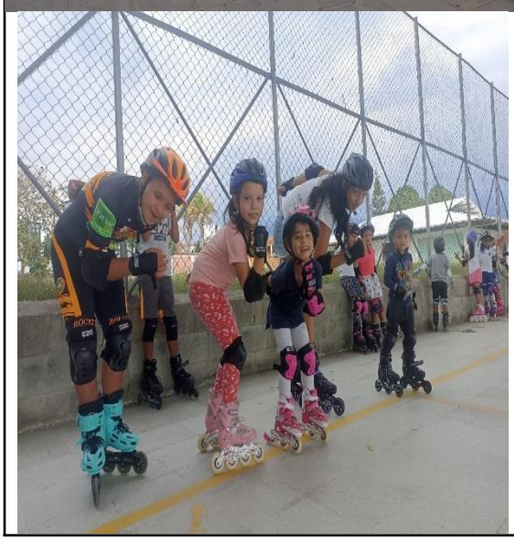
Que **ANDRES ANIBAL OVALLE GUERRERO**, identificado con la Cédula de Ciudadanía No.1.072.425.172, presto sus servicios como FORMADOR DEPORTIVO EN PATINAJE VELOCIDAD DE LA ESCUELA DEPORTIVA DE ANAPOIMA, durante el periodo comprendido entre el 01 de septiembre de 2022 al 30 de septiembre de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato.

Esta certificación es expedida a los treinta (30) días del mes de septiembre del año 2022, dada en el municipio de Anapoima – Cundinamarca.

ALEXANDER ESPINOSA JAMIOY
Director I.M.R.D.A.
Cel.3153601108

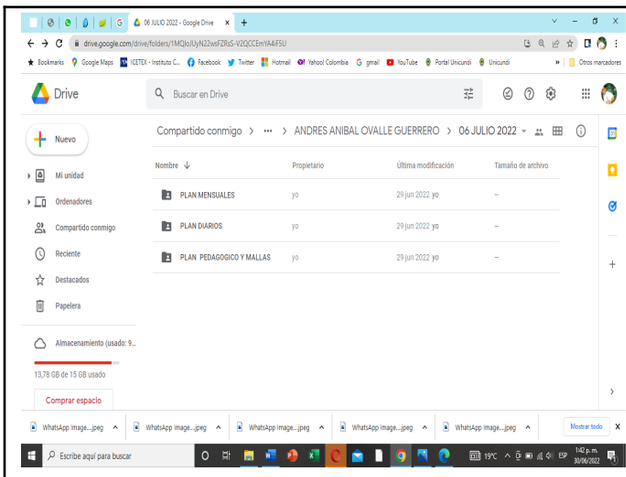
Anapoima Compromiso con Nuestra Gente
Calle 2 N° 2 – 22 casa de la cultura Oficina Deportes
Correo electrónico: deportes@imrdanapoima.cundinamarca.gov.co
Página Web: www.imrdanapoima.cundinamarca.gov.co
TELEFONO: 8572446
CODIGO POSTAL: 252646

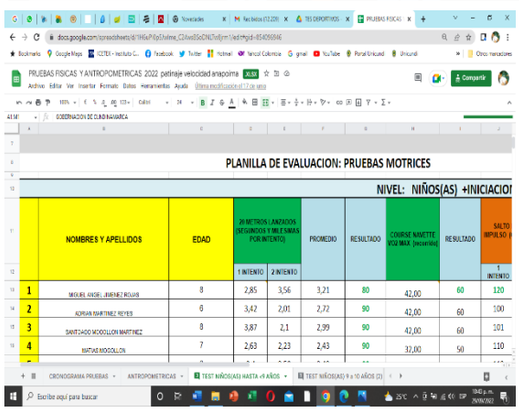




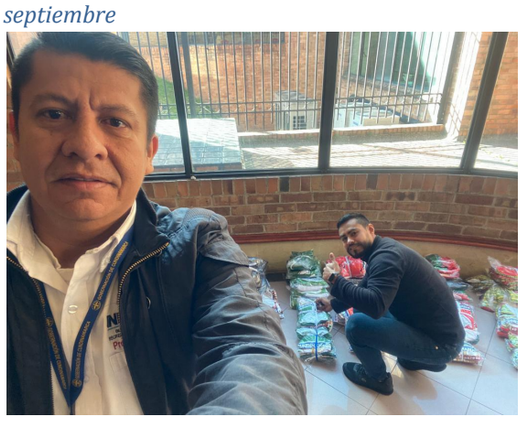


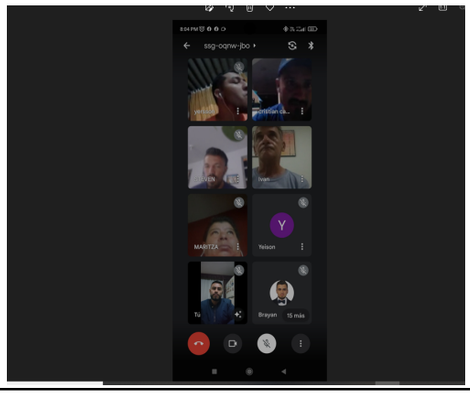


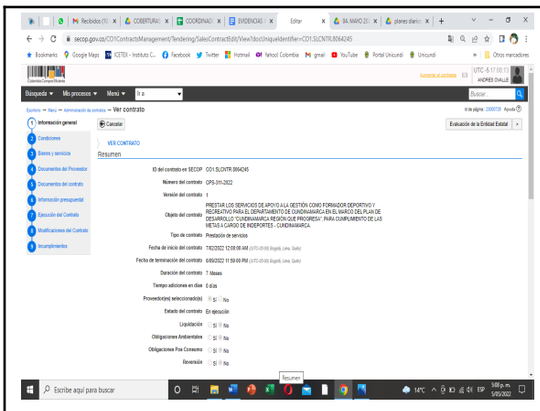

06 JULIO 2022 - Google Drive
drive.google.com/drive/folders/1MQloJUyN22wsFZRzS-V2QCCEmYA6FSU
Drive
Buscar en Drive
Nuevo
Mi unidad
Ordenadores
Compartido conmigo
Reciente
Destacados
Papelera
Almacenamiento (usado: 9...
13,78 GB de 15 GB usado
Comprar espacio
Compartido conmigo > ANDRES ANIBAL OVALLE GUERRERO > 06 JULIO 2022
Nombre
Propietario
Última modificación
Tamaño de archivo
PLAN MENSUALES
yo
29 jun 2022 yo
PLAN DIARIOS
yo
29 jun 2022 yo
PLAN PEDAGOGICO Y MALLAS
yo
29 jun 2022 yo
Escribe aquí para buscar


PRUEBAS FISICAS Y ANTROPOMETRICAS 2022 patinaje velocidad anapoima
PLANILLA DE EVALUACION: PRUEBAS MOTRICES
NIVEL: NIÑOS(AS) +INICIACIO
NOMBRES Y APELLIDOS
EDAD
1 INTENTO
2 INTENTO
PROMEDIO
RESULTADO
RESULTADO
1 INTENTO
1 MIGUEL ANGEL JIMENEZ ROJAS 8 2,85 3,56 3,21 80 42,00 60 120
2 ADRIAN MARTINEZ REYES 6 3,42 2,01 2,72 90 42,00 60 100
3 SANTIAGO MOSQUILLON MARTINEZ 8 3,87 2,1 2,99 90 42,00 60 101
4 MATIAS MOSQUILLON 7 2,63 2,23 2,43 90 37,00 50 110

septiembre

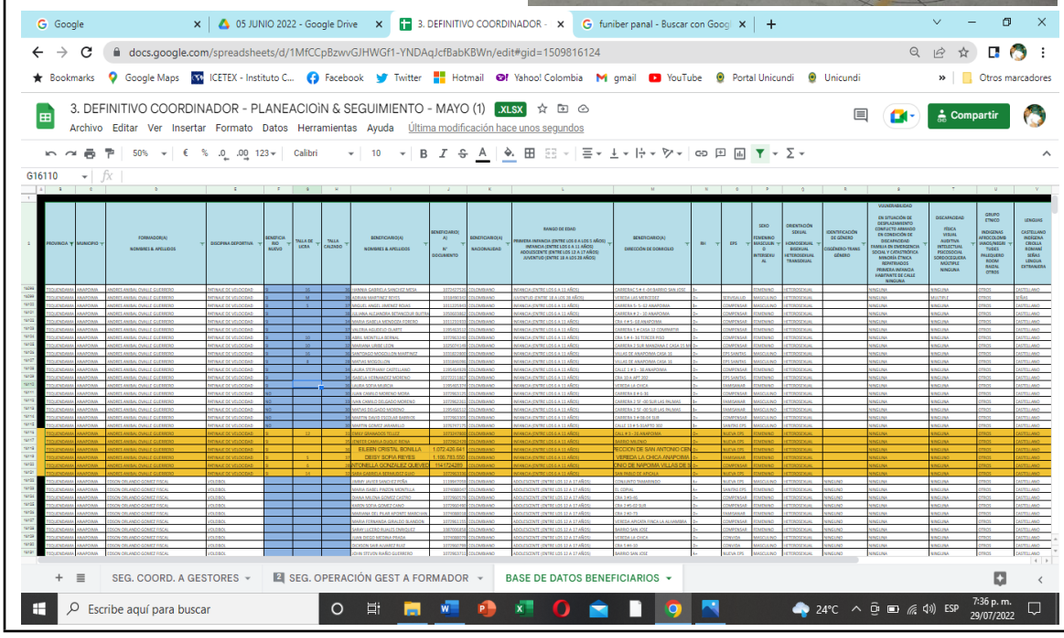



ssg-oqrw-jbo
MARITZA
Yelson
Tu
Brayan
15 más












ITALY

octubre



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA

CLASES

ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA

PLAN MENSUAL DE CLASE

MES		octubre	MUNICIPIO: anapoima		
LUGAR		Anapoima	HORARIO DE PRACTICA: 8:30 - 7:50 pm lunes/martes/jueves/viernes		
NIVEL		INICIACIÓN x	Iniciación	x	Iniciación x
CLASES		octubre	octubre		octubre
VALORES	VALORES SOCIALES	RESPETO	SIEMPRE PRESENTE EN CLASES	ES DISCIPLINADO Y RESPETUOSO AL	FORTALECE LAS CAPACIDADES AFECTIVAS Y LAS
		RESPONSABILIDAD	DEMUESTRA RESPONSABILIDAD EN	DEMUESTRA RESPONSABILIDAD EN EL	DEMUESTRA RESPONSABILIDAD EN EL DESARROLLO
		Cuidado Ambiental	aprende a cuidar su espacio	aprende a cuidar su espacio	cuida su espacio con paciencia hacia cada cosa
		JUSTICIA	reconoce que las acciones deben ser	reconoce que las acciones deben ser	Da un buen ejemplo y promueve el trabajo limpio y las
		COOPERACIÓN	trabaja en una ruta mediante el	trabaja en una ruta mediante el trabajo	Cuida de manera que mantenga la articulación de todos
		LEALTAD	se interesa por el bienestar propio de	se interesa por el bienestar propio de	existe confianza entre los jugadores mediante todo de
		TRABAJO EN EQUIPO	Trabaja y asiste adecuadamente a la	Trabaja y asiste adecuadamente a la	Trabaja y asiste adecuadamente a la ruptura de trabajo
	VALORES PERSONALES	HUMILDAD	logra aceptar, escuchar y comprender	logra aceptar, escuchar y comprender a	logra aceptar, escuchar y comprender a la derrota y la
		OBEDIENCIA	atiende las instrucciones del	atiende las instrucciones del instructor y	atiende las instrucciones del instructor y los llamados de
		AUTODISCIPLINA	aprende a ser disciplinado mediante	es un deportista que se esta construyendo	tiene perseverancia por el deporte que practica para lograr
		PARTICIPACIÓN	participa constante, creativo y	participa constante, creativo y	participa constante, creativo y respeta a los
		PERSEVERANCIA	aprende que en los juegos acerca se	tiene firmeza entiende que puede ganar	tiene firmeza entiende que puede ganar o perder y aun así la
		AUTOGOBIERNO	acepta y pone en practica las	acepta y pone en practica las	acepta y pone en practica las confianza y respeto
		RECONFIANZA	se divierte mediante la practica del	acepta la victoria, entiende que	acepta la victoria, entiende que tal, acceso tiene
PARTE BASICA	INICIO	INTRODUCCIÓN	dar parámetros de la clase	establecer objetivos de la clase	saludo y establecer objetivos de la clase
		MOVILIDAD ARTICULAR	ejercicios de movimiento articular	ejercicios de movimiento articular	ejercicios de movimiento articular
		CALENTAMIENTO	juegos predeportivos	calentamiento general	calentamiento general
PARTE CENTRAL DESARROLLO MOTRIZ	DESARROLLO MOTRIZ	ADAPTAMIENTO	Indicara la manera de aportar al grupo	Indicara la manera de aportar al grupo	competencia en grupo
		RITMO	empieza a ejecutar ritmo en el juego	REACCIONA DE MANERA EFICAS CON	REACCIONA DE MANERA EFICAS CON ACCIONES
		EQUILIBRIO	mejora dominar su coordinación y	LOGRA GENERAR ACCIONES Y	REFUERA AC CIONES Y AJUSTES CORPORALES AL
		ORIENTACIÓN	Realiza movimientos corporales en el	REALIZA EJERCICIOS DE ALTA	CAMBIO DE ORIENTACIÓN E COMBINADO
		DIFERENCIACIÓN	Comienza relación y diferencia de las	CAMBIO DE ORIENTACIÓN DIRECTO	COORDINA LAS FASES MOTORAS Y MOVIMIENTOS
		REACCIÓN	Responde rápidamente a estímulos	REALIZA DESPLAZAMIENTOS A	REALIZA DESPLAZAMIENTOS A VELOCIDADES
		ADAPTACIÓN	ADAPTACIONES COORDINATIVAS	INTERMUSCULARES QUE LE	ADAPTACIONES COORDINATIVAS INTERMUSCULARES QUE LE
	CAPACIDADES CONDICIONALES	FUERZA	fuerza inicial moderada	fuerza explosiva	fuerza explosiva
		VELOCIDAD	cambios de ritmo, reacción	reacción	reacción
		FLEXIBILIDAD	estatico y dinamico	estatico y dinamico	estatico y dinamico
		RESISTENCIA	anaeróbica inicializa	anaeróbica	anaeróbica
	ELEMENTOS TÉCNICOS	RAPIDEZ	derecha e izquierda	Practica pasos anticipando las diferentes	Practica pasos anticipando las diferentes específicos de
		SALTO	Salto con el pie izquierdo	Saltamos por lo de	técnica de resta en carrito, juego de araña en final de clase
		DESPLAZAMIENTO	de manera fijo	bando interno, externo, empuine	bando interno, externo, empuine
		GIRO	Rotación con cuerpo de pie	Salto de caballo y equilibrio	empuine, punta y calentamiento
	ELEMENTOS TÁCTICOS	MECANISMOS GENERALES DE LAS	Explicación básica de las maniobras	Percepción y análisis de las maniobras	Percepción y análisis de las maniobras de juego
		JUEGOS PREDEPORTIVOS	principios básicos del juego ofensivo	principios generales del juego ofensivo	perfeccionamiento de la practica de los principios generales
		OFENSIVOS	estrategia de pasar al patinador	conocer los tipos de marcaje como la	del juego ofensivo
		JUEGOS PREDEPORTIVOS DEFENSIVOS		marcial	como renunciar la velocidad en el pirata y resta
		Y ENFRENTAMIENTOS TACTICOS	colocar	de velocidad de reacción	salida situada
			barreras	individuales y grupales	reacción a la salida y mantenerse
	RECREATIVO		circuitos de habilidad	sobrenas	mantener el giro en habilidad
		JUEGOS DE INTEGRACIÓN	circuitos polideportivos	cadena	cadena
		JUEGOS TRADICIONALES	congelados y pasar la cuerda	araña, cadena,	baloncesto simplificado
		ACTIVIDADES ARTISTICAS	DIBUJA SU JUGADOR FAVORITO.	dibuja la chancha con las reglas	dibuja la chancha con las reglas y medidas
		CIRCUITOS RECREATIVOS	habilidad agil	habilidad agilidad tipo de cuad	velocidad salidas
		FESTIVALES RECREATIVOS	festival de formas de formación	festival de tema juego limpio	festival de tema juego limpio
PARTE FINAL	FINAL	ESTIRAMIENTO	estatico y dinamico	estatico	estatico
		RETROALIMENTACIÓN DE LA CLASE (SALUDO, RECOMENDACIONES Y PROPUESTAS Y COMPROMISOS)	explicacion y recuendo de la vista	explicacion y recuendo de la vista	explicacion y recuendo de la vista
FIRMA FORMADOR:		ANDRES OVALLE			



INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE ANAPOIMA
ACUERDO No. 025 DE SEPTIEMBRE 20 DE 1996
NIT: 808.001.195-3

COMUNICACIONES DIRECTIVAS

CERTIFICACIÓN | R-02ABS | VERSION 1

EL SUSCRITO DIRECTOR DEL INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE ANAPOIMA – I.M.R.D.A.

CERTIFICA:

Que **ANDRES ANIBAL OVALLE GUERRERO**, identificado con la Cédula de Ciudadanía No.1.072.425.172, presto sus servicios como FORMADOR DEPORTIVO EN PATINAJE VELOCIDAD DE LA ESCUELA DEPORTIVA DE ANAPOIMA, durante el periodo comprendido entre el 01 de octubre de 2022 al 30 de octubre de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato.

Esta certificación es expedida a los treinta (30) días del mes de octubre del año 2022, dada en el municipio de Anapoima – Cundinamarca.

ADA YEIMY MORENO CIFUENTES
Directora I.M.R.D.A.
Cel.3132759246

Anapoima Compromiso con Nuestra Gente
Calle 2 N° 2 – 22 casa de la cultura Oficina Deportes
Correo electrónico: deportes@anapoima-cundinamarca.gov.co
Página Web: www.anapoima-cundinamarca.gov.co
TELEFONOS: 322-2123306
CODIGO POSTAL: 252660







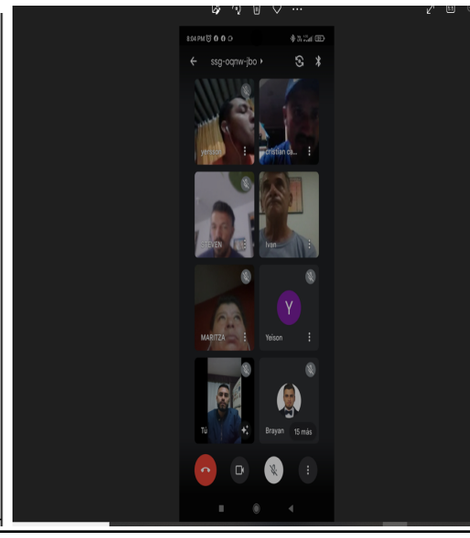
Noviembre



Iniciación	13
fundamentación	12
Especialización	9

tps://docs.google.com/spreadsheets/d/1MfCCpBzvGJHWGf1-NDAqJcfBabKBWn/edit?usp=sharing&ouid=104063430217929878 15&rtpof=true&sd=true

https://drive.google.com/drive/folders/1iuM-R72tqfHGXdk-A6VLKI-iXaZhIBDa?usp=sharing
ttps://drive.google.com/drive/folders/1iuM-72tqfHGXdk-A6VLKI-iXaZhIBDa?usp=sharing





GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
PLAN DIARIO DE CLASE

ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA Y RECREATIVA

Fecha:	7-nov	Lugar: Polideportivo	Municipio: ANAPOIMA	Hora: 2:00 pm	N° de sesión: 01	N° de semana: 01
Nombre del formador:	ANDRES OYALLE		N° de deportistas: 14		Edades: 9 a 12 años

INICIACION		FUNDAMENTACION	x	PERFECCIONAMIENTO	

Objetivo General: Fortalecer la Técnica de Salida para las competiciones futuras
Objetivo Específico: Manejar los diferentes formas de salida
Objetivo Tecnico o Tactico (unicamente para perfeccionamiento):

VALORES SOCIALES Y PERSONALES

Respeto	x	Convivencia		Autodisciplina	x	Participación	x
Honestidad		Justicia		Reconocimiento	x	Autodominio	x
Trabajo en equipo		Cumplimiento	x	Juego Limpio		Recompensa	

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CLASE

PARTE INICIAL

ACTIVIDADES			Tiempo 20 MIN	Terreno Bano
1. Recibimiento de los deportistas	Introduccion a la clase	x	5'	
2. Llamado a lista	Llamado a lista	x	5'	
3. De forma cefalo-caudal	Movilidad Articular	x	5'	
4. Estiramiento muscular	Calentamiento	x	5'	

PARTE CENTRAL-PARTE 1

ACTIVIDADES	Capacidades Fisicas			Tiempo 90 MIN	Conos y platillos
	Capacidad	Manifestación			
1. Flexiones de piernas	Fuerza	Maxima		10'	
2. Salidas rapidas		Explosiva	x	10'	
3. Carreras de desplazamiento	Resistencia	Aerobica		10'	
4.		Anaerobica	x		
5.	Velocidad	Maxima	x		
6.		Desplazamiento			
7.		Reacción			
8.	Flexibilidad	Estatica			
9.		Dinamica	x		

ACTIVIDADES	Capacidades Coordinativas		Tiempo	Conos y platillos
1. Salidas de linea inicial	Acoplamiento		10'	
2. Fuerza de arranque	Ritmo	x	10'	
3. Postura de Patinador	Equilibrio	x	10'	
4.	Orientación			
5.	Diferenciación	x		
6.	Reacción			
7.	Adaptación	x		
8.	Patrones Basicos de Movimiento	x		

PARTE CENTRAL-PARTE 2

ACTIVIDADES	Tecnico	Tactico	Tiempo	Conos y platillos
1. Formas de salidas	x		10'	
2. Trabajo cooperativo		x	10'	
3.				
4.				

PARTE FINAL

ACTIVIDADES		Tiempo 10 MIN	Actividad	Terreno Bano
1.Estiramiento	x	2'	Semi-yoga	
2.Retroalimentacion de la clase valores	x	1'	Feedback	
3.Retroalimentacion de ejercicios propuestos	x	1'	Feedback	
4. Tareas en casa y recomendaciones generales	x	1'	Trabajo de sensibilización	

FIRMA FORMADOR: ANDRES OYALLE





Diciembre

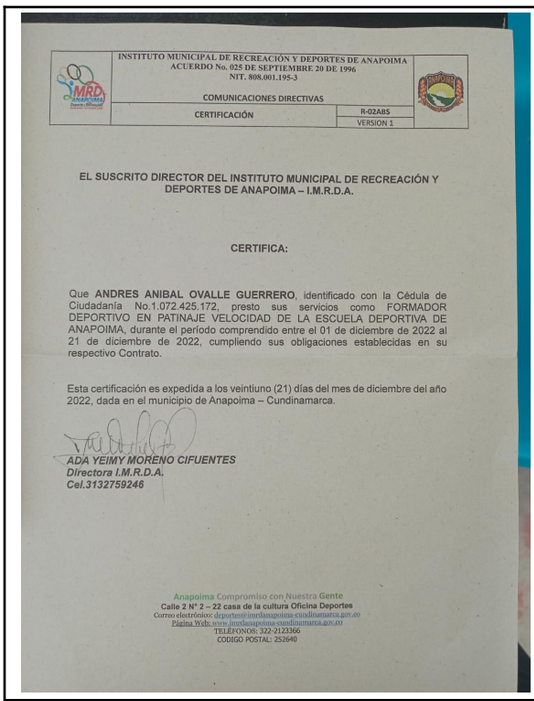







COPA SKATING
REGIÓN TEQUENDAMA
"APOYAMOS EL TALENTO EN LINEA"





INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE ANAPOIMA
ACUERDO No. 025 DE SEPTIEMBRE 20 DE 1996
NIT. 808.001.195-3

COMUNICACIONES DIRECTIVAS

CERTIFICACIÓN	R-02ABS
	VERSION 1

EL SUSCRITO DIRECTOR DEL INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTES DE ANAPOIMA – I.M.R.D.A.

CERTIFICA:

Que **ANDRES ANIBAL OVALLE GUERRERO**, identificado con la Cédula de Ciudadanía No.1.072.425.172, presto sus servicios como FORMADOR DEPORTIVO EN PATINAJE VELOCIDAD DE LA ESCUELA DEPORTIVA DE ANAPOIMA, durante el período comprendido entre el 01 de diciembre de 2022 al 21 de diciembre de 2022, cumpliendo sus obligaciones establecidas en su respectivo Contrato.

Esta certificación es expedida a los veintiuno (21) días del mes de diciembre del año 2022, dada en el municipio de Anapoima – Cundinamarca.

ADA YEIMY MORENO CIFUENTES
Directora I.M.R.D.A.
Cel.3132759246