INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

INFORME DE GESTIÓN CONTRACTUAL
CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES Y DE APOYO A LA GESTIÓN

INFORME DE GESTIÓN CONTRACTUAL No. 11 de 11 de 2022 CONTRATO No. 248 de 2022											
Nombre del Contratista	ANDREY FELIPE GONZALEZ BARRAGAN										
Identificación del Contratista (C.C. / NIT)	C.C.1069262938										
Nombre y Cargo del Supervisor	FLOR ANGELA GARZON SANCHEZ TECNICO OPERATIVO										
Número del Contrato	248 de 2022		**Pago Número**		11		**De**		11		
Período Informado	01/12/2022 al 23/12/2022		**No. De Registro Presupuestal**		**2022000187 2022003227**						
Cuenta Bancaria y Entidad	68319349808 Bancolombia				**Corriente**			**Ahorros**	X		
Valor del Pago	Son un millón trecientos catorce mil sesenta y siete pesos ($ 1.314.067)										
Fecha Acta Inicio	9 de febrero de 2022				**Fecha de Terminación Vigencia Inicial**				8 septiembre 2022		
Prórroga	**SI**	x	**NO**		**Fecha de Terminación prórroga**				23/12/2022		
Adición	**SI**	x	**NO**		**Valor Adicionado**				**5.999.000**		
Suspensiones	**SI**		**NO**	X	**Periodo de Terminación**				N.A		

Objeto del Contrato: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÒN COMO FORMADOR DEPORTIVO Y RECREATIVO PARA EL DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA EN EL MARCO DEL PLAN DE DESARROLLO “CUNDINAMARCA REGIÓN QUE PROGRESA”, PARA CUMPLIMIENTO DE LAS METAS A CARGO DE INDEPORTES-CUNDINAMARCA.

Obligaciones específicas	**Actividades realizadas**
1. 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.	Realicé una reunión con director de deportes, para socializar y actualizar planeaciones de actividades. Organice y ejecute imagen publicitaria junto con el director de deportes de Sesquilé licenciado Jairo González, especificando disciplina horarios y lugar de entrenamiento, en donde lo difundí por medios tecnológicos tales como página de Facebook del instituto del deporte, la alcaldía, estados y mensajes masivos de WhatsApp. Dejé formatos de inscripción en las papelerías de los barrios principales del municipio de Sesquilé Acercamiento a instituciones educativas para canalizar una mayor cantidad de niños deportistas y así contar con los tres niveles iniciación, fundamentación, y especialización. De igual manera llevé algunos formatos a la escuela de formación y los entregué personalmente **ANEXO BANNER PUBLICITARIO**
2. 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.	Estructuré plan pedagógico y malla curricular de la disciplina deportiva futbol, en donde nos reunimos con los compañeros de la zona Almeidas consolidando un plan de trabajo y así trabajar de manera conjunta todas las provincias. Presenté al gestor licenciado Fidel Adolfo Peña de acuerdo a fecha establecida, por medio del drive, para luego socializar los planes de trabajo con el director de deportes de Sesquilé licenciado Jairo Gonzalez dando conocimiento de los temas a trabajar durante el tiempo de contrato. **ANEXO ACTA INICIO** **ANEXO PLAN PEDAGÓGICO** **ANEXO MALLA CURRICULAR**

3. 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.	Realicé todas las actividades planteadas dentro del plan de trabajo, dejando parámetros claros a trabajar en el respectivo contrato, en donde con mis compañeros de trabajo de las diferentes provincias, donde se realizarán los entrenamientos de futbol y unifiqué los planes pedagógicos y malla pedagógica consolidando toda la información en un solo documento para trabajar de una manera conjunta los temas y evaluaciones requeridas. **ANEXO IMAGEN TRABAJO CON FORMADORES**
4. Para deportes en conjunto, tener una cobertura mínima de 15 personas por grupo o una cobertura global mínima de 45 beneficiados activos, sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los que se encuentren; y, para deportes individuales tener una cobertura mínima de 10 personas por grupo o mínimo una cobertura global de 30 beneficiados activos sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los que se encuentren. De todo lo anterior, deberá tener los soportes respectivos organizados por sesiones, actividades y niveles de formación.	Realicé de acuerdo con los formatos emitidos por el gestor Fidel Peña cada uno de los lineamientos a tener en cuenta para el cumplimiento de la obligación. Alcancé una cobertura de 48 niños deportistas en los tres niveles de formación. Iniciación 15 niños deportistas Fundamentación 15 niños deportistas Perfeccionamiento 18 niños deportistas Proyecté para el siguiente mes una cobertura en los niños en cada nivel de formación. Iniciación, fundamentación y especialización cumpliendo en su mayoría la cobertura requerida. Utilizando los formatos brindados por Indeportes (listado de asistencia y formato de cobertura. **ANEXO FORMATO COBERTURA** **ANEXO FORMATO LISTA DE ASISTENCIA**
5. 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.	Utilicé adecuadamente el nombre e imagen de la institución de Indeportes Cundinamarca en cada momento; sesiones de clase, el proceso de convocatoria, presentación al municipio, utilizando de manera adecuada logos y formatos de igual manera siempre con la indumentaria brindada por Indeportes de una forma pulcra y con decoro, dando una buena imagen como profesional del deporte. **ANEXO IMAGEN RECEPCION DE FORMATOS.** **ANEXO IMAGEN BUEN USO DE IMAGEN INDEPORTES**
6. Preparar y ejecutar 9 sesiones de formación a la semana, mínimo 36 sesiones al mes, con las escuelas de formación a cargo. Cada sesión estará compuesta como mínimo por 2 horas, la distribución de las sesiones para cada nivel será concertado con el coordinador y/o supervisor del mismo.	Planifiqué días y horarios de sesiones de clase junto con el director de deportes de Sesquilé Jairo Gonzalez y el supervisor Fidel Peña en donde estará compuesto por tres días a la semana de la siguiente manera Lunes 2 pm a 4 pm iniciación. Lunes 4pm a 6 pm fundamentación. Lunes 6pm a 8 pm perfeccionamiento. Miércoles 2 pm a 4 pm iniciación. Miércoles 4pm a 6 pm fundamentación. Miércoles 6pm a 8 pm perfeccionamiento. viernes 2 pm a 4 pm iniciación Viernes 4pm a 6 pm fundamentación. Viernes 6pm a 8 pm perfeccionamiento. Para un total de 30 sesiones **ANEXO FORMATO HORARIO Y SITIO DE TRABAJO** **ANEXO SESIONES DE CLASE**

7. Consolidar y mantener actualizada la información pertinente a través de la plataforma o los medios que para tal fin Indeportes Cundinamarca tenga implementada o le indique para esa finalidad.	Alimenté la plataforma digital (drive) brindada por el gestor licenciado Fidel Peña de manera asertiva, adjuntando plan pedagógico y malla pedagógica, sitios y horarios de trabajo a desarrollar durante el respectivo mes, en las fechas establecidas y pactadas con nuestro gestor. De igual manera subí planeaciones de clase proyectadas para el siguiente mes y plan pedagógico consolidado con los formadores de toda la zona Almeidas. **ANEXO PANTALLAZO DE INFORMACION**
8. Presentar la planeación de las sesiones mensuales de clase antes del inicio de cada mes, al respectivo supervisor, describiendo los objetivos, aspectos físicos, técnicos y evaluativos a tener en cuenta, así como los métodos empleados en ellas.	Entregué planeación mensual a desarrollar durante el mes de diciembre. Alimenté el drive según directriz dada por el licenciado Fidel Peña en los últimos días del mes, dando evidencia de temas a trabajar en cada sesión de clase y nivel de formación. Habilidades motrices Técnica Táctica Y demás temas relacionados con el deporte formatico (futbol) **ANEXO PLAN MENSUAL**
9. Presentar ante el Supervisor las evaluaciones técnicas, físicas y teóricas que le realice a los grupos de alumnos a su cargo, de acuerdo con los manuales y formatos que le sean entregados, las cuales deberán estar establecidas en el cronograma general. Los resultados obtenidos deberán ser entregados junto con el informe del respectivo periodo y un consolidado en el informe final.	Proyecté evaluar en los meses establecidos las pruebas físicas y técnicas establecidas por Indeportes Cundinamarca en las fechas previstas. En el mes de mayo realicé primera toma de pruebas físicas la segunda toma de datos se realizó en el mes de octubre con análisis cualitativo y cuantitativo evidenciándolo en los informes respectivos del mes, teniendo mayor control en los niños deportistas y así poder llevar datos sistematizados y mayor control en cuanto a crecimiento y mejora de habilidades físicas. El objetivo por el cual se realizan dichas pruebas es el siguiente: ✓ Conocer la condición física de los alumnos/as y así poder calificarles. ✓ Permitir que el alumno /a conozca sus posibilidades y sus limitaciones. ✓ Crear, estimular y mantener motivaciones en los alumnos/as. ✓ Permitir la planificación del trabajo de forma fiable. ✓ Orientar la práctica deportiva y analizar la eficacia de los programas desarrollados. ✓ Saber qué áreas del programa necesitan ser mejoradas. ✓ Crear hábitos de vida saludables en los alumnos. ✓ Dotar de autonomía al alumno/a. ✓ Permitir agrupar a los alumnos por “niveles”. ✓ Informar de los progresos de aprendizaje a los padres de los alumnos. ✓ Pronosticar y orientar a los alumnos hacia un tipo

de actividad u otra.

Pruebas de valoración de las cualidades físicas básicas

Las pruebas seleccionadas resultan fáciles de administrar y no requieren de material sofisticado.

- ✓ **Resistencia**

La resistencia es aquella capacidad que nos permite llevar a cabo una actividad o esfuerzo durante el mayor tiempo posible.

Las pruebas que nos permiten valorar esta capacidad son las siguientes:

- ○ **Test de Course Navette o Test de Leger-Lambert**

Consiste en recorrer durante el máximo tiempo posible una distancia de 20 metros a una velocidad progresiva que comienza a 8 km/h y va aumentando, de forma paulatina, cada minuto 0,5 km/h.

Es imprescindible seguir el ritmo que marca la cinta magnetofónica, se repite el ciclo constantemente hasta que el alumno/a no pueda llegar a pisar la línea en el momento que lo señale la cinta. En ese momento se retirará de la prueba recordando el último periodo escuchado. Su principal finalidad es medir la potencia aeróbica máxima.

- ✓ **Fuerza**

Es aquella capacidad (física básica) que tiene el sujeto para superar, oponerse o contrarrestar una resistencia (por ejemplo un peso) que puede ser nuestro propio cuerpo u otros externos mediante una contracción muscular

Las pruebas que nos permiten valorar esta capacidad son las siguientes:

- ○ **Test de salto horizontal desde posición de pie.**

Se utiliza para comprobar la fuerza explosiva de la musculatura extensora de las caderas, rodillas y tobillos. Para ello el alumno

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa
Torre Beneficencia Piso 5
Código Postal: 111321
Teléfono: 749 1205 Ext. 1228
/CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

se sitúa de forma que las puntas de los pies estén detrás de la línea de batida y separadas a la anchura de la cadera con las rodillas flexionadas y los brazos hacia atrás.

Desde esta posición (con los dos pies simétricos), realizará un salto ayudándose con un lanzamiento de brazos hacia delante y cayendo sobre la planta de los pies con las rodillas flexionadas. El alumno/a puede levantar los talones del suelo para tomar impulso y debe realizar el salto con los dos pies a la vez. Se mide desde la línea de salida hasta la primera señal producida después del salto.

- **Test de salto horizontal vertical desde posición de pie.**

EL objetivo es evaluar los resultados de la prueba motriz o test apreciando la potencia de piernas en cada uno de los grupos o niveles. El test del salto vertical mide la diferencia entre la altura del deportista con la mano estirada hacia arriba (pies en el suelo) y la altura que puede alcanzar con dicha mano tras saltar.

- ✓ **Velocidad**

Es la capacidad que tiene el sistema nervioso de mandar impulsos a las distintas partes del cuerpo para efectuar acciones motrices en el menor tiempo posible o la capacidad de reaccionar o realizar acciones motrices en el menor tiempo posible, a un ritmo de ejecución máximo y durante un período breve (que no presuponga la aparición de fatiga).

Sus características son: que sea de corta duración, que no se produzca fatiga y que supere resistencias externas de escasa magnitud.

Las pruebas que nos permiten valorar esta capacidad son las siguientes:

- **Test de los 20 metros lisos**

Se utiliza para comprobar la velocidad de desplazamiento y de reacción. Para ello el alumno/a se sitúa de pie detrás de la línea de salida y, a la señal, debe recorrer 20 metros lo más rápido

Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa
Torre Beneficencia Piso 5
Código Postal: 111321
Teléfono: 749 1205 Ext. 1228
/CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

posible. El cronómetro se detiene cuando el alumno/a llega con el pecho a la línea final.

- **Test de velocidad de 10x4 metros o Shutter Run**

Se registran percentiles de la prueba de carrera de ida y vuelta 4 x 10 metros, en función de las edades, sexo y manipulación de objetos. Estos valores pueden ser utilizados tanto para evaluar los niveles de aptitud, velocidad de movimiento y coordinación para detectar a estudiantes cuyos niveles de condición física están por debajo de un mínimo saludable.

- **300 metros**

Su objetivo es medir la resistencia a la velocidad del ejecutante. Para iniciar la prueba, el sujeto se colocará en posición de salida alta tras la línea de partida. A la señal del controlador, deberá recorrer la distancia marcada en el menor tiempo posible, hasta superar la línea de llegada. Se medirá el tiempo empleado en recorrer la distancia establecida (en segundos, décimas y centésimas de segundo). La longitud en la elección de la distancia está condicionada por el propósito que perseguíamos, a partir de estas distancias, está regulado por el metabolismo energético que intervenga de una manera predominante.

- **Velocidad de reacción; Agarre de Bastón**

La prueba de recogida de vara o Bastón de Galton tiene el objetivo de medir la velocidad de reacción desde el punto de vista de la coordinación óculo-manual. Su ejecución requiere una vara que disponga de una escala graduada en centímetros (aproximadamente de 1 metro de largo, 2,5 cm de diámetro y 0,5 kg. de peso) La escala tiene situado el punto O a 60 cm. de uno de los extremos de la vara.

Luego de realizar todas las pruebas y computar datos, obtuvimos resultados favorables, dando conocimiento que los niños durante el proceso formativo obtuvieron mejora en cuanto a crecimiento, velocidad y resistencia.

ANEXO EVIDENCIA PRUEBAS FISICAS Y TECNICAS

10. El contratista deberá entregar una certificación por parte del organismo deportivo municipal en donde conste la realización de actividades mensuales relacionadas con las obligaciones contractuales en el municipio asignado.	Presenté el certificado del municipio de Sesquilé al gestor fidel Peña, el cual solicité al director de Indeportes Jairo Gonzalez en donde dio evidencia que cumplí con los lineamientos requeridos en el contrato en el respectivo mes de diciembre de 2022, apoyando actividades del municipio y desarrollando cada una de las obligaciones contractuales del contrato. **ANEXO CERTIFICACIÓN MUNICIPIO**
11. Apoyar a los demás componentes en las diferentes actividades que realicen en los municipios asignados por la Subgerencia Técnica.	Realicé apoyo en Guatavita en el festival de canotaje de velocidad en donde realicé el trabajo logístico e inscripción. **ANEXO IMAGEN**
12. Asistir y/o apoyar las reuniones, capacitaciones o actividades institucionales de la entidad.	Asistí a las diferentes reuniones y capacitaciones convocadas por el Supervisor o la Subgerencia Técnica realizadas. 12 de diciembre, reunión general, temas varios del informe final, festival de indeportes. 15 de diciembree reunión por meet **ANEXO IMAGEN DE ASISTENCIA A REUNIÓN.**
13. Entregar debidamente diligenciado al área de archivo de la Subgerencia Administrativa y Financiera el Formato Único de Inventario Documental (FUID) o su equivalente, cuando se requiera enviar y/o trasladar documentos al archivo del Instituto.	Consulté el concepto de FUID Financiera el Formato Único de Inventario Documental y estaré preparado para cuando se requiera por parte de la subgerencia técnica. **ANEXO EVIDENCIA DE INVESTIGACION FUID**
14. Consolidar y presentar a través de la plataforma SECOP II; informe de ejecución contractual con sus respectivos soportes y evidencias; de acuerdo con la forma de pago, condiciones técnicas y/o productos establecidos.	Presenté a la plataforma secop II el informe del mes de diciembre, según el orden establecido: 1. Cuenta de cobro 2. Informe de gestión contractual 3. Seguridad social 4. Evidencias 5. Informe final **ANEXO PLATAFORMA SECOPII**
15. Realizar la entrega al supervisor del contrato los documentos, estudios y demás productos elaborados durante la ejecución del contrato a la entrega del informe final del mismo en formato digital y modificable.	Entregué el informe del 1 de diciembre al 23 de diciembre de 2022 al gestor licenciado Fidel Peña y me proyecté a retroalimentar el informe final. Dio conocimiento de los demás productos que se realizaron en el mes respectivo. **ANEXO INFORME GESTION CONTRACTUAL**
16. Realizar pago de seguridad social	Realicé el pago pertinente a seguridad social con el número de planilla 64099345 correspondiente al mes de septiembre por un valor de $309.000 Positiva $24.400 Porvenir $160.000 Compensar $125.000 **ANEXO PAGO SEGURIDAD SOCIAL**

DECLARACIÓN DEL CONTRATISTA

Manifiesto que he cumplido con las obligaciones derivadas del contrato y que las actividades mencionadas en el presente informe corresponden a las efectivamente desarrolladas en el período indicado, declarando que seré responsable por las afirmaciones contenidas en el presente documento, que sirve como soporte para certificar el cumplimiento del objeto del contrato.
Igualmente, en calidad de contratista indico que las obligaciones con el sistema Seguridad social, salud y pensiones se han efectuado correctamente y declaro bajo la gravedad de juramento que las planillas fueron canceladas, de la siguiente manera:

Periodo	IBC	Salud	Pensión	ARL	Planilla
ENERO	$1.000.000	$125.000	$160.000	$24.400	8356303969

	FEBRERO	$1.000.000	$125.000	$160.000	$24.400	8357000468
	MARZO	$1.000.000	$125.000	$160.000	$24.400	8357779062
	ABRIL	$1.000.000	$125.000	$160.000	$24.400	8358461844
	MAYO	$1.000.000	$125.000	$160.000	$24.400	8359159497
	JUNIO	$1.000.000	$125.000	$160.000	$24.400	8359850903
	JULIO	$1.000.000	$127.200	$162.800	$24.900	8360574213
	AGOSTO	$1.000.000	$127.200	$162.800	$24.900	8361350869
	SEPTIEMBRE	$1.000.000	$127.200	$162.800	$24.900	8362106875
	OCTUBRE	$1.000.000	$126.100	$161.300	$24.600	62820887
	NOVIEMBRE	$1.000.000	$125.000	$160.000	$24.400	63549020
	DICIEMBRE	$1.000.000	$125.000	$160.000	$24.400	64099345
	Totales	**NA**	$1.507.700	$1.929.700	$294.500	**NA**

ANDREY FELIPE GONZALEZ BARRAGAN
C.C./NIT 1069262938

FIDEL ADOLFO PEÑA CONTRERAS
APOYO A LA SUPERVISION