INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

INFORME No.	05		
FECHA DEL INFORME	**dd**	**Mm**	**aa**
	30	12	2022

No. DEL CONTRATO Y FECHA
IDRD-CTO-1460-2022
No. DEL EXPEDIENTE VIRTUAL
2022800701601506E

1. INFORMACIÓN GENERAL

		Instrucciones
NOMBRE DEL CONTRATISTA	JOVANY ANTONIO CABIATIVA SARMIENTO	Registre nombre y apellidos completos
N° DE IDENTIFICACIÓN	79869599	Registre el número de identificación
OBJETO DEL CONTRATO	Prestar sus servicios como entrenador(a) de tecnificación 3.1 para orientar el plan de preparación y entrenamiento de atletas en el deporte asignado del Registro y sistema deportivo de Bogotá.	Registre el objeto del contrato
PLAZO DE EJECUCIÓN	4 Meses	Registre el plazo total de ejecución en letras y números
VALOR	$ 12.812.000,00	Registre el valor total del contrato
FECHA ACTA DE INICIO	04 DE AGOSTO DE 2022	Registre la fecha de inicio del acta
ADICIÓN Y/O PRÓRROGA (sólo cuando aplique)	**N/A**	Registre el tiempo, valor y plazo de la prórroga
SUSPENSIONES (solo cuando aplique)	N/A	Registre para cada suspensión efectuada, las fechas y plazo de la suspensión
FECHA DE TERMINACIÓN	03 DE FEBRERO DE 2022	Registre fecha de terminación establecida luego de las suspensiones y/o prórrogas aprobadas si las hay.
PERIODO DE ACTIVIDADES DE ESTE INFORME	01 de DICIEMBRE de 2022 a 30 de DICIEMBRE de 2022	Registre las fechas entre las cuales se reportan las actividades

2. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

Enunciar cada una de las obligaciones específicas establecidas en el contrato y describir las actividades realizadas en el período para el cumplimiento de la misma, así como enunciar las evidencias y su ubicación (actas, documentos, planillas, listados, etc.).

Obligaciones específicas	Avance, evidencias y ubicación
Obligación 1. Planificar, orientar, controlar y evaluar, la preparación de los deportistas asignados para la etapa de tecnificación por el equipo metodológico en coordinación con las ligas deportivas del registro de Bogotá, para lo cual deberá presentar el plan de entrenamiento a seguir durante esta vigencia, y realizar los ajustes que le sean solicitados, aportando los respectivos anexos. Cuando se realice una transición de atletas de su disciplina deportiva debe ser de acuerdo a los parámetros y criterios establecidos por el proyecto de inversión y en los planes pedagógicos.	**AVANCE**: El plan de entrenamiento de squash se realizó para un mesociclo de 8 semanas desde el 01 de diciembre hasta el 28 de febrero, cumpliendo con 34 sesiones en el mes de diciembre para las etapas de talento y reserva y tecnificación, los entrenamientos se llevan a cabo los días lunes, martes, miercoles, viernes y sabados en los sigientes horarios: talento y reserva de 4:00 pm a 5:30 pm tecnificación de 5:30 pm a 7:00 pm en la unidad deportiva el salitre carrera 56ª # 61-86. La preparación física se realiza en el gimnasio del complejo acuatico los dias lunes, miercoles en el horario de 4:00 pm a 5:00 pm a cargo del preparador fisico Ronal Fonseca. Los sabados en el horario de 7:00 am a 10:00 am en la Unidad deportiva el Salitre se realiza el fogueo de deportistas de los grupos talento y reservas y tecnificación cumpliendo las doce (12) sesiones semanales planificadas. **EVIDENCIA**: Se adjunta formato plan gráfico, microciclos, fotos de las sesiones de entrenamiento y planillas de asistencia. **UBICACIÓN:** Se encuentra ubicado los documentos en el informe en el anexo numero 12,13, 14,15 diciebre - 2022 Informe diciembre -2022 “Obligación 1”
Obligación 2. Participar en la elaboración, implementación de los programas pedagógicos deportivos, criterios de transición, indicadores de rendimiento, test técnicos y pedagógicos de su especialidad deportiva en las etapas tecnificación, talento y reserva, e iniciación deportiva.	**AVANCE**: Realice la evaluación técnica el 02 de diciembre a los deportistas de los grupos de talento y reserva y tecnificación para obtener apoyo de por los resultados obtenidos en los juegos distritales de la juventud. **EVIDENCIA**: Se adjunta documento pruebas técnicas. **UBICACIÓN**: Se encuentra ubicado los documentos en el informe en el anexo numero 22 diciembre - 2022 Informe diciembre- 2022 “Obligación 2”
Obligación 3. Cumplir con el volumen de	**AVANCE**: El plan de entrenamiento de

entrenamiento establecido en los planes de entrenamiento acordados y aprobados por el encargado de su disciplina deportiva y Ligas Deportivas Distritales, cumpliendo con un mínimo de seis (6) sesiones semanales con los deportistas del registro de Bogotá, en el sitio de entrenamiento concertado con el IDRD.	squash se realizó para un mesociclo de 8 semanas desde el 01 de diciembre hasta el 28 de febrero, cumpliendo con 34 sesiones en el mes de diciembre para las etapas de talento y reserva y tecnificación, los entrenamientos se llevan a cabo los días lunes, martes, miercoles, viernes y sabados en los sigientes horarios: talento y reserva de 4:00 pm a 5:30 pm tecnificación de 5:30 pm a 7:00 pm en la unidad deportiva el salitre carrera 56ª # 61-86. La preparación física se realiza en el gimnasio del complejo acuatico los dias lunes, miercoles en el horario de 4:00 pm a 5:00 pm a cargo del preparador fisico Ronal Fonseca. Los sabados en el horario de 7:00 am a 10:00 am en la Unidad deportiva el Salitre se realiza el fogueo de deportistas de los grupos talento y reservas y tecnificación cumpliendo las doce (12) sesiones semanales planificadas. **EVIDENCIA**: Se adjunta formato plan gráfico, microciclos, fotos de las sesiones de entrenamiento y planillas de asistencia. **UBICACIÓN:** Se encuentra ubicado los documentos en el informe en el anexo numero 12,13, 14,15 diciebre - 2022 Informe diciembre -2022 “Obligación 3”

Obligación 4. Acompañar y dirigir a los deportistas preseleccionados y seleccionados avalados por el equipo técnico metodológico del IDRD en coordinación con las Ligas Deportivas Distritales, en las unidades de acondicionamiento físico, evaluaciones médicas y de ciencias aplicadas al deporte, en los entrenamientos, fogueos, competencias preparatorias y principales, de acuerdo a lo planificado en el plan de entrenamiento vigente y el calendario de competencias anual, siempre y cuando estas guarden relación con el cumplimiento del objeto contractual. Parágrafo: La participación en los eventos Nacionales o Internacionales deben ser autorizados por la Dirección General o por la Subdirección Técnica de Recreación y Deportes del IDRD.	**AVANCE**: Se acompañó a los deportistas preseleccionados por el equipo de comisionados del IDRD del grupo talento y reservas y tecnificación de forma presencial en las instalaciones de la unidad deportiva el salitre donde se realizaron 34 sesiones de entrenamiento en el mes de diciembre – 2022. **EVIDENCIA**: 1. Microciclos del periodo equivalente al informe 2. Planilla de asistencia 3. Fotos de las sesiones de entrenamiento en cancha y fisicos. **UBICACIÓN**: Se encuentra ubicado los documentos en el informe en el anexo numero 13,14, 15, 16, 17,21 diciembre - 2022 Informe diciembre-2022 “Obligación 4
Obligación 5. Presentar un informe técnico de competencia con la gestión y resultados alcanzados de acuerdo al modelo implementado por el área de deportes con ocasión de la participación en fogueos y competencias preparatorias y principales a nivel local, distrital, nacional e internacional máximo tres (3) días hábiles después de cada competencia y anexar como seguimiento en el informe mensual.	AVANCE: Para este periodo comprendido entre el 01 de diciembre de 2022 al 30 diciembre de 2022 los deportistas de talento y reservas y tecnificación participaron en el torneo interclubes Bogotano de squash realizado en la ciudad de Bogotá en el Bogotá Tennis Club el 03 de diciembre de 2022, Los dias sábados se realiza fogueos de squash en las ramas masculinas y femeninas con los grupos de talentos y reservas y tecnificación de squash. EVIDENCIA: Documento informe de competencia. UBICACIÓN: Se encuentra ubicado los documentos en el informe en el anexo numero 21 diciembre - 2022 Informe diciembre -2022 “Obligación 5

Obligación 6. Asistir o participar en las evaluaciones de promoción de los atletas de las etapas de talento y reserva y tecnificación de su deporte asignado, y promover su funcionamiento y organización desde el punto de vista técnico.	**AVANCE**:. Participe en la runión presencial UCAD diciembre 01 tema plan de trabajo 2022 / 2023 a cargo de Melisa Alvarez, Diciembre 01 Capacitación Virtual charla de accidente de trabajo y beneficios ARL a cargo de Angela Valero, 16 de diciembre encuentro navideño picnic equipo Bogotá **EVIDENCIA**: Se adjunta documentos, fotos de las reuniones. **UBICACIÓN**: Se encuentra ubicado los documentos en el informe en el anexo numero 20 ,22, 23 y 24, diciembre - 2022 Informe diciembre -2022 "Obligación 6
Obligación 7. Reportar diariamente en el sistema designado por el proyecto de inversión la asistencia de los deportistas al entrenamiento de acuerdo con la disciplina asignada y llevar el control estadistico de las variables de la preparación de sus atletas y de los resultados y marcas comparados con los atletas top en el ámbito mundial, en su respectiva modalidad o pruebas seguimiento en el informe mensual.	**AVANCE**: Se acompañó a los deportistas preseleccionados por el equipo de comisionados del IDRD del grupo talento y reservas y tecnificación de forma presencial en las instalaciones de la unidad deportiva el salitre donde se realizaron 34 sesiones de entrenamiento en el mes de diciembre – 2022. **EVIDENCIA**: Se adjunta planilla de asistencia **UBICACIÓN**: Se encuentra ubicado los documentos en el informe en el anexo numero 13 diciembre - 2022 Informe diciembre-2022 "Obligación 7
Obligación 8. Participar en reuniones o eventos nacionales o internacionales, que le sean asignados por el Supervisor del Contrato, para apoyar el desarrollo de actividades relacionadas con la misión de la entidad y con su objeto contractual; en la participación de los eventos Nacionales o Internacionales que deben ser autorizados por la Subdirección Técnica de Recreación y Deportes del IDRD o Dirección General.	**AVANCE**: Acompañe a los deportistas de talento y reservas y tecnificación al torneo interclubes Bogotano de squash realizado en la ciudad de Bogotá en el Bogotá Tennis Club el 03 de diciembre de 2022. Los dias sábados se realiza fogueos de squash en las ramas masculinas y femeninas con los grupos de talentos y reservas y tecnificación de squash, Participe en la runión presencial UCAD diciembre 01 tema plan de trabajo 2022 / 2023 a cargo de Melisa Alvarez, Diciembre 01 Capacitación Virtual charla de accidente de trabajo y beneficios ARL a cargo de Angela Valero, 16 de diciembre encuentro navideño picnic equipo Bogotá **EVIDENCIA**: Fotos del evento. **UBICACIÓN**: Se encuentra ubicado los documentos en el informe en el anexo numero 23, diciembre - 2022 Informe diciembre -2022 "Obligación 8

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

Obligación 9. Gestionar las herramientas digitales, tecnologías y/o ofimáticas necesarias para garantizar la ejecución del contrato de manera presencial y/o virtual contando con los medios tecnológicos para la constante comunicación con el supervisor del contrato, para el cumplimiento del objeto y obligaciones del contrato, así como a las reuniones misionales y eventos convocados por los componentes del proyecto, el IDRD y/o entidades aliadas.	**AVANCE**: Realice la evaluación técnica el 02 de diciembre a los deportistas de los grupos de talento y reserva y tecnificación para obtener apoyo de por los resultados obtenidos en los juegos distritales de la juventud. Participe en la runión presencial UCAD diciembre 01 tema plan de trabajo 2022 / 2023 a cargo de Melisa Alvarez, Diciembre 01 Capacitación Virtual charla de accidente de trabajo y beneficios ARL a cargo de Angela Valero, 16 de diciembre encuentro navideño picnic equipo Bogotá **EVIDENCIA**: Se adjunta documentos, fotos de las reuniones. **UBICACIÓN**: Se encuentra ubicado los documentos en el informe en el anexo numero 17, diciembre - 2022 Informe diciembre -2022 "Obligación 9
Obligación 10. El Contratista adoptará todas las medidas necesarias para evitar cualquier situación de conflicto de intereses. Esta situación se produce cuando, como consecuencia de intereses económicos, profesionales, afinidades políticas o nacionales, vínculos familiares o afectivos, o cualesquiera otros intereses compartidos, se ve comprometida la ejecución imparcial y objetiva del Contrato.	**En el mes de contrato no se tuvo que adoptar medidas necesarias ya que no se presentaron situaciones de conflicto de interés que afectaran el desarrollo del contrato.**
Declaración: Manifiesto que he cumplido con las obligaciones derivadas del contrato y que las actividades mencionadas en el presente informe corresponden a las labores 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.	

3. INFORMACIÓN APORTES PRESTACIONES SOCIALES

DESCRIPCIÓN DEL APORTE	NOMBRE EMPRESA	VALOR APORTE PAGADO
PAGO APORTES SALUD	SURA	$160.000
PAGO APORTES PENSIÓN	PORVENIR	$205.000
PAGO RIESGOS PROFESIONALES	POSITIVA	$31.300
	TOTAL	$ 386.500

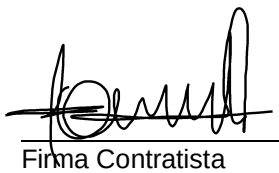
4. ANEXOS (Planilla de pago Seguridad Social, Certificación Cumplimiento Requisitos Tributarios, etc).

4.1 PAGO SEGURIDAD SOCIAL pág 8
4.2 CERTIFICACIÓN DE CUMPLIMIENTO pág 9
4.3 PANTALLAZO SECOP II pág 10
4.4 PANTALLAZO DEL VISTO BUENO DEL METODÓLOGO Y LIGA pág 11

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

4.5 PLANILLA SIM pág 12
4.6 PLAN GRÁFICO, MESOCICLOS pág 13
4.7 PLAN GRÁFICO MICROCICLOS pág 14, 15
4.8 PANTALLAZO DE LAS EVIDENCIAS REUNIONES pág 16
4.9 PANTALLAZO DE LAS EVIDENCIAS ENTRENAMIENTOS pág 17
4.10 PANTALLAZO DE LAS EVIDENCIAS CAPACITACIONES pág 18
4.11 PANTALLAZO DE LAS EVIDENCIAS ENTRENAMIENTOS FISICOS pág 19
4.12 INFORME DE COMPETENCIA pág 20
4.13 PRUEBAS TECNICAS pág 21



Firma Contratista

CONCEPTO DEL SUPERVISOR DEL CONTRATO SOBRE EL CUMPLIMIENTO DE LAS OBLIGACIONES DEL CONTRATISTA:

El informe cumple con los lineamientos establecidos por el Área, el Metodólogo Melisa Álvarez da su VOBO en el cumplimiento técnico de cada una de las obligaciones contractuales del Entrenador



Vo Bo Supervisor del contrato
Nombre: Clemencia Del Castillo Hernadez Cepeda
N° de Identificación: 52.552.150
Cargo: Técnico operativo grado 07

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

4.1 PAGO DE SEGURIDAD SOCIAL

Simple

Información de la Planilla Pagada	
Nit de comercio Operador de Información	900097333-9
Razón Social del Operador de Información	SIMPLE S.A.
Descripción	Pago de SuAporte
Fecha	2022-11-30, 08:40:47 PM en horario extendido
Periodo de Cotización Otros Riesgos	noviembre de 2022
Periodo de Cotización Para Salud	noviembre de 2022
Empresa	JOVANY ANTONIO CABIATIVA SARMIENTO
CEDULA CIUDADANIA	CC 79869599
Código Sucursal (Nombre)	( )
Referencia de Pago/ Número Planilla	8839205930 / 1050451323
Tipo de Planilla	I
Número Transacción Bancaria/ CUS	
Banco	(1052) - BANCO AV VILLAS
Valor	$ 396.500
Estado de la Transacción	Aprobada
Dirección IP de Origen	10.0.19.58

Nit	Código	Administradora	Número Afiliados	Valor sin Mora	Total Intéreses Mora
N800224808	230301	PORVENIR	1	$ 205.000	$ 0
N800088702	EPS010	EPS SURA	1	$ 160.200	$ 0
N860011153	14-23	ARP - POSITIVA COMPANIA DE SEGUROS	1	$ 31.300	$ 0
		SubTotales:		$ 396.500	$ 0
		Total a Pagar:			$ 396.500

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

4.2 CERTIFICACIÓN DE CUMPLIMIENTO

CERTIFICACIÓN DE CUMPLIMIENTO

(Artículos 330 al 336 del Estatuto Tributario Nacional -Ley 1819 de 2016.)

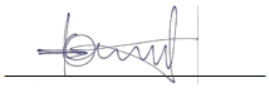
Conozco que de acuerdo con el Inciso 6 del parágrafo 4 del artículo 1 del Decreto 1070 de 2013, el incumplimiento en la obligación de entregar esta información, ante la Entidad contratante, deberá ser informada a la U.A.E. Dirección de Impuestos y Aduanas Nacionales - DIAN, con el fin de que la administración tributaria me imponga las sanciones pertinentes.

De conformidad con la referencia me permito manifestar bajo la gravedad de juramento lo siguiente:

1	Contrato No.	IDRD-CTO-1460-2022								
2	Nombre del Contratista	JOVANY ANTONIO CABIATIVA SARMIENTO								
3	Identificación	CC	X	CE		79869599				
4	Responsable de impuesto a las ventas				SI		NO	X	Régimen simple	
5	Residente en el país (Extranjeros)						SI		NO	X
6	Tengo contratadas dos o mas personas para realizacion de las actividades que se requieren en cumplimiento del objeto del presente contrato (Paragrafo 2 del Art 383 ET)						SI		NO	X
	c) Mis ingresos totales en el año gravable 2021, fueron iguales o superiores a 1.400 UVT (2021), equivalentes a $50.831.100						SI		NO	X
8	Valor de los aportes obligatorios al Sistema de Seguridad Social correspondiente al 40% de los ingresos recibidos efectivamente en el MES ANTERIOR provenientes del contrato materia de pago sujeto a retención.									
	Aporte Obligatorio de Salud mensualizado $	160.200,00		Aporte Obligatorio de Pensión mensualizado $		205.000,00				
	Afiliación Aportes Riesgos Laborales ARL $	31.300,00		Nota: el valor pagado por ARL no disminuye la base de la retencion en la fuente						
	Número de planilla	1050451323		Fecha de pago	30/12/22	Valor pagado			396.500,00	
9	Ingresos no constitutivos de renta, ni de ganancia ocasional mensual									
	AFC $			Ahorro Voluntario Pensión $						
10	Intereses en créditos de vivienda de habitación. Certificado expedido por la entidad vigilada por la Superfinanciera que indique el valor de los intereses pagados en el año inmediatamente anterior (2021). Indique el o los titulares del crédito de vivienda. Anexo						SI		NO	X
11	Pago medicina prepagada o planes complementarios de salud (para el titular, cónyuge y hasta dos hijos) Certificado expedido por la entidad vigilada por la Supersalud que indique el valor pagado en el año inmediatamente anterior (2021). Anexo						SI		NO	X
12	Dependientes: Certifico bajo gravedad de juramento que las personas claramente identificadas con numero de identificación y vínculo de parentesco, las cuales soporto, tienen dependencia económica de mi.									
	a) Hijos menores de 18 años (entregar registro civil). Anexo						SI	X	NO	
	b) Hijos entre 18 y 23 años estudiantes (entregar registro civil y recibo de pago de matrícula o certificado de pagos expedidos por la entidad aprobada por el ICFES). Anexo						SI		NO	X
	c) Hijos en situación de dependencia originada en factores físicos o psicológicos. (entregar registro civil y certificado expedido por medicina legal ó EPS). Anexo						SI		NO	X
	d) Cónyuge o compañero permanente, en situación de dependencia sea por ausencia de ingresos o ingresos menores a 260 UVT (2021) $9.440.080 anuales (entregar certificado de Contador Público. Cuando sea dependencia factores físicos o psicológicos entregar Certificado de medicina legal ó EPS). Anexo						SI		NO	X
	e) Padres y los hermanos por situación de dependencia sea por ausencia de ingresos ó ingresos menores a 260 UVT (2021) $9.440.080 anuales (entregar certificado de Contador Público. Cuando sea dependencia factores físicos o psicológicos entregar certificado de medicina legal ó EPS). Anexo						SI		NO	X
13	Soy declarante del impuesto sobre la renta y complementarios.						SI		NO	X
14	(OPCIONAL) Como declarante del impuesto de renta, solicito se me practique una tarifa de retención en la fuente superior a la establecida en el (parágrafo 3 del Artículo 383 ET), la cual será por un porcentaje de:								%	

Certifico bajo la gravedad del juramento que los documentos soportes del pago de aportes obligatorios al Sistema de de Seguridad Social en Salud y Pensión corresponde a los ingresos provenientes del contrato materia del pago sujeto a retención.

DECLARO QUE LOS SOPORTES ADJUNTOS NO SERAN PRESENTADOS ANTE OTRA ENTIDAD PARA DEPURACION POR LOS MISMOS CONCEPTOS, RESPETANDO LOS TOPES ESTABLECIDOS EN LA NORMA Y CUALQUIER CAMBIO EN LAS CONDICIONES QUE IMPIDAN SU APLICACION LO NOTIFICARE DE INMEDIATO.



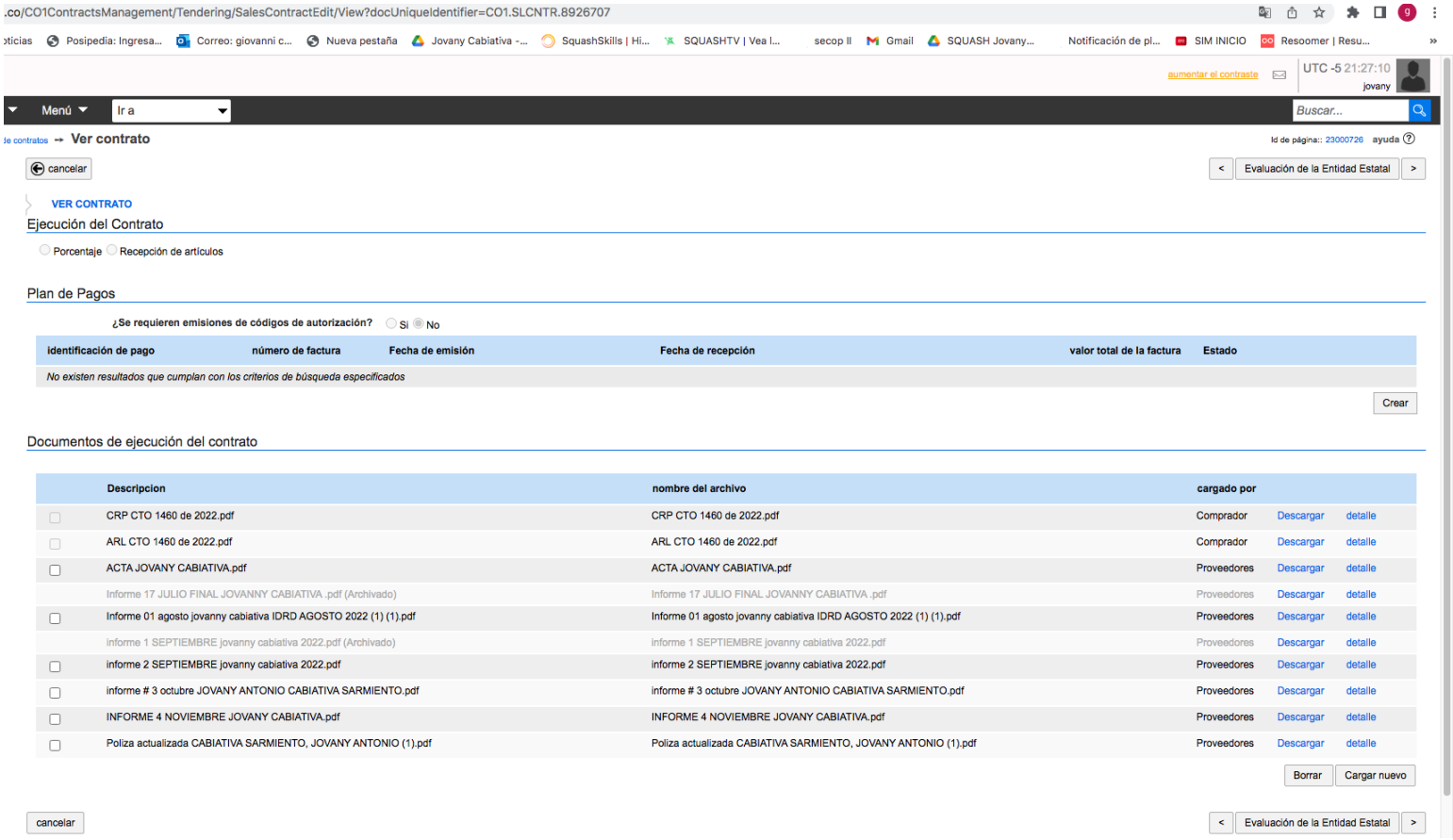
FIRMA

Dada en Bogotá D.C. a los: DD 30 MM 12 AA 2022

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

4.3 PANTALLAZO SECOP II



4.4 PANTALLAZO DEL VISTO BUENO DEL METODOLOGA Y LIGA

INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE

Jovany Antonio Cabiativa Sarmiento <jovany.cabiativa@idrd.gov.co>

Informe de actividades mes de diciembre 2022

Jovany Antonio Cabiativa Sarmiento <jovany.cabiativa@idrd.gov.co> 30 de diciembre de 2022, 0:55
Para: Presidente Lisbog <ejecutivolisbog@gmail.com>, lisbog2011@gmail.com

Por medio del presente documento informó a la liga Bogotana de squash LISBOG las actividades desarrolladas en el periodo correspondiente al 01 de diciembre al 30 de diciembre 2022 para su visto bueno adjunto el documento informe de actividades mes de diciembre, con la planificación sustentación del plan de entrenamiento, plan gráfico, microciclos, mesociclos, actualización de programas caracterización del deporte, competencias de los deportistas a mi cargo de talento y reserva y tecnificación.

--

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. | INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE

JOVANY CABIATIVA SARMIENTO
Entrenador Tecnificación Squash
DEPORTES
jovany.cabiativa@idrd.gov.co
Calle 63 # 59ª - 06

Formato de informe IDRD DICIEMBRE 2022.docx
12526K

4.5 PLANILLA SIM

REPORTE DE ASISTENCIA DE ATLETAS A ENTRENAMIENTOS

ENTRENADOR:	Jovany Cabiativa
LUGARES DE ENTRENAMIENTO:	Lugar: Nacional,Virtual . Escenarios: SIMON BOLIVAR (SECTOR UNIDAD DEPORTIVA EL SALITRE),DESARROLLO RECREACIONAL BOGOTA TENNIS CLUB CAMPESTRE
DEPORTE / MODALIDAD:	
FECHA DE REPORTE	Periodo 2022-12-01 a 2022-12-28

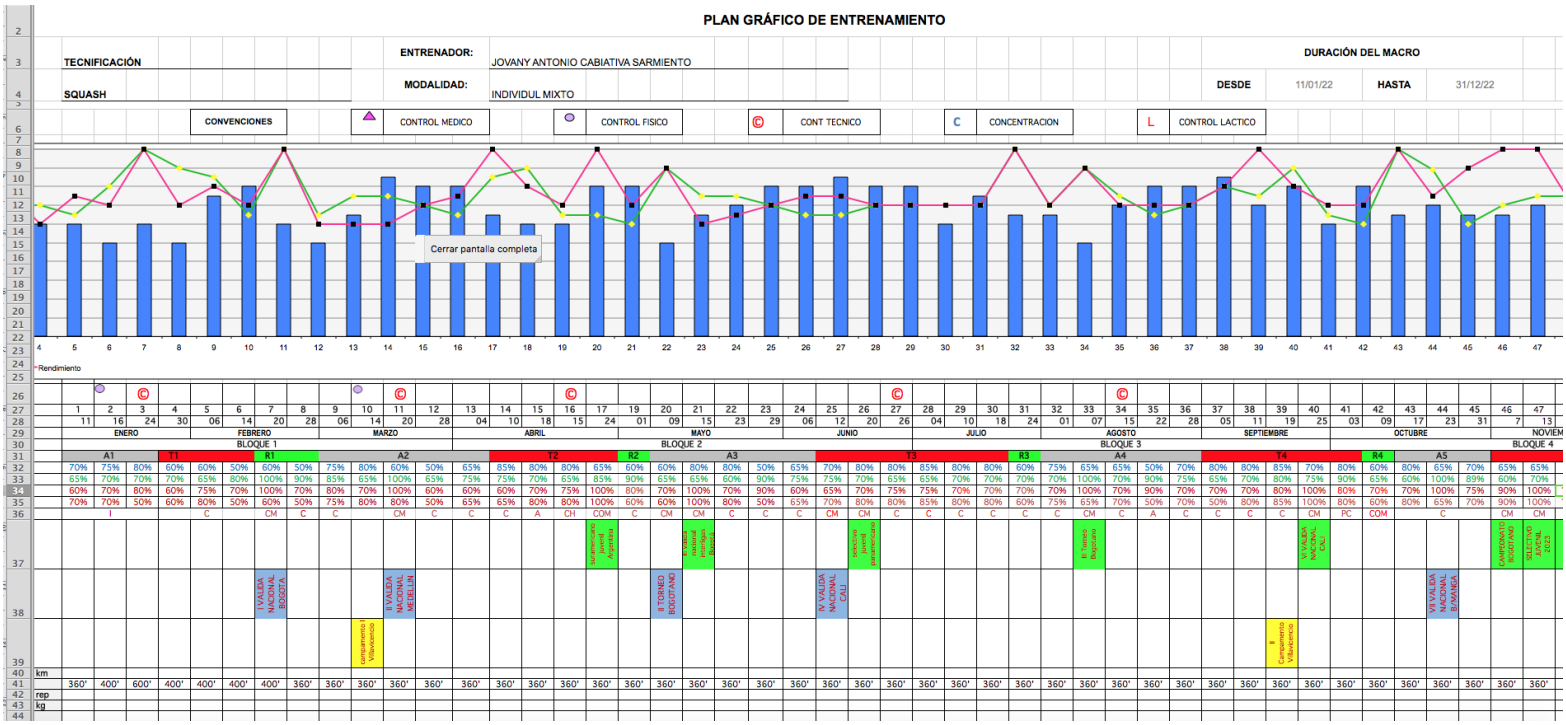
No.	ATLETAS (Nombre y apellido)	SEXO	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	DIRECCIÓN	TELÉFONO	ETAPA	DÍAS			TOTAL SESIONES		
							Asistencias	Fallas	Excusa Médica	PLAN	REAL	% DE ASISTENCIA
1	Lucía Scarpetta Del Rio	Mujer	1021635567	Cra 17a N 119a-10	3123051711	Tecnificación	12	0	0	12	12	100,0
2	Natalia Chaves Florez	Mujer	1025145974	Calle 152b 58c 49 T1 ap 302	5,73153E+11	Tecnificación	10	0	0	10	10	100,0
3	ISABELLA HERNANDEZ QUIROGA	Mujer	1013266992	A 67 # 169 A 82 APTO 902 IN	57311204683	Tecnificación	15	0	0	15	15	100,0
4	Maria Jose Fuquen Pineda	Hombre	1016958742	Carrera 97 # 22 L 31 apto 403	3102935053	Talento y Reserva	15	0	0	15	15	100,0
5	Sofia De aza Mayorga	Hombre	1031425354	/ 64 No. 22 I 20 INT 1 APTO 2	3167596470	Talento y Reserva	15	0	0	15	15	100,0
6	Esteban Suarez Aranza	Hombre	1125348877	Carrera 19 C # 88 - 51	320385491	Talento y Reserva	9	0	0	9	9	100,0
7	Thiago Herera Monroy	Hombre	1016961024	Calle 123 # 70a-48	3124628360	Talento y Reserva	15	0	0	15	15	100,0
8	Emilio Caballero Bermudez	Hombre	1028441141	Cra 58 # 119 a 98	3153207876	Talento y Reserva	14	0	0	14	14	100,0
9	Santiago Salinas Alvarado	Hombre	1019905546	CRA 10 # 113-75 APT 402	310259902	Talento y Reserva	16	0	0	16	16	100,0
10	David Patiño Sánchez	Hombre	1011204298	CLL 66C #61-01 INT9 APT901	3212050237	Talento y Reserva	17	0	0	17	17	100,0
11	Juan Sebastian Garcia Gracia	Hombre	1023165491	TRAV 74 11 A 15 T4 APTO 81	3105802356	Tecnificación	17	0	0	17	17	100,0
12	Maria Gabriela Gomez Sierra	Hombre	1145928644	Calle 50 # 70C 12	3118568324	Talento y Reserva	17	0	0	17	17	100,0
13	María Angélica Cubaque Sandoval	Hombre	1013143543	Cra 71#51-18	3214446455	Talento y Reserva	17	0	0	17	17	100,0
14	Mariana Isabella Castillo Galindo	Hombre	1141337166	a. 80B #6B - 75 Torre 7 Apto. 1	3044328719	Talento y Reserva	17	0	0	17	17	100,0
15	Isabella Castaño Duque	Hombre	1019907534	Cra 15 # 85-39 apto 501	3044503897	Talento y Reserva	14	0	0	14	14	100,0
16	Tomas Gonzalez Arango	Hombre	1014886141	Calle 77 no 9-87	3105657336	Talento y Reserva	15	0	0	15	15	100,0
17	Martin Vilhem Kindgren Kindgren	Hombre	1028441407	Cra 1 70A-65 apto 501	3203966200	Talento y Reserva	14	0	0	14	14	100,0

PLANILLA ENTRENAMIENTO

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

4.6 PLAN GRÁFICO, MESOCICLOS



INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

4.7 PLAN GRÁFICO MICROCICLO

INSTITUTO DISTRITAL DE LA RECREACION Y DEPORTE
SUBDIRECIÓN TÉCNICA DE RECREACIÓN Y DEPORTE
ÁREA DE DEPORTES

FORMATO RESUMEN SESIONES DE ENTRENAMIENTOS
EVIDENCIA PARA INFORME MENSUAL DE ENTRENADORES

FECHA: 3/10/22 **AL** 9/10/22 **DEPORTE:** SQUASH GRUPO I TALENTO Y RESERVAS

ENTRENADOR: JOVANY ANTONIO CABIATIVA SARMIENTO **CONTRATO Nº:** IDRD-CTO-0367-2021

MICROCICLO Nº: 83 **TENDENCIA MICRO:** CORRIENTE **OBJETIVO MICRO:** ESTRATEGIAS COMPETITIVAS

SESIONES	LUNES 03	MARTES 04	MIERCOLES 05	JUEVES 06	VIERNES 07	SABADO 08	DOMINGO 09
83	**Sesión numero 01 Hora de inicio 4:00 pm Hora final 5:30 pm Entrenamiento en el gimnasio del complejo acuatico a cargo del preparador fisico Ronal Fonseca. Entrenamiento en cancha Presencial Unidad deportiva el salitre calle 63 # 68-45 Presencial lugar: Contenido de la sesión: Materiales**: para la sesión: raqueta, bolas de squash, gafas de protección, tapabocas, kit de bioseguridad, cuerda para saltar y bandas elasticas de resistencia. **Contenidos de la sesión**: **Calentamiento** Movilidad articular, dinamico, especifico y coordinación 15- 20 min **TRABAJO FISICO /** Core plancla isometrica 30" Sentadilla Isometrica 30" Propiocepcion con balon inestable 30" Coordinación escalera 1 minuto Coordinación escalera 1 minuto Saltar la cuarda 3 minutos. **HABILIDAD CON LA RAQUETA Y BOLA** Caracterización del squash, conceptos técnicos. Materiales raqueta, bolas de squash. **Ejercicios:** Juegos condicionados habilidades cerradas de posicion, golpes basicos drive y reves, combinación de jugadas paralelas, dos paredes, cruzadas y voleas. **TRABAJO EN GRUPO** Juego condicionado 10' mintos Juego completo 10' Estiramientos 10 min		Sesión numero 02 Hora de inicio 4:00 pm Hora final 5:30 pm nto en el gimnasio del complejo argo del preparador fisico Ronal Fonseca. Entrenamiento en cancha Presencial Unidad deportiva el salitre calle 63 # 68-45 **Materiales**: para la sesión: raqueta, bolas de squash, gafas de protección, tapabocas, kit de bioseguridad, cuerda para saltar y bandas elasticas de resistencia. **Contenidos de la sesión**: **Calentamiento** Movilidad articular, dinamico, especifico y coordinación 15- 20 min **Coordinación** Calentamiento movilidad articular dinamico y especifico 10-15 min Ejercicios: 3 series x 30min Ejercicios de Juego de pies coordinación, agilidad y potenciación con la escalera de coordinación y agilidad tren inferior Lateral dos dentro al lado derecho lado izquierdo 30" lateral dos dentro alternos izquierdo 30" Frontal dos dentro juntos- dos fuera juntos 20" Frontal uno dentro en cada escalón 20" **HABILIDAD CON LA RAQUETA Y BOLA** Caracterización del squash, conceptos técnicos. Materiales raqueta, bolas de squash. Ejercicios: Juegos condicionados habilidades cerradas de posicion, golpes basicos drive y reves, combinación de jugadas paralelas, dos paredes, cruzadas y voleas. **TRABAJO EN GRUPO** Juego condicionado, juego completo. 10' Estiramientos 10 min		**Sesión numero 03 Hora de inicio 4:00 pm Hora final 5:30 pm Entrenamiento en cancha Presencial Unidad deportiva el salitre calle 63 # 68-45 Materiales: para la sesión: raqueta, bolas de squash, gafas de protección, tapabocas, kit de bioseguridad, cuerda para saltar y bandas elasticas de resistencia. Contenidos de la sesión: Calentamiento Movilidad articular, dinamico, especifico y coordinación 15- 20 min Resitencia banda elastica en las piernas Para desarrollar aptitud fisica especifica del squash. Ejercicios: 3 series Sentadilla con salto abre cierra 1' Sentadillas en desplazamiento lateral 1' Sentadillas a los lados derecha 1' Sentadillas a los lados izquierda 1' Sentadillas abre cierra banda en las rodillas 1' HABILIDAD CON LA RAQUETA Y BOLA Caracterización del squash, conceptos técnicos. Materiales raqueta, bolas de squash. Ejercicios: Juegos condicionados habilidades cerradas de posicion, golpes basicos drive y reves, combinación de jugadas paralelas, dos paredes, cruzadas y voleas. TRABAJO EN GRUPO Juego condicionado 10' minutos juego completo. 10' minutos Estiramientos 10 min Ejercicios: Juegos condicionados habilidades cerradas de posicion, golpes basicos drive y reves, combinación de jugadas paralelas, dos paredes, cruzadas y voleas.**	**Sesión numero 04 Hora de inicio 7:00 am Hora final 8:30 am Entrenamiento en cancha Presencial Unidad deportiva el salitre calle 63 # 68-45 Materiales: para la sesión: raqueta, bolas de squash, colchoneta, cuerda para saltar, cuadro y escalera de coordinación. Contenidos de la sesión: Calentamiento Movilidad articular, dinamico, especifico y coordinación 15- 20 min. Ejercicios de cardio desarrollo del entrenamiento para todo el cuerpo, mejora la coordinación, elevan el ritmo cardíaco. Desarrollo/Ejercicios: HABILIDAD CON LA RAQUETA Y BOLA Caracterización del squash, conceptos técnicos. Materiales raqueta, bolas de squash. Ejercicios: TRABAJO INDIVIDUAL Trabajo de desplazamientos: a un paso pierna correcta/ pierna cambiada 4 series X 1min c/u AUTOMATIZACIÓN DE JUGADAS Paralelas de drive zona ofensiva 5' paralelas de revés zona ofensiva 5' Voleas de drive 5' Voleas de revés 5' COMBINACION DE JUGADAS Paralelas, dos paredes, drop y globo cruzado 5' lado derecho lado izquierdo. TRABAJO EN GRUPO Juego condicionado, juego completo. 10' Estiramientos 10 min**	

INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)

INSTITUTO DISTRITAL DE LA RECREACIÓN Y DEPORTE
SUBDIRECIÓN TÉCNICA DE RECREACIÓN Y DEPORTE
ÁREA DE DEPORTES

FORMATO RESUMEN SESIONES DE ENTRENAMIENTOS
EVIDENCIA PARA INFORME MENSUAL DE ENTRENADORES

FECHA: 10/10/22 **AL** 16/10/22 **DEPORTE:** SQUASH GRUPO I TALENTO Y RESERVAS

ENTRENADOR: JOVANY ANTONIO CABIATIVA SARMIENTO **CONTRATO Nº:** IDRD-CTO-0367-2021

MICROCICLO Nº: 84 **TENDENCIA MICRO:** CORRIENTE **OBJETIVO MICRO:** ESTRATEGIAS COMPETITIVAS

SESIONES	LUNES 10	MARTES 11	MIERCOLES 12	JUEVES 13	VIERNES 14	SABADO 15	DOMINGO 16
84	**Sesión numero 18 Hora de inicio 4:00 pm Hora final 5:30 pm Entrenamiento en el gimnasio del complejo acuatico a cargo del preparador fisico Ronal Fonseca. Entrenamiento en cancha Presencial Unidad deportiva el salitre calle 63 # 68-45 Presencial lugar: Contenido de la sesión: Materiales**: para la sesión: raqueta, bolas de squash, gafas de protección, tapabocas, kit de bioseguridad, cuerda para saltar y bandas elasticas de resistencia. **Contenidos de la sesión**: **Calentamiento** Movilidad articular, dinamico, especifico y coordinación 15- 20 min **TRABAJO FISICO /** Core plancla isometrica 30" Sentadilla Isometrica 30" Propiocepcion con balon inestable 30" Coordinación escalera 1 minuto Coordinación escalera 1 minuto Saltar la cuarda 3 minutos. **HABILIDAD CON LA RAQUETA Y BOLA** Caracterización del squash, conceptos técnicos. Materiales raqueta, bolas de squash. **Ejercicios**: Juegos condicionados habilidades cerradas de posicion, golpes basicos drive y reves, combinación de jugadas paralelas, dos paredes, cruzadas y voleas. **TRABAJO EN GRUPO** Juego condicionado 10' mintos Juego completo 10' Estiramientos 10 min		Sesión numero 19 Hora de inicio 4:00 pm Hora final 5:30 pm Entrenamiento en el gimnasio del complejo acuatico a cargo del preparador fisico Ronal Fonseca. Entrenamiento en cancha Presencial Unidad deportiva el salitre calle 63 # 68-45 **Materiales**: para la sesión: raqueta, bolas de squash, gafas de protección, tapabocas, kit de bioseguridad, cuerda para saltar y bandas elasticas de resistencia. **Contenidos de la sesión**: **Calentamiento** Movilidad articular, dinamico, especifico y coordinación 15- 20 min **Coordinación** Calentamiento movilidad articular dinamico y especifico 10-15 min Ejercicios: 3 series x 30min Ejercicios de Juego de pies coordinación, agilidad y potenciación con la escalera de coordinación y agilidad tren inferior Lateral dos dentro al lado derecho lado izquierdo 30" lateral dos dentro alternos izquierdo 30" Frontal dos dentro juntos- dos fuera juntos 20" Frontal uno dentro en cada escalón 20" **HABILIDAD CON LA RAQUETA Y BOLA** Caracterización del squash, conceptos técnicos. Materiales raqueta, bolas de squash. Ejercicios: Juegos condicionados habilidades cerradas de posicion, golpes basicos drive y reves, combinación de jugadas paralelas, dos paredes, cruzadas y voleas. **TRABAJO EN GRUPO** Juego condicionado, juego completo. 10' Estiramientos 10 min		**Sesión numero 20 Hora de inicio 4:00 pm Hora final 5:30 pm Entrenamiento en cancha Presencial Unidad deportiva el salitre calle 63 # 68-45 Materiales: para la sesión: raqueta, bolas de squash, gafas de protección, tapabocas, kit de bioseguridad, cuerda para saltar y bandas elasticas de resistencia. Contenidos de la sesión: Calentamiento Movilidad articular, dinamico, especifico y coordinación 15- 20 min Resitencia banda elastica en las piernas Para desarrollar aptitud fisica especifica del squash. Ejercicios: 3 series Sentadilla con salto abre cierra 1' Sentadillas en desplazamiento lateral 1' Sentadillas a los lados derecha 1' Sentadillas a los lados izquierda 1' Sentadillas abre cierra banda en las rodillas 1' HABILIDAD CON LA RAQUETA Y BOLA Caracterización del squash, conceptos técnicos. Materiales raqueta, bolas de squash. Ejercicios: Juegos condicionados habilidades cerradas de posicion, golpes basicos drive y reves, combinación de jugadas paralelas, dos paredes, cruzadas y voleas. TRABAJO EN GRUPO Juego condicionado 10' minutos juego completo. 10' minutos Estiramientos 10 min Ejercicios: Juegos condicionados habilidades cerradas de posicion, golpes basicos drive y reves, combinación de jugadas paralelas, dos paredes, cruzadas y voleas.**	**Sesión numero 21 Hora de inicio 7:00 am Hora final 10:30 am Entrenamiento en cancha Presencial Unidad deportiva el salitre calle 63 # 68-45 Materiales: para la sesión: raqueta, bolas de squash, colchoneta, cuerda para saltar, cuadro y escalera de coordinación. Contenidos de la sesión: Calentamiento Movilidad articular, dinamico, especifico y coordinación 15- 20 min. Ejercicios de cardio desarrollo del entrenamiento para todo el cuerpo, mejora la coordinación, elevan el ritmo cardiaco. Desarrollo/Ejercicios: HABILIDAD CON LA RAQUETA Y BOLA Caracterización del squash, conceptos técnicos. Materiales raqueta, bolas de squash. Ejercicios: TRABAJO INDIVIDUAL Trabajo de desplazamientos: a un paso pierna correcta/ pierna cambiada 4 series X 1min c/u AUTOMATIZACIÓN DE JUGADAS Paralelas de drive zona ofensiva 5' paralelas de revés zona ofensiva 5' Voleas de drive 5' Voleas de revés 5' COMBINACION DE JUGADAS Paralelas, dos paredes, drop y globo cruzado 5' lado derecho lado izquierdo. TRABAJO EN GRUPO Juego condicionado, juego completo. 10' Estiramientos 10 min**	

4.8 PANTALLAZO DE LAS EVIDENCIAS REUNIONES



4.9 PANTALLAZO DE LAS EVIDENCIAS ENTRENAMIENTOS



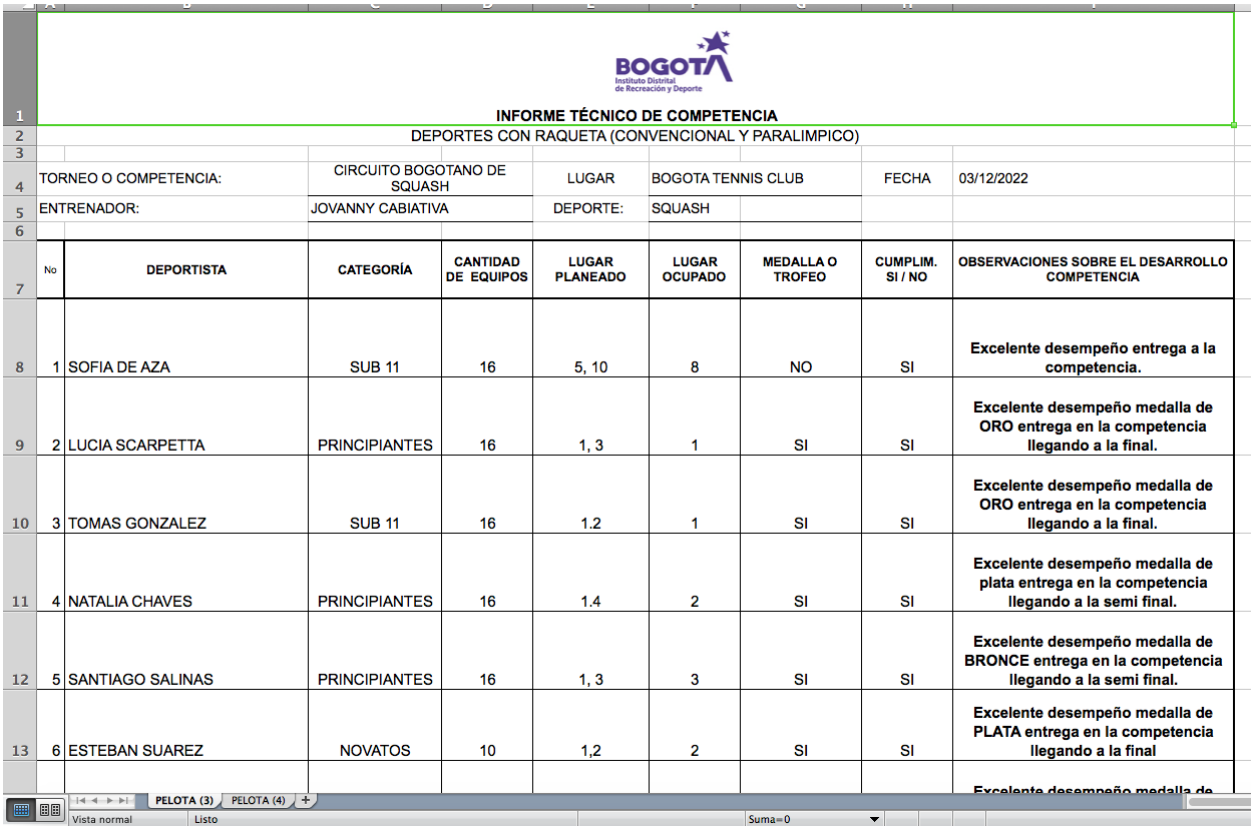
4.10 PANTALLAZO DE LAS EVIDENCIAS CAPACITACIONES



4.11PANTALLAZO DE LAS EVIDENCIAS ENTRENAMIENTOS FISICOS



4.12 INFORME DE COMPETENCIA



INFORME TÉCNICO DE COMPETENCIA

DEPORTES CON RAQUETA (CONVENCIONAL Y PARALIMPICO)

TORNEO O COMPETENCIA:	CIRCUITO BOGOTANO DE SQUASH	LUGAR	BOGOTA TENNIS CLUB	FECHA 03/12/2022
ENTRENADOR:	JOVANNY CABIATIVA	DEPORTE:	SQUASH	

No	DEPORTISTA	CATEGORÍA	CANTIDAD DE EQUIPOS	LUGAR PLANEADO	LUGAR OCUPADO	MEDALLA O TROFEO	CUMPLIM. SI / NO	OBSERVACIONES SOBRE EL DESARROLLO COMPETENCIA
1	SOFIA DE AZA	SUB 11	16	5, 10	8	NO	SI	Excelente desempeño entrega a la competencia.
2	LUCIA SCARPETTA	PRINCIPIANTES	16	1, 3	1	SI	SI	Excelente desempeño medalla de ORO entrega en la competencia llegando a la final.
3	TOMAS GONZALEZ	SUB 11	16	1.2	1	SI	SI	Excelente desempeño medalla de ORO entrega en la competencia llegando a la final.
4	NATALIA CHAVES	PRINCIPIANTES	16	1.4	2	SI	SI	Excelente desempeño medalla de plata entrega en la competencia llegando a la semi final.
5	SANTIAGO SALINAS	PRINCIPIANTES	16	1, 3	3	SI	SI	Excelente desempeño medalla de BRONCE entrega en la competencia llegando a la semi final.
6	ESTEBAN SUAREZ	NOVATOS	10	1,2	2	SI	SI	Excelente desempeño medalla de PLATA entrega en la competencia llegando a la final

4.13 PRUEBAS TECNICAS.

TEST TÉCNICO ESPECÍFICO PARA SQUASH TECNIFICACIÓN

DEPORTISTA: **DANIEL NAVEROS** **CATEGORIA: ! SUB17**

PRUEBAS	REGISTRO 1	REGISTRO 2	REGISTRO 3	MEJOR REGISTRO	PORCENTAJES %	% 4 GOLPES
DRIVE 1min	25	26	29	29	82,9	74,6
REVES 1min	24	25	23	25	71,4	
VOLEA DRIVE 1min	51	48	45	51	72,9	
VOLEA DE REVES 1min	41	39	50	50	71,4	
*DESPLAZAMIENTO 2 PASOS EN 1 min	28			28	93,3	86,7
*DESPLAZAMIENTO 4 ESQUINAS EN 1 min	20			20	80,0	
TOTAL, TEST TECNICO (DESPLAZAMIENTOS Y GOLPE)					78,7	78,7

VALORES DE REFERENCIA

DRIVE Y REVES	VOLEA DE DRIVE Y REVES
100%: 35 GOLPES Y MÀS	100%: 70 GOLPES Y MÀS
63%-99%: ENTRE 22 Y 34	86%-99%: ENTRE 60 Y 69
43%- 62%: ENTRE 15 Y 21	71%-85%: ENTRE 50 Y 59
1% - 42%: MENOS DE 15	1% - 70%: MENOS DE 49
DESPLAZAMIENTO 2 PASOS	**DESPLAZAMIENTO 4**
100%: 30 Y MÀS	100%: 25 Y MÀS
76%-99%: ENTRE 23 Y 29	76%-99%: ENTRE 19 Y 24
66%-75%: ENTRE 20 Y 22	56%-75%: ENTRE 14 Y 18
1% - 65%: MENOS DE 20	1% - 55%: MENOS DE 14