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.	06		
FECHA DEL INFORME	**dd**	**Mm**	**aa**
	30	01	2023

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 ENERO de 2023 a 30 de ENRO de 2023	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 enero 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 enero - 2023 Informe enero -2023 “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**: Participe en la capacitación de herramientas tecnologicas en la unidad deportiva el salitre para implementar en los entrenamientos, el BLAZEPOD es un conjunto de luces que desarrollan las capacidades fisicas y las habilidades cognitivas esta reunión fua a cargo de el señor Carlos Martinez presidente de la liga de Bogotá **EVIDENCIA**: Se adjunta documento pruebas técnicas. **UBICACIÓN**: Se encuentra ubicado los documentos en el informe en el anexo numero 22 enero - 2023

	Informe enero- 2023 "Obligación 2"
Obligación 3. Cumplir con el volumen 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.	**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 enero 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 enero - 2023 Informe enero -2023 "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 enero– 2023. **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 enero - 2023 Informe enero-2023 “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 enero de 2023 al 30 enero de 2023 los deportistas de talento y reservas y tecnificación participaron en el torneo interclubes Bogotano de squash realizado en la ciudad de Bogotá en la Unidad Deportiva El Salitre del 13 al 18 enero de 2023. 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 enero - 2023 Informe enero -2023 “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 capacitación de herramientas tecnologicas en la unidad deportiva el salitre para implementar en los entrenamientos, el BLAZEPOD es un conjunto de luces que desarrollan las capacidades fisicas y las habilidades cognitivas esta reunión fua a cargo de el señor Carlos Martinez presidente de la liga de 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, enero - 2023 Informe enero -2023 "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 enero– 2023. **EVIDENCIA**: Se adjunta planilla de asistencia **UBICACIÓN**: Se encuentra ubicado los documentos en el informe en el anexo numero 13 enero - 2023 Informe enero-2023 "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 la unidad deportiva el salitre desde el 13 de enero hasta el 18 de enero de 2023. 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 capacitación de herramientas tecnologicas en la unidad deportiva el salitre para implementar en los entrenamientos, el BLAZEPOD es un conjunto de luces que desarrollan las capacidades fisicas y las habilidades cognitivas esta reunión fua a cargo de el señor Carlos Martinez presidente de la liga de Bogotá **EVIDENCIA**: Fotos del evento. **UBICACIÓN**: Se encuentra ubicado los

	documentos en el informe en el anexo numero 23, enero - 2023 Informe enero -2023 "Obligación 8
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 a deportistas de los clubes sociales club Guaymaral y caja de compensacion familiar compensar para empezar evaluación de ingreso a los programas talento y reserva y tecnificación institusionales del IDRD. **EVIDENCIA**: Se adjunta documentos, fotos de las reuniones. **UBICACIÓN**: Se encuentra ubicado los documentos en el informe en el anexo numero 17, enero - 2023 Informe enero -2023 "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.	**AVANCE:** En el mes de contrato no se tuvo que adoptar medidas necesarias ya que no se presentaron situaciones de conflicto de interes 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.	

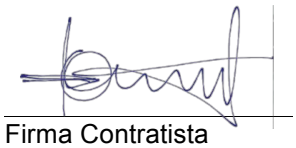
3. INFORMACIÓN APORTES PRESTACIONES SOCIALES

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

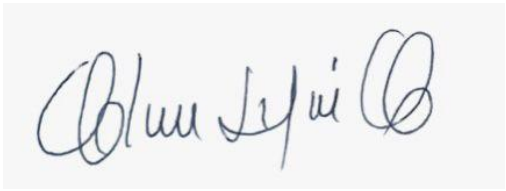
4.4 PANTALLAZO DEL VISTO BUENO DEL METODÓLOGO Y LIGA pág 11
4.5 PLANILLA SIM pág 12
4.6 PLAN GRÁFICO, MESOCICLOS pág 13
4.7 PLAN GRÁFICO MICROCICLOS pág 14, 15
4.8 PANTALLAZO DE LAS EVIDENCIAS REUNIONES pág 16
4.9 PANTALLAZO DE LAS EVIDENCIAS ENTRENAMIENTOS pág 17
4.10 PANTALLAZO DE LAS EVIDENCIAS CAPACITACIONES 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
4.15 REGLAMENTO DE SQUASH pág 22



Firma Contratista

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

El informe cumple con los lineamientos establecidos en el cumplimiento técnico de cada una de sus 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	2023-01-17, 01:25:41 PM
Periodo de Cotización Otros Riesgos	diciembre de 2022
Periodo de Cotización Para Salud	diciembre de 2022
Empresa	JOVANY ANTONIO CABIATIVA SARMIENTO
CEDULA CIUDADANIA	CC 79869599
Código Sucursal (Nombre)	( )
Referencia de Pago/ Número Planilla	8863454640 / 1051825343
Tipo de Planilla	I
Número Transacción Bancaria/ CUS	66724191
Banco	(1023) - BANCO DE OCCIDENTE
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

Señores:
INSTITUTO DISTRITAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE
Ciudad.

CERTIFICACIÓN DE CUMPLIMIENTO
(Articulos 330 al 336 del Estatuto Tributario Nacional)

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	Nombre del Contratista	**JOVANY ANTONIO CABIATIVA SARMIENTO**									
2	Identificacion	CC	X	CE		**Numero**	**79869599**	**N° contrato**		**IDRD-CTO-1460-2022**	
3	Responsable del impuesto a las ventas							SI		NO	X
4	Pertenece al Regimen Simple							SI		NO	X
5	Residente en el país (Extranjeros)							SI		NO	X
6	Mis ingresos totales en el año gravable 2022, fueron iguales o superiores a 1.400 UVT (2022), equivalentes a $53,205,600							SI		NO	X
7	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.										
	Número de planilla	**1051825343**		Fecha de pago		01/17/2023		Valor pagado	$	396.500,00	
	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					
8	Ingresos no constitutivos de renta, ni de ganancia ocasional mensual										
	AFC $					Ahorro Voluntario Pensión $					
9	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 (2022). Indique el o los titulares del crédito de vivienda. Anexo							SI		NO	X
10	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 (2022). Anexo							SI		NO	X
11	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 (2022) $9.881.040 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 (2022) $9.881.040 anuales (entregar certificado de Contador Público. Cuando sea dependencia factores físicos o psicológicos entregar certificado de medicina legal ó EPS). Anexo							SI		NO	X
12	Soy declarante del impuesto sobre la renta y complementarios.							SI		NO	X
13	**(OPCIONAL)** Como declarante del impuesto de renta, solicito se me practique una retención en la fuente superior a la establecida en el (parágrafo 3 del Artículo 383 ET), la cual será 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.

Dada en Bogotá D.C. a los: DD **30** MM **1** AA **2023**

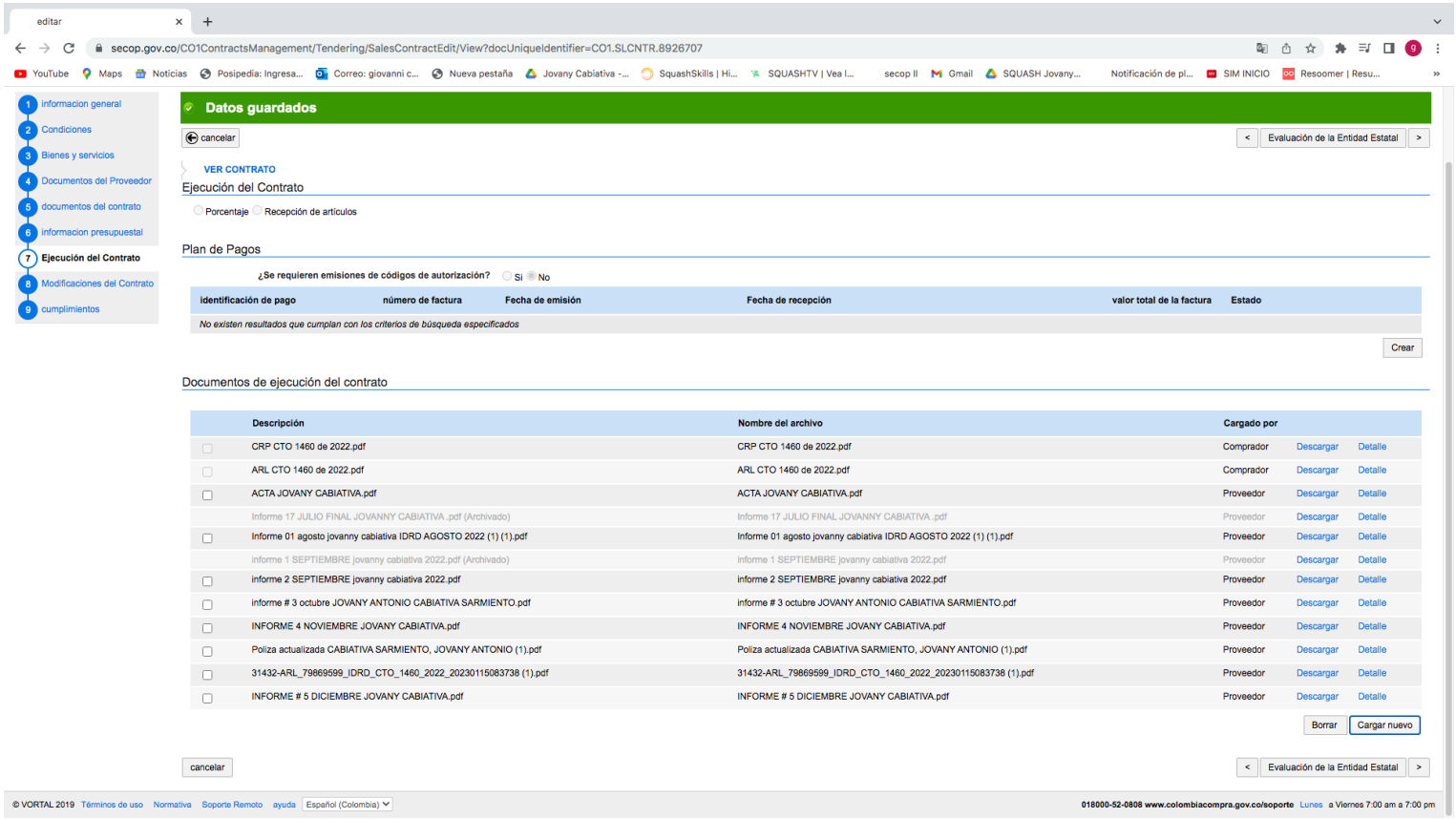


FIRMA

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

5/2/23, 14:17 Correo: giovanni cabiativa sarmiento - Outlook

Informe de actividades mes de enero 2023

giovanni cabiativa sarmiento <giovanni-cabiativa@hotmail.com>
Dom 5/02/2023 2:16 PM
Para: ejecutivolisbog@gmail.com <ejecutivolisbog@gmail.com>;Liga de Squash de Bogotá LISBOG <lisbog2011@gmail.com>

1 archivos adjuntos (13 MB)
Formato de informe IDRD ENERO 2023.docx;

Buenas tardes
Señores:
Liga De Squash De Bogotá
Lisbog-Ciudad
Por medio del presente documento informó a la liga Bogotana de squash LISBOG las actividades desarrolladas en el periodo correspondiente al 01 de enero al 30 de enero 2022 para su visto bueno adjunto el documento informe de actividades mes de enero, 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.

Cordialmente,

Jovany Cabiativa Sarmiento

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

BOGOTÁ
Instituto Distrital de Recreación y Deporte

REPORTE DE ASISTENCIA DE ATLETAS A ENTRENAMIENTOS

ENTRENADOR: Jovany Cabiativa

LUGARES DE ENTRENAMIENTO: Lugar: Nacional,Virtual . Escenarios: SIMON BOLIVAR (SECTOR UNIDAD DEPORTIVA EL SALITRE)

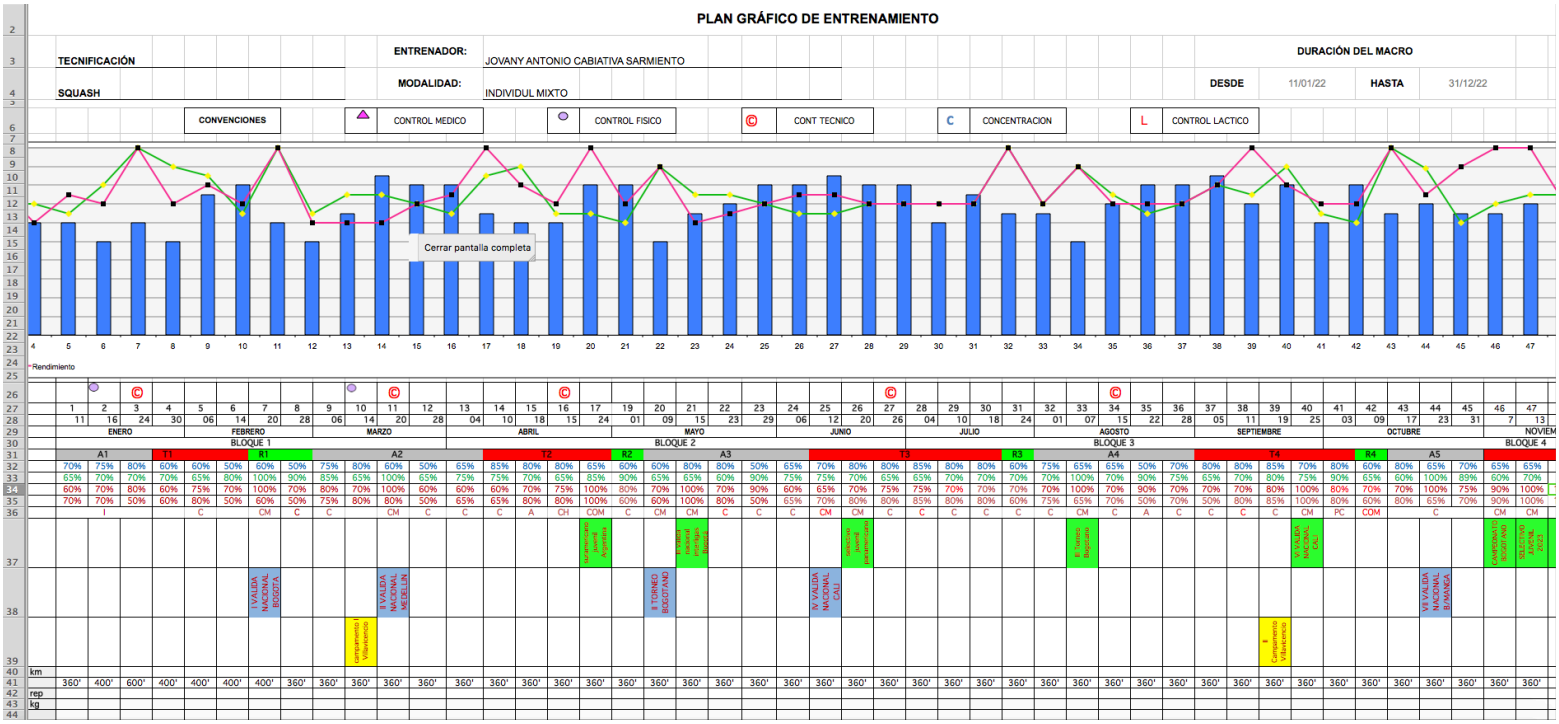
Cerrar pantalla completa

DEPORTE / MODALIDAD:

FECHA DE REPORTE Periodo 2023-01-01 a 2023-01-31

No.	ATLETAS (Nombre y apellido)	SEXO	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	DIRECCIÓN	TELÉFONO	ETAPA	DÍAS			TOTAL SESIONES		
							Asistencias	Fallas	Excusa Médica	PLAN	REAL	% DE ASISTENCIA
1	Maria Jose Fuquen Pineda	Hombre	1016958742	Carrera 97 # 22 L 31 apto 403	3102935053	Talento y Reserva	17	0	0	17	17	100,0
2	Sofia De aza Mayorga	Hombre	1031425354	/ 64 No. 22 I 20 INT 1 APTO 2	3167596470	Talento y Reserva	16	0	0	16	16	100,0
3	Esteban Suarez Aranza	Hombre	1125348877	Carrera 19 C # 88 - 51	320385491	Talento y Reserva	15	0	0	15	15	100,0
4	Thiago Herera Monroy	Hombre	1016961024	Calle 123 # 70a-48	3124628360	Talento y Reserva	17	0	0	17	17	100,0
5	Emilio Caballero Bermudez	Hombre	1028441141	Cra 58 # 119 a 98	3153207876	Talento y Reserva	15	0	0	15	15	100,0
6	Santiago Salinas Alvarado	Hombre	1019905546	CRA 10 # 113-75 APT 402	310259902	Talento y Reserva	16	0	0	16	16	100,0
7	David Patiño Sánchez	Hombre	1011204298	CLL 66C #61-01 INT9 APT901	3212050237	Talento y Reserva	17	0	0	17	17	100,0
8	Maria Gabriela Gomez Sierra	Hombre	1145928644	Calle 50 # 70C 12	3118568324	Talento y Reserva	17	0	0	17	17	100,0
9	María Angélica Cubaque Sandoval	Hombre	1013143543	Cra 71#51-18	3214446455	Talento y Reserva	17	0	0	17	17	100,0
10	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
11	Isabella Castaño Duque	Hombre	1019907534	Cra 15 # 85-39 apto 501	3044503897	Talento y Reserva	17	0	0	17	17	100,0
12	Tomas Gonzalez Arango	Hombre	1014886141	Calle 77 no 9-87	3105657336	Talento y Reserva	17	0	0	17	17	100,0

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 RECREACIÓN 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	Cerrar pantalla completa	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' Volcas de drive 5' Volcas 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	Cerrar pantalla completa	Sesión numero 19 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 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	UNIDAD DEPORTIVA EL SALITRI	FECHA	18/19/2023	
ENTRENADOR:	JOVANNY CABIATIVA	DEPORTE:	SQUASH			

No	DEPORTISTA	CATEGORÍA	CANTIDAD DE	LUGAR PLANEADO	LUGAR	MEDALLA O TROFEO	CUMPLIM.	OBSERVACIONES SOBRE EL DESARROLLO
1	SOFIA DE AZA	SUB 11	16	5, 10	8	NO	SI	**Excelente desempeño entrega a la competencia.**
1	LUCIA SCARPETTA	PRINCIPIANTES	16	1, 3	1	SI	SI	**Excelente desempeño medalla de ORO entrega en la competencia llegando a la final.**
2	TOMAS GONZALEZ	SUB 11	16	1.2	1	SI	SI	**Excelente desempeño medalla de ORO entrega en la competencia llegando a la final.**
3	NATALIA CHAVES	PRINCIPIANTES	16	1.4	2	SI	SI	**Excelente desempeño medalla de plata entrega en la competencia llegando a la semi final.**
	SANTIAGO SALINAS	PRINCIPIANTES	16	1, 3	3	SI	SI	**Excelente desempeño medalla de BRONCE entrega en la competencia llegando a la semi final.**
4	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 MÁS	100%: 70 GOLPES Y MÁS
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 MÁS	100%: 25 Y MÁS
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

4.14 REGLAMENTO DE SQUASH

SQUASH – REGLAS DE SINGLES

La definición de palabras en itálicas puede encontrarse en el Apéndice 1.

INTRODUCCIÓN

El squash se practica en un espacio confinado, con frecuencia a altas velocidades. Hay dos principios esenciales para un juego ordenado:

Seguridad: Los jugadores deben priorizar siempre la seguridad y no realizar ninguna acción que pueda poner en peligro al oponente.
Juego Limpio: Los jugadores deben respetar los derechos del oponente y jugar honestamente.

1 EL DEPORTE DE SQUASH

1.1. El squash de singles se juega en una cancha entre dos jugadores, cada uno sosteniendo una raqueta para golpear la pelota. La cancha, la pelota y la raqueta deben reunir las especificaciones de la WSF (ver Apéndices 7, 8 y 9).
1.2. Cada rally se inicia con un servicio, y los jugadores luego devuelven la pelota alternadamente hasta que el rally finaliza (ver Regla 6: El Juego).
1.3. El juego debe ser continuo tanto como sea práctico.

2 LA PUNTUACIÓN

2.1 El ganador de un rally anota 1 punto y sirve para iniciar el siguiente rally.
2.2 Cada juego se disputa a 11 puntos, excepto cuando el marcador alcance el 10 iguales, oportunidad en la que el juego continuará hasta que uno de los jugadores obtenga una ventaja de 2 puntos.
2.3 Normalmente un partido se disputa al mejor de 5 juegos, aunque puede también disputarse al mejor de 3 juegos.
2.4 Los sistemas de puntuación alternativos se describen en el Apéndice 3.

3 LOS OFICIALES

3.1 Un partido debería normalmente ser oficiado por un Marker y un Árbitro, quienes deben ambos, llevar un registro del marcador, el jugador que está sirviendo, y el cuadro de servicio correcto.
3.2 Si hubiera sólo un Oficial, ese Oficial cumple las funciones de Marker y Árbitro en forma conjunta. Un jugador puede *apelar* cualquier canto o ausencia de canto del Oficial como Marker al mismo Oficial como Árbitro.
3.3 La posición correcta de los Oficiales es sentados en el centro de la pared posterior, tan cerca de dicha pared como les sea posible e inmediatamente por encima de la línea de fuera.