## 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.** | 02 | | |
|---|---|---|---|
| **FECHA DEL INFORME** | **dd** | **Mm** | **aa** |
| | 30 | 03 | 2023 |

| **No. DEL CONTRATO Y FECHA** |
|---|
| IDRD-CTO-0603-2023 |
| **No. DEL EXPEDIENTE VIRTUAL** |
| **2023800701600892E** |

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 3.2 PARA IMPLEMENTAR LOS PLANES DE PREPARACIÓN Y ENTRENAMIENTO DE ATLETAS EN LA DISCIPLINA ASIGNADA, DEL SISTEMA DEPORTIVO DE BOGOTÁ. | Registre el objeto del contrato |
| PLAZO DE EJECUCIÓN | 10 Meses | Registre el plazo total de ejecución en letras y números |
| VALOR | $ 42.680.000,00 | Registre el valor total del contrato |
| FECHA ACTA DE INICIO | 21 DE FEBRERO DE 2023 | 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 | 20 DE DICIEMBRE DE 2023 | Registre fecha de terminación establecida luego de las suspensiones y/o prórrogas aprobadas si las hay. |
| PERIODO DE ACTIVIDADES DE ESTE INFORME | 01 de Marzo de 2023 a 30 de Marzo de 2023 | Registre las fechas entre las cuales se reportan las 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)**

2. DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

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, direccionar, controlar y evaluar, la preparación de los deportistas asignados para la etapa de tecnificación (etapa rendimiento subetapa de rendimiento o/y tecnificación) por el equipo metodológico en coordinación con las ligas deportivas del registro de Bogotá, generando planes de entrenamiento a seguir durante esta vigencia, realizar los ajustes necesarios que sean requeridos, aportando los respectivos anexos. Cuando se realice una transición de atletas de su disciplina deportiva, el cual 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 febrero hasta el 30 de abril, cumpliendo con 34 sesiones en el mes de marzo 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. 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.<br>**EVIDENCIA**: Se adjunta formato plan gráfico, microciclos, fotos de las sesiones de entrenamiento y planillas de asistencia.<br>**UBICACIÓN:** Se encuentra ubicado los documentos en el informe en el anexo numero 12,13, 14,15 marzo - 2023 Informe marzo -2023 “Obligación 1” |
| **Obligación 2**. Desarrollar estrategias de actualización, capacitación e implementación de los programas pedagógicos deportivos, criterios de transición, indicadores de rendimiento, test técnicos y pedagógicos de su especialidad deportiva del proyecto de inversión, talento y reserva, masificación e iniciación deportiva que le sean solicitados, así como, realizar el acompañamiento técnico y capacitación a los programas institucionales y de Ligas en las etapas de iniciación deportiva, talento y reserva y tecnificación. | **AVANCE**: Plan de trabajo para los grupos talento y reserva y tecnificación se desarrollaran con los siguientes apoyos de fisioterapia los dias lunes y miercoles se realizara prueba técnica para ornizar los grupos de acuerdo a su nivel de control de raqueta y bola. Implemente estrategias para reclutar deportistas en las etapas de iniciación para crear una reserva deportiva de deportistas para el ingreso a los programas institusionales.<br>**EVIDENCIA**: Se adjunta documento pruebas técnicas.<br>**UBICACIÓN**: Se encuentra ubicado los documentos en el informe en el anexo numero 22 marzo - 2023 |
| **Obligación 3.** Dar Cumplimiento con el volumen | **AVANCE**: El plan de entrenamiento de |

| | |
|---|---|
| de entrenamiento establecido en los planes de entrenamiento acordados y aprobados por el encargado de su disciplina deportiva y eventualmente Ligas Deportivas Distritales, garantizando un mínimo de ocho (8) sesiones semanales con los deportistas del registro de Bogotá, en el sitio de | squash se realizó para un mesociclo de 8 semanas desde el 01 de febrero hasta el 30 de abril, cumpliendo con 34 sesiones en el mes de marzo 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. 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.<br>**EVIDENCIA**: Se adjunta formato plan gráfico, microciclos, fotos de las sesiones de entrenamiento y planillas de asistencia.<br>**UBICACIÓN:** Se encuentra ubicado los documentos en el informe en el anexo numero 12,13, 14,15 marzo - 2023 Informe marzo -2023 “Obligación 3” |
| **Obligación 4**. Realizar seguimiento 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 establecido en el plan de entrenamiento vigente: así como Actuar en reuniones o eventos nacionales o internacionales, que le sean asignados por el Supervisor del Contrato, 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, en preferencia, en coordinación con el equipo metodológico y/o con las ligas deportivas del registro de Bogotá. | **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 marzo–2023. Los deportistas de talento y reservas y tecnificación participaron en LA PRIMERA PARADA CIRCUITO JUVENIL INTERCLUBES DE SQUASH realizado en la ciudad de Cota en el Club Pueblo Viejo del 4 y 5 de marzo de 2023.<br>**EVIDENCIA**:<br>1. Microciclos del periodo equivalente al informe<br>2. Planilla de asistencia<br>3. Fotos de las sesiones de entrenamiento en cancha y fisicos.<br><br>**UBICACIÓN**: Se encuentra ubicado los documentos en el informe en el anexo numero 13,14, 15, 16, 17,21 marzo - 2023 Informe marzo-2023 “Obligación 4 |

| | |
|---|---|
| **Obligación 5**. Generar un informe técnico de competencia con la gestión, teniendo como objetivo desarrollar resultados de acuerdo al modelo implementado por el área de deportes, participando activamente en fogueos y competencias preparatorias y principales a nivel local, distrital, nacional e internacional máximo tres (3) días hábiles después de cada competencia y anexarlo evidencias de seguimiento en el informe mensual. | AVANCE: Para este periodo comprendido entre el 01 de marzo al 30 de marzo de 2023 los deportistas de talento y reservas y tecnificación participaron en LA PRIMERA PARADA CIRCUITO JUVENIL INTERCLUBES de squash realizado en la ciudad de Cota en Pueblo Viejo del 4 al 5 de marzo 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.<br>EVIDENCIA: Documento informe de competencia.<br>UBICACIÓN: Se encuentra ubicado los documentos en el informe en el anexo numero 21 marzo - 2023<br>Informe marzo-2023 “Obligación 5 |
| **Obligación 6**. 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**: Se realizo reunión el dia 16 de marzo en UCAD a cargo de Meliza Alvarez metodologa temas: Resolución 777, transición de deportistas, JJNN 2023, comisión técnica de la liga de Bogotá, reunión el dia 17 de marzo lugar Unidad Deportiva El Salitre a cargo de Mlisa Alvarez metodologa temas: Resolució 777, Participe en la reunión el dia 23 de marzo lugar Movistar Arena rendición de cuentas programada por la Alcaldia Mayor de Bogotá. Participe en la reunión presencial el dia 31 de marzo en el Instituto Distrital de Recreación y deporte, equipo de rendimiento camino a juegos nacionales<br>**EVIDENCIA**: fotos de las sesiones.<br>**UBICACIÓN**: Se encuentra ubicado los documentos en el informe en el anexo numero 17, febrero - 2023<br>Informe febrero -2023 “Obligación 6 |
| **Obligación 7**. El Contratista adoptará todas las medidas necesarias para evitar cualquier situación de conflicto de intereses conforme a lo estipulado en la resolución 424 de 2021, “Por medio de la cual se adopta la política sobre conflicto de Intereses en el Instituto Distrital de Recreación y Deporte-IDRD”, o la vigente. Esta situación se produce cuando, como consecuencia de intereses económicos, profesionales, afinidades políticas o nacionales, | **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. |

| | |
|---|---|
| vínculos familiares, afectivos, o cualesquiera otros intereses compartidos, se ve comprometida la ejecución imparcial y objetiva 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

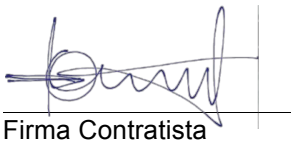
| DESCRIPCIÓN DEL APORTE | NOMBRE EMPRESA | VALOR APORTE PAGADO |
|---|---|---|
| PAGO APORTES SALUD | SURA | 78.300 |
| PAGO APORTES PENSIÓN | PORVENIR | 100.200 |
| PAGO RIESGOS PROFESIONALES | POSITIVA | 15.300 |
| | TOTAL | 193.800 |
| | | |

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

4.1 PAGO SEGURIDAD SOCIAL pág 7
4.1 CERTIFICACIÓN DE CUMPLIMIENTO pág 8
4.2 PANTALLAZO SECOP II pág 9
4.3 PANTALLAZO DEL VISTO BUENO DEL METODÓLOGO Y LIGA pág 10
4.4 PLANILLA SIM pág 11
4.5 PLAN GRÁFICO, MESOCICLOS pág 12
4.6 PLAN GRÁFICO MICROCICLOS pág 13
4.7 PANTALLAZO DE LAS EVIDENCIAS REUNIONES pág 14
4.8 PANTALLAZO DE LAS EVIDENCIAS ENTRENAMIENTOS pág 15
4.9 PANTALLAZO DE LAS EVIDENCIAS CAPACITACIONES pág 16
4.10 PANTALLAZO DE LAS EVIDENCIAS ENTRENAMIENTOS FISICOS pág 17
4.11 INFORME DE COMPETENCIA pág 18

## INFORME DE ACTIVIDADES Y CONCEPTO DEL SUPERVISOR DE CONTRATOS DEL IDRD

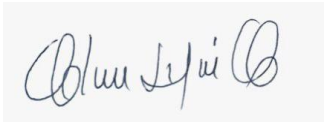
**NO APLICA PARA: CONTRATOS DE OBRA, CONSULTORÍA, NI GUARDIANES (QUIENES DEBEN PRESENTAR SU INFORME EN EL FORMATO QUE ACTUALMENTE REPORTAN)**



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 Alvarez 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** | 2023-03-24, 08:57:52 AM en horario extendido |
| **Periodo de Cotización Otros Riesgos** | febrero de 2023 |
| **Periodo de Cotización Para Salud** | febrero de 2023 |
| **Empresa** | JOVANY ANTONIO CABIATIVA SARMIENTO |
| **CEDULA CIUDADANIA** | CC 79869599 |
| **Código Sucursal (Nombre)** | ( ) |
| **Referencia de Pago/ Número Planilla** | 8859814580 / 1053540246 |
| **Tipo de Planilla** | I |
| **Número Transacción Bancaria/ CUS** | 88963234 |
| **Banco** | (1023) - BANCO DE OCCIDENTE |
| **Valor** | $ 194.200 |
| **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 | $ 100.200 | $ 200 |
| N800088702 | EPS010 | EPS SURA | 1 | $ 78.300 | $ 100 |
| N860011153 | 14-23 | ARP - POSITIVA COMPANIA DE SEGUROS | 1 | $ 15.300 | $ 100 |
| | | | | | |
| | | **SubTotales:** | | $ 193.800 | $ 400 |
| | | **Total a Pagar:** | | | $ 194.200 |

# 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 CERTIFICACION DE CUMPLIMIENTO

**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.**

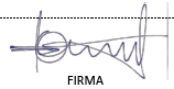
De conformidad con la referencia me permito manifestar bajo la gravedad de juramento lo siguiente:

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Nombre del Contratista | **JOVANY ANTONIO CABIATIVA SARMIENTO** | | | | | | | | | |
| 2 | Identificacion | CC | **X** | CE | | **Numero** | **79869599** | **N° contrato** | | **IDRD-CTO-0623-2023** | |
| 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** | | | | **Valor pagado** | | | |
| | Aporte Obligatorio de Salud mensualizado $ | | | | | Aporte Obligatorio de Pensión mensualizado $ | | | | | |
| | Afiliación Aportes Riesgos Laborales ARL $ | | | | | **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.

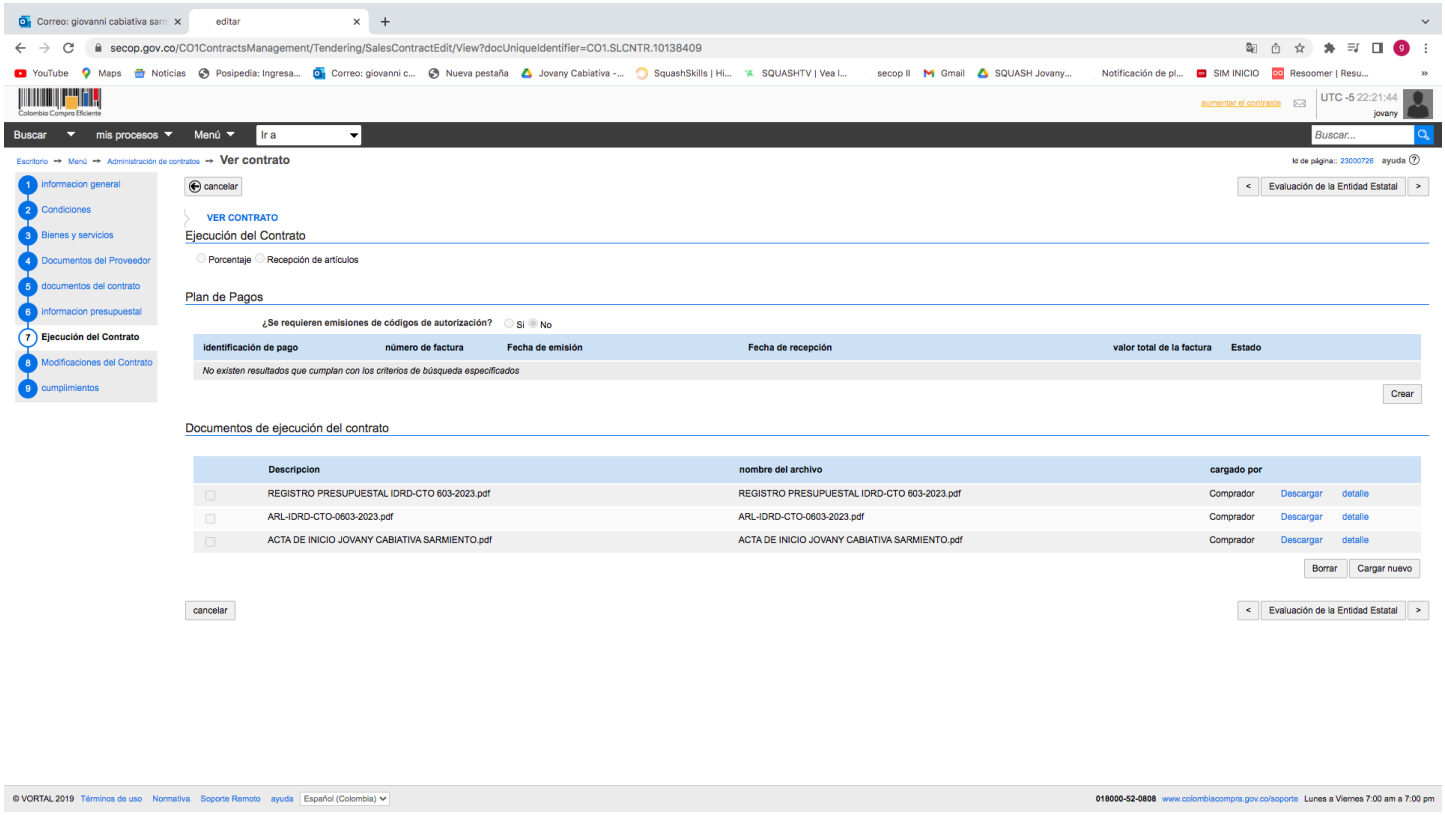
**DECLARO QUE LOS SOPORTES ADJUNTOS NO SERAN PRESENTADOS ANTE OTRA ENTIDAD PARA DEPURACION POR LOS MISMOS CONCEPTOS, RESPETANDO LOS TOPES ESTABLECIDOS EN LA NORMA Y CUALQUIER CAMBIO EN LAS CONDICIONES QUE IMPIDAN SU APLICACION LO NOTIFICARE DE INMEDIATO.**

Dada en Bogotá D.C. a los: DD **28** MM **2** AA **2023**



FIRMA

## 4.3 PANTALLAZO SECOP II



# 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)**

## 4.4 PANTALLAZO DEL VISTO BUENO DEL METODOLOGA Y LIGA

4/4/23, 18:29 Correo de IDRD - Informe de actividades mes de marzo 2023

INSTITUTO DISTRITAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE

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

**Informe de actividades mes de marzo 2023**
1 mensaje

**Jovany Antonio Cabiativa Sarmiento** <jovany.cabiativa@idrd.gov.co> 4 de abril de 2023, 18:28
Para: Presidente Lisbog <ejecutivolisbog@gmail.com>, lisbog2011@gmail.com

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 marzo al 30 de marzo 2023 para su visto bueno adjunto el documento informe de actividades mes de marzo, 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 MARZO 2023.docx**
6206K

https://mail.google.com/mail/u/1/?ik=2c844f1af3&view=pt&search=all&permthid=thread-a:r-2723629902493727 8&simpl=msg-a:r-32193752969956958 1/1

## 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

**REPORTE DE ASISTENCIA DE ATLETAS A ENTRENAMIENTOS**

| | |
|---|---|
| **ENTRENADOR:** | Jovany Cabiativa |
| **LUGARES DE ENTRENAMIENTO:** | Lugar: Nacional,Virtual Ciudades:Cota. Escenarios: ,SIMON BOLIVAR ( SECTOR UNIDAD DEPORTIVA EL SALITRE ) |
| **DEPORTE / MODALIDAD:** | |
| **FECHA DE REPORTE** | Periodo 2023-03-01 a 2023-03-31 |

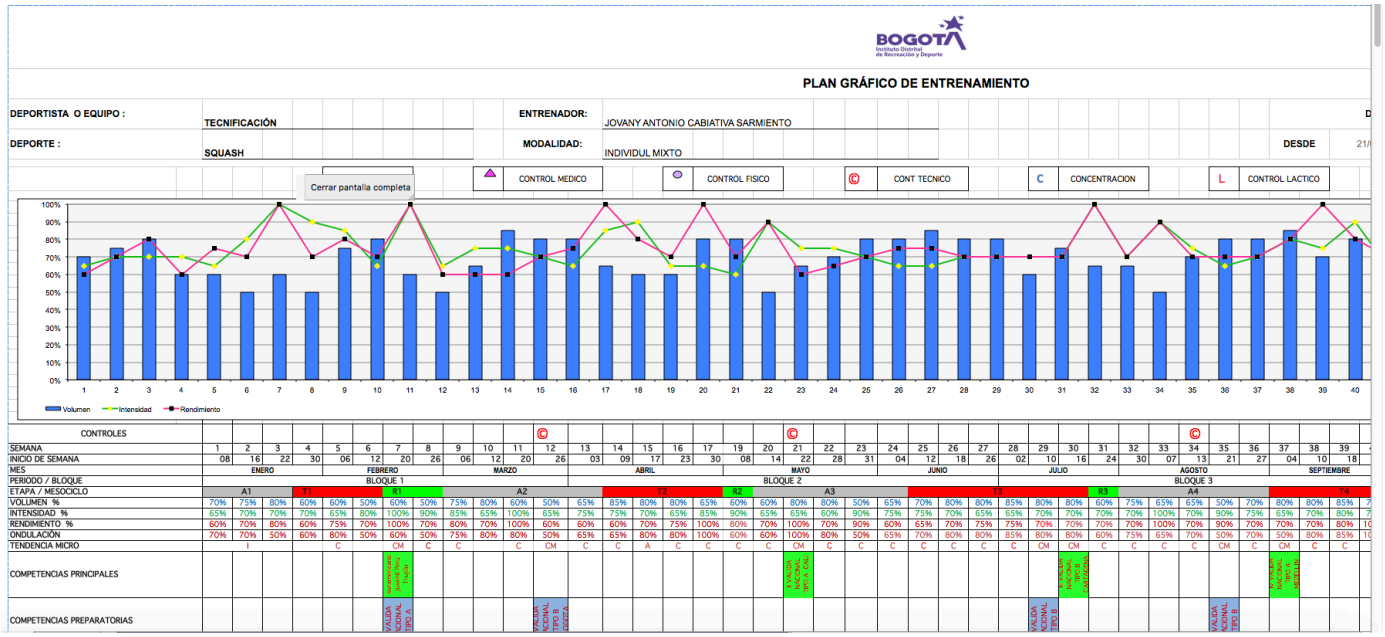
| No. | ATLETAS (Nombre y apellido) | SEXO | DOCUMENTO DE IDENTIDAD | DIRECCIÓN | TELÉFONO | ETAPA | DÍAS | | | TOTAL SESIONES | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | Asistencias | Fallas | Excusa Médica | PLAN | REAL | % DE ASISTENCIA |
| 1 | Maria Jose Fuquen Pineda | Hombre | 1016958742 | Carrera 97 # 22 L 31 apto 403 | 3102935053 | Talento y Reserva | 19 | 0 | 0 | 19 | 19 | 100,0 |
| 2 | Sofia De aza Mayorga | Hombre | 1031425354 | / 64 No. 22 I 20 INT 1 APTO 2 | 3167596470 | Talento y Reserva | 17 | 0 | 0 | 17 | 17 | 100,0 |
| 3 | Esteban Suarez Aranza | Hombre | 1125348877 | Carrera 19 C # 88 - 51 | 320385491 | Talento y Reserva | 14 | 0 | 0 | 14 | 14 | 100,0 |
| 4 | Thiago Herera Monroy | Hombre | 1016961024 | Calle 123 # 70a-48 | 3124628360 | Talento y Reserva | 19 | 0 | 0 | 19 | 19 | 100,0 |
| 5 | Emilio Caballero Bermudez | Hombre | 1028441141 | Cra 58 # 119 a 98 | 3153207876 | Talento y Reserva | 16 | 0 | 0 | 16 | 16 | 100,0 |
| 6 | Santiago Salinas Alvarado | Hombre | 1019905546 | CRA 10 # 113-75 APT 402 | 310259902 | Talento y Reserva | 13 | 0 | 0 | 13 | 13 | 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 | 19 | 0 | 0 | 19 | 19 | 100,0 |
| 9 | María Angélica Cubaque Sandoval | Hombre | 1013143543 | Cra 71#51-18 | 3214446455 | Talento y Reserva | 19 | 0 | 0 | 19 | 19 | 100,0 |
| 10 | Mariana Isabella Castillo Galindo | Hombre | 1141337166 | . 80B #6B - 75 Torre 7 Apto. 1 | 3044328719 | Talento y Reserva | 19 | 0 | 0 | 19 | 19 | 100,0 |
| 11 | Isabella Castaño Duque | Hombre | 1019907534 | Cra 15 # 85-39 apto 501 | 3044503897 | Talento y Reserva | 19 | 0 | 0 | 19 | 19 | 100,0 |
| 12 | Tomas Gonzalez Arango | Hombre | 1014886141 | Calle 77 no 9-87 | 3105657336 | Talento y Reserva | 16 | 0 | 0 | 16 | 16 | 100,0 |
| 13 | Martin Vilhem Kindgren Kindgren | Hombre | 1028441407 | Cra 1 70A-65 apto 501 | 3203986200 | Talento y Reserva | 19 | 0 | 0 | 19 | 19 | 100,0 |
| 14 | Sergio Galindo Virguez | Hombre | 1014884383 | Kra 55-151-69 torre 1 apto 804 | 3203219375 | Talento y Reserva | 13 | 0 | 0 | 13 | 13 | 100,0 |
| 15 | | | | | | | | | | 0 | 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



BOGOTÁ Instituto Distrital de Recreación y Deporte

PLAN GRÁFICO DE ENTRENAMIENTO

DEPORTISTA O EQUIPO : TECNIFICACIÓN
ENTRENADOR: JOVANY ANTONIO CABIATIVA SARMIENTO
DEPORTE : SQUASH
MODALIDAD: INDIVIDUL MIXTO
DESDE 21/

Cerrar pantalla completa | CONTROL MEDICO | CONTROL FISICO | CONT TECNICO | CONCENTRACION | CONTROL LACTICO




| CONTROLES | | | | | | | | | | | | © | | | | | | | | © | | | | | | | | | | | © | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| SEMANA | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 |
| INICIO DE SEMANA | 08 | 16 | 22 | 30 | 06 | 12 | 20 | 26 | 06 | 12 | 20 | 26 | 03 | 09 | 17 | 23 | 30 | 08 | 14 | 22 | 28 | 31 | 04 | 12 | 18 | 26 | 02 | 10 | 16 | 24 | 30 | 07 | 13 | 21 | 27 | 04 | 10 | 18 |
| MES | ENERO | | | | FEBRERO | | | | MARZO | | | | ABRIL | | | | | | | MAYO | | | | JUNIO | | | | JULIO | | | | AGOSTO | | | | SEPTIEMBRE | | |
| PERIODO / BLOQUE | BLOQUE 1 | | | | | | | | | | | | BLOQUE 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | BLOQUE 3 | | | | | | |
| ETAPA / MESOCICLO | A1 | | | | I1 | | | R1 | | | A2 | | | | I2 | | | R2 | | A3 | | | | I3 | | | | R3 | | A4 | | | | I4 | | |
| VOLUMEN % | 70% | 75% | 80% | 60% | 60% | 50% | 60% | 50% | 75% | 80% | 60% | 50% | 65% | 85% | 80% | 80% | 65% | 60% | 60% | 80% | 80% | 50% | 65% | 70% | 80% | 80% | 85% | 80% | 80% | 60% | 75% | 65% | 65% | 50% | 70% | 80% | 80% | 85% |
| INTENSIDAD % | 65% | 70% | 70% | 70% | 65% | 80% | 100% | 90% | 85% | 65% | 100% | 65% | 75% | 75% | 70% | 65% | 85% | 90% | 65% | 65% | 60% | 90% | 75% | 75% | 70% | 65% | 65% | 70% | 70% | 70% | 70% | 100% | 70% | 90% | 75% | 65% | 70% | 80% |
| RENDIMIENTO % | 60% | 70% | 80% | 60% | 75% | 70% | 100% | 70% | 80% | 70% | 100% | 60% | 60% | 60% | 70% | 75% | 100% | 80% | 70% | 100% | 70% | 90% | 60% | 65% | 70% | 75% | 75% | 70% | 70% | 70% | 70% | 100% | 70% | 90% | 70% | 70% | 70% | 80% |
| ONDULACIÓN | 70% | 70% | 50% | 60% | 80% | 50% | 60% | 50% | 75% | 80% | 80% | 50% | 65% | 65% | 80% | 80% | 100% | 60% | 60% | 100% | 80% | 50% | 65% | 70% | 80% | 80% | 85% | 80% | 80% | 60% | 75% | 65% | 70% | 50% | 70% | 50% | 80% | 85% |
| TENDENCIA MICRO | I | | | C | | | CM | C | C | | C | CM | C | C | A | C | C | C | C | CM | C | C | C | C | C | C | C | CM | CM | C | C | C | C | CM | C | CM | C | C |
| COMPETENCIAS PRINCIPALES | | | | | | | Semana de Juegos Inter Pre Ciclo A | | | | | | | | | | | | | FINALES NACIONALES TIPO A | | | | | | | | FINALES NACIONALES TIPO A | | | | | | | |
| COMPETENCIAS PREPARATORIAS | | | | | | | VALIDA VICDINAL TIPO A | | | | | VALIDA VICDINAL TIPO B | | | | | | | | | | | | | | | | VALIDA VICDINAL TIPO B | | | | | VALIDA VICDINAL TIPO B | | | | |

## 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:** 27/03/23 **AL** 2/04/23 **DEPORTE:** SQUASH GRUPO I TALENTO Y RESERVAS

**ENTRENADOR:** JOVANY ANTONIO CABIATIVA SARMIENTO **CONTRATO Nº:** IDRD-CTO-0603-2023

**MICROCICLO Nº:** 5 **TENDENCIA MICRO:** CORRIENTE **OBJETIVO MICRO:** MEJORA DE LA CAPACIDAD DE RENDIMIENTO DE LOS DEPORTISTAS

| SESIONES | LUNES 27 | MARTES 28 | MIERCOLES 29 | JUEVES 30 | VIERNES 31 | SABADO 01 | DOMINGO 02 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 5 | **Sesión numero 11 Hora de inicio 4:00 pm**<br>**Hora final 5:30 pm**<br>**Taller de fisioterapia a cargo de GinaVelasco**<br>**Entrenamiento en cancha Presencial Unidad deportiva el salitre calle 63 # 68-45**<br>**Presencial lugar:**<br>**Contenido de la sesión:**<br>**Materiales**: para la sesión: raqueta, bolas de squash, gafas de protección, tapabocas, kit de bioseguridad, cuerda para saltar y bandas elasticas de resistencia.<br>**Contenidos de la sesión**:<br>**Calentamiento** Movilidad articular, dinamico, especifico y coordinación 15- 20 min<br>**TRABAJO FISICO /**<br>Core plancla isometrica 30"<br>Sentadilla Isometrica 30"<br>Propiocepcion con balon inestable 30"<br>Coordinación escalera 1 minuto<br>Coordinación escalera 1 minuto<br>Saltar la cuarda 3 minutos.<br>**HABILIDAD CON LA RAQUETA Y BOLA**<br>Caracterización del squash, conceptos técnicos. Materiales raqueta, bolas de squash.<br>**Ejercicios**:<br>Juegos condicionados habilidades cerradas de posicion, golpes basicos drive y reves, combinación de jugadas paralelas, dos paredes, cruzadas y voleas.<br>**TRABAJO EN GRUPO**<br>Juego condicionado 10' mintos<br>Juego completo 10'<br>Estiramientos 10 min | | Sesión numero 12 Hora de inicio 4:00 pm<br>Hora final 5:30 pm<br>[Cerrar pantalla completa] oterapia a cargo de GinaVelasco<br>nto en cancha Presencial Unidad deportiva el salitre calle 63 # 68-45<br>**Materiales**: para la sesión: raqueta, bolas de squash, gafas de protección, tapabocas, kit de bioseguridad, cuerda para saltar y bandas elasticas de resistencia.<br>**Contenidos de la sesión**:<br>**Calentamiento** Movilidad articular, dinamico, especifico y coordinación 15- 20 min<br>**Coordinación**<br>Calentamiento movilidad articular dinamico y especifico 10-15 min<br>Ejercicios: 3 series x 30min<br>Ejercicios de Juego de pies coordinación, agilidad y potenciación con la escalera de coordinación y agilidad tren inferior<br>Lateral dos dentro al lado derecho lado izquierdo 30"<br>lateral dos dentro alternos izquierdo 30"<br>Frontal dos dentro juntos- dos fuera juntos 20"<br>Frontal uno dentro en cada esculón 20"<br>**HABILIDAD CON LA RAQUETA Y BOLA**<br>Caracterización del squash, conceptos técnicos. Materiales raqueta, bolas de squash.<br>Ejercicios:<br>Juegos condicionados habilidades cerradas de posicion, golpes basicos drive y reves, combinación de jugadas paralelas, dos paredes, cruzadas y voleas.<br>**TRABAJO EN GRUPO**<br>Juego condicionado, juego completo. 10'<br>Estiramientos 10 min | | **Sesión numero 13 Hora de inicio 4:00 pm**<br>**Hora final 5:30 pm**<br>**Entrenamiento en cancha Presencial Unidad deportiva el salitre calle 63 # 68-45**<br>**Materiales: para la sesión: raqueta, bolas de squash, gafas de protección, tapabocas, kit de bioseguridad, cuerda para saltar y bandas elasticas de resistencia.**<br>**Contenidos de la sesión:**<br>**Calentamiento Movilidad articular, dinamico, especifico y coordinación 15- 20 min Resitencia banda elastica en las piernas**<br>**Para desarrollar aptitud fisica especifica del squash.**<br>**Ejercicios: 3 series**<br>**Sentadilla con salto abre cierra 1'**<br>**Sentadillas en desplazamiento lateral 1'**<br>**Sentadillas a los lados derecha 1'**<br>**Sentadillas a los lados izquierda 1'**<br>**Sentadillas abre cierra banda en las rodillas 1'**<br>**HABILIDAD CON LA RAQUETA Y BOLA**<br>**Caracterización del squash, conceptos técnicos. Materiales raqueta, bolas de squash.**<br>**Ejercicios:**<br>**Juegos condicionados habilidades cerradas de posicion, golpes basicos drive y reves, combinación de jugadas paralelas, dos paredes, cruzadas y voleas.**<br>**TRABAJO EN GRUPO**<br>**Juego condicionado 10' minutos**<br>**juego completo. 10' minutos**<br>**Estiramientos 10 min**<br>**Ejercicios:**<br>**Juegos condicionados habilidades cerradas de posicion, golpes basicos drive y reves, combinación de jugadas paralelas, dos paredes, cruzadas y voleas.** | **Sesión numero 14 Hora de inicio 7:00 am**<br>**Hora final 10:30 am**<br>**Entrenamiento en cancha Presencial Unidad deportiva el salitre calle 63 # 68-45**<br>**Materiales: para la sesión: raqueta, bolas de squash, colchoneta, cuerda para saltar, cuadro y escalera de coordinación.**<br>**Contenidos de la sesión:**<br>**Calentamiento Movilidad articular, dinamico, especifico y coordinación 15- 20 min.**<br>**Ejercicios de cardio desarrollo del entrenamiento para todo el cuerpo, mejora la coordinación, elevan el ritmo cardiaco.**<br>**Desarrollo/Ejercicios:**<br>**HABILIDAD CON LA RAQUETA Y BOLA**<br>**Caracterización del squash, conceptos técnicos. Materiales raqueta, bolas de squash. Ejercicios:**<br>**TRABAJO INDIVIDUAL**<br>**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'**<br>**Voleas de revés 5'**<br>**COMBINACION DE JUGADAS**<br>**Paralelas, dos paredes, drop y globo cruzado 5' lado derecho lado izquierdo.**<br>**TRABAJO EN GRUPO**<br>**Juego condicionado, juego completo. 10'**<br>**Estiramientos 10 min** | |

4.8 PANTALLAZO DE LAS EVIDENCIAS REUNIONES



4.9 PANTALLAZO DE LAS EVIDENCIAS ENTRENAMIENTOS



4.10 PANTALLAZO DE LAS EVIDENCIAS CAPACITACIONES






## 4.11 PANTALLAZO DE LAS EVIDENCIAS ENTRENAMIENTOS FISICOS






## 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)**

4.12 INFORME DE COMPETENCIA

**INFORME TÉCNICO DE COMPETENCIA**

DEPORTES CON RAQUETA (CONVENCIONAL Y PARALIMPICO)

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| TORNEO O COMPETENCIA: | PRIMERA PARADA CIRCUITO JUVENIL DE SQUASH | LUGAR | CLUB PUEBLO VIEJO | FECHA 04/05/2023 |
| 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 | MARIA GABRIELA GOMES | SUB 11 | 8 | 1 , 4 | 1 | 1 | SI | **Excelente desempeño medalla de ORO entrega en la competencia llegando a la final.** |
| 1 | MARIA ANGELICA CUBAQUE | SUB 11 | 8 | 1, 3 | 2 | SI | SI | **Excelente desempeño medalla de plata entrega en la competencia llegando a la semi final.** |
| 3 | ISABELLA CASTAÑO | SUB11 | 8 | 1.4 | 5 | SI | SI | **Excelente desempeño entrega en la competencia llegando a la semi final.** |
| 6 | MARIA JOSE FUQUEN | SUB 13 | 16 | 1,4 | 3 | SI | SI | **Excelente desempeño medalla de BRONCE entrega en la competencia llegando a la semi final.** |
| 7 | EMILIO CABALLERO | SUB 13 | 16 | 1,4 | 4 | NO | NO | **Excelente desempeño entrega en la competencia llegando a la semi final.** |
| | | | | | | | | |