Pradera, AGOSTO de 2023

Doctora

ERIKA GRIJALBA PAREDES

DIRECTOR EJECUTIVO IMDERPRADERA

E.S.M

Referencia: presentación informe de Actividades

Por medio del presente me permito informar a usted sobre las actividades desarrolladas como monitor de **RECREACIÓN** en el instituto municipal para el deporte, la recreación y aprovechamiento del tiempo libre durante el periodo del 28 de JULIO al 28 de AGOSTO de 2023

APOYO AL GRUPO DEPORTIVO RITMO Y SABOR

En el mes se realizó el apoyo en la parte recreo-deportiva al grupo ritmo y sabor, que viene realizando de lunes a viernes los hábitos de vida saludable en el polideportivo del barrio el Cairo entre las 5.:30 pm y 7:30 pm.

Donde contamos junto con el profesor Luis Beltrán con un promedio de 40 a 50 personas que aprovechan este espacio deportivo gracias a IMDERPRADERA.

ACTIVIDADES DEPORTIVAS QUE SE REALIZAN

- Movimiento articular
- Caminata trabajo de flexibilidad
- Trabajos específicos en diferentes clases tales como :
- Trabajos con platillos
- Trabajos con conos
- Circuitos recreo-deportivos
- Trabajo con cauchos
- Trabajo con palos

- Trabajo con pelotas
- Trabajo con cauchos
- Trabajo con ula ula
- Caminatas deportivas
- Rumba terapia
- Hidroterapia
- Estiramiento
- Vuelta a la calma

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS














NOS LLENA DE
ORGULLO
Directora Ericka Criaiba Paredes













APOYO GRUPO ADULTO MAYOR PARQUE RECREACIONAL

Con el objetivo de brindar nuevos espacios de recreación y deporte se está conformando un nuevo grupo de adultos mayores en el parque recreacional De lunes a viernes en el horario de 7:00 am a 8:30 de la mañana.

Donde realizamos diferentes actividades:

- Movimiento articular
- Entrada en calor
- Actividades de coordinación
- Caminatas
- Trote
- Rumba terapia
- Trabajo con palos de escoba
- Trabajos con conos y platillos
- Trabajos con balones
- Juegos recreo deportivos
- Estiramiento vuelta a la calma

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS









































APOYO EN EL CORREGIMIENTO DE LA TUPIA CON EL PROGRAMA DE MODALIDAD FAMILIAR.

Realizamos el apoyo al programa de modalidad familiar en el corregimiento de la tupia con diferentes actividades recreo –Deportivas con madres cabeza de hogar que hacen parte de dicho programa.

Donde realizamos actividades de movilidad articular, calentamiento, juegos de coordinación, rumba terapia y juegos con ula ula.

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS













APOYO EN EL CORREGIMIENTO DE LA GRANJA CON EL PROGRAMA DE MODALIDAD FAMILIAR.

Realizamos el apoyo al programa de modalidad familiar en el corregimiento de la GRANJA con diferentes actividades recreo –Deportivas con madres cabeza de hogar que hacen parte de dicho programa.

Donde realizamos actividades de movilidad articular, calentamiento, juegos de coordinación, rumba terapia y juegos con ula ula.

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS













APOYO AL FESTIVAL BIRONDO BIOCULTURAL

Realizamos el acompañamiento y apoyo al festival borondo biocultural en la institución educativa marco Fidel Suarez de lomitas con actividades recreo-deportivas donde los alumnos disfrutaron de actividades de integración y premios donados por IMDERPRADERA.

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS











APOYO AL PROGRAMA DE MODALIDAD FAMILIAR EN EL COMPLEJO DEPORTIVO ÁMSTERDAM PARA LAS DOCENTES.

Realizamos el apoyo al programa de modalidad familiar Para las docentes con diferentes actividades recreo –Deportivas. Con el objetivo de brindar herramientas de trabajo en equipo, actividades de cooperación y actividad física para fortalecer vínculos de integración y valores entre las docentes participantes.

Donde realizamos actividades de movilidad articular, calentamiento, juegos de coordinación, rumba terapia y juegos con ula ula.

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS













Andrés Muñoz Betancourth
6405174 Pradera