SOPORTES DE EJECUCIÓN INFORME Nº 3 – CONTRATO 708 DE 2023

OBLIGACION 1

Se realizo sesión de clase el día 6 junio con el grupo de adulto mayor donde se realizó trabajo aeróbico para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores



Se realizo sesión de clase el día 8 de junio con el grupo de adulto mayor mediante comandos para mejorar la memoria y la atención



Se realizo sesión de clase el día 09 de Junio con el grupo juvenil donde se realizaron actividades recreativas donde se desarrollo el tema de la misión de campamentos juveniles



Se realizo sesión de clase el día 14 de Junio con el grupo de infancia donde se desarrollo el tema de misión de campamentos



Se realizo sesión de clase el día 16 de junio con el grupo de juvenil donde se desarrolló el tema de visión



Se realizo sesión de clase de infancia el 20 de Junio donde se desarrollaron actividades recreativas donde se explico la visión de los campamentos



Se realizo sesión de clase de adulto mayor el día 21 de Junio donde se desarrollaron actividades de mantenimiento muscular mediante la fuerza



Se realizo sesión de clase de adulto mayor el día 23 de Junio donde se desarrollaron actividades de acondicionamiento físico general



Se realizo sesión de clase el día 23 de Junio el grupo juvenil donde se desarrollaron actividades recreativas y explicarles el himno de campamentos



Se realizo sesión de clase el día 27 de Junio con el grupo infancia donde se desarrollaron actividades entorno a el himno



Se realizo sesión de clase de infancia el día 28 de junio donde se desarrollaron actividades de saludos de campamentos



Se realizo sesión de clase del grupo juvenil el día 30 de junio donde se desarrollaron actividades de saludos de campamentos



OBLIGACION 3

Se realizo actividad del día de la bicicleta el día 09 de Junio en la vereda La Fuente donde se realizo una Yincana



Se realizo actividad del día de la bicicleta el día 09 de Junio en la vereda La Fuente con un ciclopaseo rural



Se realizo apoyo el día 30 de Junio en el municipio de Chia en el evento de juegos ancestrales en el San Pedro Muisca

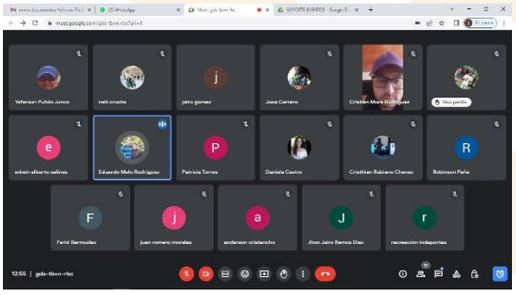


o

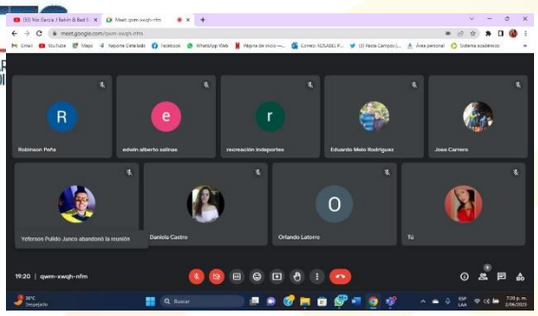
OBLIGACION 9
REUNIONES

He asistido a las tres reuniones programadas por el componente

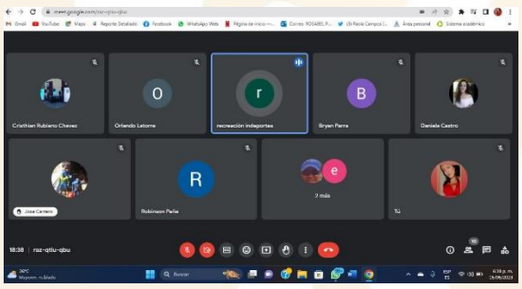
02 de junio: Para esta reunión el tema a tratar era la celebración del día mundial de la bicicleta donde se debía realizar una Yincana y un ciclopaseo donde se debía convocar con la población que se impacta regularmente.



06 de Junio: Reunión de explicación de cada unas de las actividades que se debían realizar, población mínima y formatos a entregar.



29 de Junio: Para esta reunión los temas a tratar fue la entrega de los informes, explicación de los formatos, que documentos deben ir en que formato, que formatos se deben subir al drive.



CUNDINAMARCA ¡REGIÓN Que Progresa!

FICHA TECNICA TOCANCIPÁ

FECHA : 14, 20, 27, 28 de JUNIO 2023
DURACION : 2 Horas
DIRIGIDO A : CAMPAMENTO INFANCIA
MODALIDAD: Presencial

OBJETIVO GENERAL: Desarrollar actividades lúdicas recreativas a los niños del programa y enseñarles temas con respecto a campismo.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Generar espacios de recreación, juego y deporte
- Enseñarles temas con respecto a campamentos

ACTIVIDAD 1.	DESARROLLO	DURACION
INICIO	Toma de asistencia , calentamiento	15 min
DESARROLLO	• Misión • Juego de cadenita • Pre deportivos de futbol • Pre deportivos de futsal	80 min
FINAL	Partido de futsal	25 min

ACTIVIDAD 2.	DESARROLLO	DURACION
INICIO	Toma de asistencia , calentamiento	15 min
DESARROLLO	• Visión • Objetivos de los campamentos • pre deportivos de baloncesto	80 min
FINAL	Partido de baloncesto, estiramiento	25 min

ACTIVIDAD 3.	DESARROLLO	DURACION
INICIO	Toma de asistencia, calentamiento	15 min
DESARROLLO	• Himno • Bandera • Predeportivos de atletismo	80 min
FINAL	Partido de futsal, estiramiento	25 min

ACTIVIDAD 4.	DESARROLLO	DURACION
INICIO	Toma de asistencia, calentamiento	15 min
DESARROLLO	• Saludos • ponchados • cogidas • Juego el túnel del lavado	80 min
FINAL	Actividad recreativa libre	25 min

FICHA TECNICA TOCANCIPÁ

FECHA : 9, 16, 23, 30 de JUNIO 2023
DURACION : 2 Horas
DIRIGIDO A : CAMPAMENTO JUVENIL
MODALIDAD: Presencial

OBJETIVO GENERAL: Desarrollar actividades lúdicas recreativas a los jóvenes del programa y recordar temas con respecto a campismo.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Generar espacios de recreación, juego y deporte
- Enseñarles temas con respecto a campamentos

ACTIVIDAD 1.	DESARROLLO	DURACION
INICIO	Toma de asistencia , calentamiento	15 min
DESARROLLO	• Misión • Juego de cadenita • Pre deportivos de futbol • Pre deportivos de futsal	80 min
FINAL	Partido de futsal	25 min

ACTIVIDAD 2.	DESARROLLO	DURACION
INICIO	Toma de asistencia , calentamiento	15 min
DESARROLLO	• Visión • Objetivos de los campamentos • pre deportivos de baloncesto	80 min
FINAL	Partido de baloncesto, estiramiento	25 min

ACTIVIDAD 3.	DESARROLLO	DURACION
INICIO	Toma de asistencia, calentamiento	15 min
DESARROLLO	• Himno • Bandera • Predeportivos de atletismo	80 min
FINAL	Partido de futsal, estiramiento	25 min

ACTIVIDAD 4.	DESARROLLO	DURACION
INICIO	Toma de asistencia, calentamiento	15 min
DESARROLLO	• Saludos • ponchados • cogidas • Juego el túnel del lavado	80 min
FINAL	Actividad recreativa libre	25 min

FICHA TECNICA TOCANCIPÁ

FECHA : 6, 8, 21, 23 de JUNIO 2023
DURACION : 2 Horas
DIRIGIDO A : ADULTO MAYOR
MODALIDAD: Presencial

OBJETIVO GENERAL: Desarrollar actividades que contribuyan al mantenimiento de la salud del adulto mayor

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Generar espacios de recreación, juego y deporte
- Mejorar la calidad de vida del adulto mayor mediante actividades recreativas y deportivas

ACTIVIDAD 1.	DESARROLLO	DURACION
INICIO	Toma de asistencia , calentamiento	15 min
DESARROLLO	• Actividad de espejo • Trabajo aerobico	80 min
FINAL	Vuelta a la calma y estiamiento	25 min

ACTIVIDAD 2.	DESARROLLO	DURACION
INICIO	Toma de asistencia , calentamiento	15 min
DESARROLLO	• Memoria y atención mediante comandos • Cada oveja con su pareja • Ejercicios de mantenimiento muscular	80 min
FINAL	Vuelta a la calma y estiramiento	25 min

INICIO	Toma de asistencia, calentamiento	15 min
DESARROLLO	• Mantenimiento muscular mediante ejercicios de fuerza • Juego competitivo • Tingo tingo tango	80 min
FINAL	Vuelta a la calma y estiramiento	25 min

ACTIVIDAD 4.	**DESARROLLO**	**DURACION**
INICIO	Toma de asistencia, calentamiento	15 min
DESARROLLO	• Telefono roto • Veo veo • Acondicionamiento físico integral	80 min
FINAL	Actividad recreativa libre	25 min

Nombre de formador: Karen Daniela Castro Infante Provincia: Sabana Centro Municipio: Tocancipá

POBLACION				NUMERO DE DIVISIÓN GEOGRÁFICA			TIPOS DE AGREMIACIÓN	NUMERO DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS				OFERTAS RECREATIVAS				ESCUELAS DE FORMACION		OFERTAS DE ESCUELAS		QUE DEPORTES OFRECEN	ESCENARIOS DEPORTIVOS
PRIMERO INFANCIA (0 A 5)	INFANCIA (6 A 13)	ADOLESCENCIA Y JUVENTUD (14 a 28)	ADULTO MAYOR (60 y mas)	URBANA	SUBURBANO	RURAL		PUBLICA	PRIVADA	URBANA	RURAL	NOMBRE DEL INSTITUTO	PERSONA A CARGO DEL PROGRAMA	CARGO QUE DESEMPEÑA	CONTACTO	PUBLICAS	PRIVADAS	CONJUNTO	INDIVIDUAL		
1729	3608	1925	3721	18285		27428		10	3	10	3	IMRD Tocancipá				23	10	14	19	Ajedrez, Atletismo, Baloncesto, Ciclismo, Deportes Urbanos Futbol, Futsal, Gimnasia artística, Golf Hockey, Karate, Patinaje, Porrismo, Taekwondo, Tenis de Campo, Tenis de mesa, Tiro con arco, Voleibol, Matrogimnasia, Push bike	Coliseo Municipal, CIC, Canchas múltiples descentralizadas

REALIZAR UNA DESCRIPCIÓN DE LA LÍNEA DEL PLAN DE DESARROLLO DEL MUNICIPIO A TRABAJAR EN BASE A LA RECREACIÓN:
Servicio de promoción de la actividad física, la recreación y el deporte
Servicio de apoyo a la actividad física, la recreación y el deporte
Servicio de organización de eventos recreativos comunitarios
Fortalecimiento al desarrollo y posicionamiento del deporte, la recreación y la actividad física, en todas sus formas de practica en el municipio de Tocancipá

INDEPORTES
INS
RECREA

JUNIO del 2023

domingo	lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado
				1	2	3
4	5	6 CLASE ADULTO MAYOR 9:00 A 11:00 AM CENTRO DIA	7	8 CLASE ADULTO MAYOR 9:00 A 11:00 AM CENTRO DIA	9 CLASE GRUPO [illegible] 2:00 A 4:00 PM POLIDEPORTIVO DIA DE LA BICICLETA	10
11	12	13	14 CLASE GRUPO INFANTIL 7:00 A 9:00 AM ESCUELA RURAL	15	16 CLASE GRUPO JUVENIL 4:00 A 6:00 PM POLIDEPORTIVO	17
18	19	20 CLASE GRUPO [illegible] 7:00 A 9:00 AM ESCUELA RURAL	21 CLASE ADULTO MAYOR 9:00 A 11:00 AM CENTRO DIA	22	23 CLASE ADULTO MAYOR 9:00 A 11:00 AM CENTRO CLASE GRUPO JUVENIL 3:00 A 5:00 PM	24
25	26	27 CLASE GRUPO INFANTIL 7:00 A 9:00 AM ESCUELA RURAL	28 CLASE GRUPO INFANTIL 7:00 A 9:00 AM ESCUELA RURAL	29	30 CLASE GRUPO JUVENIL 3:00 A 5:00 PM APOYO EVENTO JUEGOS ANCESTRALES	

CERTIFICO QUE LOS DATOS REGISTRADOS ANTERIORMENTE SON REALES, AUTORIZO AL INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA PARA QUE SEAN UTILIZADOS CUANDO LOS REQUIERA CON EL FIN DE VERIFICAR MI CUMPLIMIENTO, BAJO EL CONTRATO NUMERO: 708 CON OBJECTO CONTRATUAL: PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO FORMADOR EN EL DESARROLLO DE TECNICAS CAMPAMENTILES, RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE DEL FORMADOR: KAREN DANIELA CASTRO INFANTE IDENTIFICADO CON C.C 1003704371 DE TOCANCIPÁ

FIRMA Karen Castro

JULIO del 2023						
domingo	lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado
						1 APOYO EVENTO JUEGOS ANCESTRALES
2	3	4 CLASE ADULTO MAYOR 9:00 A 11:00 AM CENTRO DIA	5 CLASE GRUPO INFANTIL 7:00 A 9:00 am Escuela Rural	6 CLASE ADULTO MAYOR 9:00 A 11:00 AM CENTRO DIA	7 CLASE GRUPO JUVENIL 2:00 A 4:00 PM	8
9	10	11	12 CLASE GRUPO INFANTIL 7:00 A 9:00 AM ESCUELA RURAL	13	13 CLASE GRUPO JUVENIL 4:00 A 6:00 PM POLIDEPORTIVO	15
16	17	18 CLASE GRUPO INFANTIL 7:00 A 9:00 AM ESCUELA RURAL	19 CLASE ADULTO MAYOR 9:00 A 11:00 AM CENTRO DIA	20	21 CLASE ADULTO MAYOR 9:00 A 11:00 AM CENTRO DIA CLASE GRUPO JUVENIL 2:00 A 4:00 PM	22
23	24	25	26 CLASE GRUPO INFANTIL 7:00 A 9:00 AM ESCUELA RURAL	27	28 CLASE GRUPO JUVENIL 2:00 A 4:00 PM	29

CERTIFICO QUE LOS DATOS REGISTRADOS ANTERIORMENTE SON REALES, AUTORIZO AL INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA PARA QUE SEAN UTILIZADOS CUANDO LOS REQUIERA CON EL FIN DE VERIFICAR MI CUMPLIMIENTO, BAJO EL CONTRATO NUMERO: 708 CON OBJECTO CONTRATUAL: PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO FORMADOR EN EL DESARROLLO DE TECNICAS CAMPAMENTILES, RECREACIÓN Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE DEL FORMADOR: KAREN DANIELA CASTRO INFANTE IDENTIFICADO CON C.C 1003704371 DE TOCANCIPÁ

FIRMA Karen Castro