SOPORTES DE EJECUCIÓN INFORME Nº 5 – CONTRATO 708 DE 2023

OBLIGACION 1

Se realizo sesión de clase el día 8 de agosto con el grupo de adulto mayor donde se realizó trabajo de flexibilidad



Se realizo sesión de clase el día 9 de agosto con el grupo de infancia donde se desarrollaron actividades recreativas y se explicó la formación en campamentos



Se realizo sesión de clase el día 10 de agosto con el grupo de juvenil donde se realizaron actividades recreativas y formación en campamentos



Se realizo sesión de clase el día 15 de agosto con el grupo de adulto mayor donde se desarrollaron actividades enfocadas en el desarrollo de la memoria



Se realizo sesión de clase el día 16 de agosto con el grupo de infancia donde se desarrolló el tema de señales en los campamentos



Se realizo sesión de clase de juventud el 17 de agosto donde se desarrollaron actividades recreativas donde se explicaron las señales de los campamentos



Se realizo sesión de clase de infancia el día 22 de agosto donde se desarrollaron actividades recreativas y se explico el tema de tipos de nudos



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



Calle 26 #51-53 Bogotá D.C.
Sede Administrativa - Torre Beneficencia Piso 5.
Código Postal: 111321 _ Teléfono: 749 1205 Exy 1228
/CundinamarcaGob @CundinamarcaGob
www.cundinamarca.gov.co

Se realizo sesión de clase el día 24 de agosto con el grupo juvenil donde se desarrollaron actividades recreativas y la explicación de los tipos de nudos



Se realizo sesión de clase el día 24 de agosto con el grupo de adulto mayor donde se ejecutaron actividades de mantenimiento muscular



Se realizo sesión de clase de infancia el día 30 de agosto donde se desarrollaron actividades recreativas y se explico el tema de clasificación de los nudos



Se realizo sesión de clase con el grupo juvenil el día 31 de agosto donde se desarrollaron actividades recreativas y se explicó el tema de clasificación de los nudos



se realiza apoyo el 01 de agosto en el municipio de Tocancipá en las olimpiadas de adulto mayor



CUNDINAMARCA ¡REGIÓN Que Progresa!

FICHA TECNICA TOCANCIPÁ

FECHA : 9, 16, 22, 30 de AGOSTO 2023
DURACION : 2 Horas
DIRIGIDO A : CAMPAMENTO INFANCIA
MODALIDAD: Presencial

OBJETIVO GENERAL: Desarrollar actividades lúdicas recreativas a los niños del programa y enseñarle 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	• Formación en campamentos • Juego policías y ladrones • Predeportivo de baloncesto	80 min
FINAL	Partido de baloncesto	25 min

ACTIVIDAD 2.	DESARROLLO	DURACION
INICIO	Toma de asistencia , calentamiento	15 min
DESARROLLO	• Señales de campamentos • Juego de coordinación • predeportivos de futsal	80 min
FINAL	Partido de futsal, estiramiento	25 min

ACTIVIDAD 3.	DESARROLLO	DURACION
INICIO	Toma de asistencia, calentamiento	15 min
DESARROLLO	• Tipos de nudos • Juego congelados con diferentes restricciones • Predeportivos de atletismo	80 min
FINAL	Actividad recreativa, estiramiento	25 min

ACTIVIDAD 4.	DESARROLLO	DURACION
INICIO	Toma de asistencia, calentamiento	15 min
DESARROLLO	• Clasificación de los nudos • cadenita • Coordinación viso manual	80 min
FINAL	Actividad recreativa libre	25 min

INDEPORTES
INSTITUTO DEPARTAMENTAL PARA LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE DE CUNDINAMARCA

CUNDINAMARCA ¡REGIÓN Que Progresa!

FICHA TECNICA TOCANCIPÁ

FECHA : 10, 17, 24, 31 de AGOSTO 2023
DURACION : 2 Horas
DIRIGIDO A : CAMPAMENTO JUVENIL
MODALIDAD: Presencial

OBJETIVO GENERAL: Desarrollar actividades lúdicas recreativas a los niños del programa y enseñarle 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	• Formación en campamentos • Juego policías y ladrones • Predeportivo de baloncesto	80 min
FINAL	Partido de baloncesto	25 min

ACTIVIDAD 2.	DESARROLLO	DURACION
INICIO	Toma de asistencia , calentamiento	15 min
DESARROLLO	• Señales de campamentos • Juego de coordinación • predeportivos de futsal	80 min
FINAL	Partido de futsal, estiramiento	25 min

ACTIVIDAD 3.	DESARROLLO	DURACION
INICIO	Toma de asistencia, calentamiento	15 min
DESARROLLO	• Tipos de nudos • Juegos congelados con diferentes restricciones • Predeportivos de atletismo	80 min
FINAL	Actividad recreativa, estiramiento	25 min

ACTIVIDAD 4.	DESARROLLO	DURACION
INICIO	Toma de asistencia, calentamiento	15 min
DESARROLLO	• Clasificación de los nudos • cadenita • Coordinación viso manual	80 min
FINAL	Actividad recreativa libre	25 min

FICHA TECNICA TOCANCIPÁ

FECHA : 8, 15, 23, 24 de AGOSTO 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	• Juego de castores • Ejercicios para mejorar la capacidad cardiovascular • Elercicios de Flexibillidad	80 min
FINAL	Vuelta a la calma y estiramiento	25 min

ACTIVIDAD 2.	DESARROLLO	DURACION
INICIO	Toma de asistencia, calentamiento	15 min
DESARROLLO	• aeróbicos • juego de memoria y desarrollo cognitivo	80 min
FINAL	Vuelta a la calma y estiramiento	25 min

ACTIVIDAD 3.	DESARROLLO	DURACION
INICIO	Toma de asistencia, calentamiento	15 min
DESARROLLO	• Acondicionamiento físico general • Juego emparejados	80 min
FINAL	Vuelta a la calma y estiramiento	25 min

ACTIVIDAD 4.	DESARROLLO	DURACION
INICIO	Toma de asistencia, calentamiento	15 min
DESARROLLO	• Trabajo de desarrollo del campo visual • Actividades de mantenimiento muscular	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 2	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

AGOSTO del 2023

domingo	lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado
		1 APOYO EVENTO OLIMPIADAS DE ADULTO MAYOR EN TOCANCIPÁ	2	3	4	5
6	7	8 CLASE ADULTO MAYOR 9:00 A 11:00 AM CENTRO DIA	9 CLASE GRUPO INFANTIL 7:00 A 9:00 am Escuela Rural	10 CLASE GRUPO JUVENIL 4:00 A 6:00 PM POLIDEPORTIVO	11	12
13	14	15 CLASE ADULTO MAYOR 9:00 A 11:00 AM CENTRO DIA	16 CLASE GRUPO INFANTIL 7:00 A 9:00 AM ESCUELA RURAL	17 CLASE GRUPO JUVENIL 4:00 A 6:00 PM POLIDEPORTIVO	18	19
20	21	22 CLASE GRUPO INFANTIL 7:00 A 9:00 AM ESCUELA RURAL	23 CLASE ADULTO MAYOR 9:00 A 11:00 AM CENTRO DIA	24 CLASE GRUPO JUVENIL 2:00 A 4:00 PM	25	26
27	28	29 CLASE ADULTO MAYOR 9:00 A 11:00 AM CENTRO DIA	30 CLASE GRUPO INFANTIL 7:00 A 9:00 AM ESCUELA RURAL	31 CLASE GRUPO JUVENIL 2:00 A 4:00 PM		

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