Informe de actividades No: 8

Contrato No: 289

Contratista: Juan Manuel López Cuervo

Objeto: *prestación de servicios de un preparador físico para apoyar la preparación física y condicional de los atletas de los deportes priorizados*

Periodo informe: Septiembre

Supervisor: Alejandro Navarro

Obligaciones y actividades del contrato:

Obligación contractual/Ítem/Producto	Descripción Actividad	Evidencias (Indicar la ruta donde quedo almacenada la información contractual. Share Point/ONE DRIVE)
Acompañar el proceso de planificación de la preparación física elaborando planes propios para los deportes con los cuales trabaja de acuerdo con planificación integrada con el entrenador principal del deporte.	1. La planificación realizada fue realizada a través de las indicaciones presentadas por el entrenador principal, teniendo un enfoque principal en las debilidades generales que presenta el equipo.	Drive
Liderar las actividades de preparación física en campo necesarias que evidencien el proceso de desempeño físico de los grupos de deportistas asignados.	1. Se realizan trabajos diarios en la parte de fuerza y resistencia. (enseñanza, desarrollo y aumento de las cargas y ejercicios). 2. Se enseña la buena utilización de los espacios y materiales generados por la liga de baloncesto.	Videos y fotos: Drive

Evidenciar el proceso de monitorización de los grupos asignados a través de la elaboración, actualización y desarrollo de cuadros en POWER BI integrando las dependencias que hacen parte del proceso de preparación.	1. Se mantiene un constante monitoreo de la información que brindan los jugadores a través de los cuestionarios. 2. Se planean las cargas de trabajo a través de la información dada por POWER BI, teniendo al tanto al entrenador principal. 3. Se cuenta con un registro diario del estado de salud de nuestros deportistas, lo que permite tomar decisiones con el grupo multidisciplinario.	Google Cuestionario y POWER BI
Acompañar el diseño y ejecución de los planes de ejercicio orientados a la rehabilitación de deportistas (Fase 3-4) en colaboración estrecha con el Médico y el Fisioterapeuta encargado cuando sea del caso.	1. Se mantiene un constante acompañamiento de los médicos y fisioterapeutas permiten crear y generar planes para realizar los procesos de readaptación. 2. Se generan planes individuales de readaptación deportiva, que buscan el retorno deportivo en el mejor estado de forma posible.	Videos, fotos, y planes: Drive
Acompañar el desarrollo de la aplicación de test físicos y técnicos para medir el desarrollo de los componentes condicionales de los atletas y para atletas de las selecciones Antioquia.	1. Realización de Test en los grupos de voleibol Masculino, Antropometría y saltos	Excel + Drive
Mantener actualizada la información del desempeño físico y de seguimiento al equipo metodológico de la Subgerencia de Altos Logros sobre el desempeño de los grupos asignados.	Actualización constante de la información con: 1. Capacitaciones en diferentes plataformas. 2. Lectura constate de artículos científicos actualizados. 3. Estudio de una carrera adicional, para la mejora del RECORY en deportistas. 4. Aprendizaje de los compañeros (preparadores físicos) del medio, generando procesos de retroalimentación, aprendizaje y enseñanza.	No Aplica

Atender de manera oportuna, las observaciones y/o recomendaciones escritas que le haga Indeportes Antioquia, relacionadas con los procesos llevados a cabo.	1. Siempre estoy abierto a las observaciones y recomendaciones en pro de una mejora constante como profesional. 2. Mantengo un cuestionamiento constante de mis actividades, pidiendo una retroalimentación de las actividades realizadas. 3. Realización de autoevaluaciones con los entrenadores en busca de los aspectos que se deben corregir y mejorar.	No aplica
Comunicar de manera oportuna, al supervisor designado por Indeportes Antioquia las circunstancias que surjan en el desarrollo del contrato y que puedan afectar el objeto, la calidad del servicio o el correcto cumplimiento de las obligaciones, cualquiera sea la causa u origen y sugerir las posibles soluciones.	1. Siempre se comunica de manera oportuna cualquier circunstancia que suceda en cualquier momento para generar posibles soluciones. 2. Además, se realiza informes que permitan valorar la calidad del servicio y el cumplimiento correcto de las obligaciones. 3.	No aplica
Acompañar la realización de actividades en campo con el grupo interdisciplinario (actividades en equipo para potenciar el entrenamiento de los atletas y para atletas)	Se a acompañado todo tipo de actividades con los grupos interdisciplinarios (en baloncesto y otros deportes) lo que me permite: 1. Aumentar mis conocimientos. 2. Mejorar mi relación con compañeros de trabajo. 3. Se realizaron actividades de integración con los deportistas. 4. Se realizaron capacitaciones de diferentes áreas (nutrición y psicología). 5. Se ayudó en las valoraciones de diferentes deportes (atletismo, vóleibol, balonmano)	Videos y fotos: DRIVE
Presentar mensualmente y durante la ejecución del contrato, la planilla integrada del pago de aportes al Sistema Integral de Seguridad Social y aportes a la Administradora de Riesgos Laborales.	Se presentó en este mes: 1. La planilla integrada del pago. 2. Se presentan los respectivos recibos. 3. Además del pago de pensión. 4. Se enviaron además (informe de actividades y planilla de asistencia)	Vía correo electrónico

Hacer uso adecuado de la imagen institucional y portar el uniforme en las competencias preparatorias y fundamentales en las cuales participen los deportistas del departamento.	1. Siempre se hace uso adecuando de la imagen de la institución, llevando los uniformes y comportándome de la manera adecuada en cada una de las competencias y entrenamientos de los equipos. 2. Al igual que cuidando los espacios que pertenecen a la institución.	No aplica
Cumplir con el objeto contractual en debida forma, siguiendo los lineamientos dictados por el Sistema de Gestión de Calidad de la Entidad, cumpliendo con la política de calidad, la misión y visión del Instituto.	Se cumple con el objeto contractual, siguiendo los alineamientos dictados por el SGCE cumpliendo con todas sus políticas. 1. Se conoce la misión y visión de la institución y se está trabajando para cumplir estas metas.	No aplica
Acatar y cumplir el Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo adoptado por Indeportes Antioquia a fin de proteger la vida, seguridad y salud de la contratista.	Se cumple con todas las indicaciones necesarias sugerida por el sistema de salud con el finde proteger mi vida, seguridad y salud. 1. Pago de la EPS. 2. Utilización de los elementos necesarios para realizar las actividades. 3. Se cumplió con las pólizas necesarias para los viajes laborales.	No aplica
Acatar las disposiciones contenidas en el manual de contratación de la Entidad, el cual puede ser consultado por la contratista en el portal web de INDEPORTES ANTIOQUIA.	1. Acato toda la información del manual de contratación de la entidad. 2. Se consultó a través de la página web toda la información necesaria. 3. Estoy atento a la información dada por los jefes de área con relación a los estados de contratación.	No aplica
Comunicar de manera oportuna, al supervisor designado por Indeportes Antioquia las circunstancias que surjan en el desarrollo del contrato y que puedan afectar el objeto, la calidad del servicio o el correcto cumplimiento de las obligaciones, cualquiera sea la causa u origen y sugerir las posibles soluciones.	Se comunica siempre de manera oportuna todas aquellas circunstancias que puedan surgir para un buen desarrollo del contrato. 1. Se apoya del personal administrativo para el cumplimiento oportuno de la documentación. 2. Se ha obtenido soluciones oportunas a dudas generadas en los procesos de contratación.	Comunicación a través de Correo Electrónico

Velar por el cumplimiento de los objetivos propuestos con calidad, eficacia y efectividad durante el tiempo propuesto, asumiendo las responsabilidades propias y buen desempeño del objeto del contrato, contribuyendo a que la gestión de la entidad contratante sea aún más eficaz.	Se veló por el cumplimiento de los objetivos propuestos, con responsabilidad y buen desempeño del contrato. 1. Presentando los planes de entrenamiento. 2. Evidencias fotográficas y videográficas. 3. Constante informe de la monitorización. 4. Control de asistencia. 5. Realizando las actividades propias de los planes de entrenamiento.	No aplica
Apoyar la realización de las actividades propias de la Subgerencia de Deporte Asociado y Altos Logros.	Se apoyaron todas las actividades propuestas por subgerencia y altos logros. 1. Reuniones. 2. Actividades. 3. Información virtual. 4. Entrega de materiales.	No aplica
Actualizar la hoja de vida en el portal del SIGEP del Departamento Administrativo de la Función Pública	La hoja de vida esta actualizada con la información requerida para ser presentada.	SIGEP II
Las demás obligaciones que sean necesarias para cumplir cabalmente con el objeto del presente contrato	Siempre estoy dispuesto a contribuir con todo tipo de tareas (ayudar o realizar) para cumplir con el objeto de contrato. 1. Conferencias. 2. Viajes. 3. Procesos de enseñanza. 4. Creación y exposición de investigaciones.	No aplica

Cordialmente,

FIRMA Juan Manuel López C.

NOMBRE: Juan Manuel López Cuervo