COLOMBIA POTENCIA DE LA VIDA

ADRES Salud

ADMINISTRADORA DE LOS RECURSOS DEL SISTEMA GENERAL DE SEGURIDAD SOCIAL EN SALUD - ADRES

Información de afiliación en la Base de Datos Única de Afiliados – BDUA en el Sistema General de Seguridad Social en Salud

Resultados de la consulta

Información Básica del Afiliado :

COLUMNAS	DATOS
TIPO DE IDENTIFICACIÓN	CC
NÚMERO DE IDENTIFICACION	1070621390
NOMBRES	CAMILA ANDREA
APELLIDOS	SUAREZ CARDENAS
FECHA DE NACIMIENTO	**/**/**
DEPARTAMENTO	CUNDINAMARCA
MUNICIPIO	GIRARDOT

Datos de afiliación :

ESTADO	ENTIDAD	REGIMEN	FECHA DE AFILIACIÓN EFECTIVA	FECHA DE FINALIZACIÓN DE AFILIACIÓN	TIPO DE AFILIADO
ACTIVO	EPS FAMISANAR S.A.S. -CM	SUBSIDIADO	01/08/2013	31/12/2999	CABEZA DE FAMILIA

Fecha de Impresión:	12/11/2023 18:18:17	**Estación de origen:**	2605:fe80:2100:a105:1::1

La información registrada en esta página es reflejo de lo reportado por las entidades del Régimen Subsidiado y el Régimen Contributivo, en cumplimiento de la Resolución 1133 de 2021 del Ministerio de Salud y Protección Social y las Resoluciones 2153 de 2021 y 762 de 2023 de la ADRES, normativa por la cual se adopta el anexo técnico, los lineamientos y especificaciones técnicas y operativas para el reporte y actualización de las bases de datos de afiliación que opera la Administradora de los Recursos del Sistema General de Seguridad Social en Salud - ADRES".

Respecto a las fechas de afiliación contenidas en esta consulta, se aclara que la **Fecha de Afiliación Efectiva** hace referencia a la fecha en la cual inicia la afiliación para el usuario, la cual fue reportada por la EPS o EOC, sin importar que haya estado en el Régimen Contributivo o en el Régimen Subsidiado en dicha entidad. Ahora bien, la **Fecha de Finalización de Afiliación**, establece el término de la afiliación a la entidad de acuerdo con la fecha de la novedad que haya presentado la EPS o EOC. A su vez se aclara que la fecha de 31/12/2999 determina que el afiliado se encuentra vinculado con la entidad que genera la consulta.

PAGOSIMPLE | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creación reporte: 2023-12-06, 11:08:12 AM **Tipo Planilla:** I: PLANILLA INDEPENDIENTES **Numéro Planilla:** 1059120505

Periodo Cotización: octubre de 2023 **Periodo Servicio:** octubre de 2023 **Referencia pago (PIN):** 8810104644

PAGADO 06/12/2023

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	CAMILA ANDREA SUAREZ CARDENAS		
Documento	CC1070621390	**Dirección**	CARRERA 22 N 12-18
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	**Teléfono**	3118700397
Tipo Persona	NATURAL	**Forma Presentación**	ÚNICO
Ciudad	GIRARDOT	**Departamento**	CUNDINAMARCA
Representante Legal		**Identificación**	
Total Afiliados	1	**ARP**	POSITIVA DE SEGUROS

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado				Novedades																				Pensiones			Salud			Riesgos			Cajas			Parafiscales				Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante	ING	RET	RET P	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días AFP	Días EPS	Días ARP	Días CCF	Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte SENA	Aporte ICBF	ESAP	Aporte Ministerio	Total
CC 1070621390	CAMILA ANDREA SUAREZ CARDENAS	59	00																	0	30	30	30	0	(230301) PORVENIR	$ 1.160.000	$ 185.600	(EPS017) FAMISANAR EPS	$ 1.160.000	$ 145.000	0.522	$ 1.160.000	$ 6.100	(NIN-CC) NINGUNA CCF	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 336.700

III.TOTALES

IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	(Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor) EPS	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 1.160.000	$ 1.160.000	$ 1.160.000	$ 0	$ 185.600	$ 145.000	$ 6.100	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 336.700	$ 4.400	$ 341.100

Líneas de Servicio FonoSIMPLE: Bogotá 601 4446634 - Cali: 602 5540577 - Medellín: 604 5146669 - Bucaramanga: 607 6438000 - Cartagena: 605 6945444 - Pereira: 606 3402582 - Barranquilla: 605 3618850 - Resto del País: 018000 971 971 - ¡Más que Fácil, SIMPLE!

¡El Poder de lo SIMPLE!

Antes de imprimir, asegúrese que sea realmente necesario. Proteger el medio ambiente está en nuestras manos.

Powered by CamScanner

Puntored no te cobra por esta transacción Puntored Corresponsal Bancario Scotiabank Colpatria

TRANSACCIÓN EXITOSA

Fecha	06/12/2023
Hora	10:46:01
Terminal	369837
Convenio	PILA PLANILLA ASISTIDA SIMPL E
Cod. Convenio	0408
Referencia	8810104644
Valor	$341,100
Transacción	000781417190
Usuario	ANGELICA PATRI CIA OLAYA MORE NO

Línea de atención personalizada en Bogotá:
3487881 Resto del País: 01 8000 960 505

Aquí también puede pagar su tarjeta de
credito y creditos de consumo del Banco
Scotiabank Colpatria

BANCO SCOTIABANK COLPATRIA VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA

Powered by CamScanner

	ALCALDIA MUNICIPAL DE GIRARDOT INFORME DE SUPERVISIÓN	Código	GFR06
		Version	1
		Año	2022
		Copia Controlada	

INFORMACIÓN CONTRACTUAL

Nombre del (la) Contratista	Camila Andrea Suarez Cardenas				
Tipo de Contrato	CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS				
Contrato N°	1296	DE	2023	OBJETO	"CONTRATAR LA PRESENTACION DE SERVICIOS DE APOYO Y LA GESTION PARA EL DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES EN JORNADAS DE COMPLEMENTARIAS EN EL AREA DE FUTBOL FEMENINO DEL MUNICIPIO DE GIRARDOT CUNDINAMARCA"
Documento de Identidad	C.C.	N°	1.070.621.390		
Nombre de Supervisor(a) o Interventor(a)	GLORIA STEFANI MARTINEZ CAPERA				
Cargo Supervisor(a) o Interventor(a)	secretaria de desarrollo economico socia				

INFORMACIÓN FINANCIERA

Numero cuenta del (a) Contratista	3214537424	Entidad	NEQUI	Tipo cuenta	CUENTA DE AHORROS
Fecha de inicio (Según Acta)	19-sep.-2023	Plazo de Ejecución	3	meses, y	dias
Fecha de terminación (Incluye prórrogas)	18-dic.-2023				

Valor inicial del contrato	**6.000.000**
Adicion 1	
Adición 2	
Adición 3	
Reducción	
Valor total del contrato	**6.000.000**

Prórrogas	**Días**
Prórroga 1	
Prórroga 2	
Prórroga 3	
Prórroga 4	

INFORMACIÓN PRESUPUESTAL

No. Certificado Disponibilidad Presupuestal	No. Registro Presupuestal	Fecha Registro Presupuestal	Código Rubro Presupuestal	Valor a pagar por Rubro Presupuestal en el presente pago
DIS-2023002299	RP-22023002521	19-sep -22	2.3.4502.10000.45022024 00	2.000.000

INFORMACIÓN DE APORTES A SEGURIDAD SOCIAL

Salud 12,5%	1.160.000	EPS	SALUD TOTAL	Número de planilla	88101046 44
Pension 16%	185.600	Fondo Pensiones	PROTECCION	Número de planilla	88101046 44
Riesgos Laborales	6.100	ARL	POSITIVA	Número de planilla	88101046 44
FSP ***		Fondo pensiones		Número de planilla	88101046 44

***Nota: El pago del Fondo de Solidaridad Pensional - FSP, aplica únicamente cuando la base de cotizacion es mayor a 4 SMMLV.

INFORMACIÓN PARA LA LIQUIDACIÓN DEL PAGO

No. PAGO	PERÍODO DE PAGO		PORCENTAJE DE EJECUCIÓN	VALOR PAGADO	VALOR A PAGAR SIN IVA	IVA	VALOR TOTAL A PAGAR	SALDO POR PAGAR
	DESDE	HASTA						
2	19-oct.-23	18-nov.-23	70,00%	2.000.000	2.000.000		2.000.000	2.000.000

OBSERVACIONES:

CERTIFICACIÓN

El / la suscrito (a) supervisor (a) / interventor (a) certifica:

Que, Camila Andrea Suarez Cardenas, identificado(a) con C.C. N° 1.070.621.390 cumplió a satisfacción con el objeto del (la) CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS N° 1296 de 2023, de acuerdo con el informe presentado.

Que se verificaron los pagos efectuados por el (la) contratista al Sistema General de Seguridad Social y/o aportes parafiscales, correspondiente al presente periodo de pago, los cuales se efectuaron de acuerdo con lo establecido en la Ley 789/2002 y Decreto 1703/2002, y demás Decretos Reglamentarios.

Que, con base en lo anterior se avala el pago por un valor de: **$ 2.000.000** incluido IVA.

Fecha de expedición: 7 (Día) DICIEMBRE (Mes) 2023 (Año)

FIRMA SUPERVISOR(A) / INTERVENTOR(A)

ALCALDIA MUNICIPAL DE GIRARDOT
Modelo informe de actividades

Girardot, diciembre,18, de 2023.

Doctora:
Gloria Stefani Martínez Capera
Supervisor
Ciudad

Asunto: Informe de actividades contrato de prestación de Servicios **No. 1296, de 2023**

OBJETO:

OBJETO: "CONTRATAR LA PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN PARA EL DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES EN LA JORNADA COMPLEMENTARIA EN EL ÁREA DE FUTBOL FEMENINO DEL MUNICIPIO DE GIRARDOT – CUNDINAMARCA

PERIODO DEL INFORME	**19 OCTUBRE AL 18 NOVIEMBRE de 2023.**

Se realizaron las siguientes actividades:

OBLIGACIONES	ACTIVIDADES DESARROLLADAS
Presentar un plan de acción según la orientación brindada en el desarrollo del área de actividad física en el municipio de Girardot Cundinamarca.	**Se entrego el plan de acción para la revisión, corrección y ejecución del mismo.**
Apoyar en la recolección de la documentación reglamentada por la dirección de deportes para la actualización de la escuela de formación.	**Se realizo entrega en formato físico de las fichas técnicas de inscripción para el periodo actual de contrato.**
Realizar actividades propias de su escuela de formación deportiva en la estrategia deporvia del municipio de Girardot.	**Se realizó acompañamiento con la escuela de formación a la deporvia a tu barrio, en el periodo actual de contrato, según objeto de contrato.**
Realizar plan de trabajo semanal, según formato establecido para tal fin y entregarla al supervisor del contrato y según tiempos establecidos	**De acuerdo al plan de acción entregado el periodo actual de contrato se suministra la información requerida para esta obligación.**

ALCALDIA MUNICIPAL DE GIRARDOT
Modelo informe de actividades

OBLIGACIONES	ACTIVIDADES DESARROLLADAS
Elaborar un informe mensual de las actividades realizadas en cada periodo correspondiente que cuenta de los procesos de los NNA además de la población general atendida. Este informe se entregará en medio físico y magnético, contando con un registro fotográfico, como evidencia de las actividades desarrolladas	Se elabora informe de actividades desarrolladas durante el periodo actual de contrato, se entrega en físico y digital.
Diligenciar y mantener semanalmente actualizada la base de datos de la población atendida y su rango poblacional del municipio de Girardot	Se entrega listado de asistencia de la escuela de FUTBOL FEMENINO para la actualización de la base de datos por parte del personal encargado de apoyo a esta gestión.
Llevar un registro diario de asistencia de los estudiantes de acuerdo al formato suministrado por la dirección deportes.	Se entrega listado de asistencia de escuela de FUTBOL FEMENINO
Apoyar a la dirección de deportes en la organización y ejecución de los eventos deportivos organizados por la misma.	En el periodo actual de contrato se realizó acompañamiento eventos deportivos de la secretaria de deportes
Realizar acompañamiento en las diferentes sedes educativas del municipio de Girardot en las jornadas complementarias escolar a través de evidencia fotográfica y registro de asistencia	En este mes se realizó acompañamiento al Colegio nacional
Realizar en el acompañamiento orientación, de la disciplina FUTBOL FEMENINO a la población vulnerable del municipio de Girardot con el fin de garantiza la inclusión social	En el periodo actual de contrato se realizó cobertura en zona urbana, se programa visitas a la zona rural según disposición de la supervisora de contrato.
Realizar capacitación y actualización de conocimiento bajo el cumplimiento de la ley 2210 de 2022 con el fin garantiza oportunamente la orientación e implementación de la escuela de formación de actividad física en el municipio de Girardot.	En este periodo no se realizó capacitación

ALCALDIA MUNICIPAL DE GIRARDOT
Modelo informe de actividades

OBLIGACIONES	ACTIVIDADES DESARROLLADAS
Las demás que por la naturaleza del contrato sean asignadas por el supervisor	En el periodo actual de contrato la supervisora del contrato asigno acompañamiento a las actividades propias de la dirección de deportes.

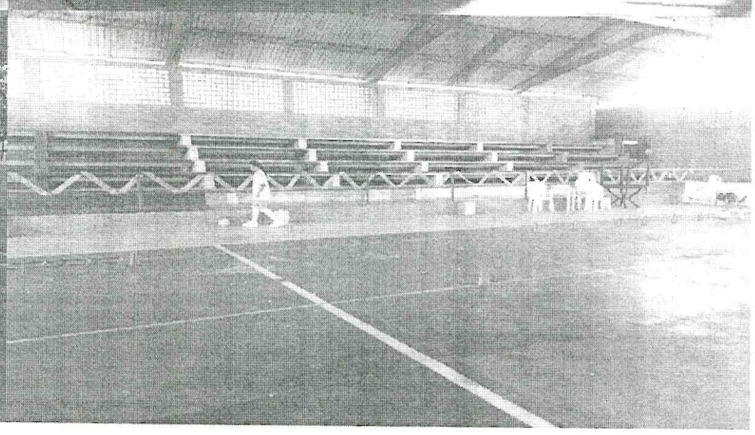
Cordialmente.

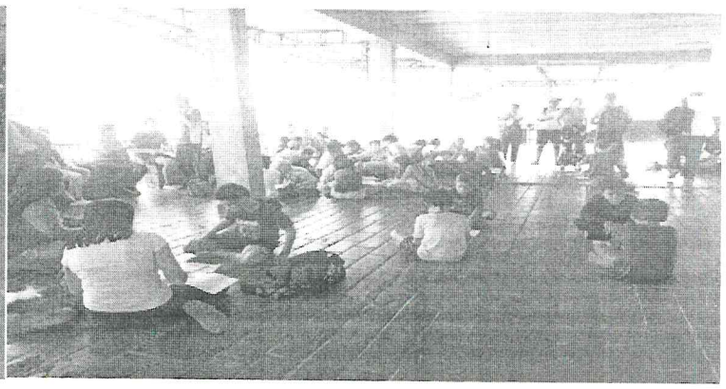
Gloria Stefani Martínez Capera.
SUPERVISOR

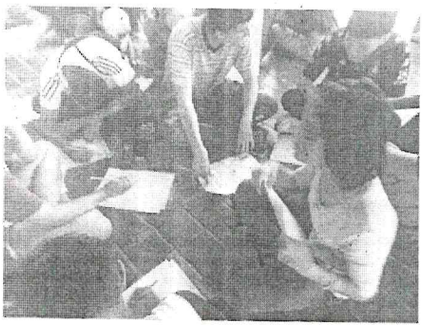
Camila andrea suarez cardenas
CAMILA ANDREA SUAREZ CARDENAS
C.C 1070621390 DE GIRARDOT
Contratista

En mi calidad de supervisor, avalo el contenido del presente informe.




tigo






DIRECCION DE DEPORTES
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA

PROGRAMA DE FORMACION DEPORTIVA
CONTROL ASISTENCIA ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVA
INSTRUCTOR(A): CAMILA SUAREZ **MODALIDAD:** FUT SALA
HORARIO DE ENTRENAMIENTO: De 2:30 PM a 4:30 PM **MES:** SEPTIEMBRE

N°	SEMANA 1 DIA	CANTIDAD DEPORTISTAS	NOMBRE QUIEN CERTIFICA	FUNCION O CARGO	FIRMA
1	Lunes		Camilo Londoño		
2	Martes		Camilo Londoño		
3	Miércoles		Camilo Londoño		
4	Jueves		Camilo Londoño		
5	Viernes		Camilo Londoño		

N°	SEMANA 2 DIA	CANTIDAD DEPORTISTAS	NOMBRE QUIEN CERTIFICA	FUNCION O CARGO	FIRMA
1	Lunes		Camilo Londoño		
2	Martes		Camilo Londoño		
3	Miércoles		Camilo Londoño		
4	Jueves		Camilo Londoño		
5	Vienres		Camilo Londoño		

N°	SEMANA 3 DIA	CANTIDAD DEPORTISTAS	NOMBRE QUIEN CERTIFICA	FUNCION O CARGO	FIRMA
1	Lunes		Camilo Londoño		
2	Martes		Camilo Londoño		
3	Miércoles		Camilo Londoño		
4	Jueves		Camilo Londoño		
5	Viernes		Camilo Londoño		

Carrera 11 No 17 - Esquina, Girardot - Cund
Horario de atención:
Lunes a viernes de 8:00 a m a 12:00 m
y de 2:00 p m a 6:30 p m
atencion@girardot-cundinamarca.gov.co
Código Postal: 252432
www.girardot-cundinamarca.gov.co

Colombia – Cundinamarca
Alcaldía Municipal de Girardot

ALCALDIA MUNICIPAL DE GIRARDOT

DIRECCIÓN DE DEPORTES

DIRECCION DE DEPORTES
ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVAS

PLAN SESIONES ACTIVIDAD DE FUTBOL FEMENINO 2023

MODALIDAD DEPORTIVA: FUTBOL FEMENINO		**MES: septiembre**		**VALOR DEL MES: $2.000.000.000 AÑO 2023**	
S E M A N A 4					
DIAS	**LUNES 1**	**MARTES 2**	**MIERCOLES 3**	**JUEVES 4**	**VIERNES 5**
TEMA	Test de valoración de precisión	pase y la reacción	la precisión mediante pases largos, cortos y en movimiento	pases a un toque, rapidez y precisión en los pases	movilidad sin balón, desmarques, control de balón en movimiento, conducción y pase.
OBJETIVO	evaluar los deportistas y ver las capacidades de cada uno de ellos para este deporte.	mejorar pase y la reacción	tratar de mejorar la precisión mediante pases largos, cortos y en movimiento.	Mejorar los pases a un toque, rapidez y precisión en los pases	mejorar la circulación rápida del balón, movilidad sin balón, desmarques, control de balón en movimiento, conducción y pase.
ACTIVIDADES	En la mitad del campo de futsal se ubicará deportista, pisando el balón en lateral con l planta del pie derecho lo llevará a una distancia de 1mtr y tratará de golpear cualquiera de los 3 postes del arco ira por e balón lanzado, se ubicará de nuevo en la línea de centro y hará lo mismo con el pie izquierdo esto se raperita durante 1 minuto Después con la misma temática, pero solo tratar de pegarle al ´poste de arriba de la portería.	los jugadores empiezan el ejercicio desd el fondo de la cancha conduciendo el bal hasta el cono situado delante de ellos, er medio del campo tocan el cono con la ma y vuelven a la salida, pisan la línea de fondo y vuelven de nuevo al cono y así sucesivamente. Al minuto de trabajo, se dará la señal para intercambiar balones c el compañero que está en la línea de pas y continua el mismo trabajo hasta llegar a nuevo minuto, para volver a inter cambia balones. En cada minuto de cambio se harán variantes con la conducción de bal	por parejas se sitúan un jugador fren del otro, y se pasan el balón rastrero en medio de dos conos que estarán medio de ellos, el compañero al reci el pase con planta de pie y lo mismo hará el otro, se intercambiará de pie y se irá aumentando la distancia, en cada repetición se aumentará la distancia. **4 repeticiones de 5minutos**	Se coloca una cuerda o cinta que divida las parejas de jugadores, unos enfrente de los otros. Un jugador realiza un pase por debajo de la misma y el otro la devuelve por encima en que recibe controla balón y así sucesivamente hasta completar el tiempo propuesto **4 repeticiones de 10 minutos**	3 contra tres más los dos porteros y un comod jugaran un partido con el comodín. . El equipo en posesión puede usar el comodí como un jugador más. . El equipo en posesión puede atacar a cualqu portería cuando consiga hacer en cada mitad cancha 5 pases consecutivos sin que la toque equipo defensor. . No podrá pasar de una mitad de cancha a ot sin haber conseguido los 5 pases. . Cuando consiga el total de 10 pases (5+5) puede elegir la dirección del ataque y ya no podrá utilizar el comodín, si no finaliza rápidamente se genera una situación de 3x3o
MATERIALES	balones, pito, cronometro	conos, balón, silbato y cronometro.	conos, balón, silbato y cronometro.	conos, balón, silbato y cronometro	balón y petos.

Instructor de Deportes Responsable

Coordinador Escuelas Formación Deportivas

Colombia – Cundinamarca
Alcaldía Municipal de Girardot

DIRECCIÓN DE DEPORTES

ALCALDIA MUNICIPAL DE GIRARDOT

DIRECCION DE DEPORTES ESCUELAS DE FORMACION DEPORTIVAS

PLAN SESIONES ACTIVIDAD DE FUTBOL FEMENINO 2023

MODALIDAD DEPORTIVA: FUTBOL FEMENINO	**MES: septiembre**			**VALOR DEL MES: 2.000.000.000**	
	S E M A N A 5				
DIAS	**LUNES** 6	**MARTES** 7	**MIERCOLES** 8	**JUEVES** 9	**VIERNES** 10
TEMA	los fundamentos básicos ofensivos y defensivos	coordinación y reacción	velocidad, reacción al sonido.	fuerza, velocidad.	velocidad de reacción del deportista
OBJETIVO	Mejorar los fundamentos básicos ofensivos y defensivos para la progresión en el juego, para la recuperación del balón	Trabajar coordinación y reacción de respuesta.	trabajar velocidad, reacción al sonido.	mejorar fuerza, velocidad.	trabajar la velocidad de reacción del deportista.
ACTIVIDADES	Juego real 4x4 + Portero, a un toque. Pero tengo dos toques si el balón viene del rival, si viene del propio compañero después de haber sido jugado a un toque, o para finalizar, El jugador está obligando a percibir antes de recibir el balón, teniendo el cuerpo orientado para dominar el campo visual y poder pasar a un toque si es necesario. Cuando el balón le está llegando, el jugador debe haber pensado qué hacer y tiene que tomar la mejor decisión a la mayor rapidez posible	Delimitar un rectángulo de unos 15 x 12 metros y disponer a los jugadores (2 o 3) en las esquinas, con los balones colocados co en el dibujo. La pelota debe circular por el exterior del rectángulo, a dos toques (por ejemplo, en el sentido de las agujas del relo Quien envía el balón sigue la dirección del pase y se queda parado por detrás del compañero al que ha pasado el balón. El receptor del balón deberá tratar de orientarl hacia la dirección en la que debe efectuar e NOUVEAU pase sucesivo. **4 series de 10 minutos**	Los jugadores, cada uno con un balón, debe conducir la pelota por las líneas del perímet del campo. A la señal del entrenador deben dirigirse al interior del campo conduciendo e esférico libremente con cambios de direcció ritmo. A la siguiente señal, volverán a condu el balón por el perímetro del campo.	Smith: 8 series de 10 repeticiones, 2minutos de descanso Predicador: 8 series de 10 repeticiones, 2 minutos de descans Abdominales: 10 series de 20 repeticiones, 2 minutos de descans Pectoral fly: 8 series de 10 repeticiones, 2 minutos de descans Leg extenson: 8 series de 10 repeticiones, 2 minutos de descans	Dos equipos se enfrentan en el interior del terreno de juego, en el que hay varias porterías (delimitadas con conos). La cantic de porterías debe ser superior al número de miembros de un equipo. Un equipo se anot un gol cuando uno de sus jugadores atravie una portería conduciendo el balón. **4 series de 10 minutos** El portero patea el balón hacia el centro de campo a dos jugadores que salen corriendo la vez desde los palos de la portería. El que apodere primero del balón ataca, mientras el segundo defiende. El atacante debe trata de regatear al defensa y rematar a puerta. **4 series de 10 minutos**
MATERIALES	balones y petos	balón y petos.	balón,petos		

Instructor de Deportes Responsable

Coordinador Escuelas Formación Deportivas

Colombia – Cundinamarca
Alcaldía Municipal de Girardot

ALCALDIA MUNICIPAL DE GIRARDOT

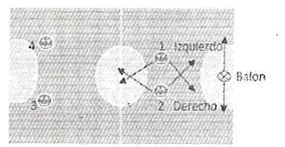
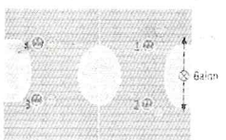
DIRECCIÓN DEPORTES

Escuelas Formación Deportivas

PLAN SESIONES ACTIVIDAD DE FUTBOL FEMENINO 2023

MODALIDAD DEPORTIVA: FUTBOL FEMENINO	MES: OCTUBRE	VALOR DEL MES: $2.000.0000.000 AÑO: 2023

S E M . A N A 1

DIAS	LUNES 11	MARTES 12	MIERCOLES 13	JUEVES 14	VIERNES 15
TEMA	Partido amistoso	Trabajo en equipo	el pase, recepción y pegue al arco	Marcación al deportista	Marcación al deportista
OBJETIVO	evaluar el proceso con los deportistas	mejorar trabajo en equipo.	mejorar el pase, recepción y pegue al arco.	trabajar marcación.	trabajar marcación
ESTRUCTURA DE LA SESION	Partido amistoso	En una mitad del campo, 3 parejas de jugadores más los porteros se enfrentan e un partido en situación de 1 contra 1. Cad pareja tiene un balón a su disposición. **4 series de 10 minutos** En los lados de un rectángulo de unos 12 14 metros, cuatro jugadores se pasan el balón a dos toques. En el interior del rectángulo se posicionan un defensor y u atacante. El atacante deberá desmarcars con un cambio de dirección y recibir el ba de uno de los cuatro compañeros situado en los lados del rectángulo y, a continuac devolverles el balón. **4 series de 10 minutos**	Por parejas, uno con balón, pasa a otro q está de espaldas a un cono, éste vuelve a pasar, el primero repite la acción y se desplaza en diagonal hacia segundo palo jugador que posee el balón controla con l pierna derecha y gira hacia su izquierda conduciendo el balón con la derecha, cambia a la izquierda para superar el segundo cono, conduce hasta el fondo y pasa atrás para que el jugador que inicia todo el ejercicio le pegue a portería. **4 series de 10 minutos.**	Marcación 2-2  Se ubicarán los deportistas en el campo de juego como muestra la gráfica. Si el portero saca al lado derecho el 2 ira a cerrarle la salida y el jugador 1 le hará diagonal al jugador 2 para evitar que el contrario filtre un balón en diagonal, y si el portero sale del otro lado se hace la misma marcación, los jugadores de atrás el 3 y 4 marcaran los jugadores que lleguen a la zona de ellos	Marcación personal uno con uno sin solta jugador, esta marcación requiere que los jugadores estén en buen estado físico, pa donde valla el jugador contrario tiene que estar le marca. Se puede variar también e zona, de cada jugador si la marca del jugador u1 dejara que se valla y marcara que llegue a la zona de él y así se harán las marcar de los demás. 
MATERIALES	Balón y petos		conos, balón		

Instructor de Deportes Responsable

Coordinador Escuelas Formación Deportivas

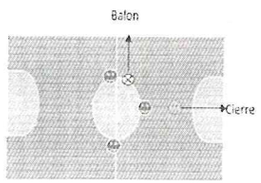
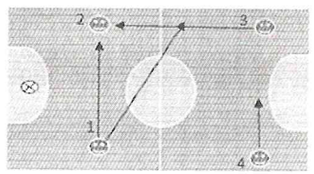
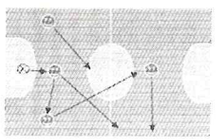
Colombia – Cundinamarca
Alcaldía Municipal de Girardot

ALCALDIA MUNICIPAL DE GIRARDOT

DIRECCIÓN DE DEPORTES

Escuelas Formación Deportivas

PLAN SESIONES ACTIVIDAD DE FUTBOL FEMENINO 2023

MODALIDAD DEPORTIVA: FUTBOL FEMENINO	MES: OCTUBRE	VALOR DEL MES: $2.000.000.000 AÑO:2023			
S E M A N A #2					
DIAS	**LUNES 16**	**MARTES 17**	**MIERCOLES 18**	**JUEVES 19**	**VIERNES 20**
TEMA	ataque y defensa	Fuerza y velocidad	Salida en equipo	Salida en equipo	Partido amistoso
OBJETIVO	mejorar el ataque y defensa de los deportistas.	mejorar fuerza, velocidad	trabajar salida en equipo.	mejorar salida en equipo.	analizar el progreso de las sesiones en los deportistas y mirar la mejora en el aspecto técnico.
ESTRUCTURA DE LA SESION	trabajo de 1 contra 1 después 1 contr y se irán sumando más defensores y atacantes, trabajaremos defensa ataque. Variantes pueden haber más defendiendo y menos atacando. 	Smith: 10 series de 15 repeticiones, 2minutos de descanso Predicador: 10 series de 15 repeticiones, 2 minutos de descanso. Abdominales: 10 series de 20 repeticiones, 2 minutos de descanso. Pectoral fly: 10 series de 10 repeticiones, 2 minutos de descanso Leg extensión: 10 series de 10 repeticiones, 2 minutos de descanso	Salidas de 2-2 el portero juego con el jugador 1 el da pase al jugador 2 el 1 sale en diagona el jugador 3 llega a la posición del 1 y 4 se desmarcará para recibir el pase cual quiera de sus compañeros 	salida del 3-1 se ubicaran 3 jugadores en la salina y pivot en la zona contraria, el portero dara el balon al jugador 1 el le hara el pase a cual quiera de los laterales se el 2 0 3 le ara la linea el jugados que resive el pase sea el 2 o 3 que dara d cierre y el otro acompañara la jugada pivot le hara linea al jugador 1 y el jugador que acompaño la jugara llega a rematar. 	Partido amistoso
MATERIALES	balones petos	ninguno	balón y petos	Balones y petos	ninguno

Instructor de Deportes Responsable

Coordinador Escuelas Formación Deportiva

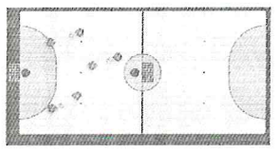
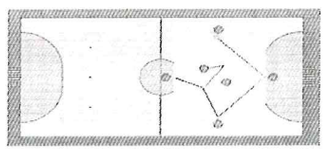
Colombia – Cundinamarca
Alcaldía Municipal de Girardot

ALCALDIA MUNICIPAL DE GIRARDOT

DIRECCIÓN DE DEPORTES

Escuelas Formación Deportivas

PLAN SESIONES ACTIVIDAD DE FUTBOL FEMENINO 2023

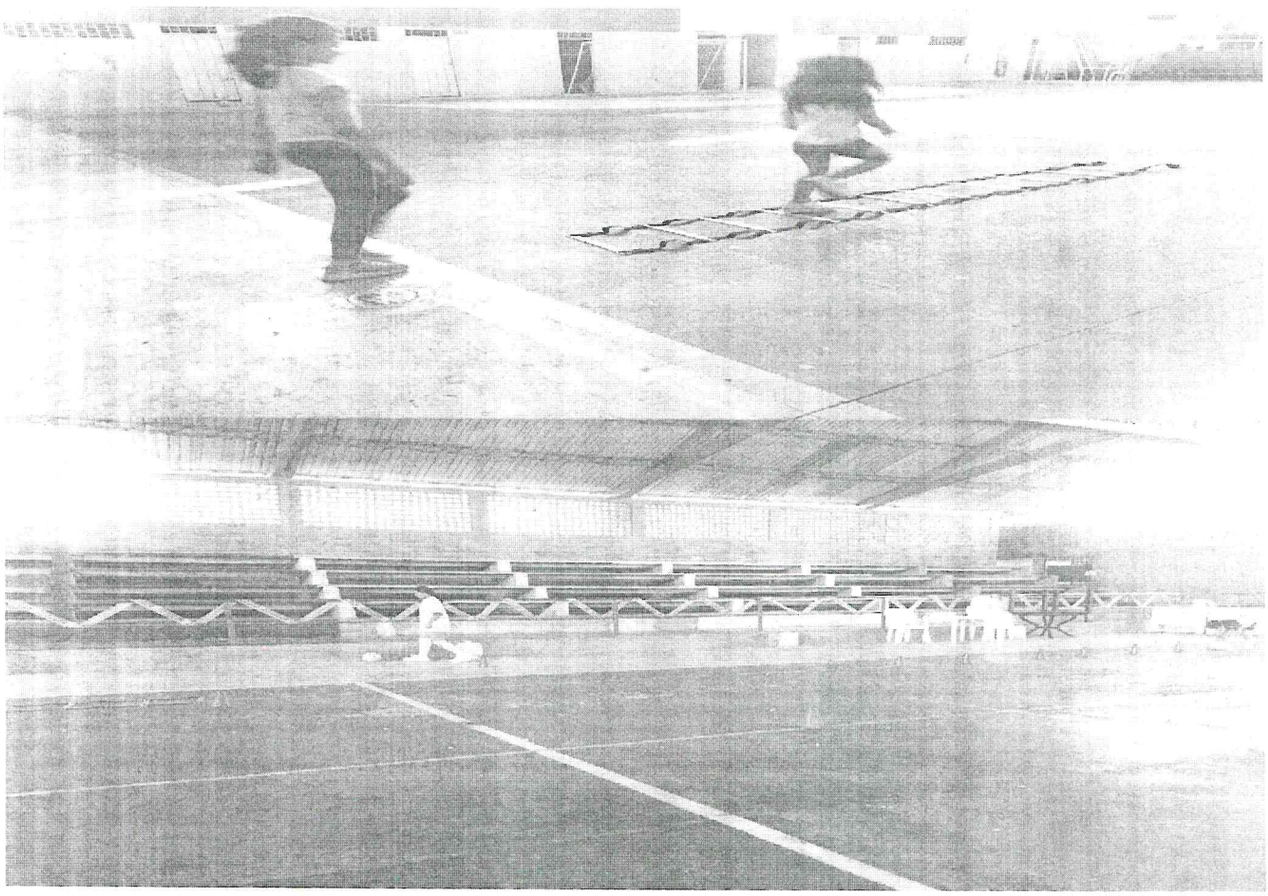
MODALIDAD DEPORTIVA: FUT SALA		MES: OCTUBRE		VALOR DEL MES: $2.000.000.000 AÑO:2023	
		S E M A N A 3			
DIAS	**LUNES** 21	**MARTES 22**	**MIERCOLES** 23	**JUEVES** 24	**VIERNES 25**
TEMA	Trabajo en equipo	Trabajo en equipo	pase, recepción	pegue al arco.	Partido amistoso
OBJETIVO	mejorar trabajo en equipo	mejorar trabajo en equipo	mejorar el pase, recepción y pegue al arco.	Mejora el pegue al arco	analizar el progreso de las sesiones en los deportistas y mirar la mejora en el aspecto técnico.
ESTRUCTURA DE LA SESION	En una mitad del campo, 3 parejas de jugadores más los porteros se enfrentan en un partido en situación de 1 contra 1. Cada pareja tiene un balón a su disposición. **4 series de 10 minutos.** 	En los lados de un rectángulo de unos 12 x 14 metros, cuatro jugadores se pasan el balón a dos toques. En el interior del rectángulo se posiciona un defensor y un atacante. El atacante deberá desmarcarse con un cambio de dirección y recibir el balón de uno de los cuatro compañeros situados en los lados del rectángulo y, a continuación, devolverles el balón. **4 series de 10 minutos** 	Por parejas, uno con balón, pasa a otro que está espaldas a un cono, éste vuelve a pasar, el primero repite la acción y se desplaza en diagonal hacia el segundo palo. El jugador que posee el balón controla con la pierna derecha y gira hacia su izquierda conduciendo el balón con la derecha, cambia a la izquierda para superar el segundo cono, conduce hasta el fondo y pasa atrás para el jugador que inicia todo el ejercicio le pegue portería. **4 series de 10 minutos.** 	cada jugador ocupa el espacio delimitado con 1 conos dejamos 2 0 1 espacio libre el jugador que da el pase está obligado a desplazarse rápidamente a uno de esos espacios libres, el defensor se libera si interrumpe el pase o si los atacantes no se desplazan después de dar un pase o sacan el balón fuera de los límites marcados. **4 series de 10 minutos.** 	Partido amistoso
MATERIALES	ninguno	ninguno	ninguno	ninguno	ninguno

Instructor de Deportes Responsable

Coordinador Escuelas Formación Deportivas

Anexo 1

PLAN DE ACCIÓN



DEPORTE, DE FUTBOL FEMENINO

OBJETIVO GENERAL

Conseguir y desarrollar las actitudes pasivas hacia la practica saludable de cada deportista, regular y dosificada de actividades físico deportivas.
También ayuda en la formación integral de cada deportista.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

Desarrollar lo técnico-táctico con ejercicios específicos de agilidad, velocidad y coordinación.

DESCRIPCIÓN DE LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA

Las **escuelas de formación deportiva de FUTBOL FEMENINO,** es fundamental incidir especialmente en la coordinación psicomotriz, utilizando el juego como motor central en las sesiones de entrenamiento y aplicando ejercicios donde las habilidades y destrezas variadas tengan un papel relevante y la velocidad de movimiento tenga especial atención en el momento de trabajar la iniciación a la técnica individual basada en la familiarización con el balón, a modo de ejercicios óculo pie-balón y óculo mano-balón, sin dejar de lado los juegos grupales de cooperación y de oposición y la iniciación a ciertas prácticas físicas para desarrollar algunas capacidades condicionales concretas.
nos obliga a realizar una propuesta sistemática de trabajo de forma metodológica y práctica, proponiendo la formulación de objetivos didácticos a alcanzar durante esta etapa y los contenidos de trabajo acordes a los objetivos y a la evolución de los jugadores y jugadoras en esta franja de edad tanto en aspectos puramente prácticos (procedimentales), teóricos (conceptuales) como actitudinales (actitud).

ACTIVIDADES:

- Asesoría, acompañamiento y seguimiento a los procesos formativos hasta la competencia.
- Capacitación sobre la normativa que rige nuestro deporte en Colombia a nivel directivo, técnico, administrativo y operativo a los diferentes actores del deporte pertenecientes a los diferentes Municipios.
- Consolidación de los Organismos Deportivos que adelantan procesos confiables, responsables y de proyección de acuerdo con las necesidades que se deriven de los mismos.
- Construcción de una base de datos confiable y orientada a la normativa desde lo administrativo y jurídico.
- Control, seguimiento y evaluación.
- Elaboración del cronograma de actividades.
- Implementación y ejecución del programa desde las diferentes esferas del desarrollo humano.

- Reordenamiento del sector por medio de un análisis categórico que permita evaluar la viabilidad de las diferentes disciplinas deportivas en nuestro Municipio.

NOMBRE DEL PROGRAMA: ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA (E.F.D) EN FUTBOL FEMENINO

PROBLEMA QUE SE VA A ATENDER:

En el municipio de Girardot y las veredas, no hay un apoyo deportivo para poder viajar y participar en diferentes municipios, apoyan el deporte siempre y cuando sean juegos intercolegiados, yo como entrenadora deportiva es tratar de mejorar la capacidad de cada deportista y tratar demostrar el talento que tiene cada niño en diferencias modalidad deportivas en este caso me corresponde FUTBOL FEMENINO

DESCRIPCIÓN:

Se juega en una superficie rectangular de 40×20 metros, con una duración de 2 tiempos de 20 minutos a reloj parado. El objetivo final, es introducir el balón más veces que el equipo contrario en la zona de marca contraria, ajustándose a las reglas del juego

Los jugadores de cada equipo cada uno tiene su función, al igual que ocurre en cualquier otro deporte, y por eso tienen su nombre concreto. Más exactamente estas podemos decir que son las posiciones habituales:

• Portero. Al igual que en el fútbol, se trata del jugador que se encuentra bajo la portería y que tiene como misión evitar que los lanzamientos del balón del jugador rival se conviertan en gol.

• Pivote. Una actitud y actividad meramente defensiva es la que define a este participante que debe marcar de la manera más correcta a su rival y que debe impedir que aquel pase hacia la portería, es decir, debe cerrar espacios.

• Líbero. Cubrir a sus compañeros, marcar al pivote rival y evitar los remates son básicamente las funciones que tiene encomendadas.

• Lateral. Cerrar los espacios y anticiparse a cualquier balón son en concreto las principales tareas que debe realizar aquel.

ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

Las escuelas contaran con una estructura temática acorde a los siguientes rangos de edad:

- Irradiación e iniciación deportiva, niñ@s entre 6 y 8 años.
- Formación deportiva y fundamentación técnica, niñ@s entre 9 y 11 años.
- Técnicas deportivas y fundamentación específica, niñ@s entre los 12 y 14 años.
- Perfeccionamiento y proyección hacia el rendimiento deportivo, niñ@s de los 15 años en adelante.
- Este proceso deberá aportarle a la sociedad individuos sanos física y mentalmente, capaces de interactuar con sus congéneres y en los diferentes estamentos de la sociedad, al igual que deberá desencadenar el encuentro de talentos deportivos que hagan parte de la estructura deportiva del deporte asociado del Municipio como es el caso de las Ligas Deportivas y por ende lleguen a un rendimiento deportivo estable y con proyección.

ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

- Cronograma de actividades.
- Elaboración de un proyecto único sobre EFD.
- Selección del Talento Humano que estará a cargo de la ejecución del programa.
- Desarrollo del programa.
- Entrega de implementación deportiva de base.
- Control, seguimiento y evaluación.
- Realización de dos (2) Festivales deportivos entre las EFD, a nivel municipal y uno (1) departamental.

METAS:

- **METAS A CORTO PLAZO:** Dar a conocer el programa de jornada escolar complementaria para el buen uso del tiempo libre en la población vulnerable de nuestro municipio y realizar las inscripciones y conformación de los grupos.
- **METAS A LARGO PLAZO:** Lograr que los niños, niñas y jóvenes que practican estas disciplinas deportivas mejoren su principios educativos, sociales y culturales, Para mejorar la calidad de vida de los niños, niñas y jóvenes Girardoteños, al igual que estos sean los que integren las selecciones de sus barrios, instituciones educativas, municipales y por qué no departamentales y nacionales, llenando de orgullo y satisfacción al participante, a su familia y la sociedad en general

POBLACIÓN OBJETIVO

Este programa está dirigido a niños (as) entre los 6 y 17 años de edad pertenecientes a los distintos segmentos poblacionales de los municipios del municipio del Girardot.

POBLACIÓN A BENEFICIAR

La población a beneficiar en el programa de escuelas de formación deportiva es de 700 niños(as) de los doce municipios del municipio del Girardot.

	DOCUMENTO EQUIVALENTE A LA FACTURA **Aplica para personas naturales no comerciantes, inscritas en el Régimen Simplificado**	Código	GLR70
		Version	0
		Año	2023
		Copia Controlada	

Fecha de expedición: 07/12/2023

ENTIDAD CONTRATANTE : MUNICIPIO DE GIRARDOT
N. I. T.: 890.680.378-4

Contratista	CAMILA ANDREA SUAREZ CARDENAS
cedula	107.062.139
Valor total a pagar	2.000.000
Numero de cuenta	105911951 3
Tipo de cuenta	ahorro
Banco	nequi

CONCEPTO *Pago Nº* **2** *0* **0** *de*
0 *cuyo objeto es:*

0

ENDOSO 1:
Beneficiario del endoso: NIT/CC
Cuenta Banco Tipo
Concepto Valor $ 0

ENDOSO 2:
Beneficiario del endoso: NIT/CC
Cuenta Banco Tipo
Concepto Valor $ 0

De acuerdo con lo estipulado en el Parágrafo 1º del Artículo 4 del Decreto 2271 de 2009, en mi calidad de contratista, manifiesto, bajo la gravedad de juramento, que los documentos soporte del pago de aportes obligatorios al Sistema General de Seguridad Social, presentados a esta entidad contratante, corresponden a ingresos provenientes del (la)

0 *Nº* *0* *de* *0*

FIRMA Camilo Cardenas Suarez
DIRECCIÓN
TELÉFONO