INFORME DE ACTIVIDADES						
Fecha de elaboración del informe: 30 de julio de 2024	**Informe No:** 01		**Periodo:** julio de 2024			
Contrato No: 241	**Vigencia del Contrato**					
	Fecha de Inicio			Fecha de Terminación		
	02	07	2024	31	10	2024
Objeto del contrato: PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO ENTRENADOR DE TIRO CON ARCO, CON PARTICIPACION EN LOS EVENTOS DEPORTIVOS ORGANIZADOS Y REGULADOS POR LOS DIFERENTES ENTES MUNICIPALES, DEPARTAMENTALES, NACIONALES Y DE CARÁCTER PRIVADO EN DEPORTE CONVENCIONAL Y ADAPTADO EN CUMPLIMIENTO DEL OBJETO MISIONAL DEL INSTITUTO PARA EL DEPORTE Y LA RECREACION DE SABANETA- INDESA						
Nombre del contratista y/o Proveedor: Dairon Jaramillo Alzate			**Documento de identificación:** 1037571068			

CUMPLIMIENTO OBLIGACIONES DEL CONTRATISTA Y/O PROVEEDOR AL PERIODO DE REPORTE

ITEM	ACTIVIDADES CONTRACTUALES	DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD	**FUENTE DE VERIFICACIÓN** (Carpeta física, Ruta de ubicación donde se encuentran guardados los archivos digitales).
1	Presentar mensualmente a la coordinación de deporte competitivo planeación, diario de campo o actividades, plan de entrenamiento mensual, listado de asistencia mensual de los grupos que atiende; evaluación de eventos si se realizó en el mes y evaluación de competencia	Entregue a coordinación, lo referente al periodo de este mes, los informes requeridos por el área de deporte competitivo.	Las evidencias serán entregadas de manera digital al coordinador **EVIDENCIA DEL REGITRO #1**
2	Atender a los padres de familia y a la comunidad que requiera información acerca de los procesos de tiro con arco	informe a los padres de los deportistas que estarán presente en los juegos escolares, con temas de documentos, programación y sesiones de entrenamiento.	**EVIDENCIA DEL REGITRO #2**

3	Entrenar los deportistas de los diferentes procesos de tiro con arco y apoyar todas las actividades que se realicen para fomentar este deporte en las categorías convencional y/o deporte adaptado (discapacidad) y/o adulto mayor	Prepare los deportistas en su componente técnico, físico y teórico principalmente al grupo de iniciación fortaleciendo y motivando la constancia con el deporte de igual manera se incluye las personas de la división de adaptados.	EVIDENCIA DEL REGITRO #3
4	Acompañar y desarrollar torneos y fogueos como preparación al seleccionado de tiro con arco de Sabaneta con miras a tener una óptima representación en los juegos institucionales (escolares, Intercolegiados y departamentales)	Realice chequeo interno a los deportistas que participaran el ranking departamental juvenil y open, se eligieron marcas para determinar los arqueros que participarían en los eventos.	EVIDENCIA DEL REGITRO #4
5	Realizar el proceso de inscripción y la recolección documental que se requiera en la plataforma de Indeportes Antioquía de los deportistas que van a participar de los diferentes juegos institucionales: juegos escolares, juegos Intercolegiados y juegos departamentales, al igual que otras competencias deportivas en las cuales vaya a participar su disciplina deportiva.	elabore la respectiva inscripción para la participación de los deportistas que compitieron en el segundo ranking juvenil y open. Eventos que se realizaron en la liga Antioqueña de Arquería, con la participación de 18 deportistas del equipo representativo en ambas competencias.	EVIDENCIA DEL REGITRO #5
6	Acompañar al seleccionado de Sabaneta de tiro con arco a en las diferentes fases (intermunicipal, subregional y final departamental) de los juegos institucionales (escolares, Intercolegiados y departamentales)	Apoye a los deportistas de la categoría preinfantil en su preparación para participar en los juegos escolares, explicando aspectos del reglamento y con chequeo internos preparativos.	EVIDENCIA DEL REGITRO #6

7	Responder por el inventario que le sea entregado para el desarrollo de su actividad y el buen uso de los elementos de carácter devolutivo que le sean entregados para el cabal desarrollo y cumplimiento de las actividades contratadas.	Entregue a los deportistas el material para el desarrollo de las sesiones de entrenamiento a las diferentes categorías.	**EVIDENCIA DEL REGITRO #7**
8	Apoyo y acompañamiento logístico y asistencial en actividades y/o eventos institucionales que realice el INDESA o la administración municipal.	Apoye en la logística de carrera atlética de fiesta plátano, En el punto asignado y pendiente de todas las novedades que se pudieron presentar.	**EVIDENCIA DEL REGITRO #8**
9	Asistir a reuniones y capacitaciones a las que sean convocadas del instituto INDESA y/o la administración municipal	Participe en la capacitación de la importancia de la recreación en las actividades con personas mayores.	**. EVIDENCIA DEL REGITRO #9**
10	Reportar cualquier novedad o anomalía, que se presente dentro de la ejecución del contrato encargado de la supervisión del contrato.	Manifesté el deterioro de los implementos para la práctica deportiva y el buen desarrollo de esta	**EVIDENCIA DEL REGITRO #10**
11	Y las demás actividades que le sean asignadas desde la gerencia.	Comunique a los deportistas seleccionados, el registro que deberían realizar de manera digital para recoger la información de cada uno.	**EVIDENCIA DEL REGITRO #11**

Manifiesto que, he dado cumplimiento a los pagos al sistema de seguridad social, de acuerdo con lo establecido en las normas vigentes, así:

Planilla número:	**72151693**
Período de Cotización	junio
Fecha de pago	18-07-2024
Valor base de cotización	1.300.000
Valor pagado en Salud	162.500
Valor pagado en Pensión	208.000
Valor pagado en ARL	31.700
Tipo de riesgo:	3

Para lo cual anexo planilla y pago de seguridad social correspondiente al mes de junio.

ANEXOS

EVIDENCIA DEL REGITRO #1

SESION	TIPO DE SESION	FECHA	ACTIVIDADES	Tiempo Programado	Tempo Ejecutado
1	Volumen del disparo	1 al 8	P.I. descripción de las actividades Se harán saltos de payaso, movimiento del tronco "heli-cópteros", 30 repeticiones, movimiento articular. Retenciones con banda elásticas, adelante y atrás en posición de disparo, ejercicios de estiramiento con y sin resorte.	40 min	
			P.C. descripción de las actividades Durante esta semana el trabajo específico será las distancias largas, el numero maximo de flechas que alcance a disparar por serie y durante las sesión Disparos para infantiles con diana de 122 (50,40, metros); para los arqueros de la categoría cadete en recurvo dispararan 70 metros y los compuestos 60 metros en diana de 10 anillos, se harán especialmente cuando se utilice la sancha sintética del instituto para ser mas precises con las medidas y por qué cuentan con todas las distancias en las categorías.	120 min	
			P.F. descripción de las actividades Trabajo de volumen a 8 metros, el objetivo es aumentar el numero de disparos a distancia muy corta para mantener la sensación y corregir el gesto y la postura.	30 min	
2	Resistencia de la fuerza	10 al 15	P.I. descripción de las actividades Calentamiento, trote alrededor del coliseo (3 vueltas), movimiento articular y estiramiento dirigido incidendo desde la parte superior hacia abajo y también por parejas. Uso del resorte para complementar el estiramiento	20 min	
			P.C. descripción de las actividades Durante esta semana el trabajo especifico será las distancias cortas, el numero maximo de flechas que alcance a disparar por serie y durante las sesión. El grupo infantil, se enfocara en la distancias cortas (30,20 metros), objetivo; coger mira a esta distancia, fortalecemos más debido a que por ser cortas la competencia es más precisa, tanto recurvo como compuesto dispararan en diana de 8 anillos, Los cadetes seguirán con las distancias largas 50 y 30 metros, el objetivo es estar fuertes en las distancias cortas, debido a que la mayoría de competidores serán muy precisos en estas distancias.	120 min	
			P.F. descripción de las actividades Ejercicios isométricos con arco, adelante y atrás. Especificos para la zona superior donde nos enfocamos en los hombros y la zona de la espalada. Se utilizan barra y mancuernas para ganar fuerza y resistencia con series y repeticiones establecidas, se desarrollan circuitos para el buen desarrollo de la clase.	60 min	
3	Volumen del disparo	17 al 22	P.I. descripción de las actividades Se harán saltos de payaso, movimiento del tronco "helicópteros", 30 repeticiones, movimiento articular. Retenciones con banda elásticas, adelante y atrás en posición de disparo, ejercicios de estiramiento con y sin resorte.	20 min	

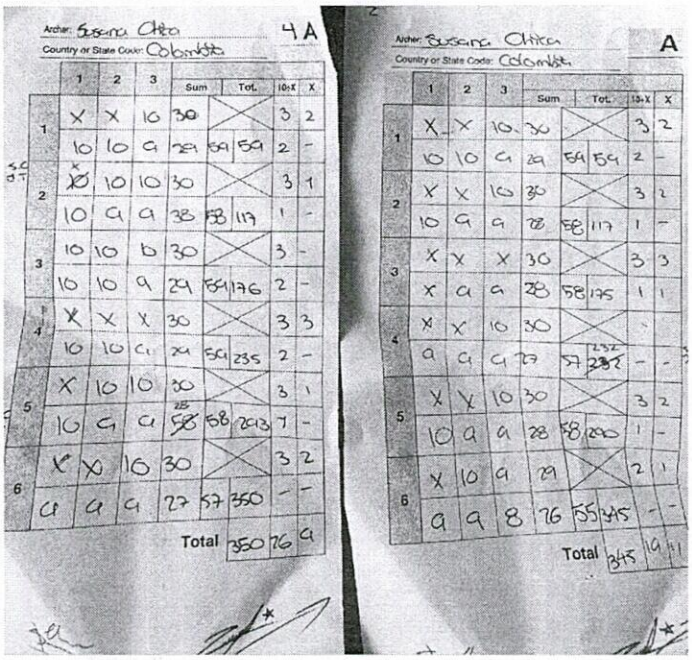
EVIDENCIA DEL REGITRO #2



EVIDENCIA DEL REGITRO #3



EVIDENCIA DEL REGITRO #4



EVIDENCIA DEL REGITRO #5

INSCRIPCIÓN TIRCAS OPEN.xlsx v Listo

A ANTIOQUEÑA DE ARQUERÍA

FORMULARIO UNICO DE INSCRIPCION

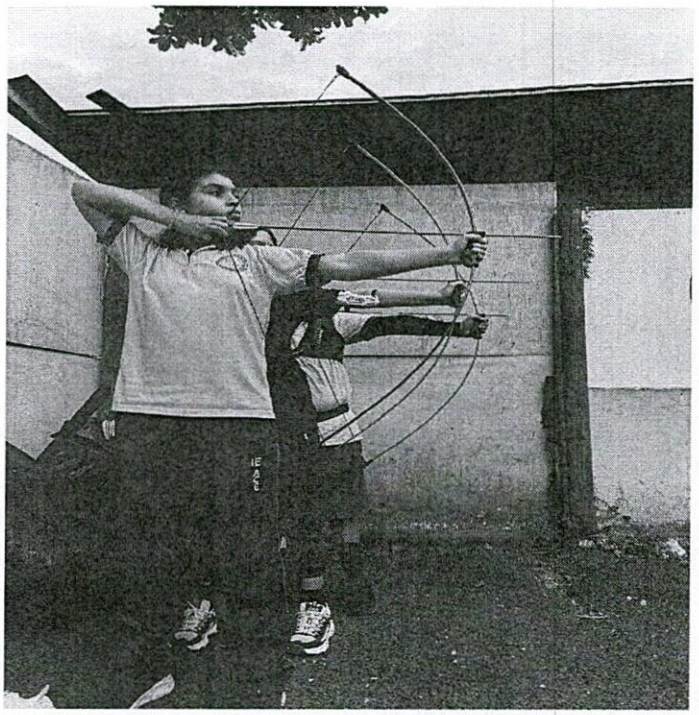
CLUB/MUNICIPIO/ESCUELA

Nombre del entrenador/Delegado o representante del club en el evento

INSCRIPCIÓN DE DEPORTISTAS

Nº	APELLIDO	NOMBRE	FECHA DE NACTIMIENTO DD/MM/AA	Genero	DOCUMENTO	CELULAR	CLUB	DIVISIÓN	CLASE
1	Lozada	Mariana	27/2/03	Femenino	1007447305		TIRCAS	Recurvo	Abierta
2	Gomez	Victor	20/11/92	Masculino	1001577570		TIRCAS	Recurvo	Abierta
3	Taborda	Evelin	6/12/95	Femenino	1036684926		TIRCAS	Compuesto	Abierta
4	Posada	Carolina	13/3/00	Femenino	1001366315		TIRCAS	Recurvo	Abierta
5	Correa	Ariadna		Femenino			TIRCAS	Compuesto	Abierta
6	Villegas	Sebastian	19/6/05	Masculino	1062459350		TIRCAS	Compuesto	Abierta
7	Arenas	sebastian		Masculino			TIRCAS	Compuesto	Abierta
8	Ruiz	Gabriela		Femenino			TIRCAS	Recurvo	Abierta
9									
10									
11									

EVIDENCIA DEL REGITRO #6



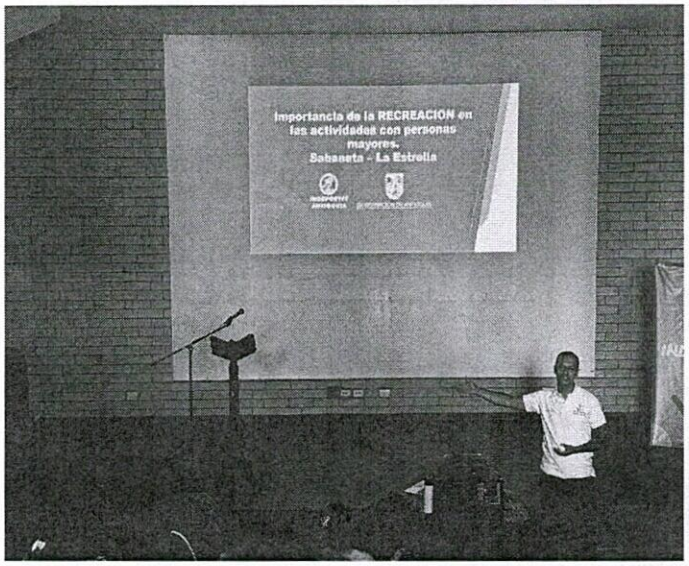
EVIDENCIA DEL REGITRO #7



EVIDENCIA DEL REGITRO #8



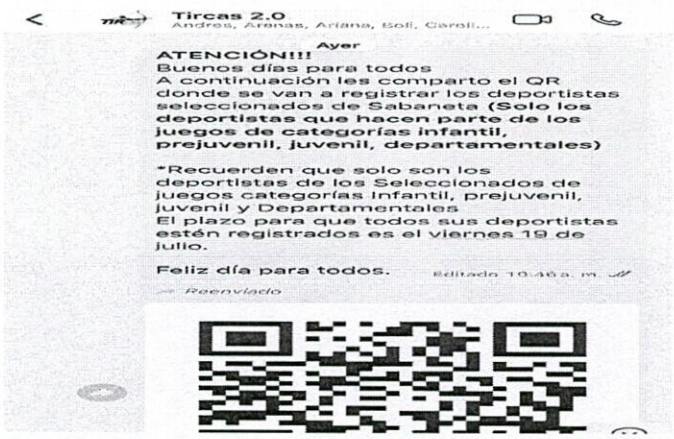
EVIDENCIA DEL REGITRO #9



EVIDENCIA DEL REGITRO #10



EVIDENCIA DEL REGITRO #11



En constancia a lo anterior, se firma el presente informe.

CONTRATISTA Damon Jaramillo Alzate

CC. 1037571066

FIRMA: Damon Jaramillo A

V°B°. APOYO PROFESIONAL

CC. 1036605870

FIRMA: