PAOLA TORRES

BALONCESTO

RUBRO

INDEPORTES

Facatativá, 16 de diciembre 2024

CUENTA DE COBRO No 004

INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACION DE FACATATIVA
Nit 800.215.793-8

DEBE A:
YURI PAOLA TORRES DIAZ
CC. 1.070.964.985 de Facatativá

LA SUMA DE: UN MILLÓN DOSCIENTOS CINCUENTA MIL PESOS M/CTE ($1.250.000)

CUARTO pago del contrato No CPS 127 prestación de servicios de apoyo a la gestión como instructor en el programa de baloncesto de la escuela de formación deportiva del instituto de deportes y recreación de Facatativá "IDRF" durante el período del 1 de diciembre al 15 de diciembre de 2024.

Favor consignar estos recursos en la Cuenta de Ahorros No. 453855632 Banco AV Villas.

Nota: Me permito solicitar aplicar lo dispuesto El Art. 206, 329, 330, 332, 387 y 383 del E.T. que modifico la Ley 1819 de 2016 en al Art. 17, al igual que lo dispuesto en el artículo cuarto del decreto 2271 de 2009, Decreto 099 de 2013, decreto 1070 de 2013, Decreto 780 de 2016, Decreto 1990 de 2016; Manifiesto que:

- Me clasifico en la cédula de rentas de trabajo teniendo en cuenta la definición del art. 103 del E.T.
- Que no he contratado o vinculado dos (2) o más trabajadores asociados a la actividad.
- El IBC de la seguridad social presentada corresponde al 40% del valor mensual contratado.
- **Especificar SOY DECLARANTE. SI ( ) NO (X)**

Atentamente,



_____
Firma:
Nombre: YURI PAOLA TORRES DIAZ
Documento de Identificación: 1.070.964.985 de Facatativá
Dirección: Calle 10ª #2a-06 sur Torres de san Carlos
Correo Electrónico: paolatorres131122@gmail.com
Teléfono: 3132577184

Declaración Juramentada para efectos tributarios – Ley 1819 de 2016 sistema de determinación
del impuesto sobre la Renta de las personas naturales.

Profesional:
ALEJANDRO VELASQUEZ MAYORGA
Director General I.D.R.F.
Ciudad.

Yo, YURI PAOLA TORRES DIAZ identificada[o] con **CEDULA DE CIUDADANIA** número 1.070.964.985 expedida en la ciudad de FACATATIVÁ obrando en nombre propio, me permito declarar bajo la gravedad de juramento que:

La Ley 1819 de 2016, introdujo sustanciales modificaciones al sistema de determinación del impuesto de las personas naturales, que **para efectos tributarios,** establece un sistema de tributación cedular, en virtud del cual se impone la obligación de determinar el impuesto en función del origen de las rentas, lo que implica que las personas naturales se vean obligadas a efectuar varias depuraciones cuando obtengan rentas de diferentes orígenes, considerando en cada caso, factores de depuración y tablas de impuestos diferentes. Es así como para dar cumplimiento a la ley certifico que:

1. Soy Residente Fiscal Colombiano Si (**X**) No( )
2. **Por Rentas de trabajo** (Salarios, comisiones, honorarios, retribución a servicios personales). Percibo **($ 2.500.000 MIL PESOS M/CTE) Valor Mensual**
3. Soy Responsable de IVA Régimen Simplificado Si (**X**) No( )
4. Soy Pensionado Según Resolución _____anexo Copia Si () No (**X**)
5. Soy Declarante de Renta año 2023 Si ( ) No(**X**)
6. Diligenciar solo cuando los ingresos sean por concepto de honorarios y por compensación por servicios obtenidos: Manifiesto que SI ( ) NO (**X**) he contratado o vinculado 2 o más trabajadores asociados a la actividad.
7. Que informaré oportunamente sobre cualquier cambio en el origen, proporción de mis ingresos o cambio respecto a la categoría tributaria.

En constancia de lo anterior se firma el 16 de diciembre de 2024



_____
Firma:
Nombre: YURI PAOLA TORRES DIAZ
Documento de Identificación: 1.070964.985 de Facatativá
Dirección: Calle 10 2ª-06 sur Torres de san Carlos
Correo Electrónico: paolatorres131122@gmail.com
Teléfono:3132577184

_____

Nota 1: Recuerde que en desarrollo del decreto 1070 de 2013 toda persona está en obligación de auto clasificarse dentro de la categoría tributaria que le corresponda e informarle por escrito a sus pagadores. Es importante que antes de diligenciar este formato usted valide e identifique efectivamente a que categoría tributaria pertenece conforme a las descritas en el Art 329 del E.T.
Nota 2: ARTICULO 18°. Adiciónese el artículo 388 Estatuto Tributario el cual quedará así:
ARTICULO 388. DEPURACIÓN DE LA BASE DEL CÁLCULO DE LA RETENCIÓN EN LA FUENTE. Para obtener la base de retención en la fuente sobre los pagos o abonos en cuenta por concepto de rentas de trabajo efectuados a personas naturales, se podrán detraer los siguientes
1. Los ingresos que la ley de manera taxativa prevé como no constitutivos de renta ni ganancia ocasional.
2. Las deducciones a que se refiere el artículo 387 Estatuto Tributaría y rentas que la ley manera taxativa prevé como exentas. todo caso, la suma total de deducciones y rentas exentas no podrá superar el cuarenta por ciento (40%) del resultado de restar del monto del pago o abono en cuenta no constitutivos de renta ni ganancia ocasional imputables. Esta limitación no aplicará en el caso del pago de pensiones de jubilación, invalidez, vejez, sobrevivientes y profesionales, las indemnizaciones sustitutivas de las pensiones y devoluciones ahorro pensiona/.

La exención prevista en el numeral 10 artículo 206 del Estatuto Tributario procede también para pagos o abonos en cuenta por concepto de ingresos por honorarios y por compensación por servicios obtenidos por personas informen que no han contratado o vinculado (2) o más trabajadores asociados a la actividad.

Los factores depuración de la base retención los trabajadores cuyos ingresos no provengan una relación laboral, o legal y reglamentaria, se determinarán mediante los soportes que adjunte el trabajador a la factura o documento equivalente o el documento expedido por las no obligadas a facturar en los términos del inciso del artículo 771-2 Estatuto Tributario.
PARÁGRAFO. Para efectos la aplicación la de retención en la fuente en el artículo 383 del Estatuto Tributario a las personas naturales cuyos pagos o abonos en cuenta no provengan de una relación laboral, o legal y reglamentaria, se deberá en cuenta la totalidad de los pagos o abonos en cuenta efectuados en el respetivo mes.

INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACION DE FACATATIVA FORMATO INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES, APOYO A LA GESTIÓN, ASESOR Y ADMINISTRATIVO										
1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO										
PERIODO DEL INFORME	1 DE NOVIEMBRE AL 30 NOVIEMBRE DE 2024	**CONTRATO No**	127	DE	2024	**PAGO**	3	De	4	
OBJETO DEL CONTRATO:	**PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO INSTRUCTOR EN EL PROGRAMA DE BALONCESTO DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE FACATATIVÁ "IDRF"**									
FORMA DE PAGO:	El Instituto de Deportes y Recreación del Municipio de Facatativá "IDRF", pagará al contratista la suma de OCHO MMILLONES CUATROCEINTOS DIECISÉIS MIL SEISCIENTOS SESENTA Y SEIS PESOS ($8.416.666) de la siguiente forma: Cuatro (4) pagos distribuidos de la siguiente manera: A) el primer pago de ellos por un valor de DOS MILLONES CIENTO SESENTA Y SEIS MIL SEISCIENTOS SESENTA Y SEIS PESOS M/CTE ($2.166.666), B) dos (2) pagos por un valor de DOS MILLONES QUINIENTOS MIL PESOS M/CTE ($2.500.000) Y C) y un último pago por el valor de UN MILLON DOSCIENTOS CINCUENTA MMIL PESOS M/CTE ($1.250.000), hasta finalizar el termino de ejecución del contrato. Lo anterior con previa verificación de la prestación efectiva del servicio, presentación del informe de actividades, prestación de la factura o cuenta de cobro y pago de seguridad social, recibidos a satisfacción por parte del supervisor del contrato.									
C.D.P.	2024000311	**DE**	22/08/2024	**C.D.P. ADICIÓN**		DE				
R.P.	2024000322	**DE**	05/09/2024	**R.P. ADICION**		DE				
FECHA DE INICIO	05 de septiembre de 2024	**FECHA TERMINACIÓN**	15 de diciembre de 2024	**VALOR CONTRATO**	OCHO MMILLONES CUATROCEINTOS DIECISÉIS MIL SEISCIENTOS SESENTA Y SEIS PESOS ($8.416.666)					
FECHA DE INICIO ADICION		**TERMINACIÓN ADICIÓN**		**VALOR ADICIÓN**						
PRORROGA EN TIEMPO										
2. INFORMACIÒN DEL CONTRATISTA										
NOMBRES Y APELLIDOS:	YURI PAOLA TORRES DIAZ	**DOCUMENTO DE IDENTIDAD**	C.C. 1.070.964.985							
DIRECCION:	CALLE 10 # 2ª – 06 SUR	**TELEFONO FIJO:**	N/A							
CORREO ELECTRÓNICO:	paolatorres131122gmail.com	**TELEFONO CELULAR:**	3132577184							

3. INFORMACIÓN DE APORTES DE SEGURIDAD SOCIAL									
No PLANILLA	1067457631	**No PAGO**	**8850819830**	**I.B.C.**	$1.300.000				
SALUD ENTIDAD: COMPENSAR	APORTE: 162.500	**PENSIÒN ENTIDAD:** PROTECCIÓN	APORTE: 208.000	**ARL ENTIDAD**: SURA	APORTE: 13.600				
4. INFORMACIÒN FINANCIERA									
VALOR EJECUTADO	$7.166.666	**SALDO PENDIENTE**	$1.250.000	**VALOR A PAGAR**	$2.500.000				

INFORME DE ACTIVIDADES			
No	**OBLIGACIONES ESPECÍFICAS**	**ACTIVIDADES PARA CUMPLIMIENTO DE LA OBLIGACIÓN ESPECIFICA**	**EVIDENCIA**
1	Desarrollar un proyecto deportivo enfocado a la escuela de formación de **baloncesto** con los parámetros establecidos por el Instituto de Deportes y Recreación del Municipio de Facatativá “IDRF”, el cual, deberá ir siendo ejecutado mes a mes. (el contratista deberá solicitar al almacenista el material deportivo respectivo que deberá ser entregado en las mismas condiciones al finalizar el contrato)	El proyecto que se quiere realizar para la población del municipio de Facatativá tiene como objetivo Fomentar el buen uso del tiempo libre por medio de la práctica del baloncesto, para alejarlos de malos hábitos mejorando parcialmente su calidad de vida, para esto se realizó la promoción del proyecto escuela de baloncesto de Facatativá del IDRF en parques y veredas (San Benito, Girardot, villas de manjui, El copihue, Pensilvania, zambrano, villa olímpica y Mancilla), se entregó la información a los presidentes de acción comunal y se asesoró a la comunidad en el proceso de inscripciones. Este proyecto se articulará y complementará con los parámetros establecidos por el instituto de deportes de y recreación del municipio de Facatativá.	**Adjunto #1 FOTOGRAFÍAS** **Reposa evidencia en el drive compartido** https://drive.google.com/drive/folders/1374cpWDgbZEnfCNSm7dMY320Ll0XVMph?usp=drive_link

Para el mes de septiembre se ejecuta la siguiente ruta de proyección:

MES	OBJETIVOS	ACTIVIDADES	METAS
NOVIEMBRE	Tiro y entradas	Posición y mecánica de tiro, entradas sencillas y aro pasado.	Observar y evaluar los avances en el deporte.

Se solicitó al director de deportes y a la respectiva almacenista del Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá los siguientes elementos para trabajar las diferentes sesiones de entrenamiento:

• BALÓN DE BALONCESTO #5	• CANTIDAD 10.
• BALÓN DE BALONCESTO #6	• CANTIDAD 10.
• BALÓN DE BALONCESTO #7	• CANTIDAD 10.
• TULAS BALONERAS GRANDES	• CATIDAD 4.
• AROS PLANOS (ULA-ULA)	• CANTIDAD 20
• ESCALERA DE AGILIDAD	• CANTIDAD 1

2	Planificar, organizar y dinamizar la escuela de formación deportiva en la modalidad de **baloncesto**, cumpliendo y realizando (8) sesiones semanales de entrenamiento presencial conformadas como mínimo cada sesión por dos (02) horas, previa coordinación y programación con el respectivo supervisor del contrato y/o metodólogo. Se aclara que, además de las dieciséis (16) horas estipuladas semanalmente, dos (2) deben estar disponibles para asuntos institucionales; teniendo un total de dieciocho (18) horas semanales. El no cumplimiento en el número de sesiones señaladas dará como consecuencia que el pago acordado para el respectivo periodo se realice de manera proporcional a las sesiones efectivamente realizadas.	Se organizó el horario de las clases de la escuela de formación de baloncesto del Instituto de Deportes de Facatativá con él respectivo supervisor del contrato y el metodólogo para el periodo comprendido entre el **1 de noviembre al 30 de noviembre** del 2024. Se realizó la debida planificación semanal de acuerdo a los lineamientos y formatos entregados por el grupo de trabajo del IDRF. Para el periodo comprendido entre el **01 al 30 de noviembre**, se realizó el debido acompañamiento y asesoramiento en cada una de las sesiones de entrenamiento de la escuela de formación de baloncesto del Instituto de Deportes y Recreación del IDRF, los días: DEPORTE / MODALIDAD: BALONCESTO MUNICIPIO: FACATATIVA NOMBRE DEL MONITOR: YURI PAOLA TORRES DIAZ MES: SEPTIEMBRE HORARIOS / CONCEPTO / LUNES / MARTES / MIERCOLES / JUEVES / VIERNES / SABADO 8:00 AM A 10: 00 AM — GRUPO: POYO EDUCATIVO / INICIACIÓN / FUNDAMENTACI / INICIACIÓN / FUNDAMENTACI SEDE DE TRABAJO: IEM MANUELA AYALA SEDE MANCILLA / POLIDEPORTIVO / POLIDEPORTIVO B. 11:00 AM A 12:00 PM — GRUPO: POYO EDUCATIVO SEDE DE TRABAO: IEM MANUELA AYALA SEDE 12:00 PM A 2: 00 PM — GRUPO: INICIACIÓN / FUNDAMENTACIÓN /ESPECIALIZACIÓN SEDE DE TRABAO: POLIDEPORTIVO ZAMBRANO 3:00 P.M. A 5 P.M. — GRUPO: INICIACIÓN / FUNDAMENTACIÓ / INICIACIÓN / FUNDAMENTACIÓN SEDE DE TRABAJO: POLIDEPORTIVO B. GIRARDOT / COMPLEJO DEPORTIVO VILLA OLIMPICA 4:30 P.M. A 6:30 P.M. — GRUPO: ESPECIALIZACIÓ / ESPECIALIZACIÓN SEDE DE TRABAJO: POLIDEPORTIVO B. GIRARDOT / COMPLEJO DEPORTIVO VILLA OLIMPICA GRUPO	**Adjunto #2 FOTOGRAFÍAS Reposa evidencia en el drive compartido** https://drive.google.com/drive/folders/1374cpWDgbZEnfCNSm7dMY320LI0XVMph?usp=drive_link

FECHA	HORA	LUGAR	CANTIDAD DE SESIONES
1/11/24	3:00 PM - 6:00 PM	COMPLEJO DEPORTIVO B/QUINTAS	2
2/11/24	12:00 PM - 2:00 PM	POLIDEPORTIVO B/ ZAMBRANO	1
4/11/2024	3:00 PM - 6:00 PM	POLIDEPORTIVO B/ GIRARDOT	2
5/11/24	8:00 AM - 10:00 AM	POLIDEPORTIVO B/ZAMBRANO	1
7/11/24	8:00 AM - 10:00 AM	POLIDEPORTIVO B/PENSILVANIA	1
8/11/24	3:00 PM - 6:00 PM	COMPLEJO DEPORTIVO B/QUINTAS	2
9/11/24	12:00 PM - 2:00 PM	POLIDEPORTIVO B/ ZAMBRANO	1
11/11/2024	3:00 PM - 6:00 PM	POLIDEPORTIVO B/ GIRARDOT	2
12/11/24	8:00 AM - 10:00 AM	POLIDEPORTIVO B/ZAMBRANO	1
14/11/2024	8:00 AM - 10:00 AM	POLIDEPORTIVO B/PENSILVANIA	1
15/11/24	3:00 PM - 6:00 PM	COMPLEJO DEPORTIVO B/QUINTAS	2
16/11/24	12:00 PM - 2:00 PM	POLIDEPORTIVO B/ ZAMBRANO	1

			18/11/24	3:00 PM - 6:00 PM	POLIDEPORTIVO B/ GIRARDOT	2		
			19/11/24	8:00 AM - 10:00 AM	POLIDEPORTIVO B/ZAMBRANO	1		
			21/11/24	8:00 AM - 10:00 AM	POLIDEPORTIVO B/PENSILVANIA	1		
			22/11/24	3:00 PM - 6:00 PM	COMPLEJO DEPORTIVO B/QUINTAS	2		
			23/11/24	12:00 PM - 2:00 PM	POLIDEPORTIVO B/ ZAMBRANO	1		
			25/11/24	3:00 PM - 6:00 PM	POLIDEPORTIVO B/ GIRARDOT	2		
			26/11/24	8:00 AM - 10:00 AM	POLIDEPORTIVO B/ZAMBRANO	1		
			28/11/24	8:00 AM - 10:00 AM	POLIDEPORTIVO B/PENSILVANIA	1		
			29/11/24	3:00 PM - 6:00 PM	COMPLEJO DEPORTIVO B/QUINTAS	2		
			30/11/24	12:00 PM - 2:00 PM	POLIDEPORTIVO B/ ZAMBRANO	1		
3	Presentar la planeación de las sesiones de clase al inicio de cada mes y hasta la finalización de su contrato, al respectivo supervisor y/o metodólogo, señalando cómo será el desarrollo diario de clase, describiendo en cada una de las partes de ella, los objetivos, aspectos	Se realizaron los respectivos planes semanales de las sesiones de clase que se ejecutaron y manejaron durante el periodo del 01 al 30 de noviembre y cargadas al respectivo drive del IDRF de 2024.						**Adjunto #3 FOTOGRAFÍAS** **Reposa evidencia en el drive compartido**

SEMANA 1	1-3 NOVIEMBRE

<table>
<tr>
<td></td>
<td>físicos, técnicos y evaluativos, así como los métodos empleados.</td>
<td>
<table>
<tr><td>SEMANA 2</td><td>4- 10 NOVIEMBRE</td></tr>
<tr><td>SEMANA 3</td><td>11-17 NOVIEMRE</td></tr>
<tr><td>SEMANA 4</td><td>18-24 NOVIEMBRE</td></tr>
<tr><td>SEMANA 5</td><td>25-30 NOVIEMBRE</td></tr>
</table>
</td>
<td>https://drive.google.com/drive/folders/1INAMK_kqdJDbRx9ZEHqDLmYxNtBIL1C1?usp=drive_link</td>
</tr>
<tr>
<td>4</td>
<td>Tener una cobertura mínima de 40 personas en deporte de conjunto y 25 personas por deporte individual, categorizados en INICIACIÓN Y FORMACIÓN durante el mes. Esta cobertura deberá ser invariable hasta la finalización del contrato. (según la necesidad de cobertura)</td>
<td>Durante el periodo del 01 al 30 de noviembre de 2024, Se cumplió con la consecución y masificación de niños, niñas jóvenes y adolescentes de nuestro municipio, donde se atendió una población de 80 inscritos alumnos inscritos a la escuela de formación deportiva de baloncesto del Instituto de Deportes Y Recreación de Facatativá IDRF de los cuales se encuentran activos y en proceso de formación 57, divididos en sus respectivos grupos de iniciación formación y especialización de acuerdo a sus respectivas edades y procesos de formación de los 5 a los 16 años, durante el proceso de noviembre se vieron reflejados retiros de algunos deportistas los cuales decidieron priorizar otras actividades deportivas y culturales
<table>
<tr><th>LUGAR</th><th>CANTIDAD ASISTENTES</th></tr>
<tr><td>POLIDEPORTIVO B/ GIRARDOT</td><td>25</td></tr>
<tr><td>COMPLEJO DEPORTIVO</td><td>15</td></tr>
<tr><td>POLIDEPORTIVO B/ZAMABRANO (SABADO)</td><td>27</td></tr>
<tr><td>POLIDEPORTIVO B/ZAMABRANO Y PENSILVANIA (MAÑANA)</td><td>15</td></tr>
<tr><td></td><td></td></tr>
</table>
</td>
<td>Adjunto #4 FOTOGRAFÍAS

Reposa evidencia en el drive compartido

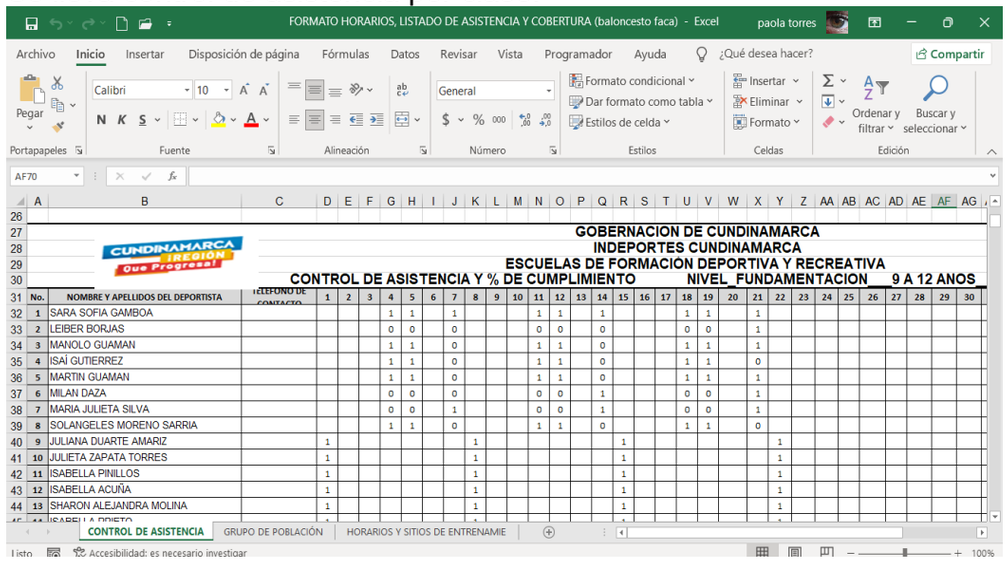
https://drive.google.com/drive/folders/16J5HCRli6Zvaz9Se9EcQfS_mF1Temm7K?usp=drive_link</td>
</tr>
</table>

		TOTAL	57	
5	Realizar pruebas de detección, talla, peso y demás que se consideren a los deportistas en el mes de octubre. La medición y valoración de estas cualidades, nos informará del estado actual del deportista.	Se realizaron las pruebas de detención (talla y peso), teniendo en cuenta los criterios establecidos por el grupo de trabajo del IDRF, para cada uno de los grupos de establecidos dentro de la escuela de formación de baloncesto (iniciación y formación). Logrando obtener los datos completos de todos los deportistas activos participantes en el programa de baloncesto del idrf 2024.		**Adjunto #4 FOTOGRAFÍAS** **Reposa evidencia en el drive compartido** https://drive.google.com/drive/folders/16J5HCRli6Zvaz9Se9EcQfS_mF1Temm7K?usp=drive_link
6	Fomentar la Escuela Deportiva asignada en las instituciones educativas del municipio, la asignación se hará desde la subdirección técnica deportiva según sea la necesidad de la disciplina deportiva.	Durante el periodo comprendido entre el **1 al 30 de noviembre** se realizó la difusión activa de la escuela de baloncesto del IDRF, también durante los procesos formativos se pidió a los deportistas de la escuela que invitaran a los compañeros para hacer parte del proceso formativo de la escuela de baloncesto del IDRF, actualmente los alumnos de la escuela hacen parte de los colegios privados y públicos del municipio (santa maría, libertadores, Industrial, Nacional, Departamental, liceo campestre, Policarpa Salavarrieta, Juan XXIII, comercial santa Rita, Gran Colombiano, ITIF, manuela Ayala, mundo joven, J. F. Kennedy etc.)		**Adjunto #6 FOTOGRAFÍAS Reposa evidencia en el drive compartido** https://drive.google.com/drive/folders/1374cpWDgbZEnfCNSm7dMY320LI0XVMph?usp=drive_link

<table>
<tr>
<td>7</td>
<td>Realizar una (01) sesión de entrenamiento a la semana en una de las zonas rurales del municipio de Facatativá donde por medio de cronograma serán asignadas por el supervisor del contrato y/o metodólogo; BERMEO, PUEBLO VIEJO, LA SELVA, LA TRIBUNA, LOS MANZANOS, MANCILLA, MOYANO, PASO ANCHO, PRADO, SAN RAFAEL, TIERRA GRATA Y TIERRA MORADA.

.</td>
<td>Se realiza el proceso de acompañamiento con los niños de la vereda Mancilla (colegio) y se logró adelantar diferentes sesiones con diferentes grupos para lograr llegar a más niños del sector, gracias al apoyo y colaboración de las docentes encargadas, se hace la intervención en la modalidad de baloncesto los días lunes y por tener algunos festivos se realizaron sesiones los días viernes en el horario de 8:00am a 12:00 m durante la jornada escolar.
<table>
<tr><th>FECHA</th><th>HORA</th><th>LUGAR</th><th>ACTIVIDAD</th></tr>
<tr><td>8/11/2024</td><td>8:00-12:00</td><td>V. MANCILLA</td><td>JUEGOS PRE DEPORTIVOS EN EL DEPORTE DEL BALONCESTO GRADO 2 y 3 (DRIBLING)</td></tr>
<tr><td>15/11/2024</td><td>8:00-12:00</td><td>V. MANCILLA</td><td>JUEGOS PRE DEPORTIVOS EN EL DEPORTE DEL BALONCESTO GRADO 4 y 5 (DRIBLING)</td></tr>
</table>
</td>
<td>Adjunto #7 FOTOGRAFÍAS Reposa evidencia en el drive compartido https://drive.google.com/drive/folders/16J5HCRli6Zvaz9Se9EcQfS_mF1Temm7K?usp=drive_link</td>
</tr>
<tr>
<td>8</td>
<td>Realizar seguimiento y control de los deportistas en la base de datos administrada por el Instituto de Deportes.</td>
<td>Durante el periodo del 01 al 30 de noviembre se realizó el seguimiento y control de los alumnos de la escuela de baloncesto por medio del llamado a lista durante las sesiones de entrenamiento guiados por los datos que reposan en la base de datos del IDRF, se lleva a cabo seguimiento y constante comunicación con padres y deportistas por medio de grupo de WhatsApp.
Se contó con la participación en total de 57 deportistas durante el periodo de 80 inscritos en la base de datos, estos deportistas participan en los</td>
<td>Adjunto #8 FOTOGRAFÍAS Reposa evidencia en el drive compartido

https://drive.google.com/drive/folders/1HzWD9ZDDCShybEhiJZsYmziCr1gD</td>
</tr>
</table>

		diferentes escenarios donde se realizan los entrenamientos, algunos solo van una vez en la semana por temas de desplazamientos a los escenarios. Algunos deportistas que se han retirado se han cambiado de modalidad deportiva otros por temas de horarios académicos y porque no hay quien acompañe a los lugares de entrenamientos. Se lleva control de asistencia por clase. 	3ZB_?usp=drive_link
9	Asistir a las diferentes reuniones y capacitaciones convocadas por el Supervisor, al igual que apoyar la realización de los eventos que el Instituto de Deporte y Recreación de Facatativá "IDRF", programe y requiera su apoyo o participación, independientemente de la disciplina deportiva de la que trate el evento	Se asistió y participó en las reuniones informativas organizadas por la Dirección, Subdirección y el metodólogo del IDRF, también de apoyo en los diferentes eventos realizados durante el periodo comprendido entre el 1 al 30 de noviembre en las siguientes fechas: **FECHA LUGAR MOTIVO DIRIGIDA**	Adjunto #9 FOTOGRAFÍAS Reposa evidencia en el drive compartido https://drive.google.com/drive/folders/16J5HC

		02/11/2024	Polideportivo barrio Cartagena	Toma recreo deportiva en casa	IDRF	**Rli6Zvaz9Se9EcQfS_mF1Temm7K?usp=drive_link**
		15/11/2024	COLISEO MUNICIPAL	Pausas activas (no se participó por temas laborales)	IDRF	
		28/11/2024	COLISEO MUNICIPAL	Reunión general	IDRF	
		26/11/2024	COLISEO MUNICIPAL	Reunión general	INDEPORTES	
		28/11/2024	Skate park	Festival nuevas tendencias	IDRF	
		29/11/2024	Skate park	Festival nuevas tendencias	IDRF	
10	Consolidar y presentar a través de la plataforma SECOP II de forma mensual; informe de ejecución contractual con sus respectivos soportes y evidencias; de acuerdo con la forma de pago, condiciones técnicas y/o productos establecidos.	Se realiza la respectiva consolidación del informe contractual, evidencias y soportes respectivos de acuerdo a la forma de pago, previamente aprobados y cargados a través de la plataforma SECOP II. Para dar cumplimiento al mes de octubre de todas las obligaciones del mismo presentando: • CUENTA DE COBRO No 03 • INFORME DE EJECUCION DE OBLIGACIONES 01 al 30 de noviembre. • INFORME DE EVIDENCIAS • PLANILA DE PAGO No. 1067457631				**Adjunto # 10 FOTOGRAFÍAS Reposa evidencia en el drive compartido** **https://drive.google.com/drive/folders/1374cpWDgbZEnfCNSm7dMY320LI0XVMph?usp=drive_link**

11	Realizar la entrega al supervisor del contrato de los documentos, estudios y demás productos elaborados durante la ejecución del contrato a la entrega del informe final del mismo en formato digital y modificable.	: Se envió al respectivo supervisor del contrato los formatos de informe de ejecución contractual con sus respectivos soportes y evidencias realizadas durante el periodo del 1 al 30 de noviembre de manera puntual según fecha estipulada de manera digital mediante el drive compartido. SE HACE ENTREGA AL SUPERVISOR LOS SIGUIENTES DOCUMENTOS DE EJECUCION DEL CONTRATO • Planeaciones 01 al 30 de noviembre • Asistencia del mes de noviembre • carpeta de evidencias en el drive • Pagos de salud, pensión, y ARL mes de noviembre: **Número de planilla:** 1067457631 **Referencia de pago:** 8850819830	**Reposa evidencia en el drive compartido** https://drive.google.com/drive/folders/1374cpWDgbZEnfCNSm7dMY320LI0XVMph?usp=drive_link
12	Las demás que conforme a su naturaleza le sean asignadas por el supervisor del contrato.	Se tuvo en cuenta todas las recomendaciones realizadas por la dirección general y el metodólogo del IDRF para realizar un trabajo óptimo adecuado y seguro para los integrantes de la escuela de formación de baloncesto del IDRF. Se participo en el epa fest, realizado por y apoyado por la administración municipal.	**Reposa evidencia en el drive compartido** https://drive.google.com/drive/folders/1374cpWDgbZEnfCNSm7dMY320LI0XVMph?usp=drive_link

	OBSERVACIONES		

	
C.C: 1.070.964.985	**APROBÓ (SUPERVISOR): JORGE GALINDO UBAQUE**
CONTRATISTA: YURI PAOLA TORRES DIAZ	**SUBDIRECTOR TÉCNICO DEPORTIVO**

OBJETIVO	Proyecto escuela de formación en baloncesto del IDRF, Fomentar el buen uso del tiempo libre por medio de la práctica del baloncesto, para alejarlos de malos hábitos mejorando parcialmente su calidad de vida.
LUGAR	FACATATIVÁ
FECHA	Evidencias periodo del 01 AL 30 de noviembre 2024



Facatativá 29 de febrero de 2024

SEÑOR
ALEJANDRO VELASQUEZ MAYORGA
Director General "IDRF"

SOLICITUD MATERIAL DEPORTIVO PARA EL DESARROLLO DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN EN BALONCESTO DEL IDRF.

Cordial saludo

El motivo de esta carta es solicitarles el material deportivo que se utilizará para el desarrollo deportivo e inicios de los procesos de formación de la escuela de baloncesto del IDRF.

A continuación, relaciono los materiales deportivos:

• BALÓN DE BALONCESTO #5	• CANTIDAD 10.
• BALÓN DE BALONCESTO #6	• CANTIDAD 10.
• BALÓN DE BALONCESTO #7	• CANTIDAD 10.
• TULAS BALONERAS GRANDES	• CATIDAD 4.
• AROS PLANOS (ULA-ULA)	• CANTIDAD 20
• ESCALERA DE AGILIDAD	• CANTIDAD 1

No siendo más me despido esperando una positiva respuesta para poder dar inicio con nuestro proyecto formativo deportivo en el municipio de Facatativá.

Atentamente

YUSY PAOLA TORRES DIAZ
Formadora baloncesto IDRF

I.D.R.F.

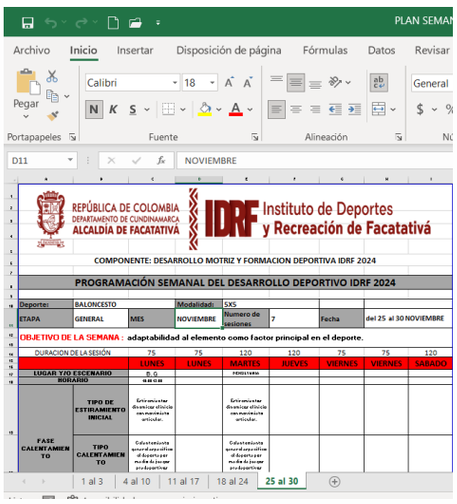
OBLIGACION	01	**FECHA**	2024







OBLIGACION	02	**FECHA**	NOVIEMBRE 2024



PLAN SEMA

Archivo Inicio Insertar Disposición de página Fórmulas Datos Revisar

Calibri 18 General

Pegar Portapapeles Fuente Alineación

D11 NOVIEMBRE

REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ
IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2024

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2024

Deporte:	BALONCESTO		Modalidad:	5X5			
ETAPA	GENERAL	MES	NOVIEMBRE	Numero de sesiones	7	Fecha	del 25 al 30 NOVIEMBRE

OBJETIVO DE LA SEMANA : adaptabilidad al elemento como factor principal en el deporte.

DURACION DE LA SESIÓN	75	75	120	120	75	75	120
	LUNES	LUNES	MARTES	JUEVES	VIERNES	VIERNES	SABADO
LUGAR Y/O ESCENARIO	P.O.						
HORARIO	08H00						
FASE CALENTAMIENTO — TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL	Estiramiento dinamico dirigido con movimiento articular.		Estiramiento dinamico dirigido con movimiento articular.				
FASE CALENTAMIENTO — TIPO CALENTAMIENTO	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos pre deportivos		Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos pre deportivos				

1 al 3 | 4 al 10 | 11 al 17 | 18 al 24 | 25 al 30

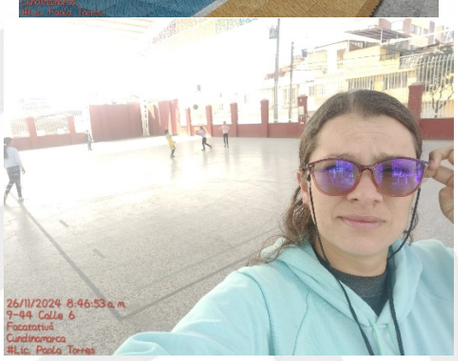




OBLIGACION	03	FECHA	01 al 30 NOVIEMBRE /2024

OBLIGACION	04	FECHA	NOVIEMBRE 2024







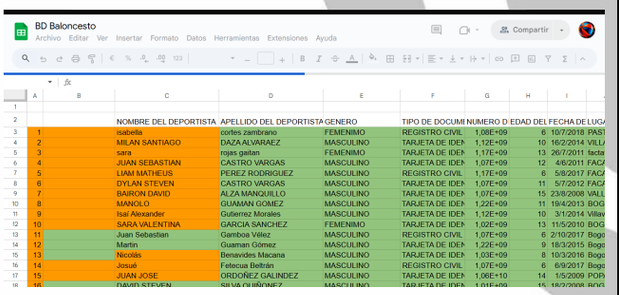


OBLIGACION	05	FECHA	NOVIEMBRE 2024

OBLIGACIÓN	06	FECHA	NOVIEMBRE 2024





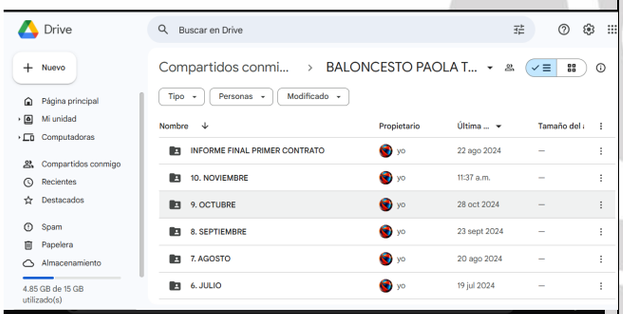


OBLIGACION	07	**FECHA**	NOVIEMBRE 2024	**OBLIGACION**	08	**FECHA**	12/11/2024



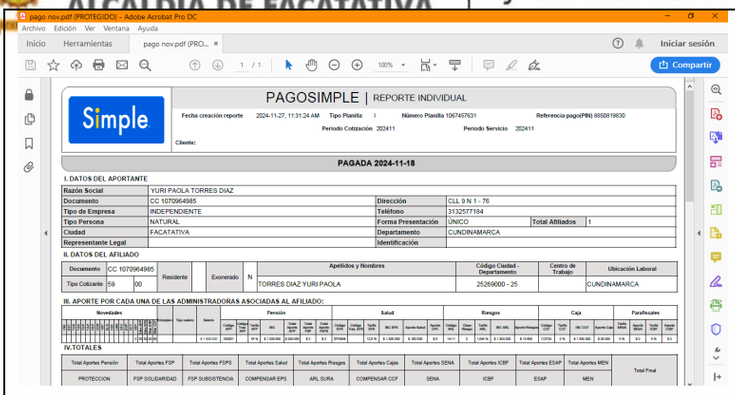








OBLIGACION	09	**FECHA**	noviembre /2024	**OBLIGACION**	10	**FECHA**	noviembre 2024



PAGOSIMPLE | REPORTE INDIVIDUAL

Fecha creación reporte 2024-11-27, 11:31:24 AM Tipo Planilla I Número Planilla 1067457631 Referencia pago(PIN) 8850819830
Periodo Cotización 202411 Periodo Servicio 202411
Cliente:

PAGADA 2024-11-18

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	YURI PAOLA TORRES DIAZ		
Documento	CC 1070964985	Dirección	CLL 9 N 1 - 76
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	Teléfono	3132577184
Tipo Persona	NATURAL	Forma Presentación	UNICO
Ciudad	FACATATIVA	Total Afiliados	1
Representante Legal		Departamento	CUNDINAMARCA
		Identificación	

II. DATOS DEL AFILIADO

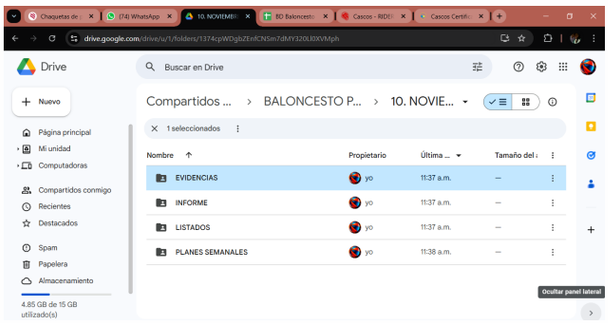
Documento		Residente		Exonerado	N	Apellidos y Nombres	Código Ciudad - Departamento	Centro de Trabajo	Ubicación Laboral
Tipo Cotizante	59	00				TORRES DIAZ YURI PAOLA	25269000 - 25		CUNDINAMARCA

III. APORTE POR CADA UNA DE LAS ADMINISTRADORAS ASOCIADAS AL AFILIADO:

Novedades				Pensión				Salud				Riesgos				Caja				Parafiscales			
				16 %	$ 1.160.000	$ 204.000	$ 0			$ 185.600	$ 0		1	1,044 %	$ 1.160.000	$ 12.000		4 %	$ 1.160.000	$ 46.000		4 %	$ 0

IV.TOTALES

Total Aportes Pensión	Total Aportes FSP	Total Aportes FSPS	Total Aportes Salud	Total Aportes Riesgos	Total Aportes Cajas	Total Aportes SENA	Total Aportes ICBF	Total Aportes ESAP	Total Aportes MEN	Total Final
PROTECCION	FSP SOLIDARIDAD	FSP SUBSISTENCIA	COMPENSAR EPS	ARL SURA	COMPENSAR CCF	SENA	ICBF	ESAP	MEN	



Drive
Buscar en Drive
Nuevo
Página principal
Mi unidad
Computadoras
Compartidos conmigo
Recientes
Destacados
Spam
Papelera
Almacenamiento
4.85 GB de 15 GB utilizado(s)
Compartidos ... › BALONCESTO P... › 10. NOVIE...
1 seleccionados
Nombre | Propietario | Última ... | Tamaño del
EVIDENCIAS — yo — 11:37 a.m.
INFORME — yo — 11:37 a.m.
LISTADOS — yo — 11:37 a.m.
PLANES SEMANALES — yo — 11:38 a.m.
Ocultar panel lateral



OBLIGACION	11	**FECHA**	noviembre 2024	**OBLIGACION**	12	**FECHA**	noviembre 2024



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL INICIACIÓN 5 A 8 AÑOS



No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	ISABELLA AVILA					1	1		1				1	1		1				1	1		1										9	9	0	100%
2	JOSUE BELTRAN					1	1		1				1	1		1				1	1		1										9	9	0	100%
3	JUAN JOSE MENDOZA					1	1		1				1	1		1				1	1		1										9	9	0	100%
4	JUAN SEBASTIAN GAMBOA					1	1		0				0	0		1				0	1		1										9	5	4	56%
5	ISABELLA CORTEZ ZAMBRANO					0	0		0				0	0		0				0	0		1										9	1	8	11%
6	LIAM PEREZ RODRIGUEZ					1	1		0				1	1		1				1	1		1										9	8	1	89%
7	AMY LUCIANA GOMEZ DELGADO					1	1		1				1	1		1				1	1		1										9	9	0	100%
8	ANGEL MENDEZ SARRIA					1	0		1				1	1		1				1	1		1										9	8	1	89%
9	LIAM LOMBANA MILLAN					1	1		1				1	1		1				1	1		1										9	9	0	100%
10	JOEL ESTEBAN VELOSA NIETO					0	0		1				0	0		1				1	1		1										9	5	4	56%
11	SAMUEL ALEJANDRO VELOSA NIETO					1	1		0				1	1		1				1	1		1										9	8	1	89%
12	NICOLAS BENAVIDES					1	1		1				1	1		1				1	0		1										9	8	1	89%
13	DANNA SOFIA ROA					0	0		1				0	0		1				1	1		1										9	5	4	56%
14																																	0	0	0	#¡DIV/0!
15																																	0	0	0	#¡DIV/0!
16																																	0	0	0	#¡DIV/0!
17																																	0	0	0	#¡DIV/0!
18																																	0	0	0	#¡DIV/0!
19																																	0	0	0	#¡DIV/0!
20																																	0	0	0	#¡DIV/0!



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL_FUNDAMENTACIÓN 9 A 12 AÑOS



No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	SARA SOFIA GAMBOA					1	1		1				1	1		1				1	1		1										9	9	0	100%
2	LEIBER BORJAS					0	0		0				0	0		0				0	0		1										9	1	8	11%
3	MANOLO GUAMAN					1	1		0				1	1		0				1	1		1										9	7	2	78%
4	ISAÍ GUTIERREZ					1	1		0				1	1		0				1	1		0										9	6	3	67%
5	MARTIN GUAMAN					1	1		0				1	1		0				1	1		1										9	7	2	78%
6	MILAN DAZA					0	0		0				0	0		1				0	0		1										9	2	7	22%
7	MARIA JULIETA SILVA					0	0		1				0	0		1				0	0		1										9	3	6	33%
8	SOLANGELES MORENO SARRIA					1	1		0				1	1		0				1	1		0										9	6	3	67%
9	JULIANA DUARTE AMARIZ		1							1							1							1									4	4	0	100%
10	JULIETA ZAPATA TORRES		1							1							1							1									4	4	0	100%
11	ISABELLA PINILLOS		1							1							1							1									4	4	0	100%
12	ISABELLA ACUÑA		1							1							1							1									4	4	0	100%
13	SHARON ALEJANDRA MOLINA		1							1							1							1									4	4	0	100%
14	ISABELLA PRIETO		1							1							1							1									4	4	0	100%
15	MARIANA ROA		1							1							1							1									4	4	0	100%
16	SOFIA DUARTE AMARIZ		1							1							1							1									4	4	0	100%
17	ARIANNA RUBIO CORONADO		1							1							1							1									4	4	0	100%
18	ASTRID MARTIN CONTRERAS		0							0							0							1									4	1	3	25%
19																																		0	0	0	#¡DIV/0!
20																																		0	0	0	#¡DIV/0!



GOBERNACION DE CUNDINAMARCA
INDEPORTES CUNDINAMARCA
ESCUELAS DE FORMACIÒN DEPORTIVA Y RECREATIVA
CONTROL DE ASISTENCIA Y % DE CUMPLIMIENTO NIVEL_ESPECIALIZACIÓN 13 A 17 AÑOS



No.	NOMBRE Y APELLIDOS DEL DEPORTISTA	TELEFONO DE CONTACTO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	# SESIONES PROGRAMADAS MES	# SESIONES CUMPLIDAS	# FALLAS MES	% CUMPLIMIENTO MES
1	SAMUEL SANCHEZ CERON					1	1		1				1	1		1				1	1		1										9	9	0	100%
2	ARLEY LLANOS QUIÑONEZ					0	0		0				0	0		0				0	0		1										9	1	8	11%
3	JUAN JOSE ORDOÑEZ					1	1		0				1	1		0				1	1		1										9	7	2	78%
4	YOIER ISMAEL JOSUE SANTAROSA					1	1		0				1	1		0				1	1		0										9	6	3	67%
5	JUAN ESTEBAN REYES CASTILLO					1	1		0				1	1		0				1	1		1										9	7	2	78%
6	JULIAN VALBUENA GONZALEZ					0	0		0				0	0		1				0	0		1										9	2	7	22%
7	JUAN MANUEL CHACON					0	0		1				0	0		1				0	0		1										9	3	6	33%
8	NICOL VALBUENA					1	1		0				1	1		0				1	1		0										9	6	3	67%
9	DANNA VALERIA SANDOVAL					1	1		0				1	1		0				1	1		0										9	6	3	67%
10	JOEL ZOA FLOREZ					1	1		0				1	1		0				1	1		0										9	6	3	67%
11	DILAN LEON JIMENEZ					1	1		0				1	1		0				1	1		0										9	6	3	67%
12	MARIA JOSE GALEANO					1	1		0				1	1		0				1	1		0										9	6	3	67%
13																																	0	0	0	#¡DIV/0!
14																																	0	0	0	#¡DIV/0!
15																																	0	0	0	#¡DIV/0!
16																																	0	0	0	#¡DIV/0!
17																																	0	0	0	#¡DIV/0!
18																																	0	0	0	#¡DIV/0!
19																																	0	0	0	#¡DIV/0!
20																																	0	0	0	#¡DIV/0!

REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ

IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2024

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2024

Deporte:	**BALONCESTO**		**Modalidad:**	**5X5**			
ETAPA	**GENERAL**	**MES**	**NOVIEMBRE**	**Numero se sesiones**	**3**	**Fecha**	**del 1 al 3 NOVIEMBRE**

OBJETIVO DE LA SEMANA : LOGRAR TRANSMITIR LA FASE DE IRRADIACIÓN I Y FASE DE FUNDAMENTACIÓN SWEGUN CORRRESPONDA

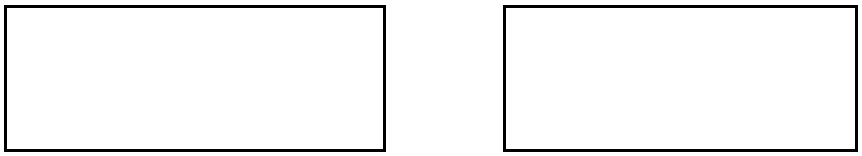
DURACION DE LA SESIÓN		75	75	120	120	75	75	120
		LUNES	**LUNES**	**MARTES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**VIERNES**	**SABADO**
LUGAR Y/O ESCENARIO						VILLA OLIMPICA	VILLA OLIMPICA	ZAMBRANO
HORARIO						VILLA OLIMPICA	VILLA OLIMPICA	12:00 2:00
FASE CALENTAMIENTO	**TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL**					3:00 . 4:30	4:30 6:00	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular.
	TIPO CALENTAMIENTO					Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular en orden ascendente.	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular en orden ascendente.	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos
	RETORNO A LA CALMA					Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos	Calentamiento general especifico al deporte por medio de tiempoy y secuencias de trabajo.	Juegos 3x3
	TIPO DE ESTIRAMIENTO FINAL					Juegos 3x3	Juegos 3x3	Estiramientos pasivos y estaticos.
	OBSERVACION					Estiramientos pasivos y estaticos.	Estiramientos pasivos y estaticos.	Se les dio una secuencia de estitamientos para tener presente al inicio y final de cada sesion
FASE FISICA	**Contenido**					juegos predeportivos encamInados a la familariación con el balón y su entorno	Ejercicios de trote con mantenimiento de ritmo	juegos predeportivos encamonados a la familariacion con el balon y su entorno
	Fase de Desarrollo					Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion
	Intensidad (%)					40	40	40
	Volumen (%)					15	15	15
	Volumen (min)					11,25	11,25	18
FASE TECNICA	**Contenido**					agarre de balon, he iniciacion de adaptabilidad al elemento	Dominio de balón y fundamentación al movimiento con el elemento	agarre de balon, he iniciacion de adaptabilidad al elemento
	Fase de Desarrollo					Adquisición	Adquisición	Adquisicion
	Intensidad (%)					40	40	40
	Volumen (%)					65	65	65
	Volumen (min)					48,75	48,75	78
FASE TACTICA	**Contenido**					Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase
	Fase de Desarrollo					Adquisición	Adquisición	Adquisicion
	Intensidad (%)					20	20	20
	Volumen (%)					20	20	20
	Volumen (min)					15	15	78
Total volumen (%) sesion						100	100	100
Total volumen (min) sesion						75	75	FALSO
TOTAL DE INTENSIDAD POR SESION						100	100	100

Comportamiento Grafica de la ejecucion d la carga



Observaciones y/o retroalimantación:

Firma del Formador		**Visto Bueno del Metodologo**	



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ

IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2024

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2024

Deporte:	**BALONCESTO**		**Modalidad:**	**5X5**			
ETAPA	**GENERAL**	**MES**	**NOVIEMBRE**	**Numero de sesiones**	**7**	**Fecha**	**4 AL 10 DE NOVIEMBRE**

OBJETIVO DE LA SEMANA : adaptabilidad al elemento como factor principal en el deporte.

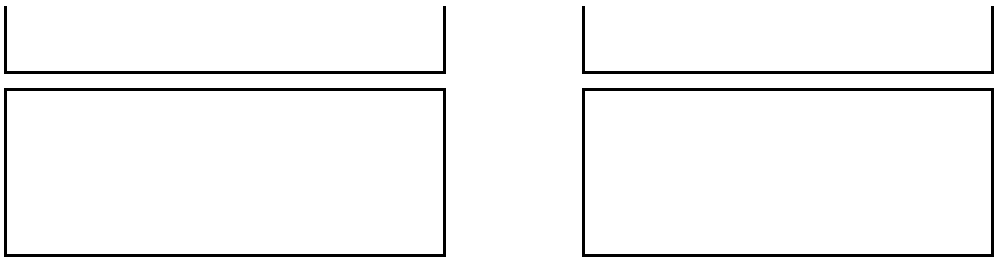
DURACION DE LA SESIÓN		75	75	120	120	75	75	120
		LUNES	**LUNES**	**MARTES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**VIERNES**	**SABADO**
LUGAR Y/O ESCENARIO		B. G	B.G	ZAMBRANO	PENSILVANIA	VILLA OLIMPICA	VILLA OLIMPICA	ZAMBRANO
HORARIO		3:00 . 4:30	4:30 6:00	8:00 11:00	8:00 11:00	3:00 . 4:30	4:30 6:00	12:00 2:00
FASE CALENTAMIENTO	**TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL**	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular en orden ascendente.	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular en orden ascendente.	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular en orden ascendente.	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular en orden ascendente.	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular en orden ascendente.	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular en orden ascendente.	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular en orden ascendente.
	TIPO CALENTAMIENTO	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos	Calentamiento general especifico al deporte por medio de tiempoy y secuencias de trabajo.	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos	Calentamiento general especifico al deporte por medio de tiempoy y secuencias de trabajo.	Calentamiento general especifico al deporte por medio de tiempoy y secuencias de trabajo.
	RETORNO A LA CALMA	Juegos 1x1	Juegos 3x3	Juegos 1x1	Juegos 1x1	Juegos 3x3	Juegos 3x3	Juegos 5x5
	TIPO DE ESTIRAMIENTO FINAL	Estiramientos pasivos y estaticos.	Estiramientos pasivos y estaticos.	Estiramientos pasivos y estaticos.	Estiramientos pasivos y estaticos.	Estiramientos pasivos y estaticos.	Estiramientos pasivos y estaticos.	Estiramientos pasivos y estaticos.
	OBSERVACION							
FASE FISICA	**Contenido**	juegos predeportivos encamlnados a la familariación con el balón y su entorno	Ejercicios de trote con mantenimiento de ritmo	juegos predeportivos encamlnados a la familariación con el balón y su entorno	juegos predeportivos encamlnados a la familariación con el balón y su entorno	juegos predeportivos encamlnados a la familariación con el balón y su entorno	Ejercicios de trote con mantenimiento de ritmo	juegos predeportivos encamlnados a la familariación con el balón y su entorno
	Fase de Desarrollo	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion
	Intensidad (%)	40	40	40	40	40	40	40
	Volumen (%)	15	15	15	15	15	15	15
	Volumen (min)	11,25	11,25	18	18	11,25	11,25	18
FASE TECNICA	**Contenido**	agarre de balón, he iniciación de adaptabilidad al elemento	Dominio de balón y fundamentación al movimiento con el elemento	agarre de balon, he iniciacion de adaptabilidad al elemento	agarre de balon, he iniciacion de adaptabilidad al elemento	agarre de balon, he iniciacion de adaptabilidad al elemento	Dominio de balón y fundamentación al movimiento con el elemento	agarre de balon, he iniciacion de adaptabilidad al elemento
	Fase de Desarrollo	Adquisición	Adquisición	Adquisición	Adquisición	Adquisición	Adquisición	Adquisición
	Intensidad (%)	40	40	40	40	40	40	40
	Volumen (%)	65	65	65	65	65	65	65
	Volumen (min)	48,75	48,75	78	78	48,75	48,75	78
FASE TACTICA	**Contenido**	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase
	Fase de Desarrollo	Adquisición	Adquisición	Adquisición	Adquisición	Adquisición	Adquisición	Adquisición
	Intensidad (%)	20	20	20	20	20	20	20
	Volumen (%)	20	20	20	20	20	20	20
	Volumen (min)	15	15	24	24	15	15	24
Total volumen (%) sesion		100	100	100	100	100	100	100
Total volumen (min) sesion		75	75	120	120	75	75	120
TOTAL DE INTENSIDAD POR SESION		100	100	100	100	100	100	100

Comportamiento Grafica de la ejecucion d la carga



Observaciones y/o retroalimantación:

Firma del Formador		**Visto Bueno del Metodologo**	



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ

IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2024

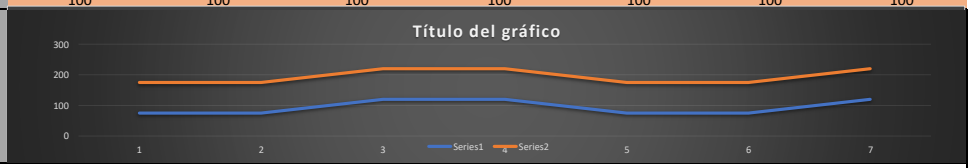
PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2024

Deporte:	**BALONCESTO**		**Modalidad:**	**5X5**			
ETAPA	**GENERAL**	**MES**	**NOVIEMBRE**	**Numero de sesiones**	**7**	**Fecha**	**del 11 al 17 NOVIEMBRE**

OBJETIVO DE LA SEMANA : adaptabilidad al elemento como factor principal en el deporte.

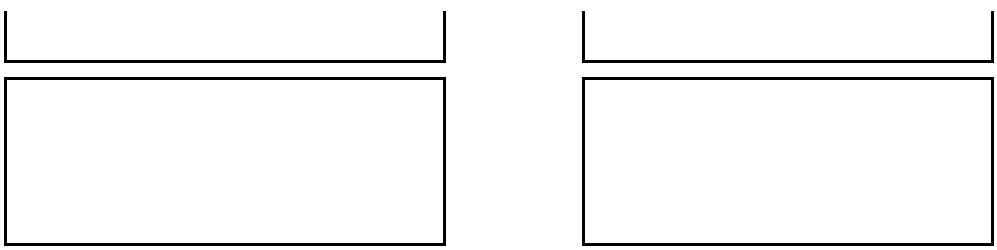
DURACION DE LA SESIÓN		75	75	120	120	75	75	120
		LUNES	**LUNES**	**MARTES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**VIERNES**	**SABADO**
LUGAR Y/O ESCENARIO		B. G	B.G	ZAMBRANO	PENSILVANIA	VILLA OLIMPICA	VILLA OLIMPICA	VILLA OLIMPICA
HORARIO		3:00 . 4:30	4:30 6:00	8:00 11:00	8:00 11:00	3:00 . 4:30	4:30 6:00	1:00 3:00
FASE CALENTAMIENTO	**TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL**	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular en orden ascendente.	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular en orden ascendente.	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular en orden ascendente.	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular en orden ascendente.	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular en orden ascendente.	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular en orden ascendente.	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular en orden ascendente.
	TIPO CALENTAMIENTO	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos
	RETORNO A LA CALMA	Juegos 3x3	Juegos 3x3	Juegos 3x3	Juegos 3x3	Juegos 3x3	Juegos 3x3	Juegos 3x3
	TIPO DE ESTIRAMIENTO FINAL	Estiramientos pasivos y estaticos.	Estiramientos pasivos y estaticos.	Estiramientos pasivos y estaticos.	Estiramientos pasivos y estaticos.	Estiramientos pasivos y estaticos.	Estiramientos pasivos y estaticos.	Estiramientos pasivos y estaticos.
	OBSERVACION							
FASE FISICA	**Contenido**	Ejercicios de trote con tiempo determinado para el desarrollo de un	juegos predeportivos encamonados a la familariacion con el balon y su entorno	Ejercicios de trote con tiempo determinado para el desarrollo de un	juegos predeportivos encamonados a la familariacion con el balon y su entorno	Ejercicios de trote con tiempo determinado para el desarrollo de un	juegos predeportivos encamonados a la familariacion con el	juegos predeportivos encamonados a la familariacion con el
	Fase de Desarrollo	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion
	Intensidad (%)	50	50	50	50	50	50	50
	Volumen (%)	20	20	20	20	20	20	20
	Volumen (min)	15	15	24	24	15	15	24
FASE TECNICA	**Contenido**	Dominio del elemento por medio de ejercciocion de coordinacion viso - manuela y	Dominio del elemento por medio de ejercciocion de coordinacion viso - manuela y	Dominio del elemento por medio de ejercciocion de coordinacion viso - manuela y	Dominio del elemento por medio de ejercciocion de coordinacion viso - manuela y	Dominio del elemento por medio de ejercciocion de coordinacion viso - manuela y	Dominio del elemento por medio de ejercciocion de coordinacion viso - manuela y	Dominio del elemento por medio de ejercciocion de coordinacion viso - manuela y
	Fase de Desarrollo	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion
	Intensidad (%)	30	30	30	30	30	30	30
	Volumen (%)	60	60	60	60	60	60	60
	Volumen (min)	45	45	72	72	45	45	72
FASE TACTICA	**Contenido**	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase
	Fase de Desarrollo	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion
	Intensidad (%)	20	20	20	20	20	20	20
	Volumen (%)	20	20	20	20	20	20	20
	Volumen (min)	15	15	24	24	15	15	24
Total volumen (%) sesion		100	100	100	100	100	100	100
Total volumen (min) sesion		75	75	120	120	75	75	120
TOTAL DE INTENSIDAD POR SESION		100	100	100	100	100	100	100

Comportamiento Grafica de la ejecucion d la carga



Observaciones y/o retroalimantación:

Firma del Formador		**Visto Bueno del Metodologo**	



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ

IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2024

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2024

Deporte:	**BALONCESTO**		**Modalidad:**	**5X5**			
ETAPA	**GENERAL**	**MES**	**NOVIEMBRE**	**Numero de sesiones**	**7**	**Fecha**	**del 18 al 24 NOVIEMBRE**

OBJETIVO DE LA SEMANA : adaptabilidad al elemento como factor principal en el deporte.

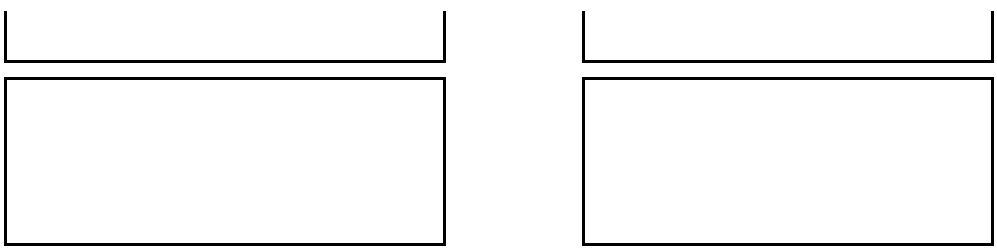
DURACION DE LA SESIÓN		75	75	120	120	75	75	120
		LUNES	**LUNES**	**MARTES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**VIERNES**	**SABADO**
LUGAR Y/O ESCENARIO		B. G	B.G	PENSILVANIA	PENSILVANIA	VILLA OLIMPICA	VILLA OLIMPICA	VILLA OLIMPICA
HORARIO		3:00 . 4:30	4:30 6:00	8:00 11:00	8:00 11:00	3:00 . 4:30	4:30 6:00	1:00 3:00
FASE CALENTAMIENTO	**TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL**	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular.	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular.	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular.	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular.	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular.	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular.	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular.
	TIPO CALENTAMIENTO	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos
	RETORNO A LA CALMA	Juegos 3x3	Juegos 3x3	Juegos 3x3	Juegos 3x3	Juegos 3x3	Juegos 3x3	Juegos 3x3
	TIPO DE ESTIRAMIENTO FINAL	Estiramientos pasivos y estaticos.	Estiramientos pasivos y estaticos.	Estiramientos pasivos y estaticos.	Estiramientos pasivos y estaticos.	Estiramientos pasivos y estaticos.	Estiramientos pasivos y estaticos.	Estiramientos pasivos y estaticos.
	OBSERVACION							
FASE FISICA	**Contenido**	juegos predeportivos encaminados a la familariacion con el balon y su entorno a	juegos predeportivos encaminados a la familariacion con el balon y su entorno a	juegos predeportivos encaminados a la familariacion con el balon y su entorno a	juegos predeportivos encaminados a la familariacion con el balon y su entorno a	juegos predeportivos encaminados a la familariacion con el	juegos predeportivos encaminados a la familariacion con el	juegos predeportivos encaminados a la familariacion con el
	Fase de Desarrollo	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion
	Intensidad (%)	70	70	70	70	70	70	70
	Volumen (%)	30	30	30	30	30	30	30
	Volumen (min)	22,5	22,5	36	36	22,5	22,5	36
FASE TECNICA	**Contenido**	Posiciones basicas en la toma del balon y si secuencia metodologia para iniciar el drible	Posiciones basicas en la toma del balon y si secuencia metodologia para iniciar el drible	Posiciones basicas en la toma del balon y si secuencia metodologia para iniciar el drible	Posiciones basicas en la toma del balon y si secuencia metodologia para iniciar el drible	Posiciones basicas en la toma del balon y si secuencia metodologia para iniciar el drible	Posiciones basicas en la toma del balon y si secuencia metodologia para iniciar el drible	Posiciones basicas en la toma del balon y si secuencia metodologia para iniciar el drible
	Fase de Desarrollo	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion
	Intensidad (%)	20	20	20	20	20	20	20
	Volumen (%)	60	60	60	60	60	60	60
	Volumen (min)	45	45	72	72	45	45	72
FASE TACTICA	**Contenido**	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase
	Fase de Desarrollo	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion	Adquisicion
	Intensidad (%)	10	10	10	10	10	10	10
	Volumen (%)	10	10	10	10	10	10	10
	Volumen (min)	7,5	7,5	12	12	7,5	7,5	12
Total volumen (%) sesion		100	100	100	100	100	100	100
Total volumen (min) sesion		75	75	120	120	75	75	120
TOTAL DE INTENSIDAD POR SESION		100	100	100	100	100	100	100

Comportamiento Grafica de la ejecucion d la carga



Observaciones y/o retroalimantación:

Firma del Formador		**Visto Bueno del Metodologo**	



REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
ALCALDÍA DE FACATATIVÁ

IDRF Instituto de Deportes y Recreación de Facatativá

COMPONENTE: DESARROLLO MOTRIZ Y FORMACION DEPORTIVA IDRF 2024

PROGRAMACIÓN SEMANAL DEL DESARROLLO DEPORTIVO IDRF 2024

Deporte:	**BALONCESTO**		**Modalidad:**	**5X5**			
ETAPA	**GENERAL**	**MES**	**NOVIEMBRE**	**Numero de sesiones**	**7**	**Fecha**	**del 25 al 30 NOVIEMBRE**

OBJETIVO DE LA SEMANA : adaptabilidad al elemento como factor principal en el deporte.

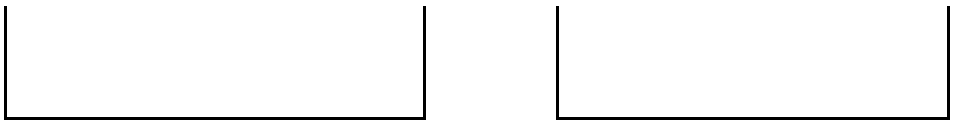
DURACION DE LA SESIÓN		75	75	120	120	75	75	120
		LUNES	**LUNES**	**MARTES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**VIERNES**	**SABADO**
LUGAR Y/O ESCENARIO		B. G		PENSILVANIA				
HORARIO		10:00 12:00						
FASE CALENTAMIENTO	**TIPO DE ESTIRAMIENTO INICIAL**	Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular.		Estiramientos dinamicos al inicio con movimieto articular.				
	TIPO CALENTAMIENTO	Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos		Calentamiento general especifico al deporte por medio de juegos predeportivos				
	RETORNO A LA CALMA	Juegos 3x3		Juegos 3x3				
	TIPO DE ESTIRAMIENTO FINAL	Estiramientos pasivos y estaticos.		Estiramientos pasivos y estaticos.				
	OBSERVACION							
FASE FISICA	**Contenido**	Predeportivo con penitencias en mejora de la condicion fisica		Predeportivo con penitencias en mejora de la condicion fisica				
	Fase de Desarrollo	Adquisicion		Adquisicion				
	Intensidad (%)	50		50				
	Volumen (%)	20		20				
	Volumen (min)	15	0	24	0	0	0	
FASE TECNICA	**Contenido**	Dominio del elemento por medio de ejercciocion de coordinacion viso - manuela y		Dominio del elemento por medio de ejercciocion de coordinacion viso - manuela y				
	Fase de Desarrollo	Adquisicion		Adquisicion				
	Intensidad (%)	30		30				
	Volumen (%)	60		60				
	Volumen (min)	45	0	72	0	0	0	
FASE TACTICA	**Contenido**	Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase		Desarrollo de juego, empleando las principales reglas socializadas en las clase				
	Fase de Desarrollo	Adquisicion		Adquisicion				
	Intensidad (%)	20	20	20				
	Volumen (%)	20	20	20				
	Volumen (min)	15	15	24	0	0	0	
Total volumen (%) sesion		100	20	100	0	0	0	
Total volumen (min) sesion		75	15	120	0	0	0	
TOTAL DE INTENSIDAD POR SESION		100	20	100	0	0	0	

Comportamiento Grafica de la ejecucion d la carga



Observaciones y/o retroalimantación:

Firma del Formador		**Visto Bueno del Metodologo**	



PLAN PEDAGÓGICO
PROPUESTA DE BALONCESTO

FACATATIVÁ
2024

Este Proyecto será desarrollado por:

YURI PAOLA TORRES DIAZ
LICENCIADA EN EDUCACIÓN FÍSICA UPN

INTRODUCCIÓN.

El baloncesto es una disciplina deportiva que ayuda para el desarrollo de la persona y el desarrollo de trabajo en equipo, por eso es de vital importancia mantener procesos constantes en la formación, especialización y de rendimiento deportivo, buscando así excelentes desempeños y grandes satisfacciones para la comunidad facatativeña.

JUSTIFICACIÓN.

Este proyecto se quiere realizar buscando una preparación adecuada para los niños y niñas de Facatativá. Se buscarán las herramientas necesarias para el desarrollo del proceso formativo y deportivo para poder tener una presentación.

OBJETIVOS.

GENERAL:

Lograr un equipo competitivo que sea capaz de afrontar los juegos Intercolegiados dejando la imagen de la institución en un punto alto.

ESPECIFICOS:

- Agrupar las jugadoras seleccionadas en pro de comenzar trabajos en la fase de preparación para juegos Intercolegiados 2024

- Ejecutar un plan práctico de acuerdo a las necesidades y el tiempo de trabajo.

- Realizar una preparación óptima para cada deportista que pueda cohesionar un grupo y lograr desempeñar bien las tareas presentadas durante el evento.

METODOLOGIA

- Realizar trabajos prácticos dirigidos a los deportistas simulando situaciones de juegos.

- Desarrollar técnicas y tácticas buscando que las deportistas adquieran herramientas para solucionar situaciones de juego.

- Desarrollar actividades que involucren al deportista a mantener la identidad, autoestima y elevar la motivación individual y grupal.

MARCO REFERENCIAL

Según el profesor Gabriel Malnar la teoría del entrenamiento estamos buscando permanentemente novedades. En verdad hay poco de nuevo, y la realidad es examinar los viejos conceptos a la luz de las investigaciones actuales. Esto nos proporciona una perspectiva nueva.

Toda actividad del hombre tiene un carácter global, cada vez que nos apartamos de la integración neurosensitiva y psicomotriz para dedicarnos a un trabajo parcial, se produce una desviación marcada por el signo de la ineficiencia, la inutilidad y , en parte, el perjuicio.

Lo esencial es el concepto de sinergia. Sinergia significa, simplemente, que el todo es más que la suma de las partes.

No existe un componente del entrenamiento que tomado aisladamente, sea más importante que los otros. El resultado óptimo de un programa de entrenamiento sólo se logra cuando los diversos componentes se unifican en un conjunto

No existe un componente del entrenamiento que tomado aisladamente, sea más importante que los otros. El resultado óptimo de un programa de entrenamiento sólo se logra cuando los diversos componentes se unifican en un conjunto.

Lo esencial es el concepto de sinergia. Sinergia significa, simplemente, que el todo es más que la suma de las partes.

No existe un componente del entrenamiento que tomado aisladamente, sea más importante que los otros. El resultado óptimo de un programa de entrenamiento sólo se logra cuando los diversos componentes se unifican en un conjunto.

La aplicación de los estímulos en el momento justo y en su justa sucesión garantiza la obtención de procesos de adaptación óptimos.

El esbozo de una Teoría del Entrenamiento debería abarcar:

- Las teorías y las leyes de la acción y el comportamiento humano.
- La adaptación biológica a las cargas del entrenamiento, del tipo que sean, en las distintas etapas del desarrollo.
- La formación de un sistema de preparación, con sus modelos cronológicos, de contenido de dirección y de control.
- Una metodología del entrenamiento que se base en las leyes de la acción concebida como totalidad.
- El desarrollo a largo plazo del rendimiento específico basado en el principio de multilateralidad específica.
- El predominio de la calidad del entrenamiento por sobre la cantidad.

El entrenamiento deberá ser considerado un proceso pedagógico organizado, de larga duración, cuyo objetivo es el desarrollo de las adaptaciones óptimas que son necesarias para el logro de la máxima performance y su mantenimiento a través del tiempo, en todos los niveles de actividad y a todas las edades.

El entrenamiento ha sido desarrollado por mucho tiempo como la suma de elementos cuantitativos, cargas de trabajo, volúmenes, intensidades, pausas, etc.. Esto parecía que cerraba el círculo, casi matemático, del rendimiento deportivo.

En realidad el hombre y su relación con la humanidad van mucho más allá de su mundo físico. Hoy los caminos del entrenamiento deportivo deben resurgir hacia sus cauces más profundos, sus bases pedagógicas y el respeto, junto a todas las leyes biológicas, de la condición integral del hombre.

El fraccionamiento, la clasificación, la esquematización extrema nos han llevado muchas veces a ver a un individuo vinculado con el movimiento o el deporte, como un ser biológico, como un ser resistencia, o un ser velocidad o un ser fuerza, perdiendo de vista que somos todo eso y mucho más en la medida que nuestros sistemas neuromotrices son sensitivos, perceptivos y emotivos a la vez.

De que nos sirve entrenar más, si no entrenamos mejor, de que nos sirve saber como entrenan los deportistas de elite, si en realidad en nuestro medio no se reúnen las condiciones para serlo.

Allí aparece una propuesta que valora por encima de todas las capacidades motoras, a esa condición neuro-sensitivo-emotivo-motriz. Esto es el entrenamiento por la calidad.

El entrenamiento eficiente busca los esfuerzos justos, individualmente establecidos y medidos, en un contexto global y en donde el gesto deportivo, la destreza y la coordinación son permanentemente

Protegidas, no hay agresión, hay trabajo, hay esfuerzo pero de acuerdo a las reales capacidades de adaptación y superación humanas.

El Entrenamiento deportivo educa para reproducir o para transformar los valores, ideales y actitudes de quien lo practica y por lo tanto, quien enseña deberá poseer un modelo de hombre y de sociedad a los cuales aspire y vaya construyendo; modelo o proyecto que deberá sustentarse ideológica y pedagógicamente.

El ser "fisiológico" se manifiesta en un contexto histórico, político y cultural. Este contexto es determinante y altera sustancialmente los aspectos psico-biológicos del hombre.

De esta manera debemos utilizar los conocimientos científicos para analizar al hombre como un ser social activo, protagonista de su propia educación y que a través del Deporte pueda vivir un proceso emancipador.

Conjugamos así varios conceptos:

- una mayor humanización del entrenamiento,
- la necesidad de priorizar la calidad sobre la cantidad,
- el concebir el entrenamiento como un proceso pedagógico individual,
- aplicar permanentemente el concepto de sinergia y
- entender al hombre como un ser social activo.

ESQUEMA TEMATICO.

1 FASE: IRRADIACIÓN.

En esta etapa se dará información de una forma recreativa a las participantes buscando descubrir talentos y jóvenes que en verdad les guste el baloncesto.

1. Control del cuerpo.
2. Juego sin balón.
3. Posiciones básicas.
4. Dominio de balón.

2 FASE: FORMACIÓN:

Para esta fase se comienza con el proceso de enseñanza del baloncesto sus fundamentos y técnicas, y sus competencias serán netamente lúdicas.

1. Dribling.
2. Paradas.

3. Entradas.
4. Pases
5. Lanzamientos
6. Cambios de ritmo.
7. Cambios de dirección

3 FASE: RENDIMIENTO Y CONFRONTACIÓN

1. Fintas.
2. Amagues.
3. Reglamento. (planilla y juzgamiento.)
4. Contraataque (trenzas, carriles y salidas.)
5. Pantallas.
6. Tácticas.
7. Sistemas de juegos defensivos
8. Sistemas de juegos ofensivos.

En esta fase se termina de formar al deportista y se comienzan a moldear técnicas de competencia y sus participaciones serán valorativas y por objetivos

ACTIVIDADES

- Participar en juegos amistosos como evaluación del proceso deportivo.
- Participar las competencias previas al evento principal.
- trabajos lúdicos y de expresión corporal que libere las presiones de la competencia.
- Trabajo constante de táctica y estrategias durante las sesiones de entrenamiento.

TEMPORALIZACION DEL PROYECTO

Este proyecto está diseñado para realizarse en el periodo de febrero a noviembre del año en curso 10 (10 meses), distribuido en:

248 sesiones.

2 horas por sesión.

RECURSOS Y MEDIOS

HUMANOS: Las deportistas seleccionadas.

MATERIALES: Los posibles escenarios que por convenio la institución puede solicitar y adquirir para desarrollar el programa. Además de uniformes, balones y todo lo necesario para el desarrollo del plan.

FINANCIEROS: En lo posible el apoyo económico en cuestión de transporte o inscripción para un evento deportivo competitivo externo.

Cordialmente;

YURI PAOLA TORRES DIAZ
Lic. En Educación Física

FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO





FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO





FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO





FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO





FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO





FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



FOTOGRAFIAS NOVIEMBRE ESCUELA DE BALONCESTO



PAGOSIMPLE | REPORTE INDIVIDUAL

Fecha creación reporte 2024-11-27, 11:31:24 AM **Tipo Planilla** I **Número Planilla** 1067457631 **Referencia pago(PIN)** 8850819830

Periodo Cotización 202411 **Periodo Servicio** 202411

Cliente:

PAGADA 2024-11-18

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	YURI PAOLA TORRES DIAZ				
Documento	CC 1070964985	**Dirección**	CLL 9 N 1 - 76		
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	**Teléfono**	3132577184		
Tipo Persona	NATURAL	**Forma Presentación**	ÚNICO	**Total Afiliados**	1
Ciudad	FACATATIVA	**Departamento**	CUNDINAMARCA		
Representante Legal		**Identificación**			

II. DATOS DEL AFILIADO

Documento	CC 1070964985		Residente		Exonerado	N	**Apellidos y Nombres**	**Código Ciudad - Departamento**	**Centro de Trabajo**	**Ubicación Laboral**
Tipo Cotizante	59	00					TORRES DIAZ YURI PAOLA	25269000 - 25		CUNDINAMARCA

III. APORTE POR CADA UNA DE LAS ADMINISTRADORAS ASOCIADAS AL AFILIADO:

Novedades																					**Extranjero**	**Tipo salario**	**Salario**	**Pensión**							**Salud**						**Riesgos**					**Caja**				**Parafiscales**			
ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días AFP	Días EPS	Días ARP	Días CCF				**Código AFP**	**Código Tras. AFP**	**Tarifa AFP**	**IBC**	**Total Aporte AFP**	**Total Aporte FSP**	**Total Aporte FSPS**	**Código EPS**	**Código Tras. EPS**	**Tarifa EPS**	**IBC EPS**	**Aporte Salud**	**Aporte UPC**	**Código ARL**	**Clase Riesgo**	**Tarifa ARL**	**IBC ARL**	**Aporte Riesgos**	**Código CCF**	**Tarifa CCF**	**IBC CCF**	**Aporte Caja**	**Tarifa SENA**	**Aporte SENA**	**Tarifa ICBF**	**Aporte ICBF**
															0	30	30	30	30			$ 1.300.000	230201		16 %	$ 1.300.000	$ 208.000	$ 0	$ 0	EPS008		12,5 %	$ 1.300.000	$ 162.500	$ 0	14-11	2	1,044 %	$ 1.300.000	$ 13.600	CCF24	2 %	$ 1.300.000	$ 26.000	0 %	$ 0	0 %	$ 0

IV.TOTALES

Total Aportes Pensión	Total Aportes FSP	Total Aportes FSPS	Total Aportes Salud	Total Aportes Riesgos	Total Aportes Cajas	Total Aportes SENA	Total Aportes ICBF	Total Aportes ESAP	Total Aportes MEN	Total Final
PROTECCION	FSP SOLIDARIDAD	FSP SUBSISTENCIA	COMPENSAR EPS	ARL SURA	COMPENSAR CCF	SENA	ICBF	ESAP	MEN	
$ 208.000	$ 0	$ 0	$ 162.500	$ 13.600	$ 26.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 410.100

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!

EL SUSCRITO SUBDIRECTOR TECNICO Y DEPORTIVO DEL INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACION DEL MUNICIPIO DE FACATATIVA

CERTIFICA

Que el (a) señor (a) **TORRES DIAZ YURI PAOLA,** identificado (a) con la cédula de ciudadanía No. 1.070.964.985 de Facatativá, presento la siguiente información:

REQUERIMIENTOS	CUMPLE	NO CUMPLE
Informe Obligaciones Contractuales	X	
Certificado Pago de Seguridad Social	X	
Evidencias mensuales	X	

Y que, de acuerdo con la verificación de la documentación solicitada para efectos legales, el contrato de prestación de servicios No. 127 De 2024, se cumplió a entera satisfacción con lo dispuesto dentro de sus obligaciones generales y especificas del contrato en mención, durante el periodo del 01 de noviembre al 30 de noviembre del año 2024, por un valor de ($2.500.000.oo) DOS MILLONES QUINIENTOS MIL PESOS MCTE.

Se expide para los fines pertinentes a los tres (03) días del mes de diciembre del año dos mil veinticuatro (2024).

JORGE GALINDO UBAQUE
Subdirector Técnico Deportivo – IDRF