10. . Ejecutar las demás actividades afines, pertinentes y necesarias, que se adelanten en el Municipio por parte del Instituto de Deporte y Recreación de Caldas – INDEC, así como las que le sean propias de la ejecución del objeto contractual.	Clases de natación los días sábados y gimnasia artística, además se realiza fortalecimiento físico a los deportistas una vez a la semana en el gimnasio municipal y una vez al mes la prueba de resistencia en la pista atlética.	

OBSERVACIONES (En caso de tenerlas)

PERÍODO EJECUTADO:

- Del 01 al 30 de octubre del 2024

VALOR A COBRAR: DOS MILLONES NOVECIENTOS CUARENTA Y CINCO MIL SETECIENTOS CUARENTA Y DOS PESOS M/L ($2'945.742)

Certifico que me encuentro al día en el pago de aportes relativos al Sistema de Seguridad Social Integral, de conformidad con el parágrafo 1° del artículo 23 de la Ley 1150 de 2007 y ley 100/93.

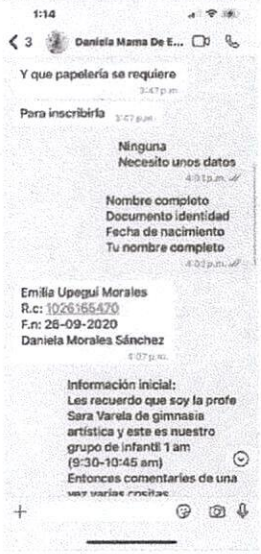
Periodo de cotización (mes)	N° de planilla	Pago Salud	Pago Pensión	Pago ARL	Total pagado en el periodo
Septiembre	1065969920	$162.500	$208.000	$31.700	$402.200
Total					

NOTA: El contratista realiza el pago de sus aportes mes vencido

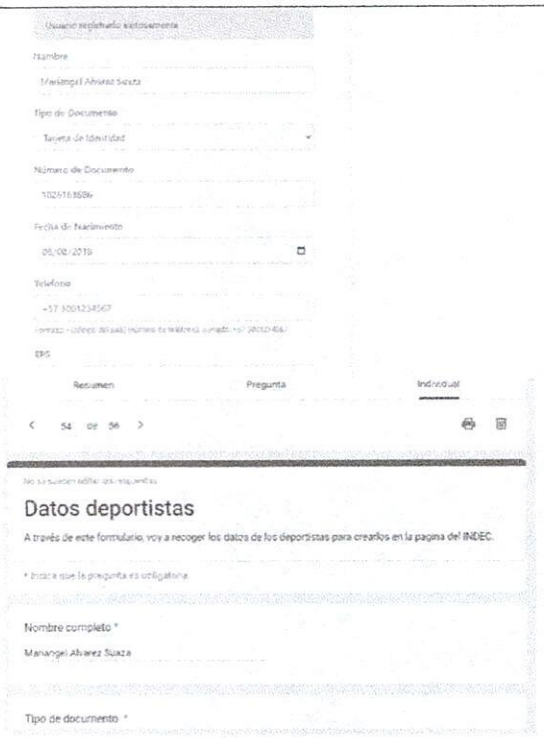
Para constancia se firma en Caldas, Antioquia 30 octubre de 2024

Sara Varela Ospina

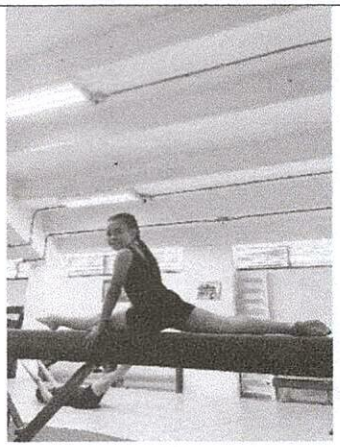
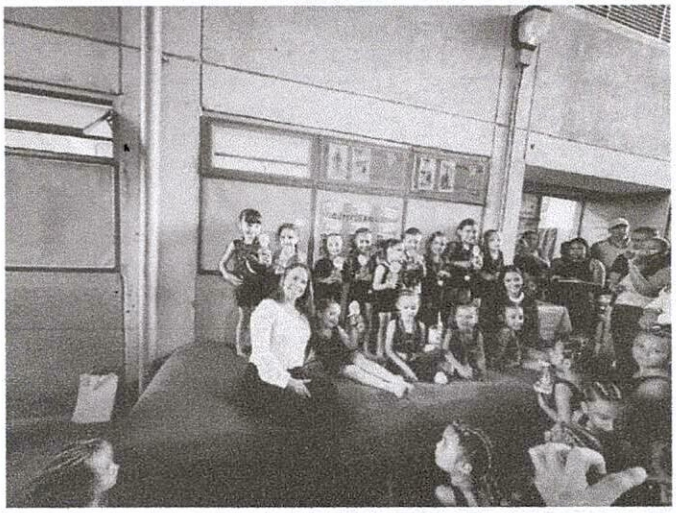
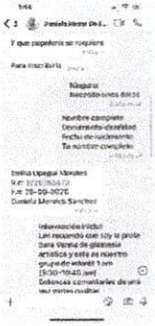
NOMBRE: SARA VARELA OSPINA
C.C 1026157734
Dirección Calle 135 B SUR #46-24
Celular 3207895837

8. Brindar apoyo en la atención, asesoría y recepción a los usuarios del INDEC beneficiarios y deportistas de los programas de iniciación, fomento y competencia, de forma respetuosa, honesta e igualitaria. Así mismo tratar con decoro y respeto a los servidores públicos y demás contratistas del INDEC.	La atención y el apoyo es muy importante para mí, por lo que siempre estoy atenta a las necesidades y dificultades de las deportistas y de sus familias, y trato de solucionarles de la mejor manera. Además, a los usuarios nuevos se les trata con respeto y honestidad.	
9. Velar por el adecuado uso de los insumos deportivos, recreativos y deportivos del INDEC, o que estén a su cargo	Se realiza limpieza diaria de los elementos y el lugar que se utiliza, esto puesto que se llena mucho de polvo y las niñas se tiran al piso a hacer sus ejercicios. Además, esto puede evitar la propagación de cualquier virus.	

	reglamento, son muy nuevas en el deporte y aún están en nivel 1, no cumplimos con el mínimo de participantes, por lo cual no podremos participar en este deporte en los juegos departamentales.	
6. Entregar informes mensuales, planes de trabajo, proyectos y demás documentos solicitados por la entidad relacionados directamente con el objeto contractual.	Se ejecuta previamente la planeación y la asistencia diaria para enviarla en sus fechas establecidas. Este mes pudimos llevar a cabo la competencia interna que veníamos enfocados desde el mes pasado.	
7. Participar y apoyar las mediciones y evaluaciones de la población impactada con ocasión del objeto contractual, y en este sentido rendir un informe técnico detallado de la misma.	-Por medio de la competencia se pudo evidenciar y evaluar a los deportistas para ver sus avances. -Cada entrenamiento se hace una pequeña evaluación para que se vayan corrigiendo, no solo a nivel físico y técnico, sino también en la parte emocional y personal.	

4. Utilizar adecuadamente diferentes medios que permitan el uso de tecnologías de información y redes sociales, con el propósito de promover el deporte a través de la práctica de las diferentes disciplinas deportivas en el municipio, tales como clases grupales y virtuales.	-Con el fin de modernizar, facilidad y agilidad estamos inscribiendo a los deportistas en la plataforma del INDEC, para ello, recogí los datos por medio de un formulario de Google, para tener mas control sobre los inscritos y personalmente lo he hecho uno por uno.	
5. Participar de las reuniones y actividades convocadas por la coordinación de deporte, Subgerencia deportiva y de recreación, Subgerencia Administrativa y financiera y la Gerencia del INDEC	-Apoye en la actividad organizada por la alcaldía en las fiestas del aguacero, en la granja naranja. Fue un tiempo muy chévere donde se evidenció el acompañamiento de los familiares, la interacción de los niños y los animales. Se veía claramente que se cuidaban muy bien los animalitos, y se les enseñaba a los niños a hacerlo de la misma manera. -Para el orden y modernizar el sistema del INDEC, hemos estado haciendo inscripción por la plataforma virtual a cada uno de los deportistas. -Este mes se realizó el proceso de identificación, inscripciones y entrega documental de juegos departamentales, sin embargo, ya que las deportistas que hay en gimnasia artística para las edades correspondientes en el	

INDEC Instituto de Deporte y Recreación de Caldas	**Informe de Actividades y/o productos del Contratista**

1. Apoyar los programas de deporte general y disciplinas especificadas de acuerdo con las instrucciones de la entidad para la comunidad que se pretende impactar, de forma oportuna y con calidad	-Teniendo en cuenta que este mes hubo una semana de vacaciones escolar, se realizó una semana de entrenamientos diferentes, donde unieron los grupos y se realizó la primera competencia interna. Hemos entrenado en el gimnasio para mejorar la fuerza y la resistencia de los deportistas mayores a 7 años.	 La asistencia se toma a través de planillas físicas, mismas que reposan en la Subgerencia de Fomento.
2. Organizar, apoyar y liderar procesos de iniciación, formación y competencia en las diferentes disciplinas deportivas en especial en las asignadas por su supervisor y dictadas por la entidad o en los que participe esta y/o articule otras instituciones.	-Para verificar y que los papás y familiares fueran partícipes de los avances de sus niños y niñas, hicimos nuestra primera competencia interna, en la cual dividimos la competencia en dos partes, la primera parte de las niñas mayores de 8 años fueron a las 9:00 am y las niñas de 7 años y menos fueron a las 10:30. Tuvimos una participación total de 80 deportistas, lo cual me dejó muy contenta ya que hubo un gran apoyo de parte de los familiares y sobre todo compromiso.	
3. Generar iniciativas para la iniciación, promoción, implementación y fortalecimiento de los programas propuestos por el INDEC para la comunidad, relacionados con la práctica del deporte	-Gracias a la buena experiencia de los deportistas, se ha ido generando muy buenos comentarios de la gimnasia artística en Caldas, y poco a poco van llegando personitas nuevas interesadas en ingresar a sus niños a este hermoso deporte.	

INDEC Instituto de Deporte y Recreación de Caldas	Informe de Actividades y/o productos del Contratista

1. **Información General:**

NÚMERO DE CONTRATO:	PS-113-2024
CONTRATANTE:	INSTITUTO DE DEPORTE Y RECREACIÓN DE CALDAS-INDEC
NIT:	800.019.147-1
NOMBRE DEL CONTRATISTA:	SARA VARELA OSPINA
FECHA DE INICIO:	30 de agosto del 2024
PLAZO TOTAL:	EL PLAZO DEL PRESENTE CONTRATO SERÁ DE CIENTO DIEZ (110) DÍAS CONTADOS A PARTIR DEL CAMBIO DE ESTADO A "EN EJECUCIÓN" EN LA PLATAFORMA SECOP II Y, SIN EXCEDER EL 31 DE DICIEMBRE DE 2024
OBJETO:	PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE UN FORMADOR PARA APOYAR LOS PROGRAMAS DE INICIACIÓN, FORMACIÓN Y REPRESENTACIÓN EN LAS DIFERENTES DISCIPLINAS DEL INSTITUTO DE DEPORTE Y RECREACIÓN DE CALDAS – INDEC
VALOR TOTAL:	DIEZ MILLONES OCHOCIENTOS MIL SESENTA Y CUATRO PESOS ($ 10.800.064).
VALOR MENSUAL:	DOS MILLONES NOVECIENTOS CUARENTA Y CINCO MIL CUATROCIENTOS SETENTA Y DOS PESOS ($2´945.472)
REGISTRO PRESUPUESTAL:	CDP 259 del 26/08/2024 y RPC 300 del 26/08/2024
INFORME N°:	002
PERIODO:	Del 01 de octubre de 2024 al 30 de octubre de 2024
SUPERVISOR:	DARWIN ARNOLDO URREGO CARDONA

2. **Obligaciones y /o Actividades del Contrato**

ACTIVIDADES ESPECÍFICAS DEL CONTRATO	DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES ESPECÍFICAS DEL CONTRATO	EVIDENCIAS