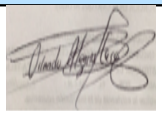
INSDEPORTES CAJICÁ	INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN DE CAJICÁ			
	INFORME MENSUAL			
CONTRATISTA	ORLANDO ALEGRIA CASAS			
ÁREA	DEPORTE ASOSICADO Y COMPETITIVO			
TIPO DE DOCUMENTO / NÚMERO DOCUMENTO	CC	NÚMERO:	1075875350	
NÚMERO DE CONTRATO Y FECHA DEL CONTRATO	CONTRATO:	140_2024	FECHA DE FIRMA:	2024-03-12
PLAZO DE EJECUCION EN MESES Y DÍAS	SIETE (07) MESES Y DIECINUEVE (19) DIAS			
PLAZO DE ADICIÓN DEL CONTRATO	2.640.000			
FECHA ACTA DE INICIO	2024-03-12	FECHA DE TERMINACIÓN:	2024-09-30	
FECHA DE LA ADICIÓN	2024-10-02	NUEVA FECHA DE TERMINACIÓN(fecha máxima de terminación luego de la adición)	2024-12-14	
VALOR INICIAL DEL CONTRATO	$13,800,000			
VALOR ADICIÓN DEL CONTRATO	$2,640,000			
VALOR TOTAL DEL CONTRATO	$16,440,000			
MENOS PAGO DEL MES	$1,800,000			
SALDO DEL CONTRATO A LA FECHA	$840,000			
MES DE ACTIVIDADES	Noviembre	NÚMERO DE INFORME:	9	
BANCO	Davivienda			
NÚMERO DE CUENTA	489500007617			
TIPO DE CUENTA (AHOROS O CORRIENTE)	Ahorro			
N° DE PLANILLA DE SEGURIDAD SOCIAL	4575424981	BASE DE APORTE / IBC	$1,300,000	
ENTIDAD AFILIADA DE SALUD	NUEVA EPS	VALOR APORTE	$162,500	
ENTIDAD AFILIADA DE PENSIÓN	Positiva		$208,000	
ENTIDAD AFILIADA DE ARL	PROTECCION		$13,600	
TOTAL APORTE			$384,100	
OBJETO CONTRACTUAL	PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO MONITOR COMUNITARIO DEPORTIVO PARA EL PROCESO MISIONAL DEPORTE ASOCIADO Y COMPETITIVO DEL INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CAJICÁ.			

N°	ACTIVIDAD OBJETO CONTRACTUAL	DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES REALIZADAS PARA EL CUMPLIMIENTO DE LA OBLIGACIÓN ÙNICAMENTE LAS ESPECÌFICAS (Realizar descripción de cada item en cada casilla)	Nº de ANEXO
1	Apoyar con el seguimiento y gestión durante el desarrollo de actividades centralizadas, descentralizadas, complementarias, extracurriculares, comunitarias, de la política pública del deporte y el Plan de Desarrollo Municipal.	En noviembre, se llevaron a cabo sesiones de fútbol para la categoría sub-15 en dos sedes diferentes. En la sede Manuela Beltrán, las sesiones se realizaron los días 2, 4, 6, 7, 9, 11, 13 y 16. Durante estas sesiones, se implementaron planes diarios que incluyeron trabajo físico con trote continuo, estiramientos, ejercicios de juego ofensivo en diferentes grupos, pases cortos, así como preparación táctica y técnica, y remates en espacios reducidos. Por otro lado, en la Junta de Acción Comunal El Cortijo, las sesiones se llevaron a cabo los días 4, 5, 11 y 12. En esta sede, los planes diarios se centraron en el trabajo en campo reducido, regate, trabajo físico con trote continuo, manejo de partidos, velocidad corta y ejercicios en espacios reducidos. Ambas sedes se comprometieron con el desarrollo integral de los jóvenes futbolistas, adaptando los entrenamientos a las necesidades específicas de cada grupo para maximizar su rendimiento y habilidades en el deporte.	Anexo 1
2	Apoyar con el seguimiento y gestión durante el fomento de la práctica regular de actividades lúdicas, deportivas, de inclusión y recreativas, promoviendo una participación activa y diversa.	En noviembre, la entidad llevó a cabo una serie de actividades programadas con el propósito de apoyar y supervisar su ejecución. La meta principal fue asegurar que estas actividades se desarrollaran de manera efectiva mediante un seguimiento continuo. Se diseñaron e implementaron estrategias para garantizar el cumplimiento de los objetivos establecidos y fomentar una alta participación de la comunidad. La atención se centró en la categoría sub-15, enfocándose en jóvenes de esta edad. Durante el mes, se promovieron actividades que estimularon la recreación y la diversión, aprovechando el tiempo libre de manera constructiva y apoyando el desarrollo lúdico y deportivo de los niños.	Anexo 2
3	Apoyar con el seguimiento y gestión durante el desarrollo de festivales deportivos y lúdicas, con una frecuencia trimestrales en las Juntas de Acción Comunal, promoviendo la participación comunitaria y el espíritu deportivo.	En noviembre, se promovió la participación deportiva en la categoría sub-15 en el campus de Manuela Beltrán, informando a la comunidad sobre la disponibilidad de espacios libres para su uso. Además, se brindó apoyo en las juntas de Acción Comunal para facilitar el acceso a estas instalaciones y fomentar la participación en actividades deportivas. De este modo, se creó un ambiente inclusivo y activo para todos los jóvenes de la comunidad.	Anexo 3
4	Apoyar con el seguimiento y gestión durante la planificación de las sesiones de clases según los criterios del G.I.T Metodólogos deportivos, incluyendo la actualización semanal de la planificación general en la plataforma web Playsync.	En el mes de noviembre, se apoyó el proceso de carga en la plataforma PlaySync de las sesiones de clase y la planificación semanal. En particular, se subió la planificación general a la plataforma cada miércoles	Anexo 4
5	Apoyar con el seguimiento y gestión a los grupos etarios o categorías deportivas, cumpliendo con el mínimo de sesiones de clases y/o entrenamientos	En noviembre, se impulsó el desarrollo de las clases en el campus de Manuela Beltrán con el siguiente horario: de 3:30 p.m. a 5:00 p.m. para la categoría de iniciación y de 5:00 p.m. a 6:30 p.m. para la categoría de fundamentación, los lunes, miércoles y viernes, dirigidas a la categoría sub-15. Además, se ofreció apoyo en la Junta de Acción Comunal los miércoles y jueves de 7:00 p.m. a 8:00 p.m., con la participación de chicas de categoría única. De esta manera, se promovió un ambiente propicio para el aprendizaje y la participación activa.	Anexo 5

	establecidos por la Entidad.		
6	Apoyar con el seguimiento y gestión durante las actividades articuladas con el programa de paz y convivencia, promoviendo valores y prácticas de convivencia pacífica en la comunidad.	En noviembre, se promovieron la valentía y los buenos valores en cada sesión de clase con el objetivo de formar deportistas íntegros. Para fomentar la puntualidad, se llevaron a cabo actividades en el campo que incluían juegos grupales. Una de las dinámicas destacadas fue el "Rally de la Puntualidad", donde los participantes debían completar diferentes estaciones en un tiempo determinado. Si llegaban tarde a alguna estación, debían cumplir con una penalización. Otra actividad fue la "Carrera de Relevos", en la que los participantes se dividieron en equipos y cada miembro debía completar una tarea en un tiempo específico. La precisión en los tiempos de llegada determinaba al equipo ganador. Estas dinámicas no solo fomentaron la puntualidad, sino que también fortalecieron el trabajo en equipo y el espíritu deportivo.	Anexo 6
7	Apoyar con el seguimiento y gestión durante la planificación, organización y ejecución de diversas actividades institucionales de Insdeportes Cajicá, contribuyendo al logro de los objetivos institucionales.	En noviembre, se brindó apoyo al desarrollo deportivo de la categoría sub-15 de fútbol en la sede Manuela Beltrán. Este respaldo incluyó un proceso integral que abarcó todos los aspectos necesarios para la formación y mejora de los jugadores en el deporte. Además, se ofreció apoyo a las deportistas de categoría única en la Junta de Acción Comunal El Cortijo, asegurando que también tuvieran acceso a un proceso de desarrollo adecuado y completo en sus actividades deportivas. De esta manera, se promovió un entorno propicio para el crecimiento y la excelencia deportiva de todos los participantes.	Anexo 7
8	Apoyar con el seguimiento y gestión durante la gestión del proceso de almacén, siguiendo los procedimientos establecidos por la entidad.	En el mes de noviembre, se continuó con la gestión del material deportivo proporcionado por Insdeportes Cajicá para la categoría sub-15 de fútbol. Este material consistía en 12 balones de fútbol, 20 platillos y dos escaleras de agilidad. Se aseguró que el material fuera utilizado adecuadamente y se mantuviera en buen estado, garantizando así su correcto uso y cuidado para su posterior devolución	Anexo 8
9	Apoyar con el seguimiento y gestión durante la comunicación efectiva entre INSDEPORTES Cajicá, los usuarios inscritos y la comunidad en general, garantizando una interacción clara y oportuna.	En noviembre, se llevaron a cabo diversas publicaciones en redes sociales relacionadas con eventos deportivos. Se anunció el programa y se compartió un video sobre los premios al Mejor Deportista del Año. Además, se informaron sobre las vacaciones recreativas y se promocionó la carrera atlética programada para el 7 de diciembre. Estas publicaciones tuvieron como objetivo mantener a la comunidad informada y fomentar la participación en las actividades deportivas.	Anexo 9
10	Actuar de manera coherente con respeto, justicia,responsabilidad y libertad, salvaguardando la integridad institucional y representando adecuadamente al Instituto Municipal de Deporte y Recreación de Cajicá en todas las instancias.	En noviembre, se promovió de manera respetuosa la importancia del respeto y los buenos valores entre los usuarios, deportistas y padres de familia. Se destacó la buena reputación y el uso adecuado del Instituto de Deportes de Cajicá, subrayando la labor fundamental de los docentes en la promoción de estos principios. Esta iniciativa tuvo como objetivo fortalecer la convivencia y fomentar un ambiente positivo dentro de la comunidad deportiva, creando así un espacio donde todos puedan desarrollarse con integridad y respeto mutuo.	Anexo 10
11	Presentar puntualmente el informe mensual, detallando el alcance de las actividades	En el mes de noviembre 17 se realizó el cargue del informe correspondiente al mes en la plataforma PlaySync según las fechas pactadas para una correcta radicación y todo el proceso de pago. El 19 de noviembre se efectuó la radicación del informe virtual, y hasta el 23 de noviembre el área técnica y administrativa revisará nuestro informe. El 24	Anexo 11

	contractuales, conforme a las fechas y formatos establecidos por la entidad.	de noviembre se indicarán las correcciones correspondientes, y el 25 de noviembre se revisará nuevamente el informe con las correcciones solicitadas. El 29 de noviembre se realizará la radicación en ventanilla única, y se espera la aprobación administrativa para el 30 de noviembre.Finalmente, se procederá con el Anexo 11 3/18, con fecha	
12	Las demás que en ejercicio del contrato de prestación de servicios le sean asignadas.	en el mes de noviembre se desarrollo el programa festival deportivo futbol césped el dia dandole a desarrollar a los deportistas deferentes ejercicios con balón,precisión, técnica,pase,potencia,velocidad.	Anexo 12

DATOS DEL CONTRATISTA	
CONTRATISTA de INSDEPORTES CAJICÁ Yo, contratista firmante, certifico la veracidad de la información, bajo gravedad de juramento de buena fé.	
Firma del contratista	
CÉDULA DE CIUDADANÍA:	1075875350
CORREO ELECTRÓNICO PERSONAL:	orlandohappy53@gmail.com
CELULAR:	3167396126

Anexo 1

En noviembre, se llevaron a cabo sesiones de fútbol para la categoría sub-15 en dos sedes diferentes. En la sede Manuela Beltrán, las sesiones se realizaron los días 2, 4, 6, 7, 9, 11, 13 y 16. Durante estas sesiones, se implementaron planes diarios que incluyeron trabajo físico con trote continuo, estiramientos, ejercicios de juego ofensivo en diferentes grupos, pases cortos, así como preparación táctica y técnica, y remates en espacios reducidos. Por otro lado, en la Junta de Acción Comunal El Cortijo, las sesiones se llevaron a cabo los días 4, 5, 11 y 12. En esta sede, los planes diarios se centraron en el trabajo en campo reducido, regate, trabajo físico con trote continuo, manejo de partidos, velocidad corta y ejercicios en espacios reducidos. Ambas sedes se comprometieron con el desarrollo integral de los jóvenes futbolistas, adaptando los entrenamientos a las necesidades específicas de cada grupo para maximizar su rendimiento y habilidades en el deporte.







Anexo 2

En noviembre, la entidad llevó a cabo una serie de actividades programadas con el propósito de apoyar y supervisar su ejecución. La meta principal fue asegurar que estas actividades se desarrollaran de manera efectiva mediante un seguimiento continuo. Se diseñaron e implementaron estrategias para garantizar el cumplimiento de los objetivos establecidos y fomentar una alta participación de la comunidad. La atención se centró en la categoría sub-15, enfocándose en jóvenes de esta edad. Durante el mes, se promovieron actividades que estimularon la recreación y la diversión, aprovechando el tiempo libre de manera constructiva y apoyando el desarrollo lúdico y deportivo de los niños.







Anexo 3

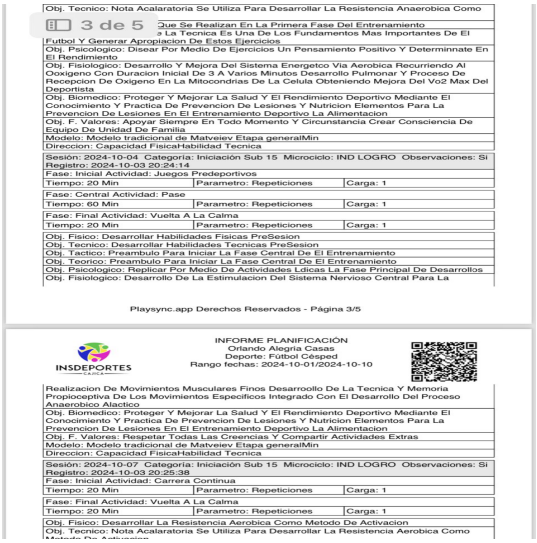
En noviembre, se promovió la participación deportiva en la categoría sub-15 en el campus de Manuela Beltrán, informando a la comunidad sobre la disponibilidad de espacios libres para su uso. Además, se brindó apoyo en las juntas de Acción Comunal para facilitar el acceso a estas instalaciones y fomentar la participación en actividades deportivas. De este modo, se creó un ambiente inclusivo y activo para todos los jóvenes de la comunidad.





Anexo 4

En el mes de noviembre, se apoyó el proceso de carga en la plataforma PlaySync de las sesiones de clase y la planificación semanal. En particular, se subió la planificación general a la plataforma cada miércoles



Obj. Tecnico: Nota Acalaratoria Se Utiliza Para Desarrollar La Resistencia Anaerobica Como
3 de 5 Que Se Realizan En La Primera Fase Del Entrenamiento
» La Tecnica Es Una De Los Fundamentos Mas Importantes De El
Futbol Y Generar Apropiacion De Estos Ejercicios
Obj. Psicologico: Disear Por Medio De Ejercicios Un Pensamiento Positivo Y Determinnate En El Rendimiento
Obj. Fisiologico: Desarrollo Y Mejora Del Sistema Energetco Via Aerobica Recurriendo Al Ooxigeno Con Duracion Inicial De 3 A Varios Minutos Desarrollo Pulmonar Y Proceso De Recepcion De Oxigeno En La Mitocondrias De La Celula Obteniendo Mejora Del Vo2 Max Del Deportista
Obj. Biomedico: Proteger Y Mejorar La Salud Y El Rendimiento Deportivo Mediante El Conocimiento Y Practica De Prevencion De Lesiones Y Nutricion Elementos Para La Prevencion De Lesiones En El Entrenamiento Deportivo La Alimentacion
Obj. F. Valores: Apoyar Siempre En Todo Momento Y Circunstancia Crear Consciencia De Equipo De Unidad De Familia
Modelo: Modelo tradicional de Matveiev Etapa generalMin
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica
Sesión: 2024-10-04 Categoría: Iniciación Sub 15 Microciclo: IND LOGRO Observaciones: Si Registro: 2024-10-03 20:24:14
Fase: Inicial Actividad: Juegos Predeportivos

Tiempo: 20 Min	Parametro: Repeticiones	Carga: 1

Fase: Central Actividad: Pase

Tiempo: 60 Min	Parametro: Repeticiones	Carga: 1

Fase: Final Actividad: Vuelta A La Calma

Tiempo: 20 Min	Parametro: Repeticiones	Carga: 1

Obj. Fisico: Desarrollar Habilidades Fisicas PreSesion
Obj. Tecnico: Desarrollar Habilidades Tecnicas PreSesion
Obj. Tactico: Preambulo Para Iniciar La Fase Central De El Entrenamiento
Obj. Teorico: Preambulo Para Iniciar La Fase Central De El Entrenamiento
Obj. Psicologico: Replicar Por Medio De Actividades Ldicas La Fase Principal De Desarrollos
Obj. Fisiologico: Desarrollo De La Estimulacion Del Sistema Nervioso Central Para La

Playsync.app Derechos Reservados - Página 3/5

INSDEPORTES
INFORME PLANIFICACIÓN
Orlando Alegria Casas
Deporte: Fútbol Césped
Rango fechas: 2024-10-01/2024-10-10

Realizacion De Movimientos Musculares Finos Desarrollo De La Tecnica Y Memoria Propioceptiva De Los Movimientos Especificos Integrado Con El Desarrollo Del Proceso Anaerobico Alactico
Obj. Biomedico: Proteger Y Mejorar La Salud Y El Rendimiento Deportivo Mediante El Conocimiento Y Practica De Prevencion De Lesiones Y Nutricion Elementos Para La Prevencion De Lesiones En El Entrenamiento Deportivo La Alimentacion
Obj. F. Valores: Respetar Todas Las Creencias Y Compartir Actividades Extras
Modelo: Modelo tradicional de Matveiev Etapa generalMin
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica
Sesión: 2024-10-07 Categoría: Iniciación Sub 15 Microciclo: IND LOGRO Observaciones: Si Registro: 2024-10-03 20:25:38
Fase: Inicial Actividad: Carrera Continua

Tiempo: 20 Min	Parametro: Repeticiones	Carga: 1

Fase: Final Actividad: Vuelta A La Calma

Tiempo: 20 Min	Parametro: Repeticiones	Carga: 1

Obj. Fisico: Desarrollar La Resistencia Aerobica Como Metodo De Activacion
Obj. Tecnico: Nota Acalaratoria Se Utiliza Para Desarrollar La Resistencia Aerobica Como



Fase: Central Actividad: Sistema De Juego

Tiempo: 60 Min	Parametro: Repeticiones	Carga: 1

Fase: Final Actividad: Juego

Tiempo: 20 Min	Parametro: Repeticiones	Carga: 1

Obj. Fisico: Desarrollar La Resistencia Aerobica Como Metodo De Activacion
Obj. Tecnico: Nota Acalaratoria Se Utiliza Para Desarrollar La Resistencia Aerobica Como Metodo De Activacion
Obj. Tactico: Ejercicio Inicial Antes De El Entrenamiento
Obj. Teorico: Ejercicio Inicial Antes De El Entrenamiento
Obj. Psicologico: Proporcionar A Cada Deportista Un Acercamiento Acorde A La Intensidad Y El Grado De Exigencia De La Sesin
Obj. Fisiologico: Desarrollo Y Mejora Del Sistema Energetco Via Aerobica Recurriendo Al Ooxigeno Con Duracion Inicial De 3 A Varios Minutos Desarrollo Pulmonar Y Proceso De Recepcion De Oxigeno En La Mitocondrias De La Celula Obteniendo Mejora Del Vo2 Max Del Deportista
Obj. Biomedico: Proteger Y Mejorar La Salud Y El Rendimiento Deportivo Mediante El Conocimiento Y Practica De Prevencion De Lesiones Y Nutricion Elementos Para La Prevencion De Lesiones En El Entrenamiento Deportivo La Alimentacion
Obj. F. Valores: Respetar Siempre Los Simbolos Del Instituto En Desfiles Y Eventos
Modelo: Modelo tradicional de Matveiev Etapa generalMin
Direccion: Capacidad Fisica
Sesión: 2024-10-07 Categoría: Fundamentación Sub 15 Microciclo: IND LOGRO Observaciones: Si Registro: 2024-10-03 20:19:56
Fase: Inicial Actividad: Carrera Continua

Tiempo: 20 Min	Parametro: Repeticiones	Carga: 1

Fase: Central Actividad: Espacios Reducidos

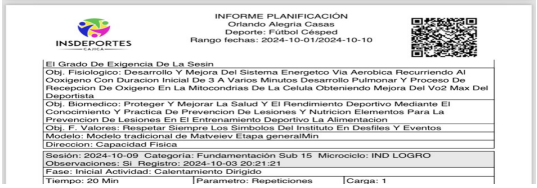
Tiempo: 60 Min	Parametro: Juego	Carga: 1

Fase: Final Actividad: Vuelta A La Calma

Tiempo: 20 Min	Parametro: Repeticiones	Carga: 1

Obj. Fisico: Desarrollar La Resistencia Aerobica Como Metodo De Activacion
Obj. Tecnico: Nota Acalaratoria Se Utiliza Para Desarrollar La Resistencia Aerobica Como Metodo De Activacion
Obj. Tactico: Ejercicio Inicial Antes De El Entrenamiento
Obj. Teorico: Ejercicio Inicial Antes De El Entrenamiento
Obj. Psicologico: Proporcionar A Cada Deportista Un Acercamiento Acorde A La Intensidad Y

Playsync.app Derechos Reservados - Página 1/5



INSDEPORTES
INFORME PLANIFICACIÓN
Orlando Alegria Casas
Deporte: Fútbol Césped
Rango fechas: 2024-10-01/2024-10-10

El Grado De Exigencia De La Sesin
Obj. Fisiologico: Desarrollo Y Mejora Del Sistema Energetco Via Aerobica Recurriendo Al Ooxigeno Con Duracion Inicial De 3 A Varios Minutos Desarrollo Pulmonar Y Proceso De Recepcion De Oxigeno En La Mitocondrias De La Celula Obteniendo Mejora Del Vo2 Max Del Deportista
Obj. Biomedico: Proteger Y Mejorar La Salud Y El Rendimiento Deportivo Mediante El Conocimiento Y Practica De Prevencion De Lesiones Y Nutricion Elementos Para La Prevencion De Lesiones En El Entrenamiento Deportivo La Alimentacion
Obj. F. Valores: Respetar Siempre Los Simbolos Del Instituto En Desfiles Y Eventos
Modelo: Modelo tradicional de Matveiev Etapa generalMin
Direccion: Capacidad Fisica
Sesión: 2024-10-09 Categoría: Fundamentación Sub 15 Microciclo: IND LOGRO Observaciones: Si Registro: 2024-10-03 20:21:21
Fase: Inicial Actividad: Calentamiento Dirigido

Tiempo: 20 Min	Parametro: Repeticiones	Carga: 1

Anexo 5

En noviembre, se impulsó el desarrollo de las clases en el campus de Manuela Beltrán con el siguiente horario: de 3:30 p.m. a 5:00 p.m. para la categoría de iniciación y de 5:00 p.m. a 6:30 p.m. para la categoría de fundamentación, los lunes, miércoles y viernes, dirigidas a la categoría sub-15. Además, se ofreció apoyo en la Junta de Acción Comunal los miércoles y jueves de 7:00 p.m. a 8:00 p.m., con la participación de chicas de categoría única. De esta manera, se promovió un ambiente propicio para el aprendizaje y la participación activa.





Anexo 6

En noviembre, se promovieron la valentía y los buenos valores en cada sesión de clase con el objetivo de formar deportistas íntegros. Para fomentar la puntualidad, se llevaron a cabo actividades en el campo que incluían juegos grupales. Una de las dinámicas destacadas fue el "Rally de la Puntualidad", donde los participantes debían completar diferentes estaciones en un tiempo determinado. Si llegaban tarde a alguna estación, debían cumplir con una penalización. Otra actividad fue la "Carrera de Relevos", en la que los participantes se dividieron en equipos y cada miembro debía completar una tarea en un tiempo específico. La precisión en los tiempos de llegada determinaba al equipo ganador. Estas dinámicas no solo fomentaron la puntualidad, sino que también fortalecieron el trabajo en equipo y el espíritu deportivo.





Anexo 7

En noviembre, se brindó apoyo al desarrollo deportivo de la categoría sub-15 de fútbol en la sede Manuela Beltrán. Este respaldo incluyó un proceso integral que abarcó todos los aspectos necesarios para la formación y mejora de los jugadores en el deporte. Además, se ofreció apoyo a las deportistas de categoría única en la Junta de Acción Comunal El Cortijo, asegurando que también tuvieran acceso a un proceso de desarrollo adecuado y completo en sus actividades deportivas. De esta manera, se promovió un entorno propicio para el crecimiento y la excelencia deportiva de todos los participantes.







Anexo 8

En el mes de noviembre, se continuó con la gestión del material deportivo proporcionado por Insdeportes Cajicá para la categoría sub-15 de fútbol. Este material consistía en 12 balones de fútbol, 20 platillos y dos escaleras de agilidad. Se aseguró que el material fuera utilizado adecuadamente y se mantuviera en buen estado, garantizando así su correcto uso y cuidado para su posterior devolución



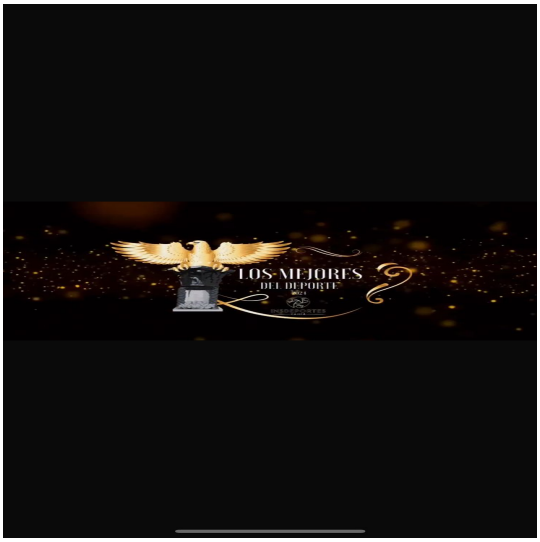


Anexo 9

En noviembre, se llevaron a cabo diversas publicaciones en redes sociales relacionadas con eventos deportivos. Se anunció el programa y se compartió un video sobre los premios al Mejor Deportista del Año. Además, se informaron sobre las vacaciones recreativas y se promocionó la carrera atlética programada para el 7 de diciembre. Estas publicaciones tuvieron como objetivo mantener a la comunidad informada y fomentar la participación en las actividades deportivas.







Anexo 10

En noviembre, se promovió de manera respetuosa la importancia del respeto y los buenos valores entre los usuarios, deportistas y padres de familia. Se destacó la buena reputación y el uso adecuado del Instituto de Deportes de Cajicá, subrayando la labor fundamental de los docentes en la promoción de estos principios. Esta iniciativa tuvo como objetivo fortalecer la convivencia y fomentar un ambiente positivo dentro de la comunidad deportiva, creando así un espacio donde todos puedan desarrollarse con integridad y respeto mutuo.

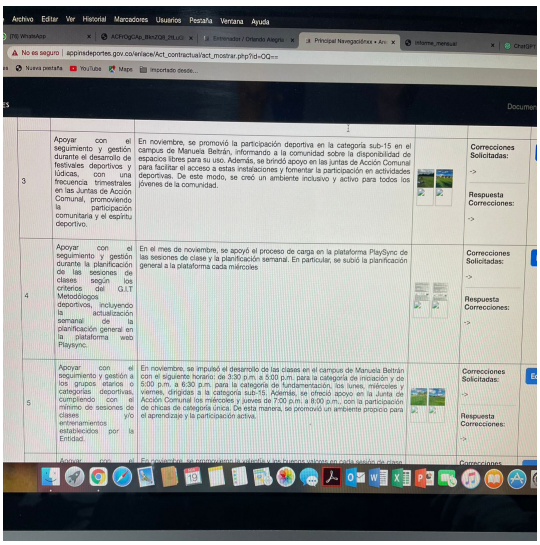


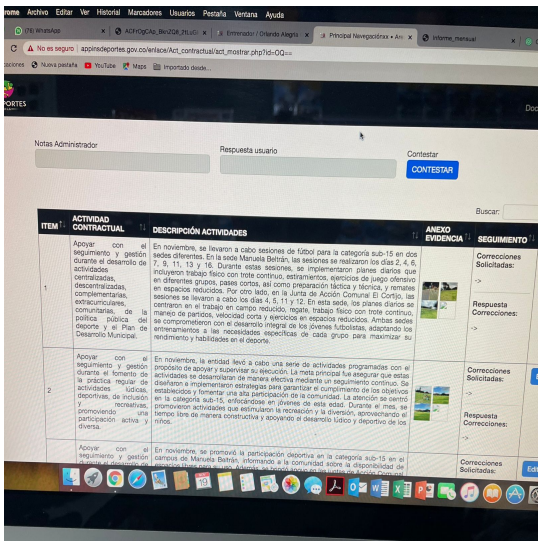




Anexo 11

En el mes de noviembre 17 se realizó el cargue del informe correspondiente al mes en la plataforma PlaySync según las fechas pactadas para una correcta radicación y todo el proceso de pago. El 19 de noviembre se efectuó la radicación del informe virtual, y hasta el 23 de noviembre el área técnica y administrativa revisará nuestro informe. El 24 de noviembre se indicarán las correcciones correspondientes, y el 25 de noviembre se revisará nuevamente el informe con las correcciones solicitadas. El 29 de noviembre se realizará la radicación en ventanilla única, y se espera la aprobación administrativa para el 30 de noviembre.Finalmente, se procederá con el Anexo 11 3/18, con fecha





Anexo 12

en el mes de noviembre se desarrollo el programa festival deportivo futbol césped el dia dandole a desarrollar a los deportistas deferentes ejercicios con balón,precisión, técnica,pase,potencia,velocidad.



INFORME ASISTENCIAS ALMACENADAS EN EL PERIODO

INFORME SESIONES CLASE ALMACENADAS EN EL PERIODO

Fecha: 2024-11-05	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-05	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 60	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-05	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Fraccionado competición y control
Fecha: 2024-11-06	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Habilidad Tecnica	**Tiempo:** 20	**Param:** Juego	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-06	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Habilidad Tecnica	**Tiempo:** 60	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-06	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-08	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 60	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-08	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 60	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-08	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-11	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-11	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 60	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-11	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo

Fecha: 2024-11-13	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-13	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 60	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-13	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-15	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-15	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 60	**Param:** Juego	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-15	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 20	**Param:** Juego	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-18	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-18	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Habilidad Tecnica	**Tiempo:** 60	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-18	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-20	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-20	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 60	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-20	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-22	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo

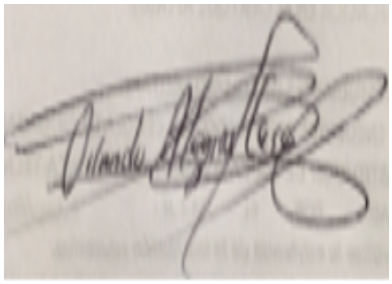
Fecha: 2024-11-22	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Habilidad Tecnica	**Tiempo:** 60	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-22	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-25	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Habilidad Tecnica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-25	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 60	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-25	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-27	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-27	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 60	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-27	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-06	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-06	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 60	**Param:** Juego	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-06	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-08	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Juego	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-08	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 60	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo

Fecha: 2024-11-08	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 20	**Param:** Juego	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-11	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-11	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 60	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-13	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-13	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Habilidad Tecnica	**Tiempo:** 60	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-13	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-15	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-15	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 60	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-15	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-18	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-18	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Habilidad Tecnica	**Tiempo:** 60	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-18	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-20	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo

Fecha: 2024-11-20	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Habilidad Tecnica	**Tiempo:** 60	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-20	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-22	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Habilidad Tecnica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-22	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 60	**Param:** Juego	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-22	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 20	**Param:** Juego	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-25	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-25	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 60	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-25	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-27	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Juego	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-27	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Habilidad Tecnica	**Tiempo:** 60	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-27	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-27	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Inicial
Direccion: Capacidad Fisica	**Tiempo:** 20	**Param:** Juego	**Metodo:** Continuo
Fecha: 2024-11-27	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Central
Direccion: Habilidad Tecnica	**Tiempo:** 60	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo

Fecha: 2024-11-27	**Micro**: IND LOGRO	**Deporte:** Fútbol Césped	**Fase**: Final
Direccion: Capacidad FisicaHabilidad Tecnica	**Tiempo:** 20	**Param:** Repeticiones	**Metodo:** Continuo

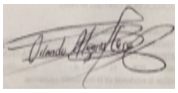
Fin informe de evidencias



_____

ORLANDO ALEGRIA CASAS

DEPORTE ASOSICADO Y COMPETITIVO

VENTANILLA UNICA **Recibido por: Andrea Salazar** **Fecha:** 2024-11-29 **Hora** 10:09:26 **Folios:** 3 **R:** 202403349 Instituto Municipal de Deporte y Recreación De Cajicá	**FIRMA**  **ORLANDO ALEGRIA CASAS**