INFORME DE DIVULGACIÓN DE LAS ESTRATEGIAS Y DESARROLLO DE ACTIVIDADES EN EL CENTRO ASTIN

MES DE MAYO DE 2025

Durante este periodo, se continua la divulgación de los horarios de la estrategia de "Practicas recreativas de diversas disciplinas deportivas" a través de mensajes de correo electrónico y los grupos de la red social WhatsApp, como medios de comunicación directa con todos aquellos aprendices inscritos en cada uno de los deportes, mediante el cual se informa el día, la hora, el lugar de practica y las recomendaciones a tener en cuenta en el momento de realizar la práctica deportiva en ajedrez, baloncesto, futbol (femenino y masculino), futbol sala, tenis de mesa y voleibol.

Para las y los aprendices que se hacen parte del equipo de futbol, se les informo del torneo intercentros que se realizó el día 9 de mayo de 2025 de 12:00 a 2:30 PM, a través de los grupos de WhatsApp, para su debido conocimiento del horario y recomendaciones a tener en cuenta para la participación al mismo.

Continuando con las estrategias del desarrollo de actividades, en el área de actividad física se ejecutaron las pausas activas denominadas en el plan de acción como " Pausa Activa, Mente Viva", en las cuales visitamos los ambientes de formación, solicitamos el permiso de instructor/a y ejecutamos ejercicios como movilidad articular estática y dinámica, estiramientos de los diferentes grupos musculares, gimnasia cerebral y actividades lúdicas-recreativas por un tiempo comprendido entre 15-20 minutos.

Por lo anteriormente mencionado, se facilita el cumplimiento de las actividades permanentes relacionadas con el objeto contractual con el plan nacional integral de bienestar al aprendiz.

NOTA: Ver anexo

JULIAN MAURICIO TAMAYO A.
Profesional en Deporte
Oficina Bienestar al Aprendiz Centro ASTIN
SENA