

Julio 06 del 2025

Factura o Documento Equivalente No: 005 - 2025

(Decreto 522 Art.3 de 2003)

REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DE CUNDINAMARCA
MUNICIPIO DE TABIO
INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN DE TABIO
“INDERTAB”

NIT: 832001000-3

DEBE A

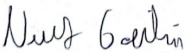
NOMBRE : Juan Nicolas Gaitan Espitia
CÉDULA : 1070023429
DIRECCIÓN: Cra 17b #3-8, Cajica
TELÉFONO : 3203569738
No. Planilla EPS: 9487417125

CONCEPTO

Pago contrato de prestación de servicios de Apoyo a la gestión N° CPS- 2025-036 como Prestación de servicios de apoyo a la gestión en la ejecución de actividades como instructor de Voleibol Femenino del municipio de Tabio. Durante el periodo comprendido del 18 de Junio al 05 de Julio del 2025.

SETECIENTOS OCHENTA Y SEIS MIL SEISCIENTOS SESENTA Y SEIS PESOS M/CTE

\$ 786.666


(JUAN NICOLÁS GAITÁN ESPITIA)

N° (1070023429).

Instructor de la escuela de formación deportiva de voleibol

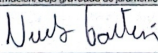
Declaro bajo la gravedad de juramento que pertenezco al régimen simplificado

 		INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN DE TABIO "INDETAB" INFORME INSTRUCTORES DEPORTIVOS FORMATO DE OBLIGACIONES CONTRACTUALES Y DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES REALIZADAS			
CONTRATISTA DEPORTE TIPO DE DOCUMENTO / NÚMERO DOCUMENTO NÚMERO DE CONTRATO Y FECHA DEL CONTRATO PLATO DE EJECUCIÓN EN MESES Y DÍAS FECHA ACTA DE INICIO MES DE ACTIVIDADES N° DE PLANILLA DE SEGURIDAD SOCIAL OBJETO CONTRACTUAL		Juan Nicolas Gaitan Espitia Voleibol Femenino			
		cc			
		CONTRATO	2025-036	NÚMERO	1070023429
		Cubre (04) meses y 16 días		FECHA DE FIRMA	18/2/2025
		18/2/2025	FECHA DE TERMINACIÓN	5/7/2025	
		Junio- Julio	NÚMERO DE INFORME	5	
		9487417125			
		OBJETO DE LA CONTRATACION: PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DE VOLEIBOL FEMENINO DE INDETAB.			
N°	ACTIVIDAD OBJETO CONTRACTUAL	Descripción de la actividad que cumple con la obligación contractual			
1	Apoyar en el Diseño, estructurar y ejecutar programas deportivos dirigidos a jóvenes en edades de 5 a 12 años de la escuela de formación de voleibol iniciación de INDETAB.	Durante el mes de junio-julio se desarrollaron actividades de diseño, estructuración y ejecución de los programas deportivos de voleibol.			
2	Realizar un festival y/o evento deportivo según su disciplina.	Durante el mes de junio-julio se esta organizando y planeando la idea de la realización del evento deportivo de voleibol.			
3	Realizar actividades deportivas y recreativas en la disciplina de voleibol femenino dirigidos a los diferentes grupos poblacionales.	En el mes de junio-julio se realizaron de manera efectiva todas las actividades planeadas para la disciplina de voleibol en las categorías Infantil, menores y juvenil-adultos en la rama femenina.			
4	Apoyar en el desarrollo y la realización de la documentación necesaria para la realización del evento de la escuela o programa a su cargo.	Durante el mes de junio-julio se esta organizando y planeando la idea de la realización del evento deportivo de voleibol.			
5	Cumplir estrictamente con el cronograma de actividades deportivas establecido conjuntamente por el contratista y el supervisor de "INDETAB".	Se ha cumplido de manera satisfactoria y completamente con el cronograma de las actividades deportivas en los horarios y espacios disponibles para los mismos.			
6	Apoyar, asistir y organizar actividades deportivas, recreativas y de aprovechamiento del tiempo libre dirigidas a la comunidad del municipio de Tabio.	Durante el mes de junio-julio se realizó el apoyo necesario para los diferentes actividades deportivas, recreativas y aprovechamiento del tiempo libre organizadas por el municipio.			
7	Cumplir con los lineamientos y metas trazados al inicio del contrato por parte del Gerente del "INDETAB".	Durante el mes de junio-julio se ha trabajado constantemente para cumplir con los lineamientos y metas por parte del Gerente de Indetab, como lo es la masificación de deportistas en la disciplina de voleibol femenino realizando inscripciones y legalizando este proceso para que se vean reflejados todos los deportistas a mi cargo.			
8	Realizar actividades de divulgación tendientes a masificar y promocionar la oferta institucional en pro del crecimiento de la escuela de formación a su cargo.	En el mes de junio-julio se realiza constante apoyo y supervisión para inscripciones de la escuela de formación deportiva de voleibol.			
9	Realizar mensualmente los aportes a los Sistemas de Salud, Pensión y Administradora de Riesgos Laborales, de conformidad con la normatividad vigente y anexar a los informes de ejecución la copia de la PILA (Planilla Integrada de Liquidación de Aportes) para autorización de pago.	Durante el mes de junio se realizaron los aportes correspondientes a Salud, Pensión y ARL de manera satisfactoria. (N° planilla: 9487417125)			
10	Dar el uso adecuado de los elementos deportivos y recreativos asignados por INDETAB para el desarrollo de su labor y entregarlo en su totalidad.	Durante el mes de junio-julio se le dio el uso adecuado a los espacios y elementos deportivos asignados para el desarrollo de mi labor en la escuela de formación deportiva de voleibol femenino.			
11	Entregar en las fechas establecidas por el INDETAB los informes mensuales sobre las actividades desarrolladas, con sus respectivos soportes.	Se realiza la entrega de los informes en la fecha establecida por la coordinadora de la escuela deportiva.			
12	Mantener informado al supervisor del contrato sobre el desarrollo de las actividades bajo su responsabilidad y tener constante comunicación sobre cualquier eventualidad presentada.	Durante el mes se mantuvo informado a mi supervisor directo, respecto al desarrollo de mis actividades y de cualquier eventualidad presentada.			
13	Las demás que se le asignen de acuerdo al objeto del contrato, por parte del Gerente de "INDETAB"	Durante el mes de Junio-Julio se a cumplido de manera satisfactoria con todos los demas acuerdos asignados por el Gerente y de Indetab.			

Juan Nicolas Gaitan Espitia

CONTRATISTA DEL INSTITUTO DE DEPORTE Y RECREACIÓN DE TABIO "INDETAB"

Yo, contratista firmante, certifico la veracidad de la información, bajo gravedad de juramento de buena fe.

Firma del contratista	
Cédula de ciudadanía	1070023429
Correo electrónico	juannicolasgaitan@gmail.com
Celular	3203549738
V"B" GERENCIA "INDETAB"	

[Firma manuscrita]



INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN DE TABIO "INDERTAB"



INFORME INSTRUCTORES DEPORTIVOS FORMATO DE PLANEACIÓN Y EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES REALIZADAS INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

SEMANA 1								
Nombre del Contratista:		Juan Nicolas Gaitan Espitia		Cédula	3203569738	No. de contrato	2025-036	
Escuela de formación	Voleibol		Categoría	Infantil		Rama	Femenino	
Meso No:	5	Micro No:	1	Tipo de micro	Ajuste	MES	Junio-Julio	
No. de deportistas		64						
OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:				PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DE VOLEIBOL FEMENINO DE INDERTAB.				
OBJETIVO MENSUAL:				Afinzar las diferentes técnicas básicas utilizadas para la práctica y competencia del voleibol.				
OBJETIVO DEL MICRO:				Afinzar la técnica de golpe de antebrazos, volea y remate (De manera de ajuste y observación de cada uno de los grupos a trabajar).				
		LUNES (Fecha)	MARTES (24 de Junio)	MIÉRCOLES (Fecha)	JUEVES (26 de Junio)	VIERNES (Fecha)	SABADO (Fecha)	DOMINGO (Fecha)
LUGAR Y/O ESCENARIO		Polideportivo Municipal		Polideportivo Municipal				
HORARIO		3:30-5:30pm		3:30-5:30pm				
Fase Inicial	Contenido	Movilidad articular, juego de calentamiento		Movilidad articular, juego de calentamiento				
	Volumen (min)	20		20				
Fase central	Contenido	Explicación y trabajo individual de saque (dependiendo la categoría se realiza saque de seguridad o saque de altura). Individualmente se realizan trabajos individuales contra la pared. Se pasa a realizar saques a objetivos específicos para la dirección del saque y correcciones individuales. Luego se continúa saque y otra persona va a realizar la recepción con golpe de antebrazo. Explicación y trabajo individual de la técnica de remate		Explicación y construcción de la técnica de remate. En parejas se le solicita a los deportistas realizar el remate de balle a fondo de la red por debajo de la malla para aprender técnica y coverage de manera individual. Se realiza remate por encima de la red para que los deportistas entiendan que se debe realizar un buen trabajo de remate dirigido. Se divide los deportistas para hacer remate por encima de la red a la diagonal y otro deportista realiza la defensa del remate. Finalmente se continúa a hacer el saque a la línea. Explicación y trabajo individual de la técnica de remate				
	Carga	Baja		Baja				
	Intensidad (%)	0	3	0	3	0	0	0
	Volumen (%)	0	3	0	3	0	0	0
	Volumen (min)	0	80	0	80	0	0	0
Comportamiento de la intensidad vs volumen		Add a series to start visualizing your data						
Fase final	Contenido	Se realiza juego del rey del campo con la condición de realizar siempre 3 golpes y movimiento final		Se realiza juego del rey del campo con la condición de realizar siempre 3 golpes y movimiento final				
	Volumen (min)	0	0	0	0	0	0	0
Total volumen (min) sesión		0	0	0	0	0	0	0
Observaciones y/o retroalimentación: Semana Santa; estuvieron todos los instructores en capacitación de primeros auxilios.								
FIRMA		Nir Gaitan		Vº Bº COORDINACIÓN		J. G.		





INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN DE TABIO "INDERTAB"



INFORME INSTRUCTORES DEPORTIVOS FORMATO DE PLANEACIÓN Y EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES REALIZADAS INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

SEMANA 2							
Nombre del Contratista:		Juan Nicolas Gaitan Espitia		Cédula		3203569738	
No. de contrato		2025-036					
Escuela de formación		Voleibol		Categoría		Infantil	
Meso No:		5		Micro No:		2	
Tipo de micro		Ajuste		MES		Junio-Julio	
No. de deportistas		64					
OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:		PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DE VOLEIBOL FEMENINO DE INDERTAB.					
OBJETIVO MENSUAL:		Afinzar las diferentes tecnicas basicas utilizadas para la practica y competencia del voleibol.					
OBJETIVO DEL MICRO:		Afinzar la tecnica de golpe de antebrazos, volea y remate (De manera de ajuste y observación de cada uno de los grupos a trabajar).					
		LUNES (Fecha)		MARTES (01 de Mayo)		MIÉRCOLES (Fecha)	
LUGAR Y/O ESCENARIO				Polideportivo Municipal		Polideportivo Municipal	
HORARIO				3:30-9:30pm		3:30-9:30pm	
Fase inicial		Contenido		Mandado articulo, colocacion, realizacion en la cancha, finta, una finta y cuando se de la pelota lo patea, que este en la finta, que lo toque a ver la pelota, el mismo para que se haga hasta que todos pases.			
		Volumen (min)		30			
Fase central		Contenido		Explicación y corrección de la técnica de remate. En cancha se le solicita a los deportistas realizar el remate de lado a lado de la red por debajo de la red para ajustar técnica y corregir de manera individual. Se realiza remate por encima de la red para que los deportistas entiendan que se debe realizar un buen trabajo de remate dirigido. Se deben los deportistas para hacer remate por encima de la red a la diagonal y otro deportista realiza la defensa del remate. Brindamos un cambio a favor al ejercicio a la linea. Explicación y trabajos individual de la técnica de remate.		CERRIE DE SEMESTRE - TORNEO INTERNO Y COMUNITARIO	
		Carga		Baja			
		Intensidad (%)		0		0	
		Volumen (%)		0		0	
		Volumen (min)		0		0	
Comportamiento de la intensidad vs volumen		Add a series to start visualizing your data					
Fase final		Contenido		Se realiza juego del rey del campo con la cantidad de jugadores siempre 7 jugadores y rotacion.			
		Volumen (min)		0		0	
Total volumen (min) sesion		0		120		0	
Observaciones y/o retroalimentación:							
FIRMA		Juan Nicolas Gaitan Espitia		V.B. COORDINACIÓN		Juan Nicolas Gaitan Espitia	

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DEL MICROCICLO





INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN DE TABIO "INDERTAB"



INFORME INSTRUCTORES DEPORTIVOS FORMATO DE PLANEACIÓN Y EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES REALIZADAS INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

SEMANA 1								
Nombre del Contratista:		Juan Nicolas Gaitan Espitia		Cédula	3203569738	No. de contrato	2025-036	
Escuela de formación	Voleibol	Categoría	Menores		Rama	Femenino		
Meso No:	5	Micro No:	1	Tipo de micro	Ajuste	MES	Junio-Julio	
No. de deportistas		64						
OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:		PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DE VOLEIBOL FEMENINO DE INDERTAB.						
OBJETIVO MENSUAL:		Afianzar las diferentes técnicas básicas utilizadas para la practica y competencia del voleibol.						
OBJETIVO DEL MICRO:		Afianzar la tecnica de golpe de antebrazos, volea y remate (De manera de ajuste y observación de cada uno de los grupos a trabajar).						
		LUNES (Fecha)	MARTES (24 de Junio)	MIÉRCOLES (Fecha)	JUEVES (26 de Junio)	VIERNES (Fecha)	SABADO (Fecha)	DOMINGO (Fecha)
LUGAR Y/O ESCENARIO			Polideportivo Municipal		Polideportivo Municipal			
HORARIO			3:30-9:30pm		3:30-9:30pm			
Fase Inicial	Contenido		Movilidad articular, juego de calentamiento		Movilidad articular, juego de calentamiento			
	Volumen (min)		30		30			
Fase central	Contenido		Explicación y trabajo individual de saque (dependiendo la categoría se realiza saque de igualdad o saque de altura). Inicialmente se realizan trabajos individuales contra la pared. Se pasa a realizar saques a otro compañero especifico para la demostración del saque y correcciones individuales. Luego se combina saque y otro compañero va a realizar la recepción con golpe de antebrazos. Explicación y trabajo individual de la tecnica de remate. Trabajo individualizado con Antebrazos.		Explicación y corrección de la tecnica de remate. Se realiza remate por encima de la red para que los deportistas entiendan que se debe realizar un buen trabajo de remate propio. Se dividen los deportistas para hacer remate por encima de la red a la diagonal y otro deportista realiza la defensa del remate. Finalmente se cambia a hacer el ejercicio a la linea. Explicación y trabajo individual de la tecnica de remate. Trabajo individualizado de los rematadores.			
	Carga		Baja		Baja			
	Intensidad (%)	0	3	0	3	0	0	0
	Volumen (%)	0	3	0	3	0	0	0
	Volumen (min)	0	80	0	80	0	0	0
Comportamiento de la intensidad vs volumen		Add a series to start visualizing your data						
Fase final	Contenido		Se realiza juego del rey del campo con la intención de realizar siempre 3 golpes y movimiento final.		Se realiza juego del rey del campo con la intención de realizar siempre 3 golpes y movimiento final.			
	Volumen (min)	0	10	0	10	0	0	0
Total volumen (min) sesion		0	120	0	120	0	0	0

Observaciones y/o retroalimentación:
Semana Santa; estuvimos todos los instructores en capacitación de primeros auxilios.

FIRMA *Nelson Gaitan* V°B° COORDINACIÓN *P. H.*

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS DEL MICRO CICLO





INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN DE TABIO "INDERTAB"



INFORME INSTRUCTORES DEPORTIVOS FORMATO DE PLANEACIÓN Y EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES REALIZADAS INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

SEMANA 2									
Nombre del Contratista:		Juan Nicolas Gaitan Espitia		Cédula	3203569738	No. de contrato		2025-036	
Escuela de formación		Voleibol		Categoría		Menores		Rama	
Meso No:		5		Micro No:		2		Tipo de micro	
						Ajuste		MES	
No. de deportistas		64						Junio-Julio	
OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:				PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DE VOLEIBOL FEMENINO DE INDERTAB.					
OBJETIVO MENSUAL:				Afianzar las diferentes tecnicas basicas utilizadas para la practica y competencia del voleibol.					
OBJETIVO DEL MICRO:				Afianzar tecnicas de los golpes basicos de voleibol e iniciar con tactica del deporte (Posiciones de juego especificas)					
		LUNES (Fecha)		MARTES (01 de Mayo)		MIÉRCOLES (Fecha)		JUEVES (Fecha)	
								VIERNES (Fecha)	
								SABADO (Fecha)	
								DOMINGO (Fecha)	
LUGAR Y/O ESCENARIO				Polideportivo Municipal		Polideportivo Municipal			
HORARIO				3:30-9:30pm		3:30-9:30pm			
Fase Inicial		Contenido		Modificó estructural, cambiando de la posición a la posición final una fila y persona que está de último en la fila debe llegar a ser la primera, se maneja de esa manera hasta que todos pasan.					
		Volumen (min)		30		0			
Fase central		Contenido		Explicación y trabajo individual de técnica (dependiendo la categoría se realiza técnica de recepción o técnica de ataque) inicialmente se realizan técnicas individuales contra la pared. Se pasa a realizar ataques a objetivos específicos para la dirección del ataque y correcciones individuales. Luego se comienza con el ataque y una persona va a realizar el receptor con apoyo de defensas. Explicación y trabajos individuales de la técnica de recepción. Trabajos individualizados con Amadoras.		CIERRE DE SEMESTRE - TORNEO INTERNO Y CUARTER			
		Carga		Baja					
		Intensidad (%)		0		0		0	
		Volumen (H)		0		0		0	
		Volumen (min)		0		0		0	
Comportamiento de la intensidad vs volumen		Add a series to start visualizing your data							
Fase final		Contenido		Se realiza juego del rey del campo con la condición de realizar siempre 3 golpes y voluntarios final		Se realiza juego del rey del campo con la condición de realizar siempre 3 golpes y voluntarios final			
		Volumen (min)		0		0		0	
Total volumen (min) sesion		0		120		0		0	
Observaciones y/o retroalimentación:									
FIRMA: V"B" COORDINACIÓN:									





INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN DE TABIO "INDERTAB"



INFORME INSTRUCTORES DEPORTIVOS FORMATO DE PLANEACIÓN Y EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES REALIZADAS INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

SEMANA 1								
Nombre del Contratista:		Juan Nicolas Gaitan Espitia		Cédula	3203569738	No. de contrato	2025-036	
Escuela de formación	Voleibol		Categoría	Juvenil-Mayores		Rama	Femenino	
Meso No:	5	Micro No:	1	Tipo de micro	Ajuste	MES	Junio-Julio	
No. de deportistas		64						
OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:			PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DE VOLEIBOL FEMENINO DE INDERTAB.					
OBJETIVO MENSUAL:			Explicación de sistemas de juego					
OBJETIVO DEL MICRO:			Afianzar técnicas de los golpes básicos de voleibol e iniciar con táctica del deporte (Sistemas de juego iniciales K1 y K2)					
		LUNES (Fecha)	MARTES (24 de Junio)	MIÉRCOLES (Fecha)	JUEVES (26 de Junio)	VIERNES (Fecha)	SABADO (Fecha)	DOMINGO (Fecha)
LUGAR Y/O ESCENARIO			Polideportivo Municipal		Polideportivo Municipal			
HORARIO			3:30-9:30pm		3:30-9:30pm			
Fase Inicial	Contenido		Movilidad articular, juego de calentamiento		Movilidad articular, juego de calentamiento			
	Volumen (min)		20		20			
Fase central	Contenido		Explicación y trabajo individual de saque (dependiendo la categoría se realiza saque de respaldito o saque de altura, inicialmente se realizan saques individuales contra la pared. Se pasa a realizar saques a otros jugadores para la dirección del saque y correcciones individuales. Luego se comienza con el saque en parejas y con posterioridad a realizar la recepción con golpe de antebrazos. Explicación y trabajos individuales de la técnica de remate. Complejo de juego K1		Explicación y corrección de la técnica de remate. Se realiza remate por encima de la red para que los deportistas entiendan que se debe realizar un buen trabajo de remate dirigido. Se dividen los deportistas para hacer un remate que encima de la red y la diagonal y otro que realiza remate a la defensa del remate. Entrenamiento se cambia a jugar al partido de la línea. Explicación y trabajos individuales de la técnica de remate. Complejo K2			
	Carga		Baja		Baja			
	Intensidad (%)	0	3	0	3	0	0	0
	Volumen (lit)	0	3	0	3	0	0	0
	Volumen (min)	0	80	0	80	0	0	0
Comportamiento de la intensidad vs volumen		Add a series to start visualizing your data						
Fase final	Contenido		Se realiza juego final (Puede ser por tiempo o final)		Se realiza juego final (Puede ser por tiempo o final)			
	Volumen (min)	0	10	0	10	0	0	0
Total volumen (min) sesión		0	110	0	110	0	0	0
Observaciones y/o retroalimentación: Semana Santa; ausentamos todos los instructores en capacitación de primeros auxilios.								
FIRMA					V.B* COORDINACIÓN			

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS DEL MICRO/CICLO



INFORME INSTRUCTORES DEPORTIVOS
FORMATO DE PLANEACIÓN Y EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES REALIZADAS
INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL

SEMANA 2

Nombre del Contratista:		Juan Nicolas Gaitan Espitia		Cédula		3203569738		No. de contrato		2025-2036	
Escuela de formación		Voleibol		Categoría		Juvenil-Mayores		Rama		Femenino	
Meso No:		5		Micro No:		2		Tipo de micro		Ajuste	
								MES		<i>Junio-Julio</i>	
No. de deportistas		64									
OBJETIVO DEL PERIODO CONTRACTUAL:				PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN EN LA EJECUCION DE ACTIVIDADES DE INSTRUCTOR DE LA ESCUELA DE FORMACION DE VOLEIBOL FEMENINO DE INDERTAB.							
OBJETIVO MENSUAL:				Explicación de sistemas de juego							
OBJETIVO DEL MICRO:				Afianzar técnicas de los golpes básicos de voleibol e iniciar con táctica del deporte (Sistemas de juego iniciales K1 y K2)							
		LUNES (Fecha)		MARTES (01 de Mayo)		MIÉRCOLES (Fecha)		JUEVES (Fecha)		VIERNES (Fecha)	
				SABADO (Fecha)						DOMINGO (Fecha)	
LUGAR Y/O ESCENARIO				Polideportivo Municipal		Polideportivo Municipal					
HORARIO				3:30-9:30pm		3:30-9:30pm					
Fase Inicial		Contenido		Movilidad articular, calentamiento realizado a la condición física una fila y cuando se da la señal la persona que está de última en la fila debe llegar a ser la primera, se maneja de esa manera hasta que todos pasen.							
		Volumen (min)		30							
		Contenido		Explicación y trabajo individual de saque (dependiendo si categoría se realiza saque de espumante o saque de afuera), inicialmente se realizan trabajos individuales contra la pared. Se pasa a realizar saques a volantes respectivos para la dirección del saque y correcciones individuales. Luego se continúa saque y otra persona va a recibir la recepción con golpe de predominancia. Explicación y trabajos individuales de la técnica de remate Complejo de Juego K1				CIERRE DE SEMESTRE - Torneo interno y cena			
		Carga		Baja							
Fase central		Intensidad (%)		0		0		0		0	
		Volumen (KJ)		0		0		0		0	
		Volumen (min)		0		0		0		0	
		Volumen (min)		0		0		0		0	
Comportamiento de la intensidad vs volumen											
Fase final		Contenido		Se realiza juego final (diferente por vez al campo o field)							
		Volumen (min)		0		0		0		0	
		Total volumen (min) sesión		0		120		0		0	

Observaciones y/o retroalimentación:

FIRMA

VºBº COORDINACIÓN

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS DEL MICROCICLO





Firma Instructor:



INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN DE TABIO "INDERTAB"

INFORME INSTRUCTORES DEPORTIVOS

FORMATO DE ASISTENCIA

NIVEL		Menores Formativo																		
Nombre del contratista	Nicolas Gaitan	Cédula	1070023429	Cat.	Menores	Rama	Femenino	Mes	Junio-Julio											
Escuela de Formación	Voleibol Femenino	Nº Contrato	2025-036	Escenario	Polideportivo Municipal	Nº Deportistas	14													
SEMANA				Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Sesiones cumplidas	Sesiones programadas											
FECHA				24	26	1	3													
Nº IDENTIFICACION	No.	NOMBRE Y APELLIDO	SEXO	EDAD	No. CONTACTO DE EMERGENCIA	PARENTESCO														
1	1023084973	Sofia D'Achiardi Velez	FEM	16	3016577959	Madre	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	3	3	
2	1104943557	Juliana Beltrán Martinez	FEM	16	3232204085	Madre	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	3	3	
3	1033106531	Laura Catalina Silva Palacios	FEM	15	3102421789	Madre	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	3	3	
4	1076082065	Maria Catalina Salamanca Pérez	FEM	16	3213052872	Mamá	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	3	3	
5	1073482749	MARIA PAULA ROCHA SEGURA	FEM	15	3103268575	MADRE	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	3	3	
6	1089385286	Juanita Velasquez matallana	FEM	15	3106040621	Madre	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	3	3	
7	1073482497	LAURA BIBIANA PORTE BALLESTEROS	FEM	17	3123077645	Padre	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	3	3	
8	1070009409	Jasbleydi Paez Herrera	FEM	16	3202900414	Madre	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	3	3	
9	1076244732	Paula Litzay Morenó Cuchila	FEM	16	3205720539	Madre	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	3	3	
10	1013269934	Abrill Eliana Velez Correa	FEM	15	3208693505	Madre	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	3	3	
11	1072661826	Karen Sofia Rodríguez Segura	FEM	15	3107507903	Madre	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	3	3	
12	1072661964	Mariana Camacho Botia	FEM	15	3008781314	Madre	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	3	3	
13	1076622266	Paola Daniela Carabal Sánchez	FEM	16	3124904940	Madre	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	3	3	
14	1032799576	María Fernanda Padilla Velasquez	FEM	16	3107847498	Padre	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	3	3	
15							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
16							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
17							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
18							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
19							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
20							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
21							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
22							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
23							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
24							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
25							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
26							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
27							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
28							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
29							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
30							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		

Observaciones / Comentarios:

Firma Instructor: *Nicolas Gaitan*

B.P.F.



INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN DE TABIO "INDERTAB"
INFORME INSTRUCTORES DEPORTIVOS
FORMATO DE ASISTENCIA

NIVEL		Juvenil-Mayores Formativo																				
Nombre del contratista		Nicolas Gañan		Cédula	1070023429		Cat.	Mayores	Rama	Femenino	Mes	Junio-Julio										
Escuela de Formación		Voleibol Fentibritio		Nº Contrato	2025-036		Escenario	Polideportivo Municipal		Nº Deportistas	15											
SEMANA					Semana 1		Semana 2		Semana 3		Semana 4		Sesiones cumplidas		Sesiones programadas							
FECHA					24		26		1		3		0		0							
Nº	No. IDENTIFICACION	NOMBRE Y APELLIDO	SEXO	EDAD	No. CONTACTO DE EMERGENCIA	PARENTESCO	24	26	1	3	0	0	0	0	0	0						
1	39804585	Zulma Carolina Navarrete Villarraga	FEM	40	3212255508		1	0	1	1	0	0	0	0	0	0						
2	74922	Gilma Jimenez Rodriguez	FEM	62	3223563857		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0						
3	20896832	Olga Yolanda Camacho Rocha	FEM	58	3123227570		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0						
4	1070009001	Adriana Marcela Bello Catiblanco	FEM	35	3108648974		1	0	1	1	0	0	0	0	0	0						
5	1077062151	Sara Sofia Antonio Arias	FEM	18	3222522649		1	0	1	1	0	0	0	0	0	0						
6	53011099	J. PATRICIA MENDEZ BERNAL	FEM	40	3214901201		1	0	1	1	0	0	0	0	0	0						
7	1019040318	Luna Valentina Bernal Peralta	FEM	17	3135166756	Abuela	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0						
8	39808927	Nancy Pérez Rodriguez	FEM	53	3213052872		1	0	1	1	0	0	0	0	0	0						
9	1025322178	Juliana Escobar Moreno	FEM	19	3108197571	Madre	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0						
10	39809155	Elsa Yasmin Bautista Ospina	FEM	50	3144679067	Hermano	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0						
11	1077062151	Sara Sofia Antonio Arias	FEM	18	3185282126	Madre	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0						
12	492580	Dariangelys Hernandez	FEM	17	3158335301	Padre	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0						
13	1019040318	Luna Valentina Bernal Peralta	FEM	17	3132111832	Abuela	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0						
14	74493	Valentina Padilla Velasquez	FEM	17	3107847498	Padre	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0						
15	39809266	ADRIANA MARIA GARCIA TORRES	FEM	50	3104783977	Esposo	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0						
16							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0						
17							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0						
18							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0						
19							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0						
20							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0						
21							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0						
22							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0						
23							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0						
24							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0						
25							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0						
26							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0						
27							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0						
28							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0						
29							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0						
30							0	0	0	0	0	0	0	0	0	0						

Observaciones / Comentarios:

Firma Instructor: *Nicolas Gañan*

gpc

DATOS GENERALES DEL APORTANTE																														
Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Dirección	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF																						
CC 1070023429		JUAN NICOLAS GAITAN ESPITIA	INDEPENDIENTE	Principal	Cra 17B #3-89	CAJICA-CUNDINAMARCA	3203569738	No																						
DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION																														
Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago																							
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Límite	Pago	Banco	Días Mora	Valor																					
2025-06	2025-06	1546682300	9487417125	I	2025/07/08	2025/06/12	BANCO CAJA SOCIAL	0	\$413,300																					
LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES																														
EMPLEADO		NOVEDADES										PENSION	SALUD	CCF	RIESGOS	PARAFISCALES														
No.	Identificación	Nombre	Ingre	retr	ced	can	dis	tas	vac	cor	ret	dis	lge	ma	vac	ap	vac	el	vac	Código	Días	Código	Días	Código	Días	Tarifa	Días	Exonerado SENA e ICBF		
SUCURSAL: Principal (1 Afiliados)																														
Centro de Trabajo: Principal (1 Afiliados)																														
Ciudad: CAJICA Depto: CUNDINAMARCA (1 Afiliados)																														
1	CC 1070023429	GAITAN JUAN																		25-14	30	EP5008	30		0	14-11	30	0.322%	0	No
Total Afiliados(1)																														

DATOS GENERALES DEL APORTANTE									
Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Dirección	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF	
CC 1070023429		JUAN NICOLAS GAITAN ESPITIA	INDEPENDIENTE	Principal	Cra 17B #3-89	CAJICA-CUNDINAMARCA	3203569738	No	
DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION									
Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Límite	Pago	Banco	Días Mora	Valor
2025-06	2025-06	1546682300	9487417125	I	2025/07/08	2025/06/12	BANCO CAJA SOCIAL	0	\$413,300
RESUMEN DE PAGO									
RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR	
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)				1	\$227,800	\$0	\$0	\$227,800	
COLPENSIONES	25-14	900,336,004	7	1	\$227,800	\$0	\$0	\$227,800	
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	\$7,500	\$0	\$0	\$7,500	
ARL SURA	14-11	890,903,790	5	1	\$7,500	\$0	\$0	\$7,500	
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	\$178,000	\$0	\$0	\$178,000	
COMPENSAR	EP5008	860,066,942	7	1	\$178,000	\$0	\$0	\$178,000	
TOTAL				1	\$413,300	\$0	\$0	\$413,300	

887



INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN DE TABIO
INDERTAB
INFORME DE CIERRE
PRIMER SEMESTRE 2025

NOMBRE DEL INSTRUCTOR Juan Nicolás Galtán Espitia		No. de identificación 1.070.023.429
EFD / PROGRAMA	Voleibol Femenino	Número de contrato 2025-036

Salidas / Eventos Primer semestre 2025:

FECHA	CATEGORÍA CON LA QUE PARTICIPÓ	NOMBRE DEL EVENTO	UBICACIÓN	ORGANIZADOR	RESULTADOS OBTENIDOS	APOYO BRINDADO POR INDERTAB	OBSERVACIONES ADICIONALES





PROYECCIÓN DE SALIDAS / EVENTOS SEGUNDO SEMESTRE DE 2025

Relacione brevemente los torneos, integraciones, encuentros o similares en los cuales proyecta participar en el 2do semestre de 2025, con la EFD / Programa que lidera:

- Participación en torneo de la Liga de Cundinamarca con categorías Infantil y Menores
- Participación en torneo femenino mayores y amistosos con municipios cercanos
- Participación en los Juegos Deportivos de Cundinamarca 2025

g.f.f



TABIO



Indertab



www.indertab.gov.co



CONCLUSIONES GENERALES DEL TRABAJO REALIZADO EN 2025-1

Durante el primer semestre de trabajo se realizó de manera satisfactoria un trabajo de reconocimiento y corrección de las técnicas básicas necesarias para poder jugar al voleibol, iniciando desde la categoría infantil femenina donde se logró evidenciar un avance significativo en el mantenimiento del balón en el aire y lograr jugar buscando y entendiendo la competencia; con la categoría menores femenino se realizó un trabajo más enfocado a la competencia y la táctica dentro del campo de voleibol (reconocimiento y entendimiento de los complejos K1 y K2) y con la categoría juvenil-mayores femenino se realizó un trabajo de ajuste técnico para terminar con el entendimiento del sistema de juego completo 5-1 en búsqueda de la competencia.

Elaborado por:

(Juan Nicolás Gaitán Espitia)

(EFD / Programa que lidera: Voleibol Femenino)

