Yopal, 27 de agosto de 2025

Licenciado (a)
LINA PAOLA AMAYA BAHAMON
Supervisor Contrato Nº. 0097 de 2025
Yopal-Casanare

Cordial saludo,

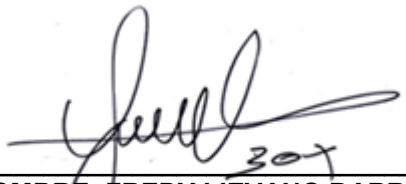
Me permito presentar el informe de actividades 4 de 4, del periodo comprendido del 21 de julio al 20 de agosto de 2025 del contrato de prestación de servicios profesionales N° 0097-2025 cuyo objeto es: "***PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE BOXEO CATEGORÍA 3, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO."***

Documentos Anexos:

- Informe de Actividades
- Anexo informe de actividades
- Mesociclo gráfico y escrito
- Horarios de entrenamiento
- Acta de sustentación (metodólogo)
- Certificación expedida por el metodólogo
- Certificación expedida por la liga
- Formato Planilla de asistencia
- Formato población beneficiada
- Certificación de veracidad
- Formato Registro fotográfico
- Certificado de Deducciones FO-A-GFI-02
- Certificado decreto 1070 FO-A-GFI-08
- Certificado decreto 060-2023
- Copia del pago de Salud, pensión y riesgos Profesionales
- Certificación Bancaria
- Formato No obligado a facturar
- Copia del RUT

Lo anterior para efectos de cumplimiento de las cláusulas contractuales definidas por Indercas, dentro del contrato antes enunciado.

Atentamente,



NOMBRE: FREDY LIEVANO BARRIENTOS
C.C. N.º 17.347.856 DE VILLAVICENCIO - META
CELULAR: 3115953798
CONTRATISTA

Informe PAGO FINAL de Actividades No. 4 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0097 - de 2025-04-10 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE BOXEO CATEGORÍA 3, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.

Yopal, 27 de Agosto del 2025.

Señor(a)
LINA PAOLA AMAYA BAHAMON
PROFESIONAL UNIVERSITARIO DEPORTES
Supervisor
Ciudad

Ref: Informe de Actividades No. 4 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0097 - de 2025-04-10.

Cordial Saludo,

En cumplimiento del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN de la referencia, relaciono a continuación las actividades realizadas desde: 21/07/2025 hasta 20/08/2025.

A. ANTECEDENTES:

CLASE DE CONTRATO	CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN
NUMERO DE CONTRATO	0097
FECHA DE CONTRATO	2025-04-10.
NOMBRE DEL CONTRATISTA	FREDY LIEVANO BARRIENTOS
NUMERO DE IDENTIFICACIÓN DE CONTRATISTA	17347856 de VILLAVICENCIO
OBJETO DEL CONTRATO	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE BOXEO CATEGORÍA 3, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.
FECHA DE INICIO	2025-04-21
PLAZO DE EJECUCIÓN	Cuatro (4) MESES
FECHA DE TERMINACIÓN INICIAL	2025-08-20
FECHA DE INFORME	27 de Agosto del 2025
PERIODO DE INFORME	21/07/2025 hasta 20/08/2025
NUMERO DE INFORME	4
DIRECCIÓN DE DOMICILIO	Cl 17ª 7 – 64
CIUDAD	YOPAL
TELEFONO MOVIL	3115953798
CORREO ELECTRÓNICO	fredyboxeo@yahoo.es
ADICION	
SUSPENSIÓN	
NUEVA FECHA DE TERMINACIÓN	

Informe PAGO FINAL de Actividades No. 4 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0097 - de 2025-04-10 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE BOXEO CATEGORÍA 3, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.

B. ESTADO FÍSICO:

Hasta la fecha 20/08/2025, el CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0097 presenta una ejecución del 100% contra una programada del 100%.

C. ESTADO FINANCIERO:

	Valor	Anticipo	
CONTRATO INICIAL	$17.383.200,00	$0,00	
ADICIONAL	$0,00	$0,00	
TOTAL CONTRATO	$17.383.200,00	$0,00	
	Valor Acta	Amortiza	Vr. Pagado
VALOR ACTA No. 1	$4.345.800,00	$0,00	$4.345.800,00
VALOR ACTA No. 2	$4.345.800,00	$0,00	$4.345.800,00
VALOR ACTA No. 3	$4.345.800,00	$0,00	$4.345.800,00
PRESENTE ACTA	$4.345.800,00	$0,00	$4.345.800,00
POR EJECUTAR	$0,00		
TOTAL	$17.383.200,00	$0,00	$17.383.200,00

VALOR A PAGAR EN LA PRESENTE ACTA NO. 4: $4.345.800,00 M.L.C.

D. ACTIVIDADES:

ACTIVIDADES: 1. Prestar los servicios como entrenador, para orientar los procesos de formación, preparación y apoyo a deportistas de rendimiento deportivo en el departamento de Casanare de acuerdo con los lineamientos propuestos por la Liga deportiva correspondientes y aprobados por Indercas por intermedio del metodólogo de la disciplina, dejando constancia por escrito del hecho. 2. Presentar el cronograma, horarios y lugares de trabajo por categoría y rama. 3. Presentar y sustentar el Plan metodológico de entrenamiento, por equipo, categoría y deportistas según corresponda, relacionado con el tiempo de contratación ante el metodólogo asignado y/o equipo técnico metodológico. 4. Realizar los Ajustes al Plan metodológico de trabajo y cronograma, en caso de que el metodólogo asignado lo solicite. 5. Presentar los resultados técnicos mensuales de acuerdo con lo programado en el Plan metodológico de trabajo. 6. Presentar al metodólogo asignado por Indercas los pronósticos de participación a eventos departamentales, nacionales e internacionales de cada uno de las selecciones o deportistas, como mínimo diez días antes de cada evento, para su respectivo análisis y aprobación. 7. En caso de participación en eventos deportivos departamentales, nacionales e internacionales, deberá enviar información de los resultados obtenidos al jefe o responsable de prensa de Indercas y presentar el informe técnico de participación de cada uno de las selecciones o deportistas en un plazo máximo de tres días siguientes a la terminación de la competencia al metodólogo asignado por Indercas y consolidarlo en el informe mensual. 8. Desarrollar un proceso técnico, táctico y de planificación deportiva durante mínimo seis (6) horas al día de lunes a viernes y los días festivos cuando se requiera, para atender (En caso de deportes de conjunto 40 personas, deportes individuales 25 personas y deporte adaptado 15 personas) entre niños, niñas y adolescentes por mes de ejecución del contrato en la disciplina asignada. 9. Realizar visitas como estrategia de articulación con los diferentes municipios para detectar e involucrar los deportistas de rendimiento que puedan existir en cada uno a los procesos deportivos. 10. Desarrollar procesos deportivos mediante competencias mínimo una vez al mes, para fortalecer la enseñanza, aprendizaje y fomento del deporte. 11. Apoyar de forma técnica deportiva el proceso de Juegos Intercolegiados de acuerdo con las necesidades de su disciplina deportiva. 12. Verificar que para las sesiones de adiestramiento los deportistas cumplan con los protocolos establecidos por el Centro Especializado del Deporte. 13. Llevar control de la

asistencia de los deportistas beneficiados y presentar las correspondientes planillas en cada informe de actividades. 14. Presentar en medio magnético de manera mensual y con la liquidación del contrato, la base de datos estadística de la población beneficiada según formato de Indercas, donde se incluyan los siguientes aspectos: a) Rango de edad: Primera infancia (0-5); Infancia (6-11); Adolescencia (12-17); b) Enfoque de género: masculino, femenino; c) Enfoque étnico: indígenas, Comunidades NARP, Población ROM, Ninguno; d) Enfoque diferencial: Víctimas del conflicto armado, habitante de calle, PPL-TD, PPR, población en pobreza extrema, personas con discapacidad, ninguno. 15. Las demás asignadas por gerencia y/o supervisor de acuerdo con su objeto contractual. OBLIGACIONES: 1. Cargar mensualmente el informe de ejecución de actividades dentro de los tres (03) días hábiles siguientes al vencimiento del periodo a certificar, en la plataforma de acuerdo al formato establecido por el Instituto, con los respectivos anexos, planilla detallada y soporte de pago de salud, pensión y riesgos laborales en formato digital, y una vez aprobado por el supervisor presentarlo en medio físico. 2. Asistir y participar de las reuniones, convocatorias y capacitaciones que se realicen por parte del INDERCAS, relacionadas con el objeto del contrato. 3. Apoyar las actividades lideradas o apoyadas por el INDERCAS a las cuales sea convocado, relacionadas con el objeto del contrato. 4. Presentar antes del primer pago, certificado a su nombre del curso de integridad, transparencia y lucha contra la corrupción, que se encuentra en: https://www.funcionpublica.gov.co/eva_/curso-integridad, de acuerdo con lo establecido en el artículo 11. SENSIBILIZACIÓN Y CAPACITACIÓN de la ESTRATEGIA PARA LA GESTIÓN DE CONFLICTO DE INTERESES, aprobada mediante acta del Comité Institucional de Gestión y Desempeño de Indercas, el día 13 de octubre de 2020. 5. Mantener informada al Indercas de los hechos o circunstancias que puedan constituir actos de corrupción o puedan poner o pongan en riesgo el cumplimiento del contrato, o cuando tal incumplimiento se presente. 6. Cumplir con el objeto del presente contrato por sus propios medios, con plena autonomía técnica y administrativa.

E. ACTIVIDADES DESARROLLADAS:

ACTIVIDAD	ACTIVIDADA REALIZADA	PORCENTAJE (%)
01. ACTIVIDADES Prestar los servicios como entrenador, para orientar los procesos de formación, preparación y apoyo a deportistas de rendimiento deportivo en el departamento de Casanare de acuerdo con los lineamientos propuestos por la Liga deportiva correspondientes y aprobados por Indercas por intermedio del metodólogo de la disciplina, dejando constancia por escrito del hecho.	preste servicios de orientación, formación, preparación y apoyo a deportistas de rendimiento deportivo en el departamento de Casanare durante el periodo del 21 de julio al 20 de agosto del 2025, se han ejecutado procesos de entrenamiento, seguimiento técnico, acompañamiento en sparring, y fortalecimiento de las capacidades físicas, tácticas y psicológicas de los deportistas vinculados al programa de rendimiento, las actividades las desarrolle conforme a los lineamientos técnicos y metodológicos establecidos por la Liga, y aprobados por el Instituto para el Deporte y la Recreación de Casanare – INDERCAS, bajo el acompañamiento del metodólogo asignado JONATHAN GARCIA DAZA, Profesional Universitario	100
02. ACTIVIDAD Presentar el cronograma, horarios y lugares de trabajo por categoría y rama.	Cumplí los lineamientos establecidos por el instituto con el objetivo de garantizar una planificación eficiente de las actividades realizadas durante el periodo comprendido del 21 de junio al 20 de agosto del 2025, presente el cronograma especificando los horarios, lugares de ejecución, categorías y ramas correspondientes, organizados de manera clara y estructurada para facilitar el seguimiento metodológico y la evaluación del proceso. La elaboración de este cronograma cumple con la necesidad de coordinar adecuadamente los espacios de formación, optimizar el uso de los recursos disponibles y asegurar que cada categoría y rama cuente con el tiempo y lugar adecuados para el desarrollo de sus actividades.	100
03. ACTIVIDAD Presentar y sustentar el Plan metodológico de entrenamiento, por equipo, categoría y deportistas según corresponda, relacionado con el tiempo de contratación ante el metodólogo asignado y/o equipo técnico metodológico.	Presente el día 23 de abril de 2025 en las oficinas del INDERCAS al metodólogo, de manera formal y detallada el plan de entrenamiento gráfico y escrito diseñado para los deportistas de rendimiento que se encuentran bajo mi dirección. Este plan responde a los lineamientos técnicos del centro especializado y busca optimizar el desarrollo integral de los atletas, considerando sus necesidades individuales, objetivos competitivos y el calendario de competencias. El plan fue sustentado en dos formatos complementarios: Formato gráfico: Se expusieron	100

Informe PAGO FINAL de Actividades No. 4 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0097 - de 2025-04-10 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE BOXEO CATEGORÍA 3, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.

	cronogramas de trabajo, esquemas de periodización (macro, meso y microciclos), distribución de cargas, fases de preparación, picos de rendimiento y estrategias de recuperación. Se utilizaron diagramas, tablas y gráficos para facilitar la comprensión del proceso metodológico. Documento escrito: Incluye la fundamentación teórica del modelo de entrenamiento, objetivos específicos por etapa, metodología aplicada, indicadores de seguimiento, criterios de evaluación, y protocolos de intervención en caso de lesiones o bajo rendimiento.	
04.ACTIVIDAD Realizar los Ajustes al Plan metodológico de trabajo y cronograma, en caso de que el metodólogo asignado lo solicite.	El profesional responsable de la metodología llevó a cabo un análisis exhaustivo del plan de trabajo vigente, evaluando cada componente con atención a los objetivos establecidos y al contexto operativo del equipo interdisciplinario. Tras esta revisión detallada, concluyó que no era necesario realizar ajustes en la planificación ni en el calendario de actividades correspondiente al periodo comprendido entre el 21 de julio y el 20 de agosto de 2025, ya que se encontraban alineados con las metas propuestas. Para garantizar la efectividad del proceso metodológico, se ha fortalecido la comunicación interna mediante canales claros, oportunos y constantes, lo que ha permitido mantener una coordinación fluida entre todos los miembros del equipo. Esta dinámica de trabajo colaborativo ha sido clave para asegurar que tanto el plan metodológico como el cronograma se mantengan actualizados, pertinentes y funcionales frente a los desafíos del proyecto.	100
05. ACTIVIDAD Presentar los resultados técnicos mensuales de acuerdo con lo programado en el Plan metodológico de trabajo.	Informe periódicamente sobre el avance y los logros, alcanzados en las actividades en este periodo del 21 de julio al 20 de agosto 2025 en la preparación de los boxeadores de la preselección Casanare se procuró desarrollar una técnica depurada y la precisión en los ataques para ganar puntos, en la preparación física se priorizo la velocidad, la coordinación y la resistencia específica para que nuestros púgiles logren realizar los tres asaltos del combate, durante los entrenamientos de acondicionamiento físico se elevó el nivel de resistencia cardiovascular, fuerza, velocidad, flexibilidad, el entrenamiento táctico fueron fundamentales las acciones defensivas y los contraataques de riposta, y la preparación mental para gestionar los nervios y mantener la energía en el ring.	100
06. ACTIVIDAD Presentar al metodólogo asignado por Indercas los pronósticos de participación a eventos departamentales, nacionales e internacionales de cada uno de las selecciones o deportistas, como mínimo diez días antes de cada evento, para su respectivo análisis y aprobación.	Durante el periodo comprendido entre el 21 de julio y el 20 de agosto de 2025, no se registró participación de los boxeadores en competencias oficiales, campeonatos federados ni en eventos programados dentro del calendario de la Liga o la Federación. Tampoco se proyectó participación en actividades competitivas a corto plazo, lo cual responde a diversos factores de planificación interna y evaluación técnica. Dado que no se contemplaron compromisos competitivos durante este periodo, no se emite pronóstico de participación para el mismo. Sin embargo, se mantiene abierta la posibilidad de inclusión en el calendario de actividades a partir del próximo ciclo, sujeto a evaluación técnica y disponibilidad logística.	100
07.ACTIVIDAD En caso de participación en eventos deportivos departamentales, nacionales e internacionales, deberá enviar información de los resultados obtenidos al jefe o responsable de prensa de Indercas y presentar el informe técnico de participación de cada uno de las selecciones o deportistas en un plazo máximo de tres días siguientes a la terminación de la competencia al metodólogo asignado por Indercas y consolidarlo en el informe mensual.	Sostuve comunicación constante con el jefe de prensa de Indercas durante el mesociclo correspondiente al 21 de julio al 20 de agosto de 2025, este lapso fue destinado principalmente a procesos de preparación física, recuperación, ajustes estratégicos y fortalecimiento individual de los atletas, con miras a futuras competencias. Se realizaron sesiones de entrenamiento personalizado, revisión de rendimiento y actualización de fichas técnicas, sin que ello implicara participación activa en eventos externos	100
08.ACTIVIDAD Desarrollar un proceso técnico, táctico y de planificación deportiva durante mínimo seis (6) horas al día de lunes a viernes y los días festivos cuando se requiera, para atender (En caso	Durante el periodo establecido del 21 de junio al 20 de agosto del 2025, se cumplió con las actividades propuestas en el plan de entrenamiento, enfocadas en el desarrollo físico, técnico-táctico y competitivo de los deportistas bajo mi responsabilidad. Se tuvo en cuenta su edad deportiva y el nivel alcanzado, lo que permitió evidenciar avances significativos en	100

Informe PAGO FINAL de Actividades No. 4 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0097 - de 2025-04-10 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE BOXEO CATEGORÍA 3, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.

dedeportes de conjunto 40 personas, deportes individuales 25 personas y deporte adaptado 15 personas) entre niños, niñas y adolescentes por mes de ejecución del contrato en la disciplina asignada.	desarrollo Físico Se trabajó la fuerza, resistencia y capacidad de reacción mediante ejercicios específicos, Se utilizó la pera de boxeo para fortalecer los brazos, mejorar el ritmo y afinar la coordinación motriz. En la Preparación Técnica y Táctica Se enfatizó el dominio de bloqueos, desvíos y paradas con las extremidades superiores, como mecanismo de defensa ante los golpes del oponente. Se desarrollaron estrategias para mejorar la lectura del combate y la adaptación a las debilidades del rival. La Preparación Mental y Estratégica Se promovió un ambiente de confianza que permitió a los boxeadores participar en los sparrings con tranquilidad y energía. Se trabajó el manejo emocional para favorecer la toma de decisiones bajo presión y fortalecer la resiliencia durante el combate. Aspectos Complementarios: Descanso y Nutrición Se reforzó la disciplina en hábitos alimenticios y de descanso, fundamentales para optimizar el rendimiento físico y la recuperación post- entrenamiento.	
09. ACTIVIDAD Realizar visitas como estrategia de articulación con los diferentes municipios para detectar e involucrar los deportistas de rendimiento que puedan existir en cada uno a los procesos deportivos.	Impacte a los deportistas de las escuelas de los municipios de Yopal de los semilleros del INDERCAS y los deportistas de la escuela de boxeo del municipio de Tauramena, con 2 visitas en el mesociclo N° 5 de transformación 21 de junio al 20 de agosto del 2025, donde El objetivo de las visitas como entrenador departamental a las escuelas deportivas fur supervisar y guiar el proceso de formación de los deportistas, asegurando la calidad metodológica, el cumplimiento de los objetivos de los programas deportivos y el desarrollo integral de los alumnos, abarcando aspectos físicos, técnicos, pedagógicos	100
10. ACTIVIDAD Desarrollar procesos deportivos mediante competencias mínimo una vez al mes, para fortalecer la enseñanza, aprendizaje y fomento del deporte.	Realice durante el periodo 21 de julio a 20 de agosto de 2025, competencias internas y sesiones de sparring entre los boxeadores de la selección en sus distintas categorías. Estas actividades tuvieron como objetivo principal fortalecer los procesos de enseñanza y aprendizaje, así como mantener la motivación de los deportistas de selección. Propósitos y Beneficios: Estimulación y motivación continua para los atletas. Evaluación del progreso individual y grupal, permitiendo identificar fortalezas y áreas de mejora. Perfeccionamiento de habilidades técnicas y tácticas, mediante la práctica competitiva. Desarrollo del nivel volitivo, promoviendo la disciplina, la perseverancia y la resiliencia. Fomento de valores y actitudes positivas, como el respeto, la solidaridad, el compromiso y el trabajo en equipo. Estas competencias internas no solo enriquecen el rendimiento deportivo, sino que también consolidan el sentido de pertenencia y el espíritu competitivo dentro del grupo de selección.	100
11.ACTIVIDAD Apoyar de forma técnica deportiva el proceso de Juegos Intercolegiados de acuerdo con las necesidades de su disciplina deportiva	Brinde orientación y apoyo para la realización de la fase municipal de los juegos intercolegiados 2025, en la disciplina de boxeo del municipio de Yopal, donde se efectuaron 21 combates con la participación de 33 deportistas, las competencias se realizaron en el camerino sur del estadio Santiago de las Atalayas, los días 1 y 2 de agosto	100
12. ACTIVIDAD Verificar que para las sesiones de adiestramiento los deportistas cumplan con los protocolos establecidos por el Centro Especializado del Deporte.	Durante el periodo del 21 de julio al 20 de agosto del 2025 en el ciclo de entrenamientos realizado con los deportistas de la selección Casanare, se implementaron medidas orientadas a garantizar su bienestar físico y mental, así como el cumplimiento riguroso de las sesiones programadas. Las acciones desarrolladas incluyeron: Prevención de lesiones: Se aplicaron protocolos de calentamiento, estiramiento y recuperación adecuados para reducir el riesgo de lesiones. Nutrición e hidratación: Se promovió una alimentación balanceada y una hidratación constante, adaptada a las exigencias de cada jornada. Actitud mental positiva: Se fomentó un entorno motivador, con énfasis en el trabajo en equipo, la disciplina y la resiliencia. Higiene deportiva: Se supervisó el uso correcto de los implementos personales y se reforzaron prácticas de limpieza en espacios comunes. Seguridad en el entorno: Se verificó que el equipo deportivo y las superficies de juego cumplieran con los estándares de seguridad requeridos. Este enfoque multidisciplinario permitió optimizar el rendimiento de los atletas y fortalecer su preparación integral de cara a futuras competencias.	100
13. ACTIVIDAD Llevar control de la	Realice un seguimiento detallado de la participación durante el 21 de julio	100

Informe PAGO FINAL de Actividades No. 4 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0097 - de 2025-04-10 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE BOXEO CATEGORÍA 3, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.

asistencia de los deportistas beneficiados y presentar las correspondientes planillas en cada informe de actividades	al 20 de agosto del 2025, de los deportistas en entrenamientos y actividades programadas, con el fin de identificar niveles de compromiso, continuidad y detectar posibles ausencias. La asistencia fue monitoreada diariamente, clasificando a los deportistas según: Rango de edad Grupo poblacional (rural, urbano, comunidades étnicas, víctimas del conflicto, entre otros) Sector (institucional, comunitario, escolar) Género Categoría deportiva (novatos, intermedios, élite) Otros aspectos relevantes (frecuencia de asistencia, observaciones del entrenador, nivel de rendimiento) Se utilizaron las planillas aprobadas por el instituto con campos para fecha, observaciones y firma del responsable. Los datos fueron consolidados semanalmente para análisis comparativo. Se identificaron patrones de asistencia y se registraron ausencias justificadas e inasistencias reiteradas. Se evidenció qué deportistas mantienen una participación activa y constante. Se detectaron casos de baja asistencia que requieren seguimiento personalizado. El control permitió ajustar estrategias de entrenamiento y motivación según el perfil de cada grupo.	
14. ACTIVIDAD Presentar en medio magnético de manera mensual y con la liquidación del contrato, la base de datos estadística de la población beneficiada según formato de Indercas, donde se incluyan los siguientes aspectos: a) Rango de edad: Primera infancia (0-5); Infancia (6-11); Adolescencia (12-17); b) Enfoque de género: masculino, femenino; c) Enfoque étnico: indígenas, Comunidades NARP, Población ROM, Ninguno; d) Enfoque diferencial: Víctimas del conflicto armado, habitante de calle, PPL-TD, PPR, población en pobreza extrema, personas con discapacidad, ninguno.	Registre la información de la población beneficiada entre el 21 de julio y el 20 de agosto de 2025, la recopilación de datos se realizó directamente con los beneficiarios, garantizando que cada persona proporcionara los datos necesarios para construir su perfil completo. Los datos fueron sistematizados en medios magnéticos y digitales, asegurando respaldo y facilidad de acceso, Se validó que cada registro contuviera la totalidad de los campos requeridos, incluyendo datos personales, demográficos y sociales, Se completaron las columnas de los formatos oficiales establecidos por INDERCAS, incorporando los siguientes enfoques: Rangos de edad: Niñez, adolescencia, juventud, adultez, adultez mayor Enfoque de género: Masculino, femenino, no binario, otros Enfoque étnico: Población indígena, afrodescendiente, raizal, palenquera, ROM, mestiza Enfoque diferencial: Personas con discapacidad, víctimas del conflicto armado, población LGBTIQ+, migrantes, entre otros La actividad permitió consolidar una base de datos completa, confiable y alineada con los lineamientos institucionales, facilitando el análisis posterior, la toma de decisiones y el diseño de estrategias de atención más inclusivas y focalizadas.	100
15.ACTIVIDAD Las demás asignadas por gerencia y/o supervisor de acuerdo con su objeto contractual.	Entre el 21 de julio y el 20 de agosto de 2025, no se realizaron cambios significativos ni se asignaron nuevas funciones por parte de la gerencia o el supervisor que afectaran el propósito central del contrato, ya que las actividades se mantuvieron dentro del marco original, cumpliendo con las responsabilidades y directrices ya establecidas. el contrato se ejecutó de manera regular y conforme a lo pactado, sin la intervención de la gerencia o el supervisor para introducir cambios o nuevas tareas durante dicho período	100
OBLIGACION 01 Cargar mensualmente el informe de ejecución de actividades dentro de los tres (03) días hábiles siguientes al vencimiento del periodo a certificar, en la plataforma de acuerdo con el formato establecido por el Instituto, con los respectivos anexos, planilla detallada y soporte de pago de salud, pensión y riesgos laborales en formato digital, y una vez aprobado por el supervisor presentarlo en medio físico.	En cumplimiento de los requerimientos establecidos por el instituto, presento el cuarto informe correspondiente al contrato No. 097, que abarca el periodo comprendido entre el 21 de julio y el 20 de agosto de 2025. Durante este periodo: Se realizó la ejecución de las obligaciones contractuales conforme a lo estipulado, detallando cada actividad desarrollada. Se presentó la documentación original junto con las copias digitales requeridas por el equipo de supervisión. El informe evidencia el cumplimiento progresivo de las actividades programadas y el avance hacia los objetivos propuestos. La información fue cargada oportunamente en la plataforma institucional, respetando los plazos y condiciones establecidos por la supervisión. Se adjuntaron los anexos correspondientes, que complementan y respaldan la ejecución reportada.	100
OBLIGACION 02 Asistir y participar de las reuniones, convocatorias y capacitaciones que se realicen por parte del INDERCAS,	Dentro del periodo del 21 de julio al 20 de agosto de 2025, permanecí atento a la convocatoria durante el periodo mencionado, me mantuve atento y disponible ante las convocatorias realizadas por el Instituto,	100

Informe PAGO FINAL de Actividades No. 4 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0097 - de 2025-04-10 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE BOXEO CATEGORÍA 3, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.

relacionadas con el objeto del contrato	participando de manera activa en las reuniones presenciales y/o virtuales programadas. Esta disposición permitió el seguimiento oportuno de las actividades del contrato, el intercambio de información relevante y el cumplimiento de los lineamientos establecidos por la supervisión.	
OBLIGACION 03 Apoyar las actividades lideradas o apoyadas por el INDERCAS a las cuales sea convocado, relacionadas con el objeto del contrato.	Durante el periodo comprendido entre el 21 de julio y el 20 de agosto del año 2025, no fui requerido(a), convocado(a) ni se me solicitó por parte del Instituto de Deportes y Recreación de Casanare (INDERCAS) prestar apoyo, colaboración o participación en ninguna actividad, evento, programa, función institucional o iniciativa desarrollada por dicha entidad. Durante ese lapso de tiempo, no se me asignaron responsabilidades ni se me notificó sobre la realización de actividades que involucraran mi presencia o intervención en representación del Instituto. Tampoco se me brindó información oficial relacionada con cronogramas, convocatorias, capacitaciones, jornadas recreativas, deportivas o administrativas que hicieran parte de la agenda institucional de INDERCAS	100
OBLIGACION 04 Presentar antes del primer pago, certificado a su nombre del curso de integridad, transparencia y lucha contra la corrupción, que se encuentra en: https://www.funcionpublica.gov.co/eva_/curso-integridad, de acuerdo con lo establecido en el artículo 11. SENSIBILIZACIÓN Y CAPACITACIÓN de la ESTRATEGIA PARA LA GESTIÓN DE CONFLICTO DE INTERESES, aprobada mediante acta del Comité Institucional de Gestión y Desempeño de Indercas, el día 13 de octubre de 2020	Concluí el curso de integridad, transparencia y lucha contra la corrupción dentro del tiempo exigido por el instituto, me asegure de que el certificado esté a mi nombre y que incluya la información relevante como el nombre del curso, la fecha de realización y la institución que lo impartió	100
OBLIGACIÓN 05. Mantener informada al Indercas de los hechos o circunstancias que puedan constituir actos de corrupción o puedan poner o pongan en riesgo el cumplimiento del contrato, o cuando tal incumplimiento se presente.	Durante el periodo comprendido entre el 21 de julio y el 20 de agosto de 2025, cumplí con las obligaciones establecidas en el contrato, reafirmando mi compromiso con los principios de transparencia y ética profesional. Este cumplimiento se enmarca dentro de las políticas de integridad del instituto, contribuyendo activamente a la prevención y lucha contra la corrupción, y fortaleciendo el control ciudadano sobre la gestión pública. Las actividades desarrolladas se ejecutaron de manera adecuada, sin que se presentaran hechos o circunstancias que pudieran constituir actos de corrupción o poner en riesgo el cumplimiento del contrato.	100
OBLIGACION 06 Cumplir con el objeto del presente contrato por sus propios medios, con plena autonomía técnica y administrativa.	Durante el período comprendido entre el 21 de julio y el 20 de agosto de 2025, llevé a cabo en el territorio del departamento de Casanare el cumplimiento de los objetivos, actividades y tareas estipuladas en el Contrato No. 097 de 2025, actuando de manera autónoma e independiente, sin requerir apoyo de terceros para su ejecución. La totalidad de las labores fueron desarrolladas utilizando mis propios recursos, conocimientos técnicos y experiencia profesional, logrando alcanzar los resultados y metas establecidas en el contrato, conforme a los lineamientos pactados.	100
OBLIGACION 07 Ejecutar idónea y oportunamente el objeto del contrato.	Durante el período comprendido entre el 21 de julio y el 20 de agosto de 2025, cumplí con las obligaciones estipuladas en el Contrato No. 097 de 2025, ejecutando las actividades acordadas de manera responsable, autónoma y conforme a los lineamientos establecidos por la entidad contratante. Durante la ejecución del contrato Desarrollé todas las tareas previstas en el cronograma, respetando los plazos establecidos y asegurando el cumplimiento de los estándares de calidad exigidos. Utilicé mis propios recursos técnicos, logísticos y profesionales, sin depender de terceros, garantizando la independencia operativa en la ejecución. Documenté detalladamente cada actividad realizada, incluyendo informes, registros, evidencias y soportes que permiten verificar el cumplimiento de los objetivos. Realicé procesos de verificación y seguimiento para asegurar que los resultados obtenidos se ajustaran a los requerimientos contractuales. Mantuve una comunicación constante	100

Informe PAGO FINAL de Actividades No. 4 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0097 - de 2025-04-10 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE BOXEO CATEGORÍA 3, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.

	con la supervisión del contrato, atendiendo observaciones y realizando los ajustes necesarios en tiempo oportuno.	
OBLIGACION 08 Desarrollar las actividades establecidas en la cláusula segunda del presente contrato.	Dentro del periodo comprendido entre el 21 de julio y el 20 de agosto de 2025, estuve atento a participar activamente en las convocatorias, capacitaciones y demás espacios formativos relacionados con el cumplimiento de los requisitos establecidos en el contrato suscrito con el INDERCAS Durante dicho periodo, realicé seguimiento constante a los canales oficiales de comunicación, incluyendo correos electrónicos, plataformas virtuales y circulares internas, con el fin de mantenerme informado sobre las actividades programadas.	100
OBLIGACION 09 Obrar con lealtad y buena fe en las distintas etapas contractuales.	Durante la ejecución del presente contrato, he actuado con total honestidad, transparencia, diligencia y espíritu de colaboración hacia el Instituto, cumpliendo de manera rigurosa con todas las obligaciones estipuladas dentro del periodo del 21 de julio al 20 de agosto del 2025. He mantenido una conducta profesional en cada etapa del proceso, procurando siempre el buen desarrollo de las actividades encomendadas y evitando cualquier acción que pudiera comprometer la integridad del contrato o afectar negativamente sus resultados.	100
OBLIGACION 10 Avisar oportunamente al INDERCAS las situaciones previsibles que puedan afectar el equilibrio financiero del contrato	Poseo disposición permanente para atender los requerimientos del Instituto, brindando respuestas oportunas, claras y fundamentadas, y participando activamente en los espacios de coordinación y seguimiento. Mi actuar se ha guiado por principios éticos y por el compromiso de aportar al cumplimiento de los objetivos institucionales, manteniendo una comunicación respetuosa y efectiva con los diferentes actores involucrados. En todo momento, he velado por la calidad de los productos entregados, el cumplimiento de los plazos establecidos y la correcta utilización de los recursos asignados, contribuyendo de manera significativa al éxito del contrato y al fortalecimiento de la relación institucional.	100
OBLIGACION 11 Atender las observaciones de quien ejerce la supervisión del contrato.	Mantuve una disposición constante para recibir, atender y responder oportunamente a cualquier comentario, observación o sugerencia formulada por el profesional de apoyo a la supervisión o por el supervisor del contrato. Esta actitud proactiva tuvo como propósito principal garantizar que la ejecución del contrato se desarrollara conforme a los lineamientos establecidos, asegurando el cumplimiento de los objetivos pactados, durante el periodo comprendido entre el 21 de junio y el 20 de julio de 2025, adoptando una postura receptiva y comprometida frente a los ajustes, recomendaciones y orientaciones que se consideraron necesarias para optimizar los resultados del contrato.	100
OBLIGACION 12 Presentar los informes específicos o extraordinario cuando le sean solicitados por el interventor o supervisor.	Mantuve en permanente disposición durante el periodo comprendido entre el 21 de julio y el 20 de agosto de 2025 para atender cualquier requerimiento, observación o solicitud por parte del equipo de supervisión, conforme a lo estipulado en el contrato vigente. En ese intervalo, no se recibió ninguna solicitud relacionada con la entrega de informes adicionales ni con el seguimiento de aspectos específicos del proyecto. Esta ausencia de requerimientos sugiere que las actividades desarrolladas se ejecutaron dentro de los parámetros establecidos, sin generar observaciones que ameritaran atención especial. Reitero mi compromiso con el cumplimiento de las obligaciones contractuales y con la disposición continua para atender cualquier requerimiento que se presente en el marco de la ejecución del proyecto.	100
OBLIGACION 13 Presentar informes de actividades mensuales, detallando la actividad realizada en el periodo de ejecución, y anexando soporte del mismo, dentro de los cinco (05) días hábiles siguientes al vencimiento de cada periodo, así como acreditar el cumplimiento de las obligaciones al sistema de seguridad Social en Salud y aportes parafiscales, del correspondiente mes, según las normas	Desarrolle las actividades durante el periodo comprendido entre el 21 de julio y el 20 de agosto de 2025, conforme a lo estipulado en el Contrato No. 097. Se cumplió con las metas establecidas, se entregaron los productos requeridos, y se garantizó el cumplimiento de las obligaciones legales y contractuales. La documentación adjunta valida la ejecución de las tareas y respalda la transparencia del proceso. Durante el periodo evaluado, se dio cumplimiento a las siguientes obligaciones estipuladas en el Contrato No. 097: Ejecución de las actividades programadas en el plan de trabajo. Entrega oportuna de productos parciales y documentos técnicos. Participación activa en espacios de coordinación y seguimiento.	100

Informe PAGO FINAL de Actividades No. 4 del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN No. 0097 - de 2025-04-10 cuyo Objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE BOXEO CATEGORÍA 3, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.

vigentes en la materia.	Presentación de informes conforme a los lineamientos establecidos. Acreditación del pago de aportes al Sistema de Seguridad Social en Salud, incluyendo EPS y ARL, conforme a la legislación vigente. Este informe se presenta para efectos de seguimiento, evaluación y verificación por parte del instituto, en el marco de los procedimientos establecidos para la supervisión contractual.	
OBLIGACION 14 En caso de que el instituto le facilite algún elemento para el desarrollo del objeto contractual, deberá devolverlo en buen estado a la finalización del contrato.	Durante el desarrollo de las actividades correspondientes al periodo comprendido entre el 21 de julio y el 20 de agosto de 2025, en el marco del Contrato No. 097, no se realizó ninguna solicitud de elementos, insumos, materiales, equipos ni recursos físicos o logísticos al Instituto para el cumplimiento de las obligaciones contractuales. Todas las actividades fueron ejecutadas con medios propios, sin requerir apoyo adicional por parte de la entidad contratante. Esta situación no afectó el cumplimiento de los objetivos establecidos, ni generó retrasos en la ejecución del plan de trabajo.	100
OBLIGACION 15. Allegar el certificado del examen pre-ocupacional dentro de los términos establecidos en el Decreto 0723 de 2013.	Cumplí con los requisitos establecidos en el contrato N.º 097, y atendiendo a los tiempos definidos por el área de contratación, me permito informar que se ha adjuntado el certificado correspondiente al examen médico pre-ocupacional. Este documento forma parte integral del informe requerido El certificado fue emitido por la entidad prestadora de servicios de salud autorizada, conforme a los lineamientos establecidos en la normativa vigente en materia de seguridad y salud en el trabajo. Su contenido acredita que el personal vinculado cumple con las condiciones físicas y mentales necesarias para el desempeño de las funciones asignadas, garantizando así el cumplimiento de los estándares exigidos por la organización.	100
OBLIGACION 16. Cumplir con todas las obligaciones derivadas de los Estudios Previos y del presente contrato.	Cumplí de manera íntegra y responsable con todas las obligaciones estipuladas en los estudios previos del proyecto y en el contrato suscrito, durante el periodo comprendido entre el 21 de julio y el 20 de agosto de 2025, Se desarrollaron todas las actividades previstas, respetando los límites y especificaciones técnicas definidas en el contrato y en los documentos de soporte del proyecto. Cada una de las entregas y actividades fue realizada dentro del tiempo estipulado, sin retrasos ni incumplimientos, asegurando una gestión eficiente del cronograma pactado. Se respetaron todas las condiciones generales y particulares del contrato, incluyendo aspectos administrativos, técnicos, financieros y legales, conforme a lo acordado entre las partes.	100

F. OBSERVACIONES:

Atentamente,

FREDY LIEVANO BARRIENTOS
Contratista

CONTENIDO DEL ANEXO

I PARTE

1. **ACTIVIDAES DE ENTRENAMIENTO**:

✪ Selecciones trabajadas:

- Sub 15 Hombre / mujer
- Sub 17. Hombre / mujer
- Sub 19. Hombre / mujer
- Elite. Hombre / mujer

En este periodo en la preparación de los boxeadores de la preselección Casanare se procuró desarrollar una técnica depurada y la precisión en los ataques para ganar puntos, en la preparación física se priorizo la velocidad, la coordinación y la resistencia específica para que nuestros púgiles logren realizar los tres asaltos del combate, durante los entrenamientos de acondicionamiento físico se elevó el nivel de resistencia cardiovascular, fuerza, velocidad, flexibilidad.

En el entrenamiento táctico fueron fundamentales las acciones defensivas y los contraataques de riposta, y la preparación mental para gestionar los nervios y mantener la energía en el ring.

Acondicionamiento Físico: se desarrolló tanto la resistencia aeróbica como la anaeróbica para mantener un alto rendimiento durante los combates, la fuerza de piernas, con ejercicios como subir escaleras, y la potencia explosiva en los golpes, la velocidad y coordinación se mejoró con ejercicios de agilidad como brincar conos y con el uso de la cuerda.

En el entrenamiento de la técnica se enfatizó en el dominio de los bloqueos, desvíos y paradas con las extremidades superiores para protegerse de los golpes del oponente.

Entrenamiento en los aparatos de boxeo.
En la pera para fortalecer los brazos, desarrollar el ritmo y la capacidad de reacción.

Preparación Mental y Estratégica
Manejo de las emociones: cree un ambiente de confianza para que los boxeadores entraran en los sparrings tranquilos y con energía buscando que los boxeadores se adapten a las situaciones del combate y a las debilidades del oponente,

También se trabajó en aspectos Complementarios (Descanso y Nutrición)
Disciplina adecuada en la alimentación y el descanso para optimizar el entrenamiento y el rendimiento físico.

Macrociclo en proceso: N° 1

- ✪ Etapa: preparación Especial.
- ✪ Tipo de Mesociclo: N° 5 Transformación / 6 Realización.
- ✪ Tipos de Microciclos: Impacto, Recuperación, Carga, Activación, Activación.
- ✪ Objetivos planteados: objetivos (físicos-técnicos-tácticos- en cada micro y mesociclo).

Objetivos técnicos planteados de los micros:

Micro N° 18 Impacto:

a) Refinar combinaciones ofensivas (golpes rectos–cruzados y ganchos.).

b) Mejorar la ejecución técnica bajo fatiga o presión.

c) Afianzar automatismos técnicos en situaciones de combate

d) Aplicación de la técnica durante sparrings de intensidad media-alta.

e) Adaptación de la técnica según el estilo del oponente.

f) Combinación de ejercicios de reacción + ejecución técnica rápida.

Micro N° 19 Recuperación:

a) Corrección de errores técnicos.

b) Refuerzo de automatismos.

c) practicar combinaciones o esquemas tácticos en situaciones controladas.

d) Visualización y análisis técnico.

e) Sensibilización técnica.

Micro N° 20 Carga:

a) Perfeccionamiento de la técnica específica, (Refinar golpes básicos (rectos, cruzado, gancho).

b) Integración técnica-táctica, (Aplicar la técnica en situaciones simuladas de combate).

c) Adaptación al ritmo competitivo, (Aumentar la eficiencia técnica en alta intensidad).

d) Corrección de errores técnicos (Identificar y corregir fallos en la postura, desplazamientos y ejecución de golpes.

e) Automatización de patrones técnicos (Repetición sistemática de movimientos para consolidar la memoria motriz, Ejercicios con resistencia o velocidad para fijar la técnica bajo presión).

f) Transición hacia el combate real

Micro N° 21 Activación:

a) Optimizar la ejecución técnica (Priorizar la calidad sobre la cantidad en los movimientos técnicos).

b) Ajustar el ritmo técnico (Sincronizar desplazamientos, golpes y esquivas con el ritmo competitivo).

c) Reforzar automatismos técnicos (Ejercicios de reacción rápida y precisión para afianzar patrones motrices, Trabajo con manoplas, sombra y saco con enfoque en fluidez y control).

d) Afinar la coordinación (Ejercicios de sincronización entre vista, golpe y desplazamiento).

e) Activar la memoria motriz sin fatigar (Repeticiones técnicas de baja carga, pero alta concentración).

Micro N° 22 Activación:

a) Perfeccionar la aplicación de la técnica (Ejecutar los golpes de forma correcta, aplicar los golpes de manera efectiva en condiciones simuladas de combate).

b) Preparar la técnica para el estímulo competitivo (Ajustes finales en postura, guardia y transiciones ofensivo-defensivas).

c) Adaptación de la técnica a diferentes escenarios: (aplicación de los gestos técnicos en diversas distancias de combate, diferentes posiciones en el ring y en escenarios que simulan las condiciones de una competición real).

Objetivos tácticos planteados de los micros:

Micro N° 18 Impacto:

1. Aplicación táctica en condiciones reales.
2. Ajuste de estrategias individuales
3. Adaptar el plan táctico al nivel de la competencia.
4. Consolidación de esquemas ofensivos y defensivos
5. Practicar tácticas defensivas (esquivas, bloqueos, contraataques).

Micro N° 19 Recuperación:

1. Corregir errores tácticos
2. Trabajar en detalles tácticos como desplazamientos, guardias, esquivas y combinaciones.
3. Mantener una táctica efectiva en las acciones básicas.
4. Repasar y reforzar los principios tácticos básicos del boxeo
5. Revisión de estrategias de combate con menor fatiga.

Micro N° 20 Carga:

1. aumentar el nivel de desempeño del boxeador a través de cargas de entrenamiento significativas, para estimular adaptaciones técnicas.
2. aplicar las tácticas aprendidas en situaciones variadas que simulan el ambiente de una pelea.
3. trabaja para que las acciones tácticas combinadas ya dominadas se vuelvan más efectivas y eficientes en condiciones de combate

Micro N° 21 Activación:

1. Reforzar patrones técnicos-tácticos básicos (Consolidar combinaciones ofensivas simples, automatizar respuestas ante estímulos comunes del rival).
2. Activar la toma de decisiones en combate (Simular situaciones de combate con variantes tácticas, ejercicios de reacción táctica bajo presión controlada).

3. Evaluar y ajustar estrategias individuales, (Identificar fortalezas y debilidades tácticas del boxeador, Probar variantes de estrategia según tipo de rival, Retroalimentación inmediata para corregir errores tácticos).

Micro N° 22 Activación:

1. Adaptación a las condiciones de competición (ajustarse a factores ambientales como el clima y los horarios, así como a las particularidades tácticas específicas de la competencia y mantener la concentración).

Objetivos físicos planteados de los micros:

Micro N° 18 Impacto:

a) Incrementar la intensidad del entrenamiento para transformar el potencial físico acumulado en resistencia a la fuerza, fuerza explosiva y resistencia específica de velocidad.
Resistencia a la Fuerza (Mejorar la capacidad de los músculos para mantener la fuerza durante esfuerzos prolongados, relevante para la capacidad de golpear repetidamente).
Fuerza Explosiva (Aumentar la potencia de los golpes, esencial para la efectividad en combate).
Resistencia Específica de Velocidad (Desarrollar la capacidad de mantener alta velocidad de movimientos durante el combate de boxeo).

Micro N° 19 Recuperación:

1. Reducir la fatiga, promover la adaptación y consolidar las mejoras logradas, mediante la disminución del volumen e intensidad de las cargas de entrenamiento, la inclusión de métodos de recuperación activa y pasiva.

   Recuperación y supercompensación:

   Reducción de la fatiga

   Adaptación y consolidación

Micro N° 20 Carga:

Aumentar el nivel general del boxeador, utilizando cargas de entrenamiento moderadas a altas para estimular adaptaciones físicas.

Desarrollo de la potencia y velocidad

Incremento de la fuerza específica

El entrenamiento se enfoca en fortalecer el sistema anaeróbico, fundamental para la explosividad requerida en el boxeo.

Progresión hacia la fase competitiva:

Estimular al organismo para que, tras la recuperación, aumente su nivel de tolerancia y su capacidad para afrontar ese estímulo nuevamente, volviéndose más fuerte.

Micro N° 21 Activación:

Activación Neuromuscular: (Estimular el sistema nervioso y muscular para mejorar la coordinación, la velocidad de movimiento y la eficacia de los gestos técnicos).

Desarrollo de la Fuerza y Potencia Específica (Trabajar la fuerza explosiva y la potencia, elementos cruciales en el boxeo para los golpes y la defensa).

Mejora de la Capacidad de Reacción (Aumentar la capacidad del boxeador para responder rápidamente a los movimientos del oponente y las diferentes situaciones del combate).

Estabilización del Nivel de Preparación (Consolidar y mantener las capacidades físicas alcanzadas en mesociclos anteriores, asegurando que el cuerpo está listo para el aumento de la exigencia).

Micro N° 22 Activación:

1. Optimizar la activación neuromuscular (Mejorar la velocidad de reacción y la coordinación motora, Activar fibras musculares rápidas sin generar fatiga acumulada).

2. Mantener la capacidad aeróbica y anaeróbica (Realizar trabajos de intensidad moderada para conservar la resistencia sin agotar al atleta)

3. Ajustar el tono muscular (Usar ejercicios de fuerza ligera o pliometría controlada para mantener el tono sin provocar daño muscular.

4. Afinar la movilidad y flexibilidad (Ejercicios dinámicos y estiramientos activos para mantener amplitud de movimiento, Prevenir lesiones durante los combates).

Objetivos físicos-técnicos-tácticos- en el mesociclo:

(1) Transformación: desarrollar la potencia y la resistencia de fuerza, optimizar las vías energéticas mixtas (aeróbica-anaeróbica), e integrar la técnica y la táctica específicas para la competición, manteniendo el volumen e intensidad altos. (2) Realización: reducir la fatiga y la carga, adaptar al ambiente de la competición

(horarios, clima), ajustar la táctica específica y mejorar la concentración, logrando un pico de forma para la competencia.

Objetivos Físicos:
Desarrollar la potencia y la resistencia de fuerza. Mejorar la resistencia aeróbica y la capacidad de trabajo mixto (aeróbico-anaeróbico). Incrementar la resistencia específica de velocidad y la fuerza explosiva.

Objetivos Técnica y Táctica:

Integrar y perfeccionar las capacidades físicas con gestos técnicos y tácticos del boxeo.

Aumentar la intensidad del entrenamiento, manteniendo el volumen, sin perjudicar la técnica

Horas trabajadas: 54

- ✪ Unidades de entrenamiento: Planeadas Vs realizadas.
  Planeadas: 33. Realizadas 33.

- ✪ Dificultades técnicas afrontadas y correctivos aplicados Durante el desarrollo del presente mesociclo:

Dificultades técnicas específicas

Coordinación y fluidez entre la fuerza y la técnica:

Problema: Al aumentar la intensidad para desarrollar la fuerza y la resistencia (transformación), se puede romper la fluidez y coordinación natural de los movimientos técnicos, afectando la velocidad y la precisión del golpe.

Adaptación de la técnica a diferentes escenarios de combate:

Problema: La habilidad para aplicar la técnica aprendida en diversos contextos (distancias, posiciones, puntuación) puede verse mermada.

Mantenimiento de la técnica bajo condiciones de fatiga:

Problema: Mantener la calidad técnica (precisión, potencia, movimiento de pies) mientras se aumenta la resistencia de fuerza puede ser un desafío.

Correctivos aplicados estas dificultades

Entrenamiento cruzado:

	SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD	CÓDIGO: RAGCC52
	GESTION DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA: 20/02/2013
	ANEXO INFORME DE ACTIVIDADES	VERSIÓN: 01

Combinar el trabajo en el gimnasio (para fuerza y resistencia) con la práctica de técnica y táctica de boxeo puede ayudar a integrar las capacidades.

Estructurar el entrenamiento:

Asegurarse de que haya una progresión clara en la intensidad y el volumen, permitiendo que el cuerpo se adapte gradualmente a los estímulos más duros.

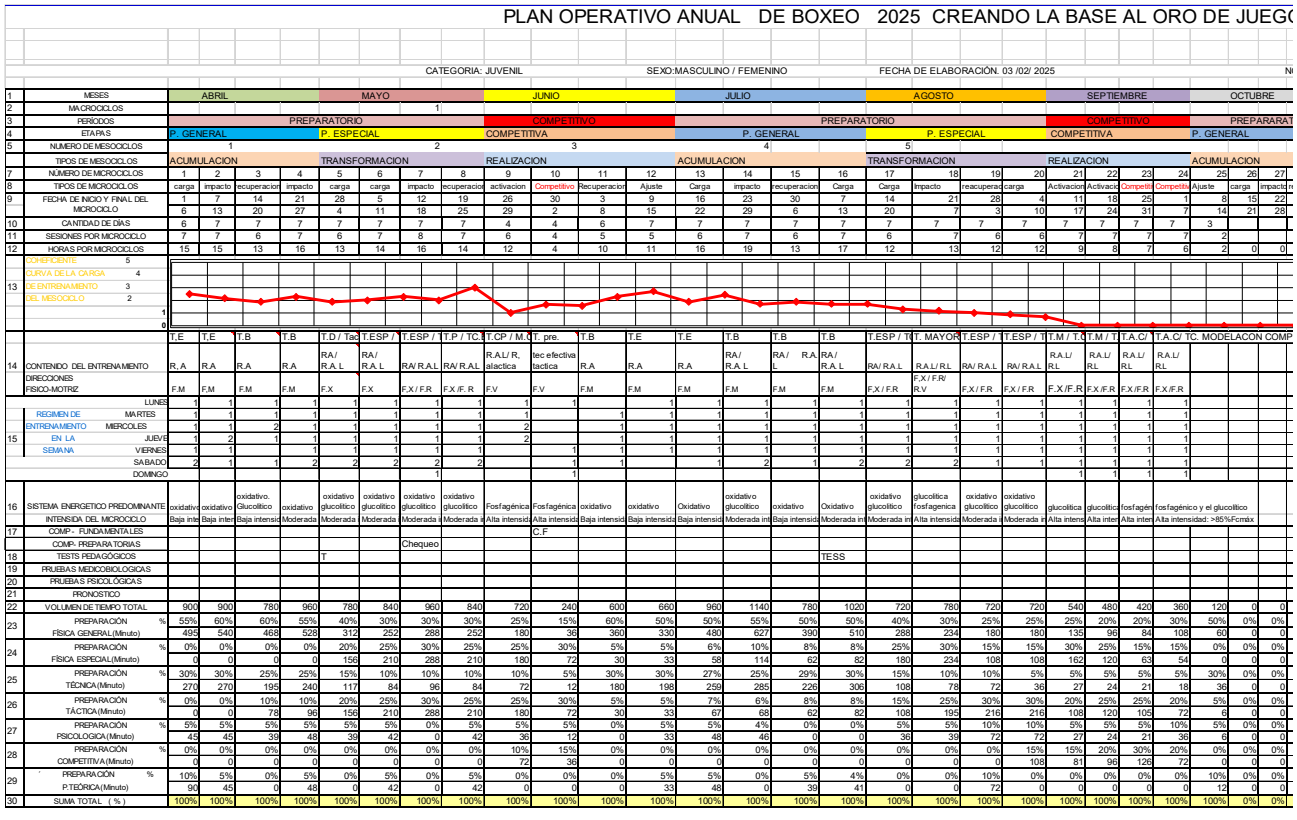
Enfoque en la técnica en situaciones específicas:

Implementar ejercicios técnicos que simulen las diferentes condiciones y desafíos de un combate amateur, como la lucha en diferentes distancias.

Periodización cuidadosa:

Gestionar la carga de trabajo para asegurar que los periodos de alta intensidad no anulen los logros técnicos. recuperación adecuada.

- ✪ Anexar el Plan de gráfico y escrito del MACROCICLO a desarrollar, MESOCICLO Y MICROCICLOS desarrollados. Se realizó la presentación y sustentación del plan del presente macro al metodólogo de apoyo.



PLAN OPERATIVO ANUAL DE BOXEO 2025 CREANDO LA BASE AL ORO DE JUEGO

CATEGORIA: JUVENIL — SEXO:MASCULINO / FEMENINO — FECHA DE ELABORACIÓN. 03 /02/ 2025

	MESES	ABRIL				MAYO				JUNIO				JULIO				AGOSTO					SEPTIEMBRE				OCTUBRE		
2	MACROCICLOS							1																					
3	PERIODOS	PREPARATORIO								COMPETITIVO				PREPARATORIO									COMPETITIVO				PREPARARAT		
4	ETAPAS	P. GENERAL				P. ESPECIAL				COMPETITIVA				P. GENERAL				P. ESPECIAL					COMPETITIVA				P. GENERAL		
5	NUMERO DE MESOCICLOS	1				2				3				4				5											
	TIPOS DE MESOCICLOS	ACUMULACION				TRANSFORMACION				REALIZACION				ACUMULACION				TRANSFORMACION					REALIZACION				ACUMULACION		
7	NÚMERO DE MICROCICLOS	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	
8	TIPOS DE MICROCICLOS	carga	impacto	ecuperacion	impacto	carga	carga	impacto	ecuperacio	activacion	Competitivo	Recuperacion	Ajuste	Carga	impacto	recuperacion	Carga	Carga	Impacto	reacuperac	carga	Activacion	Activacio	Competiti	Competiti	Ajuste	carga	impacto		
9	FECHA DE INICIO Y FINAL DEL MICROCICLO	1	7	14	21	28	5	12	19	26	30	3	9	16	23	30	7	14	21	28	4	11	18	25	1	8	15	22	
		6	13	20	27	4	11	18	25	29	2	8	15	22	29	6	13	20	7	3	10	17	24	31	7	14	21	28	
10	CANTIDAD DE DÍAS	6	7	7	7	7	7	7	7	4	4	6	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	3			
11	SESIONES POR MICROCICLO	7	7	6	7	6	7	8	7	6	4	5	5	6	7	6	7	6	7	6	6	7	7	7	7	2			
12	HORAS POR MICROCICLOS	15	15	13	16	13	14	16	14	12	4	10	11	16	19	13	17	12	13	12	12	9	8	7	6	2	0	0	
13	CAPACIDAD DE CARGA / CURVA DE LA CARGA DE ENTRENAMIENTO DEL MESOCICLO	5 / 4 / 3 / 2 / 1 / 0																											
14	CONTENIDO DEL ENTRENAMIENTO	T.E	T.E	T.B	T.B	T.D / Tac	T.ESP /	T.ESP /	T.P / TC.	T.CP / M.	T. pre.	T.B	T.E	T.E	T.B	T.B	T.B	T.ESP / T	T. MAYOR	T.ESP /	T.ESP / T	T.M / T	T.M / T	T.A.C/	T.A.C/ TC. MODELACON COMP				
		R.A	R.A	R.A	R.A	RA/ R.A L	RA/ R.A L	RA/R.A L	RA/R.A L	R.A.L/ R, alactica	tec efectiva tactica	R.A	R.A	R.A	RA/ R.A L	RA/ L	R.A. RA/ R.A L	RA/ R.A L	R.A.L/R.L	RA/ R.A L	RA/ R.A L	R.A.L/ RL	R.A.L/ RL	R.A.L/ RL	R.A.L/ RL				
	DIRECCIONES FISICO-MOTRIZ	F.M	F.M	F.M	F.M	F.X	F.X	F.X / F.R	F.X /F. R	F.V	F.V	F.M	F.M	F.M	F.M	F.M	F.M	F.X / F.R	F.X / F.R/ R.V	F.X / F.R	F.X / F.R	F.X /F.R	F.X /F.R	F.X /F.R	F.X /F.R				
15	LUNES	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				
	REGIMEN DE MARTES	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				
	ENTRENAMIENTO MIERCOLES	1	1	2	1	1	1	1	1	2		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				
	EN LA JUEVE	1	2	1	1	1	1	1	1	2		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				
	SEMANA VIERNES	1	1		1	1	1	1	1			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1				
	SABADO	2	1	1	2	2	2	2	2			1	1		1	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1				
	DOMINGO							1				1											1	1	1				
16	SISTEMA ENERGETICO PREDOMINANTE	oxidativo	oxidativo	oxidativo. Glucolitico	oxidativo	oxidativo glucolitico	oxidativo glucolitico	oxidativo glucolitico	oxidativo glucolitico	Fosfagénica	Fosfagénica	oxidativo	oxidativo	Oxidativo	oxidativo glucolitico	oxidativo	Oxidativo	oxidativo glucolitico	glucolitica fosfagenica	oxidativo glucolitico	oxidativo glucolitico	glucolitica	glucolitica	fosfagéni	fosfagénico y el glucolitico				
	INTENSIDA DEL MICROCICLO	Baja inte	Baja inter	Baja intensid	Moderada	Moderada	Moderada	Moderada	Moderada a	Alta intensid	Alta intensid	Baja intensid	Baja intensid	Baja intensid	Moderada int	Baja intensid	Moderada in	Moderada in	Alta intensida	Moderada i	Moderada i	Alta intens	Alta inter	Alta inter	Alta intensidad: >85%Fcmáx				
17	COMP.- FUNDAMENTALES										C.F																		
	COMP. PREPARATORIAS							Chequeo																					
18	TESTS PEDAGÓGICOS					T																							
19	PRUEBAS MEDICOBIOLOGICAS																												
20	PRUEBAS PSICOLÓGICAS																												
21	PRONOSTICO																												
22	VOLUMEN DE TIEMPO TOTAL	900	900	780	960	780	840	960	840	720	240	600	660	960	1140	780	1020	720	780	720	720	540	480	420	360	120	0	0	
23	PREPARACIÓN % FÍSICA GENERAL(Minuto)	55%	60%	60%	55%	40%	30%	30%	30%	25%	15%	60%	50%	50%	55%	50%	50%	40%	30%	25%	25%	25%	20%	20%	30%	50%	0%	0%	
		495	540	468	528	312	252	288	252	180	36	360	330	480	627	390	510	288	234	180	180	135	96	84	108	60	0	0	
24	PREPARACIÓN % FÍSICA ESPECIAL(Minuto)	0%	0%	0%	0%	20%	25%	30%	25%	25%	30%	5%	5%	6%	10%	8%	8%	25%	30%	15%	15%	30%	25%	15%	15%	0%	0%	0%	
		0	0	0	0	156	210	288	210	180	72	30	33	58	114	62	82	180	234	108	108	162	120	63	54	0	0	0	
25	PREPARACIÓN % TÉCNICA(Minuto)	30%	30%	25%	25%	15%	10%	10%	10%	10%	5%	30%	30%	27%	25%	29%	30%	15%	10%	10%	5%	5%	5%	5%	5%	30%	0%	0%	
		270	270	195	240	117	84	96	84	72	12	180	198	259	285	226	306	108	78	72	36	27	24	21	18	36	0	0	
26	PREPARACIÓN % TÁCTICA(Minuto)	0%	0%	10%	10%	20%	25%	30%	25%	25%	30%	5%	5%	7%	6%	8%	8%	15%	25%	30%	30%	20%	25%	25%	20%	5%	0%	0%	
		0	0	78	96	156	210	288	210	180	72	30	33	67	68	62	82	108	195	216	216	108	120	105	72	6	0	0	
27	PREPARACIÓN % PSICOLOGICA(Minuto)	5%	5%	5%	5%	5%	5%	0%	5%	5%	5%	0%	5%	5%	4%	0%	0%	5%	5%	10%	10%	5%	5%	5%	10%	5%	0%	0%	
		45	45	39	48	39	42	0	42	36	12	0	33	48	46	0	0	36	39	72	72	27	24	21	36	6	0	0	
28	PREPARACIÓN % COMPETITIVA(Minuto)	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	10%	15%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	15%	15%	20%	30%	20%	0%	0%	0%	
		0	0	0	0	0	0	0	0	72	36	0	0	0	0	0	0	0	0	0	108	81	96	126	72	0	0	0	
29	PREPARACIÓN % P.TEÓRICA(Minuto)	10%	5%	0%	5%	0%	5%	0%	5%	0%	0%	0%	5%	5%	0%	5%	4%	0%	0%	10%	0%	0%	0%	0%	0%	10%	0%	0%	
		90	45	0	48	0	42	0	42	0	0	0	33	48	0	39	41	0	0	72	0	0	0	0	0	12	0	0	
30	SUMA TOTAL (%)	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	0%	0%	

	SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD	CÓDIGO: RAGCC52
	GESTION DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA: 20/02/2013
	ANEXO INFORME DE ACTIVIDADES	VERSIÓN: 01

MICROCICLOS	N° 13 CARGA JUN 16 AL 22										N° 14 IMPACTO JUN 23 AL 29										N°15 RECUPERACIO JUN 30 A JUL 6										N°16 CARGA JUL 7 AL 13										TOT
DÍAS	L	M	M	J	V	S	D	TIEMPO TOTAL			L	M	M	J	V	S	D	TIEMPO TOTAL			L	M	M	J	V	S	D	TIEMPO TOTAL			L	M	M	J	V	S	D	TIEMPO TOTAL			TOTAL
SESIONES DIARIAS	1	1	1	1	1	1		T. MICROCICLO	960		1	1	1	1	1	2		T. MICROCICLO	1140		1	1	1	1	1	1		T. MICROCICLO	780		1	1	1	1	1	2		T. MICROCICLO	1020		**3900**
CALENTAIENTO GENERAL	12	12	12	12	12	12			72		12	12	12	12	12	24			84		12	12	12	12	12	12			72		12	12	12	12	12	24			84		312
FLEXIVILIDAD	10	10	10	10	10	10			60		10	10	10	10	10	20			70		10	10	10	10	10	10			60		12	12	12	12	12	24			84		274
RESISTENCIA AEROBICA	50		60		55				165		65		70		70	35			240			40		45		40			125		50		52		50				152		682
FUERZA MAXIMA		40		40		40			120			60		56		60			176		33		45		35			113			50		50		60				160		569
APARATO VESTIBULAR	6		6		6				18		9		12						21										0												0		39
COORDINACION		15		15		15			45			12		12		12			36							20			20							30				30		131
									0										0										0												0		0
TOTAL TAREA FÍSICA GENERAL	78	77	88	77	83	77	0	480	0	480	96	94	104	90	92	151	0	627	0	627	55	62	67	67	57	82	0	390	0	390	74	74	76	74	74	138	0	510	0	510	0
RESISTNCIA ALACTICA	9		10		10				29		12	25	12	25	12	28			114			11	18	10	9	14			62			15		15		20				50		255
RESISTENCIA ANAEROBICA LACTICA									0										0										0		12		10		10				32		32
VELOCIDAD DE REACION		10		10		9			29										0										0										0		29
FUERZA EXPLOSIVA									0										0										0										0		0
FUERZA RESISTENCIA									0										0										0										0		0
FUERZA VELOCIDAD									0										0										0										0		0
TOTAL TAREA FÍSICA ESPECIAL	9	10	10	10	10	9	0	58	0	58	12	25	12	25	12	28	0	114	0	114	0	11	18	10	9	14	0	62	0	62	12	15	10	15	10	20	0	82	0	82	0
GUARDIA									0		20								20										0										0		20
DESPLAZAMIENTOS		43		25	10				78			25		25					50					15					15		15				35				50		193
DEFENSAS					30	15			45				25		20				45						25				25			15	35	15					65		180
GOLPES RECTOS	40		43			30			113		20					40			60			40				36			76			35							35		284
GOLPES DE GANCHO									0			20	25		20				65										0					30					30		95
GOLPES CRUZADOS									0										0		35		40		10				85			15			40				55		140
GIROS				23					23					20					20					10				10		30				15				45		98
PIVOT									0							25			25					15				15							26				26		66
TOTAL TAREA TÉCNICA	40	43	43	48	40	45	0	259	0	259	40	45	50	45	40	65	0	285	0	285	35	40	40	40	35	36	0	226	0	226	45	50	50	45	50	66	0	306	0	306	0
MANIOBRAS, FINTAS Y ENGAÑOS	11				12				23										0										0			12							12		35
DISTANCIA DE COMBATE									0		10								10										0						15				15		25
ENTRADA AL ATAQUES		12		12					24			10							10										0										0		34
SALIDA DE LA ZONA DE ATAQUE									0				10						10										0										0		10
CONTRAGOLPES DE RIPOSTA									0					10		18			28										0		10		15			20			45		73
CONTRAGOLPE DE ENCUENTRO									0										0										0										0		0
SALIDA DE LAS CUERDAS									0										0		10		15						25										0		25
ACCIONES AUTOMATIZADAS			10			10			20						10				10			15		10		12			37					10				10		77
ACCIONES SELECTIVAS									0										0										0										0		0
TOTAL TAREA TÁCTICA	11	12	10	12	12	10	0	67	0	67	10	10	10	10	10	18	0	68	0	68	10	15	15	10	0	12	0	62	0	62	10	12	15	10	15	20	0	82	0	82	0
Motivación.		10		10		8			28			6							6										0										0		34
Resistencia a la fatiga/dolor.	6		8		6				20						6				6										0										0		26
Autoconfianza.									0		6								6										0										0		6
Buenas percepciones kinestésicas									0										0										0										0		0
Visualización del gesto.									0							12			12										0										0		12
Ritmo de movimiento.									0				9						9										0										0		9
Autocontrol emocional									0					7					7										0										0		7
									0										0										0										0		0
									0										0										0										0		0
									0										0										0										0		0
TOTAL TAREA PSICOLOGICA	6	10	8	10	6	8	0	48	0	48	6	6	9	7	6	12	0	46	0	46	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ANALISIS DE LA COMPETENCIA									0										0										0										0		0
PLAN DE LUCHA									0										0										0										0		0
									0										0										0										0		0
									0										0										0										0		0
TOTAL TAREA COMPETITIVA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
REGLAMENTO	6	10	6		8	8			38										0										0							14				14		52
ASPECTOS MEDICOS				10					10										0										0			15							15		25
FUNDAMENTOS DEL BOXEO									0										0										0						12				12		12
TOTAL TAREA TEÓRICA	6	10	6	10	8	8	0	48	0	48	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	39	39	0	0	0	15	0	12	14	0	41	0	41	39
TOTAL TOTAL	150	162	165	167	159	157	0	960		0	164	180	185	177	160	274	0	1140		0	100	128	140	127	101	144	0	780		39	141	151	166	144	161	258	0	1020		0	39

✪ Para los deportes individuales se debe proyectar los porcentajes de rendimiento en cada Mesociclo por cada deportista.

01	DAYANA ESTEFANIA LIEVANO	100%
02	JIBELITH XIOMARA FLOREZ	100%
03	LAURA SOFIA BALLARES SOTO	80%
04	YENIFER TATIANA LANCHEROS	100%
05	TOMAS SANTIAGO CUESTA	100%
06	OSCAR STIVEN BALLARES S	80%
07	ERICK JULIAN FUENTES PLAZAS	100%
08	LUIS CARLOS CARDENAS RIASCO	100%
09	EMILY ALEJANDRA FIGUEREDO	100%
10	KAREN VANESSA MENDOZA	100%
11	HERNANDO TIBADUIZA TIBADUIZA	60%
12	CARLOS ALONSO DUARTE PEREZ	70%
13	NICOLAS STIVEEN MONTOYA DURAN	100%
14	JUAN ESTEBAN RINCON GROSSO	100%
15	SHARITH NATHALIA GARCIA HERRERA	100%
16	BAXTER FRANCK APONTE	100%
17	OSCAR ANDRES TORRES VALBUENA	100%
18	YAMID FERNANDO TOJUELO	80%

19	ELIEZER LUCIANO DOMINGUEZ	100%
20	JUAN DIEGO RUEDA OYOLA	80%
21	ANGELA GISSEL DAZA CHAPARRO	80 %
22	YEISON STIVEN ORTIZ RODRIGUEZ	70 %
23	YEFERSON ESTEBAN PORRAS CAMAYO	100 %
24	JUAN DAVID LEGUIZAMON CAPADOR	80%
25	GRETCHEN YISETH CUBIDES ACELDAS	100%

2. **COMPETENCIAS A LAS QUE ASISTIÓ**:

- Dentro del mesociclodel periodo del 21/07/2025 AL 20/08/2025, no se proyectó participación en campeonatos oficiales, se reemplazó por otros métodos de entrenamiento, que pueden complementar o simular algunos aspectos de la competencia. El sparring fue crucial para desarrollar habilidades de combate, toma de decisiones en tiempo real y mejorar la resistencia, esta práctica se utilizó como método esencial del entrenamiento ya que simula combates reales para desarrollar habilidades, ritmo y estrategia. No se busca ganar, sino mejorar la técnica, resistencia y confianza del boxeador en un entorno controlado.

- Anexar formato consolidado de participaciones: En el informe se anexa el formato consolidado de participaciones con la información de las participaciones resultados del macro.



INDERCAS

CONSOLIDADO DE PARTICIPACIONES

DEPARTAMENTALES, NACIONALES E INTERNACIONALES

DEPORTE : BOX — ENTRENADOR : FREDY LIEVANO BARRIENTOS

Nº	EVENTO	INTER	NAL	FECHA	LISTADO DE DEPORTISTAS PARTICIPANTES	FECHA	CATEGORIA	RESULTADOS MEDALLAS			PUESTO	
1	Campeonato Continental Copa America 2025			x	DAYANA ESTEFANIA LIEVANO A	11AL 20 DE JULIO DE 2025	JUVENIL		x			x
	Campeonato Nacional Elite		x		JIBEITH XIOMARA PEREZ ANDRADE	20 al 28 de junio de 2025	ELITE					x
	Campeonato Nacional Univ		x		KAREN VANESSA MENDOZA DELGADO	20 al 28 de junio de 2025	ELITE					x
	Campeonato Nacional Elite		x		KEVIN DAVID SANCHEZ RUIZ	20 al 28 de junio de 2025	ELITE					x
	Campeonato Nacional Univ		x		OSCAR ANDRES TORRES VALDIVIESO	20 al 28 de junio de 2025	ELITE					x
	Campeonato Nacional Elite		x		DEIVY ANTONIO MORAN BOLIVAR	20 al 28 de junio de 2025	ELITE					x
	Campeonato Nacional Elite		x		HERNANDO TRIADUZA TRIADUZA	20 al 28 de junio de 2025	ELITE					x
	Campeonato Nacional Univ		x		LUIS CAMILO CAMACHO MARISCO	20 al 28 de junio de 2025	ELITE					x

Firma del Entrenador — VºBº DIDA

	SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD	CÓDIGO: RAGCC52
	GESTION DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA: 20/02/2013
	ANEXO INFORME DE ACTIVIDADES	VERSIÓN: 01

REUNIONES INTERDISCIPLINARIAS

Se realiza reunió con la fisioterapeuta ALISSON PASTRAN profesional del centro especializado del deporte del INDERCAS, en la reunión se acordó el acompañamiento de la profesional en una sesión semanal para brindar a las deportistas herramientas para evitar lesiones, y se realizan ejercicios para el fortalecimiento del core.

TEST:

No se efectuaron test durante este meso

3. **ASISTENCIA.**

- ✪ Relacionar detalladamente en el formato Control de asistencia a los entrenamientos, especifique en los espacios apropiados el porcentaje de asistencia y los motivos de las ausencias.

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE

SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD
GESTIÓN DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN
PLANILLA DE ASISTENCIA INSCRITOS

CÓDIGO: RAGCC53 | FECHA: 10/02/2013 | VERSION: 01

NOMBRE DEL ENTRENADOR: FREDY LIEVANO BARRIENTOS | **PERIODO:** 21/07/2025 AL 20/08/2025 | **CONTRATO:** 0097
DEPORTE: BOXEO | **FECHA:** 10/04/2025
EDADES: 14 A 40 AÑOS | SEMANA N°: 1 | SEMANA N°: 2

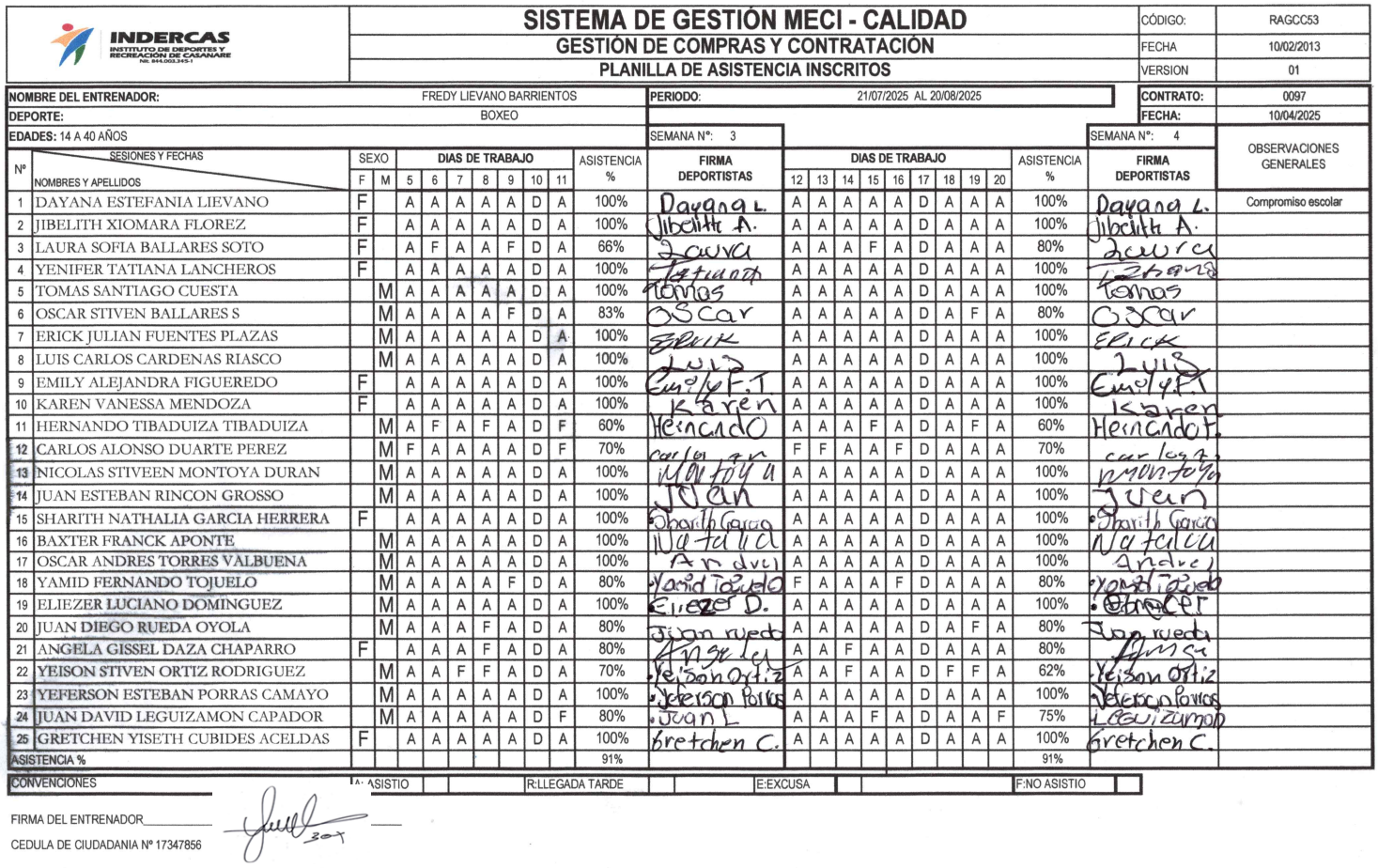
Nº	SESIONES Y FECHAS / NOMBRES Y APELLIDOS	SEXO F	SEXO M	DIAS DE TRABAJO 21	22	23	24	25	26	27	ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	DIAS DE TRABAJO 28	29	30	31	1	2	3	4	ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	OBSERVACIONES GENERALES
1	DAYANA ESTEFANIA LIEVANO	F		A	A	A	A	A	D	D	100%	Dayana L.	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Dayana L.	
2	JIBELITH XIOMARA FLOREZ	F		A	A	A	A	A	D	D	100%	Jibelith A.	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Jibelith A.	
3	LAURA SOFIA BALLARES SOTO	F		A	A	F	A	A	D	D	80%	Laura	A	F	F	A	A	A	D	A	71%	Laura	
4	YENIFER TATIANA LANCHEROS	F		A	A	A	A	A	D	D	100%	Tatiana	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Tatiana	
5	TOMAS SANTIAGO CUESTA		M	A	A	A	A	A	D	D	100%	Tomas	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Tomas	
6	OSCAR STIVEN BALLARES S		M	F	A	A	A	A	D	D	80%	OS Cur	A	F	A	A	F	A	D	A	71%	OSCar	
7	ERICK JULIAN FUENTES PLAZAS		M	A	A	A	A	A	D	D	100%	ERick	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	ERick	
8	LUIS CARLOS CARDENAS RIASCO		M	A	A	A	A	A	D	D	100%	Luis	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Luis	
9	EMILY ALEJANDRA FIGUEREDO	F		A	A	A	A	A	D	D	100%	Emily F. T.	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Emily F. T.	
10	KAREN VANESSA MENDOZA	F		A	A	A	A	A	D	D	100%	Karen	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Karen	
11	HERNANDO TIBADUIZA TIBADUIZA		M	A	F	F	A	A	D	D	60%	Hernando T.	A	A	A	F	F	F	D	A	52%	Hernando T.	
12	CARLOS ALONSO DUARTE PEREZ		M	A	A	A	F	F	D	D	60%	carlos Alo	A	A	A	A	F	A	D	A	85%	carlos Alo	
13	NICOLAS STIVEEN MONTOYA DURAN		M	A	A	A	A	A	D	D	100%	miento Ya	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	miento Ya	
14	JUAN ESTEBAN RINCON GROSSO		M	A	A	A	A	A	D	D	100%	Andres	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Andres	
15	SHARITH NATHALIA GARCIA HERRERA	F		A	A	A	A	A	D	D	100%	Sharith Garcia	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Sharith Garcia	
16	BAXTER FRANCK APONTE		M	A	A	A	A	A	D	D	100%	Baxter	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Baxter	
17	OSCAR ANDRES TORRES VALBUENA		M	A	A	A	A	A	D	D	100%	OScar	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	OScar	
18	YAMID FERNANDO TOJUELO		M	A	A	A	A	F	D	D	80%	Yamid Tojuelo	A	A	A	F	F	A	D	A	71%	Yamid Tojuelo	
19	ELIEZER LUCIANO DOMINGUEZ		M	A	A	A	A	A	D	D	100%	Eliezer	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	eliezer	
20	JUAN DIEGO RUEDA OYOLA		M	A	F	A	A	A	D	D	80%	Juan rueda	A	A	A	F	A	A	D	A	85%	Juan rueda	
21	ANGELA GISSEL DAZA CHAPARRO		M	A	F	A	A	A	D	D	80%	Angela	A	F	A	A	A	A	D	A	85%	Angela	
22	YEISON STIVEN ORTIZ RODRIGUEZ		M	F	F	A	A	A	D	D	60%	Yeison Ortiz	A	A	F	F	A	A	D	A	70%	Yeison Ortiz	
23	YEFERSON ESTEBAN PORRAS CAMAYO	F		A	A	A	A	A	D	D	100%	Yeferson Porras	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Yeferson Porras	
24	JUAN DAVID LEGUIZAMON CAPADOR		M	A	A	F	A	A	D	D	80%	Juan L.	A	A	F	A	A	A	D	A	85%	Juan L.	
25	GRETCHEN YISETH CUBIDES ACELDAS	F		A	A	A	A	A	D	D	100%	Gretchen C.	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Gretchen C.	
ASISTENCIA %											90%										91%		

CONVENCIONES | A: ASISTIO | R:LLEGADA TARDE | E:EXCUSA | F:NO ASISTIO

FIRMA DEL ENTRENADOR_____
CEDULA DE CIUDADANIA: Nº 17347856

Transversal 18 No. 14 – 09 Tel. 6321316 – 6353638 Yopal, Casanare.
Email: secretaria@indercas-casanare.gov.co

	SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD	CÓDIGO: RAGCC52
	GESTION DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA: 20/02/2013
	ANEXO INFORME DE ACTIVIDADES	VERSIÓN: 01



SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD | CÓDIGO: RAGCC53
GESTIÓN DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN | FECHA 10/02/2013
PLANILLA DE ASISTENCIA INSCRITOS | VERSION 01

NOMBRE DEL ENTRENADOR: FREDY LIEVANO BARRIENTOS — PERIODO: 21/07/2025 AL 20/08/2025 — CONTRATO: 0097
DEPORTE: BOXEO — FECHA: 10/04/2025
EDADES: 14 A 40 AÑOS — SEMANA N°: 3 — SEMANA N°: 4

Nº	SESIONES Y FECHAS / NOMBRES Y APELLIDOS	SEXO F	SEXO M	DIAS DE TRABAJO 5	6	7	8	9	10	11	ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	DIAS DE TRABAJO 12	13	14	15	16	17	18	19	20	ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	OBSERVACIONES GENERALES
1	DAYANA ESTEFANIA LIEVANO	F		A	A	A	A	A	D	A	100%		A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%		Compromiso escolar
2	JIBELITH XIOMARA FLOREZ	F		A	A	A	A	A	D	A	100%		A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%		
3	LAURA SOFIA BALLARES SOTO	F		A	F	A	A	F	D	A	66%		A	A	A	F	A	D	A	A	A	80%		
4	YENIFER TATIANA LANCHEROS	F		A	A	A	A	A	D	A	100%		A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%		
5	TOMAS SANTIAGO CUESTA		M	A	A	A	A	A	D	A	100%		A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%		
6	OSCAR STIVEN BALLARES S		M	A	A	A	A	F	D	A	83%		A	A	A	A	A	D	A	F	A	80%		
7	ERICK JULIAN FUENTES PLAZAS		M	A	A	A	A	A	D	A	100%		A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%		
8	LUIS CARLOS CARDENAS RIASCO		M	A	A	A	A	A	D	A	100%		A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%		
9	EMILY ALEJANDRA FIGUEREDO	F		A	A	A	A	A	D	A	100%		A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%		
10	KAREN VANESSA MENDOZA	F		A	A	A	A	A	D	A	100%		A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%		
11	HERNANDO TIBADUIZA TIBADUIZA		M	A	F	A	F	A	D	F	60%		A	A	A	F	A	D	A	F	A	60%		
12	CARLOS ALONSO DUARTE PEREZ		M	F	A	A	A	A	D	F	70%		F	F	A	A	F	D	A	A	A	70%		
13	NICOLAS STIVEEN MONTOYA DURAN		M	A	A	A	A	A	D	A	100%		A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%		
14	JUAN ESTEBAN RINCON GROSSO		M	A	A	A	A	A	D	A	100%		A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%		
15	SHARITH NATHALIA GARCIA HERRERA	F		A	A	A	A	A	D	A	100%		A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%		
16	BAXTER FRANCK APONTE		M	A	A	A	A	A	D	A	100%		A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%		
17	OSCAR ANDRES TORRES VALBUENA		M	A	A	A	A	A	D	A	100%		A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%		
18	YAMID FERNANDO TOJUELO		M	A	A	A	A	F	D	A	80%		F	A	A	A	F	D	A	A	A	80%		
19	ELIEZER LUCIANO DOMINGUEZ		M	A	A	A	A	A	D	A	100%		A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%		
20	JUAN DIEGO RUEDA OYOLA		M	A	A	A	F	A	D	A	80%		A	A	A	A	A	D	A	F	A	80%		
21	ANGELA GISSEL DAZA CHAPARRO	F		A	A	A	F	A	D	A	80%		A	A	F	A	A	D	A	A	A	80%		
22	YEISON STIVEN ORTIZ RODRIGUEZ		M	A	A	F	F	A	D	A	70%		A	A	F	A	A	D	F	F	A	62%		
23	YEFERSON ESTEBAN PORRAS CAMAYO		M	A	A	A	A	A	D	A	100%		A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%		
24	JUAN DAVID LEGUIZAMON CAPADOR		M	A	A	A	A	A	D	F	80%		A	A	A	F	A	D	A	A	F	75%		
25	GRETCHEN YISETH CUBIDES ACELDAS	F		A	A	A	A	A	D	A	100%		A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%		
ASISTENCIA %											91%											91%		

CONVENCIONES — A: ASISTIO — R:LLEGADA TARDE — E:EXCUSA — F:NO ASISTIO

FIRMA DEL ENTRENADOR
CEDULA DE CIUDADANIA Nº 17347856

- ✪ Se relacionó la asistencia de un total 25 deportistas de boxeo discriminados a sí; 10 mujeres y 15 hombre para un total de 25 en edades de 13 a 30 años, Total, de la población atendida durante este mes fue de 23 deportista.

4. **Escuelas De Formación**:

Número de escuelas apoyadas, capitaciones realizadas, número de niños beneficiados, número de trabajos teórico – prácticos realizados, especificando las horas y lugares, temas tratados entre otros (anexar planillas de asistentes y presentación del temario y desarrollo de la capacitación).

	SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD	CÓDIGO: RAGCC52
	GESTION DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA: 20/02/2013
	ANEXO INFORME DE ACTIVIDADES	VERSIÓN: 01

En el mesociclo N° 5 de transformación se impactaron los deportistas de las escuelas de los municipios de Yopal de los semilleros del INDERCAS y los deportistas de la escuela de boxeo del municipio de Tauramena con 2 visitas donde El objetivo de las visitas del entrenador departamental a las escuelas deportivas es supervisar y guiar el proceso de formación de los deportistas, asegurando la calidad metodológica, el cumplimiento de los objetivos de los programas deportivos y el desarrollo integral de los alumnos, abarcando aspectos físicos, técnicos, pedagógicos,.





	SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD	CÓDIGO: RAGCC52
	GESTION DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA: 20/02/2013
	ANEXO INFORME DE ACTIVIDADES	VERSIÓN: 01









Firma: _____

Nombre y Apellidos: FREDY LIEVANO BARRIENTOS
C.C. 17347856
Contratista

INDERCAS	SISTEMA DE GESTION MECI – CALIDAD	CÓDIGO: RAGCC52
	GESTION DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA: 20/02/2013
	ANEXO INFORME DE ACTIVIDADES	VERSIÓN: 01

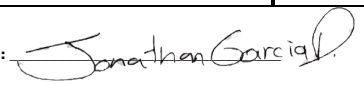
MODELO DE METODOLOGICOS PARA LA PRESENTACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO

NOMBRE DEL ENTRENADOR:	**FREDY LIEVBARRIENTOS**										
DEPORTE: BOXEO OLIMPICO	**CATEGORIA: JUVENIL**				**MODALIDAD: OLIMPICO**		**EDAD: 17/18**		**GENERO:**	**M. F.**	
MACROCICLO No 1	**FECHA: 1/04/2025 - 16/12/2025**		**TIPO DE MESOCICLO: TRANSFORMACION/REALIZACION**						**FECHA: 21/07/25-24/08/25**		
TIPO DE MICROCICLOS	**MICRO 18**		**MICRO 19**		**MICRO 20**		**MICRO 21**		**MICRO 22**		
	IMPACTO		**RECUPERACION**		**CARGA**		**ACTIVACION**		**ACTIVACION**		
FECHAS DE MICROCICLO	**Ini**	**Fin**	**Ini**	**Fin**	**Ini**	**Fin**	**Ini**	**Fin**	**Ini**	**Fin**	
	21/07/25	**27/07/25**	**28/07/2025**	**3/08/25**	**4/08/25**	**10/08/25**	**11/8/25**	**17/08/25**	**18/08/25**	**24/08/25**	
OBJETIVOS MESOCICLO	**TRANSFORMACION: desarrollar la potencia y la resistencia de fuerza, optimizar las vías energéticas mixtas, e integrar la técnica y la táctica específicas para la competición, manteniendo el volumen e intensidad altos. REALIZACION: reducir la fatiga y la carga, adaptar al ambiente de la competición (horarios, clima), ajustar la táctica específica y mejorar la concentración, logrando un pico de forma para la competencia.**										
OBJETIVOS MICROCICLOS	**18**		**19**		**20**		**21**		**22**		
TECNICO	**VOL: 78**	**INT: Alta >85%Fcmáx**	**VOL: 72**	**INT: Moderada 70-85% Fcmáx**	**VOL: 36**	**INT: Moderada 70-85% Fcmáx**	**VOL:27**	**INT: Alta >85%Fcmáx**	**VOL: 24**	**INT: Moderada 70-85% Fcmáx**	
VOL MIN: 237 **INT FRECAR: Moderada 70-85% Fcmáx**	Refinar combinaciones ofensivas Mejorar la ejecución técnica bajo fatiga o presión. Afianzar automatismos técnicos en situaciones de combate Aplicación de la técnica durante sparrings de intensidad media-alta. Adaptación de la técnica según el oponente. Combinación de ejercicios de reacción + ejecución técnica rápida		Corrección de errores técnicos. Refuerzo de automatismos. practicar combinaciones o esquemas tácticos en situaciones controladas. Visualización y análisis técnico. Sensibilización técnica		Perfeccionamiento de la técnica específica Integración técnica-táctica, (Aplicar la técnica en situaciones simuladas de combate). Adaptación al ritmo competitivo Corrección de errores técnicos Automatización de patrones técnicos Transición hacia el combate real		Optimizar la ejecución técnica Ajustar el ritmo técnico (Sincronizar desplazamientos, golpes y esquivas con el ritmo competitivo). Reforzar automatismos técnicos Afinar la coordinación Activar la memoria motriz sin fatigar (Repeticiones técnicas de baja carga, pero alta concentración). .		Perfeccionar la aplicación de la técnica (Ejecutar los golpes de forma correcta, aplicar los golpes de manera efectiva en condiciones simuladas de combate). Preparar la técnica para el estímulo competitivo Adaptación de la técnica a diferentes escenarios	
TACTICO	**VOL: 195**	**INT: Alta >85%Fcmáx**	**VOL: 216**	**INT: Moderada 70-85% Fcmáx**	**VOL:216**	**INT: Moderada 70-85% Fcmáx**	**VOL: 108**	**INT: Alta >85%Fcmáx**	**VOL: 120**	**INT: Moderada 70-85% Fcmáx**	
VOL MIN: 855 **INT FRECAR: Moderada 70-85% Fcmáx**	Aplicación táctica en condiciones reales. Ajuste de estrategias individuales Adaptar el plan táctico al nivel de la competencia. Consolidación de esquemas ofensivos y defensivos Practicar tácticas defensivas		Corregir errores tácticos Trabajar en detalles tácticos como desplazamientos, guardias, esquivas y combinaciones. Mantener una táctica efectiva en las acciones básicas. Repasar y reforzar los principios tácticos básicos del boxeo Revisión de estrategias de combate con menor fatiga.		Aumentar el nivel de desempeño del boxeador a través de cargas de entrenamiento significativas Aplicar las tácticas aprendidas en situaciones variadas que simulan el ambiente de una pelea. Trabajar para que las acciones tácticas combinadas ya dominadas se vuelvan más efectivas y eficientes		Reforzar patrones técnicos-tácticos básicos Activar la toma de decisiones en combate Evaluar y ajustar estrategias individuales, (Identificar fortalezas y debilidades tácticas del boxeador, Probar variantes de estrategia según tipo de rival, Retroalimentación inmediata para corregir errores tácticos).		Adaptación a las condiciones de competición (ajustarse a factores ambientales como el clima y los horarios, así como a las particularidades tácticas específicas de la competencia y mantener la concentración).	

FISICOS	VOL: 468	INT: Alta >85%Fcmáx	VOL: 288	INT: Moderada 70-85% Fcmáx	VOL: 288	INT: Moderada 70-85% Fcmáx	VOL: 297	INT: Alta >85%Fcmáx	VOL: 216	INT: Moderada 70-85% Fcmáx
VOL MIN: 1557 **INT FRECAR: Moderada 70-85% Fcmáx**	Incrementar la intensidad del entrenamiento para transformar el potencial físico acumulado en resistencia a la fuerza, fuerza explosiva y resistencia específica de velocidad.		Reducir la fatiga, promover la adaptación y consolidar las mejoras logradas, mediante la disminución del volumen e intensidad de las cargas de entrenamiento, la inclusión de métodos de recuperación activa y pasiva. supercompensación Adaptación y consolidación		Aumentar el nivel general utilizando cargas moderadas a altas para estimular adaptaciones físicas. Desarrollo de la potencia y velocidad Incremento de la fuerza específica Fortalecer el sistema anaeróbico, fundamental para la explosividad requerida Progresión hacia la fase competitiva: Estimular al organismo para que, tras la recuperación, aumente su nivel de tolerancia		Activación Neuromuscular (Estimular el sistema nervioso y muscular para mejorar la coordinación, la velocidad de movimiento). Desarrollo de la Fuerza y Potencia Específica (Trabajar la fuerza explosiva y la potencia). Mejora de la Capacidad de Reacción Estabilización del Nivel de Preparación (Consolidar y mantener las capacidades físicas alcanzadas en mesociclos anteriores		Optimizar la activación neuromuscular (Mejorar la velocidad de reacción y la coordinación motora, Activar fibras musculares rápidas). Mantener la capacidad aeróbica y anaeróbica (Realizar trabajos de intensidad moderada para conservar la resistencia sin agotar al atleta) Ajustar el tono muscular (Usar ejercicios de fuerza ligera o pliometría) Afinar la movilidad y flexibilidad (Ejercicios dinámicos y estiramientos activos, Prevenir lesiones durante los combates).	
VOLUMEN TOTAL MIN	**741**		**576**		**540**		**432**		**360**	
INTENSIDAD	**Alta intensidad: >85%Fcmáx**		**INT: Moderada 70-85% Fcmáx**		**INT: Moderada 70-85% Fcmáx**		**INT: Alta >85%Fcmáx**		**INT: Moderada 70-85% Fcmáx**	
MEDIOS	Circuitos, carrera. Ejercicios con aparatos para boxeo, Repeticiones, ejercicios de Escuela de boxeo. FARLETK, lanzamientos		Circuitos, carrera. Ejercicios con aparatos para boxeo, Repeticiones, Escuela de boxeo. FARLETK, Ejercicios con bandas de resistencia		Circuitos, Ejercicios aparatos para boxeo, Repeticiones, Escuela de boxeo. FARLETK, Levantamiento de pesas		Circuitos, sparring Ejercicios con aparatos para boxeo, Repeticiones, Escuela de combate. FARLETK, intervalos de alta intensidad		sparring. Ejercicios con peso corporal / pesas, Repeticiones, ejercicios de Escuela de combate, Carrera, higiene deportiva	
METODOS	Explicativo. Demostrativo. Global, fragmentado, Repeticiones (Estándar invariable).		Explicativo. Demostrativo. Global, fragmentado, Repeticiones (Estándar invariable).		Explicativo. Demostrativo. Global, fragmentado, Repeticiones,		Explicativo. Demostrativo. Global, fragmentado, Repeticiones (Estándar invariable).		Explicativo. Demostrativo. Global, fragmentado, Repeticiones (Estándar invariable).	
EVALUACION										

FIRMA DE ENTRENADOR / INSTRUCTOR: 

NOMBRES Y APELLIDOS: **FREDY LIEVANO BARRIENTOS.**

V°B° Metodologo de apoyo: 

Nombres y apellidos: **JONATHAN GARCIA DAZA**

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

CONSOLIDADO DE PARTICIPACIONES

DEPARTAMENTALES, NACIONALES E INTERNACIONALES

DEPORTE : BOXEO **ENTRENADOR : FREDY LIEVANO BARRIENTOS**

N°-	EVENTO	INTER			LISTADO DE DEPORTISTAS PARTICIPANTES	FECHA	CATEGORIA	RESULTADOS						
								MEDALLAS			PUESTO			
		CLUBES	LIGAS	OTROS				ORO	PLATA	BRONCE	1RO	2DO	3RO	OTROS
1	Campeonato Continental Copa America 2025			x	DAYANA ESTEFANIA LIEVANO A	11AL 20 DE JULIO DE 2025	JUVENIL		X			X		
	Campeonato Nacional Elite		x		JIBELITH XIOMARA FOREZ ANDRADE	20 al 28 de junio de 2025	ELITE							x
	Campeonato Nacional Elite		x		KAREN VANEZA MENDOZA HUERTAS	20 al 28 de junio de 2025	ELITE							x
	Campeonato Nacional Elite		x		KEVIN DAVID SANCHEZ RUIZ	20 al 28 de junio de 2025	ELITE							x
	Campeonato Nacional Elite		x		OSCAR ANDRES TORRES VALBUENA	20 al 28 de junio de 2025	ELITE							x
	Campeonato Nacional Elite		x		DEIVY ANTONIO MORAN BOLIVAR	20 al 28 de junio de 2025	ELITE							x
	Campeonato Nacional Elite		x		HERNANDO TIBADUIZA TIBADUIZA	20 al 28 de junio de 2025	ELITE							x
	Campeonato Nacional Elite		x		LUIS CARLOS CARDENAS RIASCO	20 al 28 de junio de 2025	ELITE							x

Firma del Entrenador:

V/Bº LIGA :

INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE Nit. 844.003.345-1	SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD	CODIGO	RAGCC54
	GESTIÓN DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN	FECHA	20/02/2013
	HORARIO DE CLASE	VERSIÓN	1

LIGA: BOXEO (LIBOXCA)					DEPORTE	BOXEO		
LUGAR: ESTADIO SANTIAGO DE LAS ATALAYAS (CAMERINO)					PERIODO	21/07/25 -- 20/08/25		
HORA	**CATEGORÍA**	**LUNES**	**MARTES**	**MIÉRCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**SÁBADO**	**DOMINGO**
3:00 - 4:00 PM	INFANTIL	Entrenamiento selección, talentos y reserva	Entrenamiento selección, talentos y reserva	visita tecnica	Entrenamiento selección, talentos y reserva	Entrenamiento selección, talentos y reserva		
4:00 - 6:00 PM	SUB 17	Entrenamiento selección, talentos y reserva	Entrenamiento selección, talentos y reserva	visita tecnica	Entrenamiento selección, talentos y reserva	Entrenamiento selección, talentos y reserva	actividades extra de preparación	
6:00 - 9:00 PM	SUB19	Entrenamiento selección, talentos y reserva	Entrenamiento selección, talentos y reserva	visita tecnica	Entrenamiento selección, talentos y reserva	Entrenamiento selección, talentos y reserva	actividades extra de preparación	
6:00 - 900 AM	ELITE	Entrenamiento selección, talentos y reserva	Entrenamiento selección, talentos y reserva	visita tecnica	Entrenamiento selección, talentos y reserva	Entrenamiento selección, talentos y reserva	actividades extra de preparación	

HORARIOS VISITAS A CLUBES Y/O ESCUELAS DE FORMACION

MUNICIPIO: VILLANUEVA, YOPAL, TAURAMENA, SAN LUIS DE PALENQUE					DEPORTE	BOXEO		
SEDE:					PERIODO	21/04/25 -- 20/05/25		
HORA	**LUGAR**	**LUNES**	**MARTES**	**MIÉRCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**SABADO**	**DOMINGO**
3 A 8 PM	**YOPAL**			**Apoyo tecnico**				
4 A 8 PM	**TAURAMENA**			**Apoyo tecnico**				
5 A 8 PM	**VILLANUEVA**			**Apoyo tecnico**				

FIRMA DEL CONTRATISTA

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

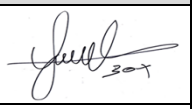
ACTA
FO-A-GDO-08
04-08-2017
Versión 02

ACTA No. 5

TIPO: Sustentación presencial			**TEMA**: Sustentación plan metodológico del entrenador (a) FREDY LIEVANO BARRIENTOS, de la LIGA DE BOXEO.			
FECHA:	25 de abril de 2025		**HORA:**	5:00 PM	a	6:00 PM
	Día Mes Año			Inicial		Final

LUGAR:	SALA DE JUNTAS DE LA ENTIDAD
OBJETIVO:	Socialización del plan metodológico escrito y grafico en relación con el contrato de prestación de servicios No. 0097 - 2025 suscrito por el entrenador (a) FREDY LIEVANO BARRIENTOS.

ASISTENTES

Nombre Completo	Entidad/Dependencia/Cargo	Correo / Tel.	Firma
FREDY LIEVANO BARRIENTOS	ENTRENADOR (A) LIGA DE BOXEO	fredyboxeo@yahoo.es	
JONATHAN GARCIA DAZA	Profesional Universitario - Metodológo	Jmetodologia@indercas-casanare.gov.co 3045998223	

AGENDA / ACTIVIDADES

1	Presentación
2	Revisión del Plan de Entrenamiento Escrito
3	Socialización y fortalecimiento de conceptos y temáticas del plan escrito.
4	Revisión del Plan de Entrenamiento gráfico
5	Socialización y fortalecimiento de conceptos y temáticas del plan gráfico.
6	Descripción de Test físicos, técnicos, tácticos, psicológicos y demás herramientas de valoración.
7	Solución de inquietudes
8	Temas varios

DESARROLLO DE LA REUNIÓN:

ACTA No. 5

Se socializó el plan de entrenamiento gráfico y escrito, donde se evidencia que cumple con las condiciones y las fechas tentativas de eventos, para iniciar el proceso de preparación de los deportistas. El entrenador describe las condiciones especiales de su deporte y socializa los diferentes test que serán la herramienta para valorar el progreso de los deportistas y analizar si el macrociclo genera efectos positivos en cada deportista.

El metodólogo recomienda la masificación de la disciplina deportiva y la realización de los diferentes test que permitan obtener datos que evidencien el estado actual de cada deportista,,que el entrenador fredy lievano, enuncia que se esta proyectadno y desarrollando el plan de manejo y disminución del riesgo de lesiones fisicas.

El macrociclo correspondiente a la fecha abril 7 de abrilde 2025, contiene 5 mesociclos, (Preparacion general, preparacion especial competitivo), que proyecta 20 microciclos, correspondiente a 285 horas. El macrociclo correspondiente a la fecha abril 7 de abrilde 2025, contiene 5 mesociclos, (Preparacion general, preparacion especial competitivo), que se establece las zonas de entrenamieno según el sistema energetico predominante, oxidativo, glucolitico y/o fosfagenos.

Informar al metodólogo cualquier cambio en los horarios o lugar de realización de los entrenamientos y ajustes que se hagan al plan de entrenamiento.Invitar al metodologo en la realizacion de test y convocatorias que se realicen dentro del macrociclo sustentado.

Concretará los espacios para la realización de valoraciones con el personal del centro especializado del instituto que permitan una constante valoración del estado y desarrollo de los deportistas.,

Se determina que, para la próxima reunión, se revise los resultados de los diferentes test y horarios de las sesiones de entrenamiento.

Acuerdos y Compromisos	Responsables	Fechas
	FREDY LIEVANO BARRIENTOS	
	FREDY LIEVANO BARRIENTOS	

Siendo las 5:50 p.m. del 25/05/2025 y cumplido el objetivo, se dio por terminada la reunión en constancia firman:

JONATHAN GARCIA DAZA
Profesional Universitario - Metodológo

FREDY LIEVANO BARRIENTOS
ENTRENADOR

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

CERTIFICACIÓN
FO-A-GDO-04
04-08-2017
Versión 02

EL SUSCRITO PROFESIONAL DE LA SUBGERENCIA DE DESARROLLO DEPORTIVO – INDERCAS - METODÓLOGO

CERTIFICA Y/O DEJA CONSTANCIA QUE:

Que la (el) entrenador, **FREDY LIEVANO BARRIENTOS,** identificado con cedula de ciudadanía No. **17347856** de **VILLAVICENCIO**, cumplió con las actividades metodológicas consignadas en el contrato de prestación de servicios No. 0097 del 2025, el cual tiene como objeto: PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE BOXEO CATEGORÍA 3, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO Informe de actividades 4 de 4, comprendido en el periodo: desde el día 21 de julio de 2025 hasta el día 20 de agosto de 2025.

La anterior se expide a los 25/08/2025

JONATHAN GARCIA DAZA
Profesional Universitario – Metodólogo

LIGA DE BOXEO DE CASANARE
RECONOCIMIENTO DEPORTIVO Nº 000584 22 DE JUNIO 2023
NIT. 900089309 – 8
PERSONERIA JURIDICA 00022 DE OCTUBRE DE 2005

El PRESIDENTE DE LA LIGA DE BOXEO DEL CASANARE

HACE CONSTAR:

Que el Sr. FREDY LIEVANO BARRIENTOS, entrenador departamental de la liga de boxeo de Casanare, identificado con cedula de ciudadanía N° .17.347.856 expedida en Villavicencio cumplió con las actividades suscritas dentro del contrato No. 0097 de 2025 cuyo objeto es "PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE BOXEO CATEGORÍA 3, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.", durante el periodo de labores 21 de julio del 2025 al 20 de agosto del 2025.

La presente certificación, se expide a solicitud de la parte interesada, y se firma en EL YOPAL (Casanare), a los veintiséis (26) días del mes de agosto de dos mil veinticinco (2025).

Cualquier inquietud o sugerencia de su parte, o para más información comunicarse al celular: 3115953798 o al email: liboxca2017@hotmail.com.

Lic. WILMER ANDRÉS HUESO ÁVILA
Presidente de Liga de Boxeo del Casanare

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD

GESTIÓN DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN

PLANILLA DE ASISTENCIA INSCRITOS

CÓDIGO:	RAGCC53
FECHA	10/02/2013
VERSION	01

NOMBRE DEL ENTRENADOR: FREDY LIEVANO BARRIENTOS
DEPORTE: BOXEO
EDADES: 14 A 40 AÑOS
PERIODO: 21/07/2025 AL 20/08/2025
CONTRATO: 0097
FECHA: 10/04/2025

Nº	SESIONES Y FECHAS / NOMBRES Y APELLIDOS	SEXO F	SEXO M	SEMANA Nº: 1 DIAS DE TRABAJO 21	22	23	24	25	26	27	ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	SEMANA Nº: 2 DIAS DE TRABAJO 28	29	30	31	1	2	3	4	ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	OBSERVACIONES GENERALES
1	DAYANA ESTEFANIA LIEVANO	F		A	A	A	A	A	D	D	100%	Dayana L.	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Dayana L.	
2	JIBELITH XIOMARA FLOREZ	F		A	A	A	A	A	D	D	100%	Jibelith A.	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Jibelith A.	
3	LAURA SOFIA BALLARES SOTO	F		A	A	F	A	A	D	D	80%	Laura	A	F	F	A	A	A	D	A	71%	Laura	
4	YENIFER TATIANA LANCHEROS	F		A	A	A	A	A	D	D	100%	Tatiana	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Tatiana	
5	TOMAS SANTIAGO CUESTA		M	A	A	A	A	A	D	D	100%	Tomas	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Tomas	
6	OSCAR STIVEN BALLARES S		M	F	A	A	A	A	D	D	80%	OSCar	A	F	A	A	F	A	D	A	71%	OSCar	
7	ERICK JULIAN FUENTES PLAZAS		M	A	A	A	A	A	D	D	100%	ERick	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	ERICK	
8	LUIS CARLOS CARDENAS RIASCO		M	A	A	A	A	A	D	D	100%	Luis	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Luis	
9	EMILY ALEJANDRA FIGUEREDO	F		A	A	A	A	A	D	D	100%	Emily F.T.	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Emily F.T.	
10	KAREN VANESSA MENDOZA	F		A	A	A	A	A	D	D	100%	karen	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Karen	
11	HERNANDO TIBADUIZA TIBADUIZA		M	A	F	F	A	A	D	D	60%	Hernando T.	A	A	A	F	F	F	D	A	52%	Hernando T.	
12	CARLOS ALONSO DUARTE PEREZ		M	A	A	A	F	F	D	D	60%	carlos 4th	A	A	A	A	F	A	D	A	85%	carlos 4th	
13	NICOLAS STIVEEN MONTOYA DURAN		M	A	A	A	A	A	D	D	100%	munto ya	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	munto ya	
14	JUAN ESTEBAN RINCON GROSSO		M	A	A	A	A	A	D	D	100%	Andres	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Andres	
15	SHARITH NATHALIA GARCIA HERRERA	F		A	A	A	A	A	D	D	100%	Sharith Garcia	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Sharith Garcia	
16	BAXTER FRANCK APONTE		M	A	A	A	A	A	D	D	100%	Baxter	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Baxter	
17	OSCAR ANDRES TORRES VALBUENA		M	A	A	A	A	A	D	D	100%	OSCar	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	OSCar	
18	YAMID FERNANDO TOJUELO		M	A	A	A	A	F	D	D	80%	Yamid Tojuelo	A	A	A	F	F	A	D	A	71%	Yamid Tojuelo	
19	ELIEZER LUCIANO DOMINGUEZ		M	A	A	A	A	A	D	D	100%	Eliezer	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Eliezer	
20	JUAN DIEGO RUEDA OYOLA		M	A	F	A	A	A	D	D	80%	Juan rueda	A	A	A	F	A	A	D	A	85%	Juan rueda	
21	ANGELA GISSEL DAZA CHAPARRO		M	A	F	A	A	A	D	D	80%	Angela	A	F	A	A	A	A	D	A	85%	Angela	
22	YEISON STIVEN ORTIZ RODRIGUEZ		M	F	F	A	A	A	D	D	60%	Yeison Ortiz	A	A	F	F	A	A	D	A	70%	Yeison Ortiz	
23	YEFERSON ESTEBAN PORRAS CAMAYO	F		A	A	A	A	A	D	D	100%	Yeferson Porras	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Yeferson Porras	
24	JUAN DAVID LEGUIZAMON CAPADOR		M	A	A	F	A	A	D	D	80%	Juan L.	A	A	F	A	A	A	D	A	85%	Juan L.	
25	GRETCHEN YISETH CUBIDES ACELDAS	F		A	A	A	A	A	D	D	100%	Gretchen C.	A	A	A	A	A	A	D	A	100%	Gretchen C.	
ASISTENCIA %											90%										91%		

CONVENCIONES	A: ASISTIO		R:LLEGADA TARDE		E:EXCUSA		F:NO ASISTIO	

FIRMA DEL ENTRENADOR_____
CEDULA DE CIUDADANIA: Nº 17347856

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit. 844.003.345-1

SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD

GESTIÓN DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN

PLANILLA DE ASISTENCIA INSCRITOS

CÓDIGO:	RAGCC53
FECHA	10/02/2013
VERSION	01

NOMBRE DEL ENTRENADOR: FREDY LIEVANO BARRIENTOS
DEPORTE: BOXEO
EDADES: 14 A 40 AÑOS
PERIODO: 21/07/2025 AL 20/08/2025
CONTRATO: 0097
FECHA: 10/04/2025

Nº	SESIONES Y FECHAS / NOMBRES Y APELLIDOS	SEXO F	SEXO M	SEMANA Nº: 3 DIAS DE TRABAJO 5	6	7	8	9	10	11	ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	SEMANA Nº: 4 DIAS DE TRABAJO 12	13	14	15	16	17	18	19	20	ASISTENCIA %	FIRMA DEPORTISTAS	OBSERVACIONES GENERALES
1	DAYANA ESTEFANIA LIEVANO	F		A	A	A	A	A	D	A	100%	Dayana L.	A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%	Dayana L.	Compromiso escolar
2	JIBELITH XIOMARA FLOREZ	F		A	A	A	A	A	D	A	100%	Jibelith A.	A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%	Jibelith A.	
3	LAURA SOFIA BALLARES SOTO	F		A	F	A	A	F	D	A	66%	Laura	A	A	A	F	A	D	A	A	A	80%	Laura	
4	YENIFER TATIANA LANCHEROS	F		A	A	A	A	A	D	A	100%	Tatiana	A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%	Tatiana	
5	TOMAS SANTIAGO CUESTA		M	A	A	A	A	A	D	A	100%	Tomas	A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%	Tomas	
6	OSCAR STIVEN BALLARES S		M	A	A	A	A	F	D	A	83%	Oscar	A	A	A	A	A	D	A	F	A	80%	Oscar	
7	ERICK JULIAN FUENTES PLAZAS		M	A	A	A	A	A	D	A	100%	Erick	A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%	Erick	
8	LUIS CARLOS CARDENAS RIASCO		M	A	A	A	A	A	D	A	100%	Luis	A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%	Luis	
9	EMILY ALEJANDRA FIGUEREDO	F		A	A	A	A	A	D	A	100%	Emily F.T	A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%	Emily F.T	
10	KAREN VANESSA MENDOZA	F		A	A	A	A	A	D	A	100%	Karen	A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%	Karen	
11	HERNANDO TIBADUIZA TIBADUIZA		M	A	F	A	F	A	D	F	60%	Hernando	A	A	A	F	A	D	A	F	A	60%	Hernando T.	
12	CARLOS ALONSO DUARTE PEREZ		M	F	A	A	A	A	D	F	70%	carlos a.	F	F	A	A	F	D	A	A	A	70%	carlos a.	
13	NICOLAS STIVEEN MONTOYA DURAN		M	A	A	A	A	A	D	A	100%	Montoya	A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%	Montoya	
14	JUAN ESTEBAN RINCON GROSSO		M	A	A	A	A	A	D	A	100%	Juan	A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%	Juan	
15	SHARITH NATHALIA GARCIA HERRERA	F		A	A	A	A	A	D	A	100%	Sharith Garcia	A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%	Sharith Garcia	
16	BAXTER FRANCK APONTE		M	A	A	A	A	A	D	A	100%	Natalia	A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%	Natalia	
17	OSCAR ANDRES TORRES VALBUENA		M	A	A	A	A	A	D	A	100%	Andres	A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%	Andres	
18	YAMID FERNANDO TOJUELO		M	A	A	A	A	F	D	A	80%	Yamid Tojuelo	F	A	A	A	F	D	A	A	A	80%	Yamid Tojuelo	
19	ELIEZER LUCIANO DOMINGUEZ		M	A	A	A	A	A	D	A	100%	Eliezer D.	A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%	Eliezer	
20	JUAN DIEGO RUEDA OYOLA		M	A	A	A	F	A	D	A	80%	Juan rueda	A	A	A	A	A	D	A	F	A	80%	Juan rueda	
21	ANGELA GISSEL DAZA CHAPARRO	F		A	A	A	F	A	D	A	80%	Angela	A	A	F	A	A	D	A	A	A	80%	Angela	
22	YEISON STIVEN ORTIZ RODRIGUEZ		M	A	A	F	F	A	D	A	70%	Yeison Ortiz	A	A	F	A	A	D	F	F	A	62%	Yeison Ortiz	
23	YEFERSON ESTEBAN PORRAS CAMAYO		M	A	A	A	A	A	D	A	100%	Yeferson Porras	A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%	Yeferson Porras	
24	JUAN DAVID LEGUIZAMON CAPADOR		M	A	A	A	A	A	D	F	80%	Juan L	A	A	A	F	A	D	A	A	F	75%	Leguizamon	
25	GRETCHEN YISETH CUBIDES ACELDAS	F		A	A	A	A	A	D	A	100%	Gretchen C.	A	A	A	A	A	D	A	A	A	100%	Gretchen C.	
ASISTENCIA %											91%											91%		

CONVENCIONES — A: ASISTIO — R:LLEGADA TARDE — E:EXCUSA — F:NO ASISTIO

FIRMA DEL ENTRENADOR_____

CEDULA DE CIUDADANIA Nº 17347856

INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACION DE CASANARE Nit. 844.003.345-1	SISTEMA DE GESTIÓN - CALIDAD DEPORTES POBLACIÓN BENEFICIADA	POBLACION BENEFICIADA FO-M-DRA-10 04/05/2022 Version 02

BASE DE DATOS

CONTRATO No:	97	FECHA DEL CONTRATO:	10/04/2025	OBJETO CONTRACTUAL	PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE BOXEO CATEGORÍA 3, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.				
NOMBRES Y APELLIDOS:	FREDY LIEVANO BARRIENTOS			N° CELULAR:	3115953798		DEPORTE:	BOXEO	
PERIODO QUE REPORTA:	Fecha Inicio	21/07/2025	Fecha Fin	20/08/2025	MUNICIPIO	YOPAL	CORREO ELECTRONICO:	fredyboxeo@yahoo.es	

NOTA: SIGLA PPL-TD : POBLACION PRIVADA DE LA LIBERTAD
SIGLA PPR: POBLACION EN PROCEO DE REINSERCION

									ENFOQUE DE GENERO			ENFOQUE ETNICO				ENFOQUE DIFERENCIAL / POBLACIONAL							SECTOR	
N°-	NOMBRE Y APELLIDOS	Tipo de Documento	N° D.I.	FECHA DE NACIMIENTO dd/mm/aaaa	EDAD	TELEFONO	E- MAIL	GRUPO SISBEN	F	M	LBGTI	Indigenas	Comunidades Negras - Afro - Raizales - Palenqueras	Pueblo ROM o Gitano	NingunoEE	Victimas del Conflicto Armado	Habitante de Calle	PPL-TD	PPR	Personas con Discapacidad	Población Extranjera	NingunoED	U	R
1	DAYANA ESTEFANIA LIEVANO BARRIENTOS	TI	1115912742	2/06/2008	17	3144924253	dayanalievano858@gmail.com	A	X						X	X								X
2	JIBELITH XIOMARA FLOREZ ANDRADE	CC	1089905261	9/03/2006	19	3005260550	xiomiandrade06@gmail.com	A	X						X							X	X	
3	YENIFER TATIANA LANCHEROS BOHORQUEZ	TI	1115914633	9/07/2011	14	3219813191	dianapaolab@1992hotmail.com	A	X						X	X							X	
4	TOMAS SANTIAGO CUESTA ACHAGUA	TI	1029664321	3/07/2009	16	3215257304	tomassantiago06@gmail.com	B		X					X							X	X	
5	LAURA SIFIA BALLARES SOTO	TI	1033740170	26/09/2009	15	3103781248	sifiao926mta@gmail.com	A	X						X								X	
6	OSCAR STIVEN BALLARES SOTO	TI	1033714800	12/09/2007	17	3115378941	stevenson714@gmail.com	A		X					X							X	X	
7	ERICK JULIAN FUENTES PLAZAS	TI	1029651005	23/01/2009	16	3124305756	erickfuen2345@gmail.com	A		X					X							X	X	
8	LUIS CARLOS CARDENAS RIASCOS	CC	1111759796	12/06/2004	21	3233871771	cardenasriascosluiscarlos841@gmail.co	A		X			X			X							X	
9	EMILY ALEJANDRA FIGUEREDO TEJADA	TI	1029666350	13/06/2011	14	3212211008	mayithtm17@gmail.com	B	X						X							X	X	
10	KAREN VANESSA MENDOZA HUERTAS	CC	1006554753	21/10/2002	22	3223362052	karennnvanesssah@gmail.com	A	X						X							X	X	
11	HERNANDO TIBADUIZA TIBADUIZA	CC	1118561633	20/03/1995	30	3243440534	hernandotibaduiza2076@gmail.com	A		X					X							X	X	
12	CARLOS ALONSO DUARTE PEREZ	CC	1116662740	3/07/2005	20	3108584515	cadp2314@gmail.com	A		X					X							X	X	
13	NICOLAS STIVEEN MONTOYA DURAN	TI	1029648002	4/11/2007	17	3125469759	nicolasduran.041107@gmail-com	B		X					X							X	X	
14	JUAN ESTEBAN RINCON GROSSO	TI	1029663672	9/11/2007	17	3142099890	juangrosso61@gmail.com	A		X					X							X		X
15	SHARITH NATHALIA GARCIA HERRERA	TI	1099741512	12/01/2008	17	3228280244	sharithnatalia.15@colpari.educo	A	X						X							X	X	
16	JUAN DIEGO RUEDA OYOLA	CC	1110579127	20/10/1997	27	3006456515	Juancho-5k810@hotmail.com	A		X					x							X	X	
17	OSCAR ANDRES TORRES VALBUENA	CC	1006534077	4/05/2003	22	3203641554	valbuenaoscar2018@gmail.com	A		X					X							X	X	
18	YAMID FERNANDO TOJUELO SILVA	CC	1115916731	16/12/1994	30	3212063525	yamidtujuelosilva@gmail.com	A		X					X							X	X	
19	ELIEZER LUCIANO DOMINGUEZ GARCIA	CC	6553503	17/05/2007	18	3227792720	eliezerd656@gmail.com	A		X					X						x		X	
20	YEFERSON ESTEBAN PORRAS CAMAYO	TI	1110088043	4/10/2009	15	3102458948	fredyboxeo@yahoo.es	B		X					X							X	X	
21	YEISON STIVEN ORTIZ RODRIGUEZ	CC	1029641828	13/06/2005	20	310 3075182	fredyboxeo@yahoo.es	A		X					X							X	X	
22	BAXTER FRANCK APONTE	TI	1129244471	11/07/2008	17	3209891273	Baxter.aponte01@gmail.com	A		X					X		X						X	
23	ANGELA GISSEL DAZA CHAPARRO	TI	1029653939	27/03/2010	15	3222761710	giselldaza12@gmail.com	A	X							X							X	
24	JUAN DAVID LEGUIZAMON CAPADOR	TI	1029665469	15/06/2010	15	3106557052	Leguizamon@gmail.com	B		X					X							X	X	
25	GRETCHEL YISETH CUBIDES ACELDAS	TI	1029652502	2/09/2009	15	3118451902	fredyboxeo@yahoo.es	A	X						X								X	
26					-																			

FIRMA : _____

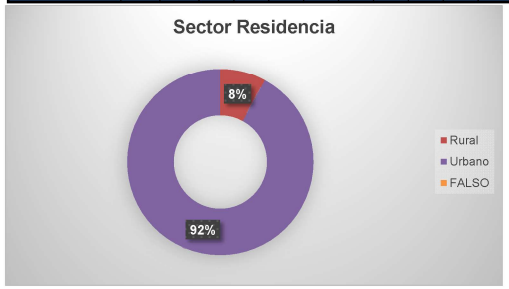
NOMBRES Y APELLIDOS

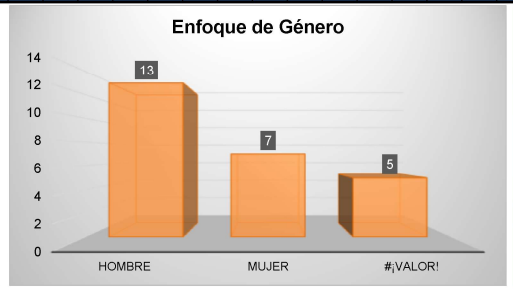
INDERCAS INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE	SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD DEPORTES POBLACIÓN BENEFICIADA	POBLACION BENEFICIADA FO-M-DRA-10 04/05/2022 Version 02

NOMBRES Y APELLIDOS:	FREDY LIEVANO BARRIENTOS	CONTRATO:	97
PERIODO:	21/07/2025 al 20/08/2025	MUNICIPIO:	YOPAL
TELEFONO:	3115953798	CORREO ELECTRONICO:	fredyboxeo@yahoo.es

POBLACION

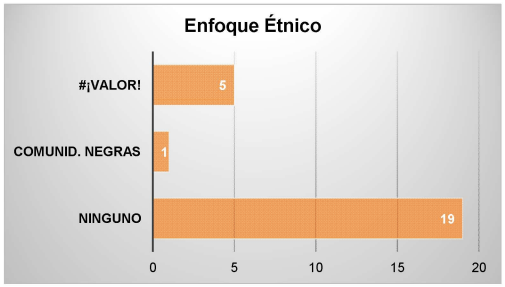
RANGO DE EDAD / POBLACION	AREA URBANA/RURAL		ENFOQUE DE GENERO			GRUPO SISBEN												ENFOQUE ETNICO												ENFOQUE DIFERENCIAL / POBLACIONAL																		TOTAL
						A (Pobreza Extrema)			B (Pobreza Moderada)			C (Población Vulnerable)			D (No pobre, No vulnerable)			Indigenas			Comunidades Negras - Afro - Raizales - Palenqueras			Pueblo ROM o Gitano			Ninguno			Victimas del Conflicto Armado			Habitante de Calle			PPL-TD			PPR			Personas con Discapacidad			Población Extranjera			Ninguno			
	U	R	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	F	M	LGTBI	
PRIMERA INFANCIA 0-5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
INFANCIA 6 A 11 AÑOS	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ADOLESCENCIA 12 A 17 AÑOS	13	2	7	8	0	6	4	0	1	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6	8	0	3	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	15
JUVENTUD 18 A 28 AÑOS	8	0	2	6	0	2	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	2	5	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	8
ADULTO 29 A 60	2	0	0	2	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2
ADULTO MAYOR - >60	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
TOTALES	23	2	9	16	0	8	12	0	1	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	8	15	0	3	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	25

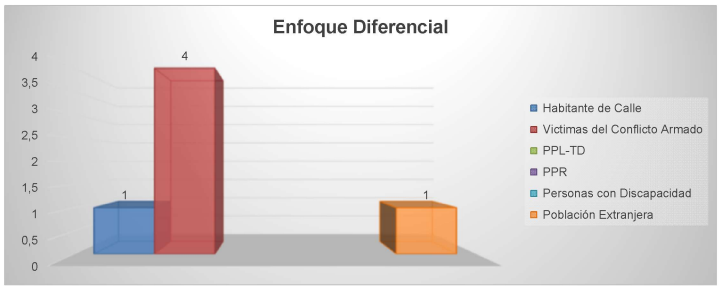












FIRMA : _____

NOMBRES Y APELLIDOS: FREDY LIEVANO B.

EL SUSCRITO CONTRATISTA

FREDY LIEVANO BARRIENTOS

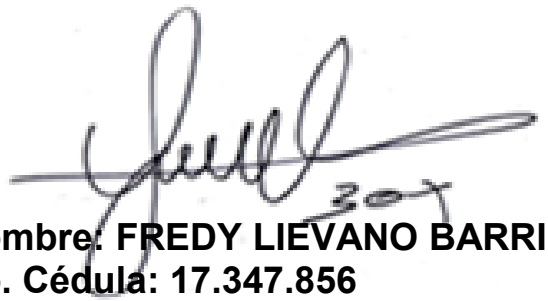
CERTIFICA QUE

Es de total veracidad, confiabilidad y responsabilidad absoluta, que toda la información presentada en el desarrollo y ejecución de las actividades suscritas dentro del contrato No. 0097 de 2025 cuyo objeto es "PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE BOXEO CATEGORÍA 3, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO.", para el proceso de verificación como son: informe de actividades, panillas de asistencia, participaciones en eventos, registros fotográficos y demás formatos establecidos por el INDERCAS, durante el periodo de labores 21 de julio del 2025 al 20 de agosto del 2025 son legítimas y tomadas durante la ejecución.

Con la firma de la presente certificación acepto y doy fe de la veracidad de la información y me acuso a las implicaciones legales que tienen la falsedad de información.

Se expide en el municipio de Yopal, a los 27 días del mes de agosto del 2025.

Firma:



Nombre: FREDY LIEVANO BARRIENTOS
No. Cédula: 17.347.856
No. Contacto: 3115953798
Correo electrónico: fredyboxeo@yahoo.es
Contratista

DEPARTAMENTO	CASANARE			**MUNICIPIO(S)**	YOPAL		
NOMBRES Y APELLIDOS	FREDY LIEVANO BARRIENTOS			**No. CÉDULA**	17.347.856		
No. CONTRATO	2025-0097			**FECHA INICIO DE CONTRATO**	21 DE ABRIL DE 2025	**PLAZO DE EJECUCIÓN**	4 MESES
MES DEL INFORME	21 JULIO AL 20 DE AGOSTO DEL 2025	**INFORME**	4 DE 4	**FECHA DE PRESENTACIÓN DEL INFORME**	27 DE AGOSTO DE 2025		
DATOS CONTACTO	**TELEFONO CELULAR**	3115953798		**CORREO ELECTRONICO**	fredyboxeo@yahoo.es		

REGISTRO FOTOGRÁFICO



ACCION	Interbencion fisioterapeuta ejercicios de fortalecimiento del core	**FECHA**	**14/08/2025**



ACCION	Visita de acompañamiento y direccion tenica esuela de Eauramena	**FECHA**	**19/08/2025**



ACCION	Escuela de combate diriguida, reforzar patrones técnicos-tácticos	**FECHA**	**11/08/2025**



ACCION	Circuito de ejercicios con peso incremento de la fuerza específica	**FECHA**	**5/08/2025**



ACCION	Contro de peso y seguimiento de plan nutricional	**FECHA**	**29/08/2025**



ACCION	Procedimiento de calentamiento general con ejercicicos de coordinacion	**FECHA**	**25/08/2025**



ACCION	Refinar combinaciones ofensivas, Mejorar la ejecución técnica bajo fatiga o presión.	**FECHA**	**24/07/2025**



ACCION	Sparrin controlado activar la toma de decisiones en combate	**FECHA**	**15/08/2025**

INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACION DE CASANARE

CERTIFICADO DE DEDUCCIONES
FO-A-GFI-02
31/07/2019
Versión 01

Yopal, 27/08/2025

Señores
INDERCAS
La ciudad

REF. Certificado de deducciones

Yo, FREDY LIEVANO BARRIENTOS, identificado con Cédula de Ciudadanía número 17.347.856 de Villavicencio, teniendo en cuenta la reforma Tributaria estructural, ley 1819 del 29 de diciembre de 2016, **CERTIFICO QUE**:

- Mis ingresos percibidos por el INDERCAS en el año 2025, corresponden a la prestación de servicios por honorarios, en el que contraté o vinculé por al menos noventa (90) días continuos o discontinuos, dos (2) o más trabajadores o contratistas asociados a la actividad. **SI ☐ NO X**

Por lo anterior, solicito que sean aplicadas las siguientes deducciones para depurar de mi base de Retención en la Fuente del periodo comprendido entre el 21/07/2025 y el 20/08/2025, de acuerdo a los siguientes factores:

DESCRIPCIÓN	VALOR
Deducción por intereses préstamos adquisición vivienda o costo financiero leasing habitacional pagados en el año 2022 (Hasta 100 UVT mensuales). *Art 387 ET-DR 4713/05*	$ 0,00
Deducción por pagos de medicina prepagada o seguros de salud. (Hasta 16 UVT mensuales). *Art 387 ET*	$ 0,00

Además, Manifiesto libre y voluntariamente que la(s) persona(s) relacionada(s) a continuación depende (n) económicamente de mí, situación que me otorga el derecho a tomar la deducción del 10% sobre mis ingresos brutos, hasta un máximo de 32 UVT mensuales *Art 387 ET*.

IDENTIFICACIÓN	NOMBRES	APELLIDO 1	APELLIDO 2	PARENTESCO	EDAD
1.115.912.742	DAYANA	LIEVANO	AMAYA	HIJA	16
23.467.962	YAMILE	AMAYA	RODRIGUEZ	COMPAÑERA	44

El pago de aportes de la seguridad social correspondiente al periodo de cobro del cual anexo soporte, fue por:

DESCRIPCIÓN	VALOR
1. Aportes obligatorios a Pensión. (Art. 55 Estatuto Tributario)	$ 278.100,00
2. Aportes obligatorios a salud. (Art. 56 Estatuto Tributario)	$ 217.300,00

Adicionalmente solicito se tengan en cuenta los siguientes aportes como rentas exentas, sin exceder el 30% del ingreso laboral y hasta un máximo de 317 UVT mensuales.

DESCRIPCIÓN	VALOR
Aportes voluntarios fondos de pensiones	$ 0,00
Aportes en cuentas AFC	$ 0,00

Finalmente informo que las actividades desarrollas dentro contrato No.097 de fecha 10/04/2025, fueron ejecutadas en el municipio de Yopal del Departamento de Casanare, y me comprometo a comunicar cualquier cambio que puede modificar los beneficios obtenidos.

Cordialmente,

FREDY LIEVANO BARRIENTOS
C.C. 17.347.856 de Villavicencio

CERTIFICADO DECRETO 1070
FO-A-GFI-08
27/04/2020
Versión 02

Yopal, 27 de agosto de 2024

Empresa INDERCAS

Ref.: Certificación Decreto 1070 de 2013, Clasificación de Personas Naturales

CERTIFICACIÓN

Yo **FREDY LIEVANO BARRIENTOS**, identificada con cédula de ciudadanía No.17.347.856 expedida en Villavicencio, para efectos de dar cumplimiento con el artículo 1 del decreto 1070 del 28 de mayo de 2013 y su modificación a través del decreto 3032 de 2013, certifico lo siguiente:

- Mis ingresos en el año gravable inmediatamente anterior provienen de la prestación de servicios de manera personal o del desarrollo de una actividad económica por cuenta y riesgo del empleador o contratante, mediante una vinculación laboral o legal y reglamentaria, en una proporción igual o superior a un ochenta por ciento (80%) del total de los ingresos percibidos por dicho periodo fiscal: SI (X) NO ( )

- Mis ingresos en el año inmediatamente anterior provienen de la prestación de servicios personales mediante el ejercicio de profesiones liberales o de la prestación de servicios técnicos que no requieran la utilización de materiales o insumos especializados, o de maquinaria o equipo especializado, en una proporción igual o superior a un ochenta por ciento (80%) del total de los ingresos percibidos en dicho periodo fiscal:
  SI ( ) NO (X)

- Estoy obligado (a) a presentar declaración de renta por el año gravable inmediatamente anterior:
  SI (X) NO ( )

- Los ingresos totales en el año gravable inmediatamente anterior superaron los mil cuatrocientas (1.400) UVT.
  SI (X) NO ( )

- En el año gravable inmediatamente anterior no desarrolle una de las actividades señaladas en el artículo 340 del Estatuto Tributario o que si la desarrolle no generó más del veinte por ciento (20%) de mis ingresos totales.
  SI ( ) NO (X)

- Durante el año gravable inmediatamente anterior no preste servicios técnicos que requieran de materiales o insumos especializados, o maquinaria o equipo especializado, cuyo costo representa más del veinticinco por ciento (25%) del total de los ingresos percibidos por concepto de tales servicios técnicos.
  SI ( ) NO (X)

Cordialmente

FREDY LIEVANO BARRIENTOS
C.C. 17.347.856 DE Villavicencio

Yopal, 27 de agosto de 2025

INDERCAS

Referencia: Certificación Decreto 060 del 12 de abril de 2023 Municipio de Yopal

Por medio del cual se compila en un solo cuerpo normativo las disposiciones vigentes contenidas en los acuerdos 013-2012, 007 de 2014, 001 de 2015, 001 de 2017, 022 de 2020, 032 de 2020, 022 de 2021 y 020 de 2022 y según lo dispuesto en sus artículos 26, 36, 42 y 52

CERTIFICO QUE:

1. Mi actividad económica desarrollada en el municipio de Yopal según lo estipulado en el Artículo 36 decreto 060-2023 (Art 31del Acuerdo 032 de 2020, modificado por el Artículo 18 y 19 del Acuerdo 022 de 2021 y artículos 11 y 12 del acuerdo 020 de 2022, es: (**317) - Actividades de Servicio no Clasificadas**.

2. SI ( ) NO (X) tengo expuestos avisos y tableros según lo establecido en el artículo 42 del decreto 060-2023 (Artículo 37 del Acuerdo 032 de 2020).

3. Mis ingresos para efecto de la aplicación de la Retención en la fuente a título de Industria y Comercio, Avisos y Tableros y Sobretasa Bomberil en el Municipio de Yopal se encuentran clasificados: **Desde 250 hasta 500 UVT.,** (UVT 2024 -$47.065). según la siguiente tabla artículo 26 del decreto 060-2023:

RANGO DE INGRESOS BRUTOS GRAVABLES EN EL MUNICIPIO EN UVT		**TARIFA EN UVT** (para el año 2024 está en $47.065)	**RANGO DE INGRESOS BRUTOS GRAVABLES EN VALORES**
0	HASTA 50	0	$2.353.250
MÁS DE 50	HASTA 250	1	$2.353.251 - $11.766.250
MÁS DE 250	HASTA 500	2	$11.766.251 - $23.532.500
MÁS DE 500	HASTA 750	3	$23.532.501 – $35.298.750
MÁS DE 750	HASTA 1.000	5	$35.298.751 - $47.065.000
MÁS DE 1.000	HASTA 3.500	Determina el impuesto aplicando la tarifa que corresponda a la actividad realizada.	$47.065.001 – $164.727.500

FREDY LIEVANO BARRIENTOS
No. Identificación:17.347.856
No. móvil:3115953798

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 17347856		LIEVANO BARRIENTOS FREDY	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	CL 17 A 7-64 BR NUEVO HORIZONTE	TAURAMENA-CASANARE	5111111	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2025-07	2025-07	25095211	9488380719	I	2025/08/14	2025/07/09	BANCO DE OCCIDENTE	0	$537,900

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES

EMPLEADO					PENSION		SALUD				CCF				RIESGOS				PARAFISCALES		
No.	Identificación	Nombres	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Días	IBC	Aporte
Sucursal: PRINCIPAL (1 Afiliados)					$1,738,320	$278,200			$1,738,320	$217,300			$0	$0			$1,738,320	$42,400		$0	$0
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)					$1,738,320	$278,200			$1,738,320	$217,300			$0	$0			$1,738,320	$42,400		$0	$0
Ciudad: TAURAMENA Depto: CASANARE (1 Afiliados)					$1,738,320	$278,200			$1,738,320	$217,300			$0	$0			$1,738,320	$42,400		$0	$0
1	CC	17347856 LIEVANO FREDY	25-14	30	$1,738,320	$278,200	EPS037	30	$1,738,320	$217,300		0	$0	$0	14-23	30	$1,738,320	$42,400	0	$0	$0
Total		**Afiliados(1)**			$1,738,320	$278,200			$1,738,320	$217,300			$0	$0			$1,738,320	$42,400		$0	$0

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 17347856		LIEVANO BARRIENTOS FREDY	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	CL 17 A 7-64 BR NUEVO HORIZONTE	TAURAMENA-CASANARE	5111111	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2025-07	2025-07	25095211	9488380719	I	2025/08/14	2025/07/09	BANCO DE OCCIDENTE	0	$537,900

RESUMEN DE PAGO

RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$278,200	$0	$0	$278,200
COLPENSIONES	25-14	900,336,004	7	1	$278,200	$0	$0	$278,200
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$42,400	$0	$0	$42,400
POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	14-23	860,011,153	6	1	$42,400	$0	$0	$42,400
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$217,300	$0	$0	$217,300
NUEVA E.P.S.	EPS037	900,156,264	2	1	$217,300	$0	$0	$217,300
TOTAL				1	$537,900	$0	$0	$537,900

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 17347856		LIEVANO BARRIENTOS FREDY	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	CL 17 A 7-64 BR NUEVO HORIZONTE	TAURAMENA-CASANARE	5111111	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2025-08	2025-08	25104507	9489516454	I	2025/09/11	2025/08/25	BANCO DE OCCIDENTE	0	$537,900

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES

EMPLEADO			PENSION				SALUD				CCF				RIESGOS				PARAFISCALES		
No.	Identificación	Nombres	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Días	IBC	Aporte
Sucursal: PRINCIPAL (1 Afiliados)					$1,738,320	$278,200			$1,738,320	$217,300			$0	$0			$1,738,320	$42,400		$0	$0
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)					$1,738,320	$278,200			$1,738,320	$217,300			$0	$0			$1,738,320	$42,400		$0	$0
Ciudad: TAURAMENA Depto: CASANARE (1 Afiliados)					$1,738,320	$278,200			$1,738,320	$217,300			$0	$0			$1,738,320	$42,400		$0	$0
1	CC	17347856 LIEVANO FREDY	25-14	30	$1,738,320	$278,200	EPS037	30	$1,738,320	$217,300		0	$0	$0	14-23	30	$1,738,320	$42,400	0	$0	$0
Total	**Afiliados(1)**				$1,738,320	$278,200			$1,738,320	$217,300			$0	$0			$1,738,320	$42,400		$0	$0

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 17347856		LIEVANO BARRIENTOS FREDY	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	CL 17 A 7-64 BR NUEVO HORIZONTE	TAURAMENA-CASANARE	5111111	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2025-08	2025-08	25104507	9489516454	I	2025/09/11	2025/08/25	BANCO DE OCCIDENTE	0	$537,900

RESUMEN DE PAGO

RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$278,200	$0	$0	$278,200
COLPENSIONES	25-14	900,336,004	7	1	$278,200	$0	$0	$278,200
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$42,400	$0	$0	$42,400
POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	14-23	860,011,153	6	1	$42,400	$0	$0	$42,400
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$217,300	$0	$0	$217,300
NUEVA E.P.S.	EPS037	900,156,264	2	1	$217,300	$0	$0	$217,300
TOTAL				**1**	**$537,900**	**$0**	**$0**	**$537,900**

Banco Agrario de Colombia
El Banco que hace crecer el campo

Nit : 800.037.800-8

CERTIFICACION

El Banco Agrario de Colombia, certifica que: LIEVANO BARRIENTOS FREDY, identificado(a) con CEDULA DE CIUDADANIA No. 17347856, se encuentra vinculado(a) con nuestra entidad en el producto de: AHO - CUENTAS AHORROS, número 4-866-30-03470-1, con una antigüedad de NUEVE (9) año(s).

Se expide en TAURAMENA, a los diez (10) días del mes de abril de 2025, con destino a: QUIEN INTERESE



INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE

CERTIFICACION
FO-A-GDO-04
04-08-2017
Nit 844.003.345-1
Versión 02

300.04.05- **102**

Yopal, 05 de septiembre de 2025

LA SUSCRITA TECNICO ADMINISTRATIVO – ALMACEN DEL INSTITUTO PARA LA RECREACIÓN, EL DEPORTE, LA EDUCACION EXTRAESCOLAR Y EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE EN EL DEPARTAMENTO DE CASANARE – INDERCAS

C E R T I F I C A:

Que, una vez consultado el sistema SISOFT y archivos oficiales generados por el paquete de programas ofimáticos de esta entidad, se constató qué FREDY LIEVANO BARRIENTOS en calidad de Contratista, identificado(a) con cédula de ciudadanía Nº 17347856 a la fecha se encuentra a paz y salvo con el almacén del instituto, según el contrato número 0097 de CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN de fecha 2025-04-10 cuyo objeto “PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE BOXEO CATEGORÍA 3, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO”.

En constancia se firma a solicitud del solicitante.

MARIA DEL CARMEN GRANADOS N.
Técnico Administrativo – Almacén INDERCAS

ANEXO INFORME FINAL ENTRENADORES DEPARTAMENTALES 2025

NUMERO DE CONTRATO:	**0097**
FECHA DE CONTRATO:	**2025-04-10**
NOMBRE DEL CONTRATISTA:	**FREDY LIEVANO BARRIENTOS**
DEPORTE:	**BOXEO**
OBJETO CONTRACTUAL:	**PRESTAR LOS SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN COMO ENTRENADOR DEPARTAMENTAL DE BOXEO CATEGORÍA 3, EN CUMPLIMIENTO LEY 2210 DE 2022, PARA IMPULSAR PROCESOS DE FORMACIÓN, PREPARACIÓN Y APOYO A DEPORTISTA DE RENDIMIENTO DEPORTIVO**
FECHA DE INICIO:	**2025-04-21**
FECHA DE TERMINACION:	**2025-08-20**
POCENTAJE EJECUTADO:	**100 %**
FECHA DE INFORME:	**2025-08-27**

1. HAGA UN CONSOLIDADO DE CADA ACTIVIDAD PARA LA DURACION TOTAL DEL CONTRATO, DONDE DESCRIBA CUAL FUE EL DESARROLLO DE CADA UNA Y LAS EVIDENCIAS QUE SOPORTAN EL CUMPLIMIENTO DE LAS MISMAS.

ACTIVIDAD 01.
Prestar los servicios como entrenador, para orientar los procesos de formación, preparación y apoyo a deportistas de rendimiento deportivo en el departamento de Casanare de acuerdo con los lineamientos propuestos por la Liga deportiva correspondientes y aprobados por Indercas por intermedio del metodólogo de la disciplina, dejando constancia por escrito del hecho
Desarrollo de la actividad.
Durante el mesociclo correspondiente al periodo comprendido entre el 21 de abril y el 20 de agosto de 2025, he cumplido con las obligaciones inherentes a mi cargo como entrenador departamental de boxeo, categoría 3. En este periodo, coordiné y desarrollé sesiones de entrenamiento de forma progresiva, centradas en: *La enseñanza de la técnica y la táctica del boxeo.* *El aprendizaje gradual de habilidades complejas.* *La adaptación de los contenidos a las necesidades individuales de los atletas.* *La aplicación de un enfoque científico, pedagógico y sistemático.* *El objetivo general fue alcanzar el perfeccionamiento técnico y la mejora de la condición física (fuerza, resistencia, velocidad), con miras a lograr un rendimiento óptimo y fomentar la proyección hacia altos logros deportivos mediante la correcta aplicación de habilidades y estrategias en combates competitivos.*

Contenidos cumplidos

1. Enseñanza
Objetivo: Introducir los fundamentos del boxeo a los deportistas más jóvenes.
Enfoque: Desarrollo de las capacidades físicas coordinativas y enseñanza de los gestos técnicos básicos (guardia, golpes fundamentales).
Metodología: Aplicación de métodos adaptados a las categorías formativas, iniciando el proceso desde las escuelas deportivas.

2. Aprendizaje
Objetivo: Ampliar y consolidar los conocimientos y habilidades adquiridas en la etapa de enseñanza.
Enfoque: Desarrollo equilibrado e integrado de habilidades técnicas, táctica de combate y capacidades físicas (resistencia aeróbica, velocidad).
Metodología: Proceso continuo y progresivo de integración de conocimientos para la mejora constante del rendimiento deportivo.

3. Perfeccionamiento deportivo
Objetivo: Elevar el nivel técnico, táctico y físico del deportista para alcanzar un rendimiento óptimo.
Enfoque: Profundización en la ejecución técnica, preparación táctica para el combate y desarrollo de la fuerza, velocidad y resistencia.
Metodología: Implementación de métodos específicos de entrenamiento para mejorar aptitudes musculares, velocidad, flexibilidad y capacidad cardiorrespiratoria. El trabajo fue integral, reconociendo la interacción entre las distintas capacidades físicas.

4. Altos logros deportivos
Objetivo: Alcanzar el máximo rendimiento competitivo a nivel amateur/élite.
Enfoque: Máxima eficacia en la aplicación de las habilidades técnicas, tácticas y físicas durante la competencia.
Metodología: El enfoque se centró en la combatividad, la estrategia y la resistencia durante el combate.

Evidencias de la actividad.



ACTIVIDAD 02.

Presentar el cronograma, horarios y lugares de trabajo por categoría y rama.

Desarrollo de la actividad.

Expuse y entregué en el tiempo estipulado al metodólogo asignado el cronograma de actividades correspondiente al macrociclo del 2025-04-21 al 2025-08-20, cumpliendo con el formato establecido por el instituto.

En dicho cronograma se describen de manera detallada los horarios y lugares de trabajo organizados por categorías y ramas, así como las tareas generales, tiempos, ubicaciones y responsables asignados para cada sesión de entrenamiento, en busca de optimizar el tiempo y los recursos disponibles, asegurando un mejor aprovechamiento de cada jornada de trabajo.

Asimismo, el cronograma fue enviado oportunamente al grupo de WhatsApp institucional, garantizando que los deportistas inscritos, entrenadores y el metodólogo cuenten con la información necesaria para el desarrollo eficiente de las actividades planificadas
Este proceso forma parte del compromiso con una gestión técnica organizada y en cumplimiento de los lineamientos establecidos por el Instituto.

Evidencias de la actividad.



SISTEMA DE GESTIÓN MECI - CALIDAD

GESTIÓN DE COMPRAS Y CONTRATACIÓN

HORARIO DE CLASE

HORA	CATEGORIA	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
3:00 - 4:00 PM	INFANTIL							
4:00 - 5:00 PM	SUB 17							
5:00 - 6:00 PM	SUB 19							
5:00 - 8:00 AM	ELITE							

HORARIOS VISITAS A CLUBES Y/O ESCUELAS DE FORMACION

HORA	LUGAR	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
3 A 5 PM	YOPAL			Apoyo tecnico				
4 A 5 PM	TAURAMENA			Apoyo tecnico				
3 A 5 PM	VILLANUEVA			Apoyo tecnico				

ACTIVIDAD 03.

Presentar y sustentar el Plan metodológico de entrenamiento, por equipo, categoría y deportistas según corresponda, relacionado con el tiempo de contratación ante el metodólogo asignado y/o equipo técnico metodológico.

Desarrollo de la actividad.

El plan de entrenamiento presentado responde a una planificación estructurada bajo los principios de la teoría del entrenamiento deportivo, adaptado al ciclo competitivo 2025 del macrociclo N°1, con enfoque hacia el rendimiento óptimo en los Juegos Nacionales.

Se siguiendo las recomendaciones del equipo técnico y profesionales del centro especializado del deporte, se ha diseñado un macrociclo de 4 mesociclos dividido en tres fases principales:

Preparación General

Preparación Específica
Competencia y Transición

Teniendo en cuenta:
Características individuales de los deportistas
Evaluaciones iniciales funcionales y técnicas
Calendario competitivo nacional

Objetivos Alcanzar en el macro

Objetivo General:
Alcanzar el pico de rendimiento de los deportistas en los campeonatos Nacionales 2025, asegurando una óptima preparación física, técnica, táctica y psicológica.

Objetivos Específicos:
Mejorar los niveles de condición física específica (resistencia, fuerza, velocidad, flexibilidad y coordinación).
Perfeccionar las habilidades técnicas y tácticas según la disciplina.
Elevar la capacidad de respuesta psicológica y emocional en entornos de competencia.
Consolidar modelos tácticos colectivos e individuales.
Optimizar la recuperación y prevención de lesiones.

Los Métodos de Entrenamiento Aplicados

Métodos Generales:
Continuo variable
Intervalado extensivo e intensivo
Circuitos de fuerza con sobrecarga progresiva
Entrenamiento funcional y preventivo

Métodos Específicos:
Repetición técnica bajo fatiga controlada
Simulación de situaciones reales de competencia
Juegos dirigidos con énfasis en táctica aplicada
Visualización y entrenamiento mental

Resultados alcanzados:
Incremento del rendimiento entre un 8% y 15% en indicadores clave.
Consolidación de la forma deportiva 4 semanas antes de la competencia principal.
Reducción del riesgo de lesión en un 20% respecto al ciclo anterior.
Justificación de la Periodización
Se utiliza una periodización tradicional con modelo ATR (Acumulación, Transformación, Realización), distribuida así:

Acumulación (enero-marzo): Desarrollo de capacidades básicas y corrección técnica.
Transformación (abril-agosto): Intensificación de cargas, énfasis en lo específico.
Realización (septiembre-noviembre): Reducción progresiva de volumen, mantenimiento de intensidad, enfoque competitivo.

Carga de trabajo:
Carga moderada-alta durante la fase de acumulación

Alta carga específica en transformación
Descarga controlada en realización
Microciclos de choque y compensatorios alternados según respuesta del deportista.

Sustentación de Ajustes Realizados al Macrociclo

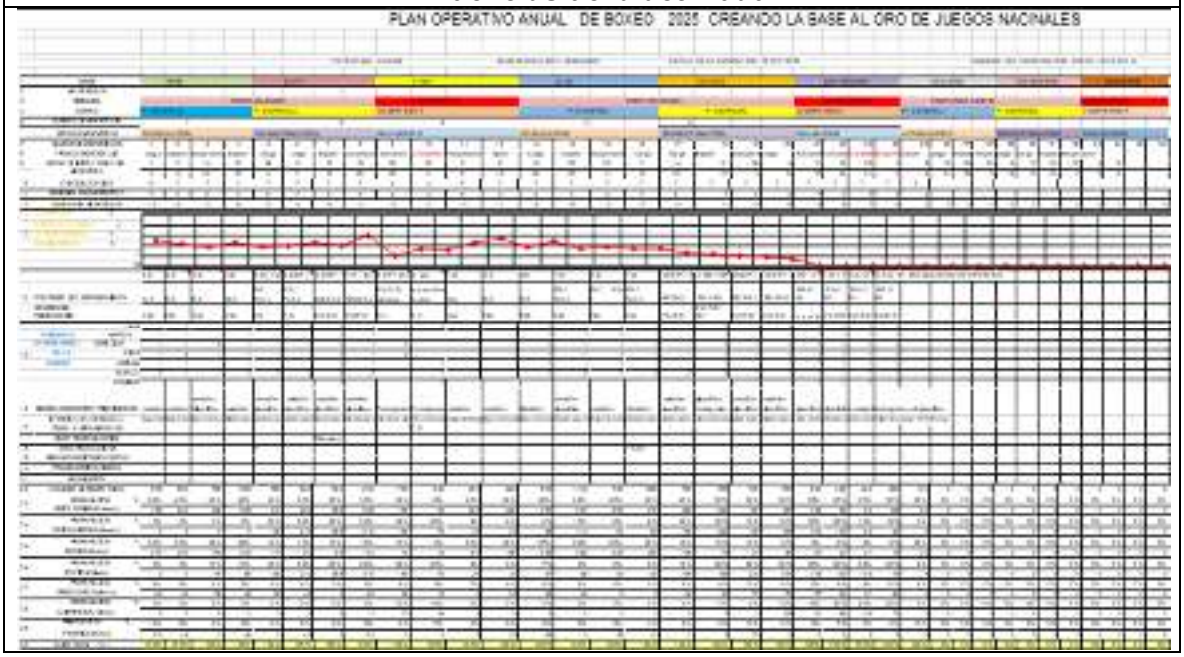
Con base en:
Seguimiento de cargas internas y externas
Revisión de indicadores de fatiga

Opiniones del equipo multidisciplinario
Se realizaron los siguientes ajustes:
Modulación del volumen en microciclos de acumulación para evitar sobreentrenamiento
Inclusión de sesiones específicas de recuperación activa y psicología deportiva
Aumento del trabajo técnico-táctico durante la fase de transformación
Inclusión de un microciclo de simulación competitiva 6 semanas antes del evento

Consideración de Sugerencias del Equipo Técnico y Profesionales del Deporte

Atendiendo las recomendaciones del centro especializado del deporte y del equipo metodológico:
Se reforzó el componente de prevención de lesiones (trabajo de core, propiocepción y movilidad).
Se ajustó el plan nutricional a las cargas específicas de cada fase.
Se incorporó un plan de control del sueño y bienestar emocional.
Se revisaron las cargas psicológicas derivadas de la presión competitiva.

Evidencias de la actividad.



INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
Nit 844003451-1

ACTA
FO-A-GDO-08
04-08-2017
Versión 02

ACTA No. 5

TIPO: Sustentación presencial		**TEMA**: Sustentación plan metodológico del entrenador (a) FREDY LIEVANO BARRIENTOS, de la LIGA DE BOXEO.				
FECHA:	25 de abril de 2025		**HORA**:	5:00 PM	a	6:00 PM
	Día Mes Año			Inicial		Final

LUGAR:	SALA DE JUNTAS DE LA ENTIDAD
OBJETIVO:	Socialización del plan metodológico escrito y grafico en relación con el contrato de prestación de servicios No. 0097 - 2025 suscrito por el entrenador (a) FREDY LIEVANO BARRIENTOS.

ASISTENTES

Nombre Completo	Entidad/Dependencia/Cargo	Correo / Tel.	Firma
FREDY LIEVANO BARRIENTOS	ENTRENADOR (A) LIGA DE BOXEO	fredyboxeo@yahoo.es	
JONATHAN GARCIA DAZA	Profesional Universitario - Metodológo	Jmetodologia@indercas-casanare.gov.co 3045998223	

AGENDA / ACTIVIDADES

1	Presentación
2	Revisión del Plan de Entrenamiento Escrito
3	Socialización y fortalecimiento de conceptos y temáticas del plan escrito.
4	Revisión del Plan de Entrenamiento gráfico
5	Socialización y fortalecimiento de conceptos y temáticas del plan gráfico.
6	Descripción de Test físicos, técnicos, tácticos, psicológicos y demás herramientas de valoración.
7	Solución de inquietudes
8	Temas varios

DESARROLLO DE LA REUNIÓN:

ACTIVIDAD 04.

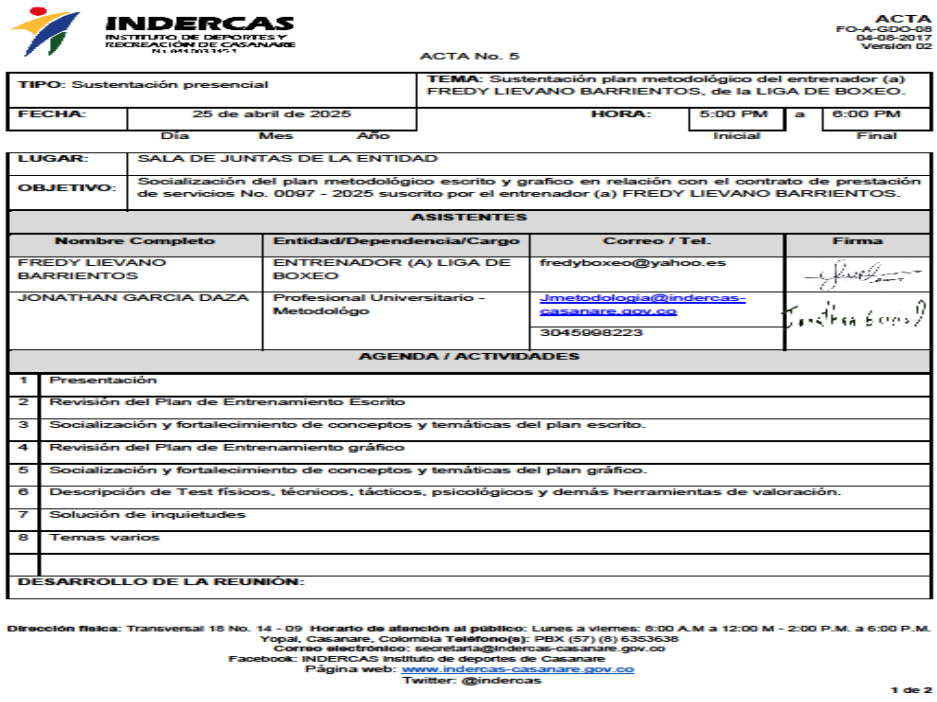
Realizar los Ajustes al Plan metodológico de trabajo y cronograma, en caso de que el metodólogo asignado lo solicite.

Desarrollo de la actividad.

El profesional encargado de la metodología analizó detalladamente el plan actual y, tras su evaluación, determinó que no eran necesarias modificaciones en la planificación ni en el calendario de actividades para el macrociclo comprendido entre el 2025-04-21 al 2025-08-20. Se mantiene una comunicación clara y constante con todos los miembros del equipo interdisciplinario, asegurando que tanto el plan metodológico como el cronograma estén actualizados y sean efectivos para el logro de los objetivos establecidos.

Por mi parte, cumplí con la responsabilidad de llevar a cabo la planificación del entrenamiento, elaborando y presentando tanto los microciclos como el mesociclo correspondiente. En esta planificación se coordinaron todos los recursos disponibles, desde los conocimientos técnicos, físicos y tácticos, hasta las infraestructuras y materiales existentes.

Evidencias de la actividad.



INDERCAS
INSTITUTO DE DEPORTES Y RECREACIÓN DE CASANARE
NIT 844001451-1

ACTA
FO-A-GDO-08
04-05-2017
Versión 02

ACTA No. 5

TIPO: Sustentación presencial			**TEMA**: Sustentación plan metodológico del entrenador (a) FREDY LIEVANO BARRIENTOS, de la LIGA DE BOXEO.			
FECHA:	25 de abril de 2025		**HORA**:	5:00 PM	a	6:00 PM
	Día Mes Año			Inicial		Final

LUGAR:	SALA DE JUNTAS DE LA ENTIDAD
OBJETIVO:	Socialización del plan metodológico escrito y grafico en relación con el contrato de prestación de servicios No. 0097 – 2025 suscrito por el entrenador (a) FREDY LIEVANO BARRIENTOS.

ASISTENTES

Nombre Completo	Entidad/Dependencia/Cargo	Correo / Tel.	Firma
FREDY LIEVANO BARRIENTOS	ENTRENADOR (A) LIGA DE BOXEO	fredyboxeo@yahoo.es	
JONATHAN GARCIA DAZA	Profesional Universitario - Metodológo	Jmetodologia@indercas-casanare.gov.co 3045998223	

AGENDA / ACTIVIDADES

1	Presentación
2	Revisión del Plan de Entrenamiento Escrito
3	Socialización y fortalecimiento de conceptos y temáticas del plan escrito.
4	Revisión del Plan de Entrenamiento gráfico
5	Socialización y fortalecimiento de conceptos y temáticas del plan gráfico.
6	Descripción de Test físicos, técnicos, tácticos, psicológicos y demás herramientas de valoración.
7	Solución de inquietudes
8	Temas varios

DESARROLLO DE LA REUNIÓN:

Dirección física: Transversal 18 No. 14 - 09 **Horario de atención al público**: Lunes a viernes: 8:00 A.M a 12:00 M - 2:00 P.M. a 6:00 P.M.
Yopal, Casanare, Colombia **Teléfono(s)**: PBX (57) (8) 6353638
Correo electrónico: secretaria@indercas-casanare.gov.co
Facebook: INDERCAS Instituto de deportes de Casanare
Página web: www.indercas-casanare.gov.co
Twitter: @indercas

1 de 2

ACTIVIDAD 5.

Presentar los resultados técnicos mensuales de acuerdo con lo programado en el Plan metodológico de trabajo.

Desarrollo de la actividad.

Durante la ejecución del contrato 0097 de 2025 se desarrolló el macrociclo N° 1 ATR, en el periodo comprendido entre el 2025-04-21 al 2025-08-20, se cumplió con los de entrenamiento basado en los lineamientos establecidos por el Manual Metodológico de Boxeo adecuado al contexto del boxeo amateur departamental. Este proceso tuvo como objetivo la formación integral de los boxeadores preseleccionados del departamento de Casanare, incluyendo tanto el desarrollo técnico-táctico, como físico, emocional y psicológico.

En cada uno de los informes se presentó el seguimiento sistemático del avance de los atletas en los diferentes microciclos de entrenamiento, comparando logros y evolución respecto al progreso.

Avances Técnicos y Tácticos
Técnica de Golpes y Defensa
Mejora significativa en la ejecución de golpes básicos: recto, cruzado y gancho.
Progreso en las técnicas defensivas: esquivas, bloqueos, desvíos y paradas con extremidades superiores.
Mejora en el dominio de desplazamientos, fintas y control del espacio en el ring.

Táctica de Combate el 80% de los atletas demostró capacidad para aplicar estrategias de combate adaptativas.
Incremento en la toma de decisiones efectivas durante sesiones de sparring.
Ejecución eficiente de contraataques (riposta) y acciones defensivas planificadas.

Desarrollo Físico
Acondicionamiento General y Específico
Aumento del nivel de resistencia cardiovascular y anaeróbica.
Desarrollo de fuerza de piernas (escaleras, desplazamientos).
Mejora de la potencia de golpeo y la velocidad de reacción.

Preparación Mental y Emocional
Se creó un entorno de confianza para gestionar la ansiedad y mantener la energía durante el combate.
Se reforzó la capacidad de los boxeadores para adaptarse a situaciones adversas en el ring.
La preparación psicológica se centró en el control emocional, motivación y visualización del éxito.

Nutrición y Descanso
Se trabajó en la formación de hábitos adecuados de alimentación, orientados a la optimización del rendimiento físico.
Se promovió el respeto a los horarios de descanso como parte esencial del rendimiento deportivo.
Prevención de Lesiones y Recuperación
Supervisión del descanso y planificación adecuada de la recuperación.

Ambientes y Valores
Se mantuvo un clima de camaradería, respeto y disciplina durante las sesiones.
Se fomentó el amor por la práctica deportiva y la integración grupal.

Durante el macro analizado, se evidenció un progreso notable en el desarrollo integral de los boxeadores. Se cumplió con los objetivos establecidos en el plan metodológico, tanto en el aspecto técnico como en el físico y psicológico. La implementación de estrategias específicas permitió que los atletas mostraran mayor nivel competitivo y preparación para enfrentar eventos futuros.

Evidencias de la actividad.



Página 1

FECHA	Nombres y apellidos del deportista	Documento de identidad del deportista	Sexo del atleta	Fecha de nacimiento del deportista	Edad del deportista	Resultado (abdominales 30seg)	Resultado de salto de longitud (cm)
18/06/2025	DAYANA ESTEFANIA LIEVANO	1115912742	FEMENINO	2/06/2008	17	26	189
18/06/2025	JIBELITH XIOMARA FLOREZ	1089805261	FEMENINO	9/08/2006	19	26	196
18/06/2025	LAURA SOFIA BALLARES SOTO	1053740170	FEMENINO	26/08/2009	15	20	175
18/06/2025	YENIFER TATIANA LANCHEROS	1115914633	FEMENINO	9/07/2011	13	27	198
18/06/2025	TOMAS SANTIAGO CUESTA	1029664321	MASCULINO	3/07/2009	15	27	156
18/06/2025	OSCAR STIVEN BALLARES S	1033714800	MASCULINO	12/08/2007	17	29	208
18/06/2025	ERICK JULIAN FUENTES PLAZAS	1029651005	MASCULINO	23/01/2009	16	32	206
18/06/2025	LUIS CARLOS CARDENAS RIASCO	1111759796	MASCULINO	12/06/2009	14	29	170
18/06/2025	EMILY ALEJANDRA FIGUEREDO	1029668830	FEMENINO	13/06/2011	22	18	156
18/06/2025	KAREN VANESSA MENDOZA	1006564758	FEMENINO	21/11/2002	30	22	152
18/06/2025	HERNANDO TIRADUDA TIRADUDA	1118561638	MASCULINO	20/08/1995	27	27	176
18/06/2025	CARLOS ALONSO DUARTE PEREZ	1116662740	MASCULINO	3/07/2005	19	29	198
18/06/2025	NICOLAS STIVEEN MONTOYA DURAN	1029648002	MASCULINO	4/11/2007	17	34	175
18/06/2025	JUAN ESTEBAN RINCON GROSSO	1029663672	MASCULINO	9/11/2007	17	27	166
18/06/2025	SHARITH NATHALIA GARCIA HERRERA	1090741512	FEMENINO	12/01/2008	17	20	157
18/06/2025	BAXTER FRANCK APONTE	1129244471	MASCULINO	11/07/2008	16	21	187
18/06/2025	OSCAR ANDRES TORRES VALBUENA	1006534077	MASCULINO	4/05/2003	22	29	194
18/06/2025	YEFERSON ESTEBAN PORRAS	1110088043	MASCULINO	4/10/2009	15	26	165
18/06/2025	ELIEZER LUCIANO DOMINGUEZ	6563508	MASCULINO	1/05/2007	18	32	201
18/06/2025	JUAN DIEGO RUEDA OYOLA	1110579127	MASCULINO	20/10/1997	27	30	186
18/06/2025	YAMID FERNANDO TOTUEO	1115916731	MASCULINO	16/12/1994	30	21	167
18/06/2025	YEISON STIVEN ORTIZ RODRIGUEZ	1029641828	MASCULINO	13/06/2005	20	20	179
18/06/2025	ANGELA GISSEL DAZA CHAPARRO	1029653939	FEMENINO	27/03/2010	16	19	162

ENTRENADO : FREDY LIEVANO R FIRMA DEL ENTRENADOR

ACTIVIDAD 6.

Presentar al metodólogo asignado por Indercas los pronósticos de participación a eventos departamentales, nacionales e internacionales de cada uno de las selecciones o deportistas, como mínimo diez días antes de cada evento, para su respectivo análisis y aprobación..

Desarrollo de la actividad.

Del 21 de abril al 20 de mayo de 2025, no se registró participación de los boxeadores en competencias oficiales, campeonatos federados ni en eventos contemplados en el calendario de la Liga. Asimismo, no se proyectó participación alguna.

La falta de presentación de pronósticos de participación se justifica por la dificultad para obtener apoyo por parte del INDERCAS, lo cual limitó la asistencia a los eventos priorizados en el plan de acción. Esta situación alteró significativamente los planes iniciales, por lo que no se emite pronóstico de participación para este periodo.

Para el periodo del 21 de mayo al 20 de junio de 2025, se presenta el pronóstico de participación de la categoría élite en el Campeonato Nacional, el cual se llevará a cabo en el municipio de Becerril (Cesar), del 20 al 28 de junio de 2025.
Se proyecta la participación de siete (7) deportistas inscritos en el registro oficial de la Liga. Este pronóstico se presenta con diez días de antelación con el fin de facilitar su análisis y aprobación por parte del metodólogo.
Se evaluó previamente la viabilidad de participación de cada deportista, y se realizaron los ajustes necesarios para garantizar una participación adecuada y representativa.

Del 21 de junio al 20 de julio de 2025, no se contemplan eventos deportivos en los que los deportistas de la Liga de Boxeo de Casanare tengan prevista participación, ya sea a nivel departamental, nacional o internacional.
Hasta la fecha de corte, no se ha recibido comunicación oficial sobre la realización de eventos, ni se ha indicado la organización de competencias dentro del departamento.
Por lo tanto, no se presenta pronóstico de participación para este periodo.

Del 21 de julio al 20 de agosto de 2025. En este periodo no se registró participación de los boxeadores en competencias oficiales, campeonatos federados, ni en eventos contemplados en el calendario de la Liga o de la Federación. Tampoco se proyectó participación en actividades competitivas a corto plazo.
Esta situación responde a diversos factores relacionados con la planificación interna y la evaluación técnica de los procesos deportivos.

Dado que no se contemplaron compromisos competitivos, no se emite pronóstico de participación para este periodo. Sin embargo, se mantiene abierta la posibilidad de reactivación del calendario de actividades a partir del siguiente ciclo, sujeto a evaluación técnica y disponibilidad logística.

Evidencias de la actividad.



INDERCAS

MODELO METODOLOGICO PARA EL ANALISIS DE COMPETENCIAS

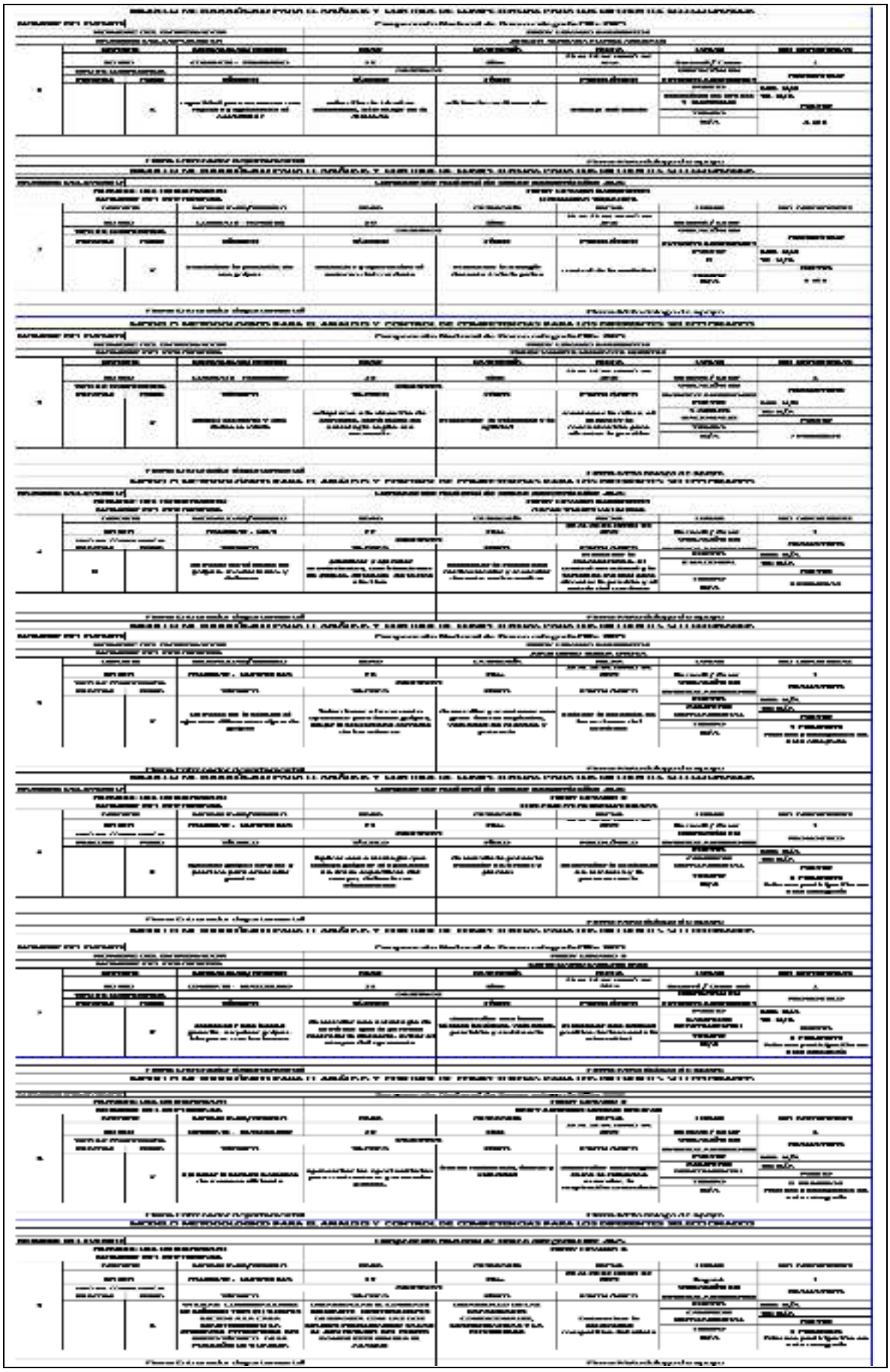
NOMBRE DEL ENTRENADOR	FREDY GIOVANNI R.		LIGA CASANARE
DEPORTE	BOXEO	FECHA EVENTO	19 AL 25 DE SEPTIEMBRE DE 2025
NOMBRE EVENTO	CAMPEONATO NACIONAL DE BOXEO CATEGORIA SUB 19		
TIPO DE COMPETENCIA	FEDERADA	CIUDAD	MONTERIA CORDOBA

DEPORTISTAS CONVOCADOS

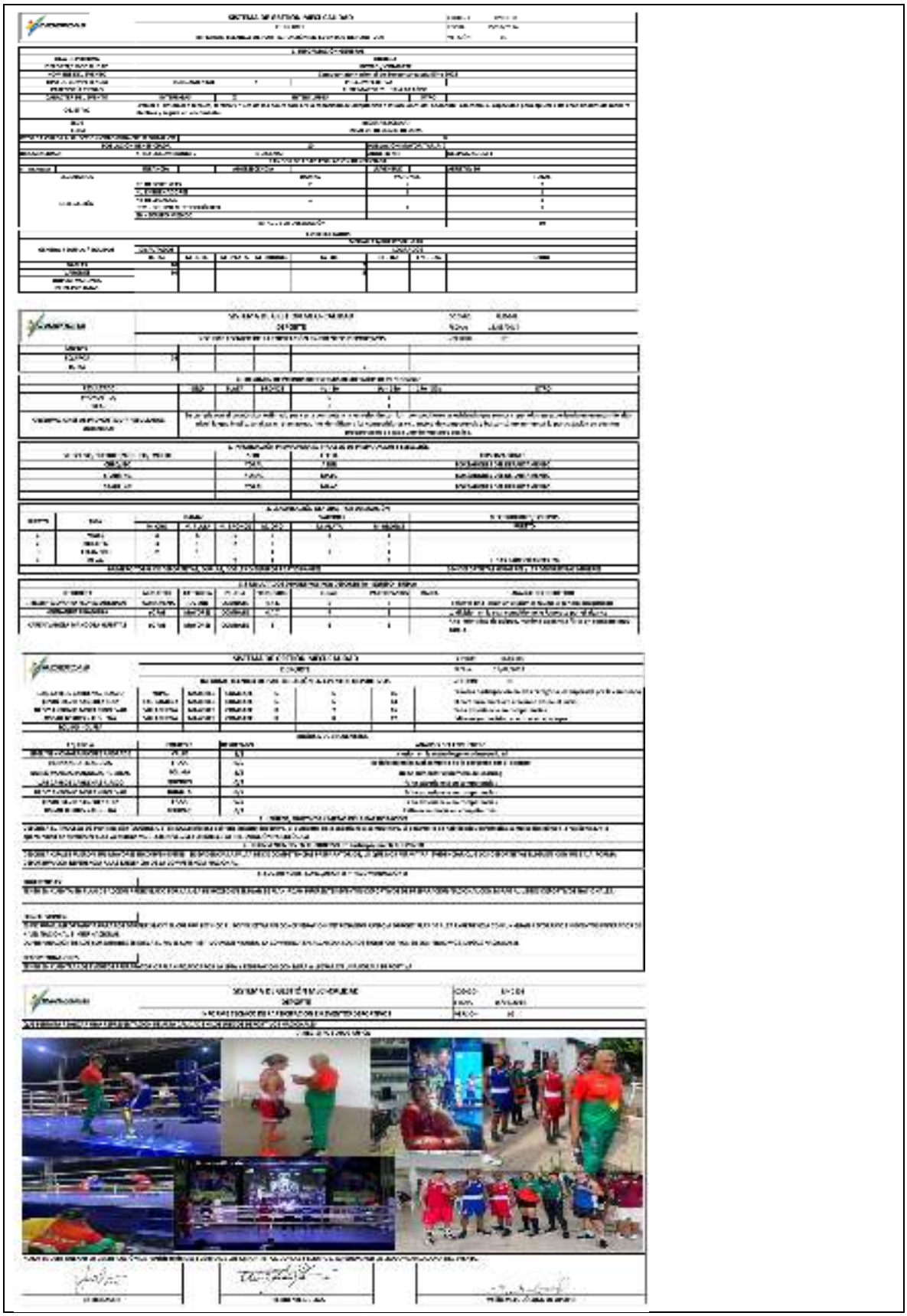
N°	NOMBRE	APELLIDO	EDAD	MODALIDAD	CATEGORIA	UBICACIÓN ANTERIOR	PRONOSTICO
1	DAYANA ESTEFANIA	LIZARAZO AMAYA	17	OLIMPICO	SUB 19 63.5KG	MEDALLA DE PLATA CONTINENTAL	4 PRIMEROS
2	ELIEZER LUCIANO	DOMINGUEZ GARCIA	17	OLIMPICO	SUB 19 60KG	PRIMERA VEZ QUE ASISTE	8 PRIMEROS
3	NICOLAS STIVEEN	MONTOYA DURAN	17	OLIMPICO	SUB 19 48KG	PRIMERA VEZ QUE ASISTE	8 PRIMEROS
4	SHARITH NATHALIA	GARCIA HERRERA	17	OLIMPICO	SUB 19 44KG	PRIMERA VEZ QUE ASISTE	8 PRIMEROS
5	ERICK JOSE	MESINA URBINA	17	OLIMPICO	SUB 19- 65KG	PRIMERA VEZ QUE ASISTE	8 PRIMEROS
6	JUAN ESTEBAN	RINCON CACIQUE	17	OLIMPICO	SUB 19 51KG	PRIMERA VEZ QUE ASISTE	8 PRIMEROS
7	BAXTER FRANCHI	APONTE CASTAÑEDA	17	OLIMPICO	SUB 19 57KG	PRIMERA VEZ QUE ASISTE	8 PRIMEROS

PRESIDENTE LIGA | ENTRENADOR | METODOLOGO INDERCAS

NOTA: el entrenador fue designado para dirigir esta selección el día 31 de marzo de 2025.



ACTIVIDAD 7.
En caso de participación en eventos deportivos departamentales, nacionales e internacionales, deberá enviar información de los resultados obtenidos al jefe o responsable de prensa de Indercas y presentar el informe técnico de participación de cada uno de las selecciones o deportistas en un plazo máximo de tres días siguientes a la terminación de la competencia al metodólogo asignado por Indercas y consolidarlo en el informe mensual.
Desarrollo de la actividad.
Mesociclo: 21 de abril al 20 de mayo de 2025 Durante este periodo, no se participó en campeonatos federados ni competencias oficiales, por lo tanto, no se remitió información de participación al metodólogo ni se generaron informes para el equipo de prensa relacionados con eventos competitivos. Sin embargo, se coordinó con los deportistas y el equipo de prensa la elaboración de una nota comunicacional con enfoque en la cotidianidad de los atletas, con el objetivo de visibilizar el trabajo diario y los aspectos menos conocidos del proceso de entrenamiento. Mesociclo: 21 de mayo al 20 de junio de 2025 En este mesociclo, no se proyectó ni se realizó participación en competencias, ya sea de carácter federado o dentro del calendario oficial de la Liga. Por tanto, no se presenta informe de participación deportiva para este periodo. Mesociclo: 21 de junio al 20 de julio de 2025 Durante este lapso se llevó a cabo la participación en el Campeonato Nacional de Boxeo, celebrado en el municipio de Becerril, del 20 al 28 de junio de 2025. Se elaboró y presentó al Instituto el correspondiente informe técnico de participación, utilizando el formato institucional exigido. Este informe incluye: Registro detallado de la participación y resultados obtenidos. Análisis técnico del rendimiento. Evaluación de procesos, dificultades y logros alcanzados. Recomendaciones estratégicas para optimizar la participación en futuras competencias. Justificación del uso eficiente de recursos y cumplimiento de objetivos propuestos. Mesociclo: 21 de julio al 20 de agosto de 2025 Durante este periodo no se participó en eventos competitivos, ya que estuvo enfocado principalmente en: Procesos de preparación física. Recuperación post-competencia. Ajustes estratégicos individuales. Fortalecimiento técnico y entrenamientos personalizados. Actualización de fichas técnicas y revisión de rendimiento.
Evidencias de la actividad.



ACTIVIDAD 8.
Desarrollar un proceso técnico, táctico y de planificación deportiva durante mínimo seis (6) horas al día de lunes a viernes y los días festivos cuando se requiera, para atender (En caso de deportes de conjunto 40 personas, deportes individuales 25 personas y deporte adaptado 15 personas) entre niños, niñas y adolescentes por mes de ejecución del contrato en la disciplina asignada.
Desarrollo de la actividad.
Durante el periodo comprendido entre el 21 de abril y el 20 de mayo de 2025, se ejecutó de manera sistemática y escalonada el proceso de formación de los boxeadores, con el objetivo de consolidar la adquisición y dominio de habilidades técnicas y competitivas, avanzando progresivamente hacia la implementación de estrategias de combate efectivas. La planificación deportiva se estructuró en una secuencia de entrenamientos orientados a cumplir metas específicas en el desarrollo físico, respetando los tiempos establecidos en el plan general. Entre el 21 de mayo y el 20 de junio de 2025, se desarrollaron de forma continua las 27 sesiones de entrenamiento previstas en el plan, enfocándose en la perfección técnica del golpeo: precisión, potencia y velocidad de los golpes básicos y técnicas defensivas. Este proceso contempló la aplicación de ejercicios específicos, tales como: Trabajo en pareja Sombra Ejercicios con saco, pera y manoplas Sparring progresivo Asimismo, se planificaron adecuadamente los tiempos de descanso y recuperación, adaptando el entrenamiento a las capacidades individuales de los deportistas. Se diseñaron y ejecutaron programas de entrenamiento específicos para las categorías Sub-15, Sub-17, Sub-19 y Élite, brindando un acompañamiento integral en las áreas física, técnica, táctica, psicológica y nutricional. Cada plan fue ajustado a las necesidades, exigencias y proyección competitiva de los atletas, incorporando ejercicios de: Fuerza Resistencia Velocidad Técnica de boxeo Se garantizó una progresión adecuada en la carga e intensidad de los entrenamientos, lo que permitió prevenir lesiones y favorecer la evolución individual y grupal de los boxeadores. Durante el mesociclo comprendido entre el 21 de junio y el 20 de julio de 2025, se lideraron los procesos de formación, preparación y acompañamiento de los deportistas pertenecientes a la Selección Casanare, promoviendo una actitud positiva y asegurando que el programa cumpliera con los lineamientos establecidos por la Liga de Boxeo de Casanare.

Finalmente, durante el periodo del 21 de junio al 20 de agosto de 2025, se dio cumplimiento a todas las actividades programadas en el plan de entrenamiento, con énfasis en el desarrollo físico, técnico-táctico y competitivo de los atletas bajo mi responsabilidad.
Se consideraron factores como la edad deportiva y el nivel de preparación alcanzado, lo que permitió evidenciar avances importantes en las siguientes áreas:

Área Física
Se trabajaron capacidades como la fuerza, la resistencia y la capacidad de reacción, mediante ejercicios específicos.
Se utilizó la pera de boxeo para fortalecer la musculatura de brazos, mejorar el ritmo y afinar la coordinación motriz.

Área Técnica y Táctica
Se profundizó en técnicas defensivas como bloqueos, desvíos y paradas con extremidades superiores.
Se desarrollaron estrategias para mejorar la lectura del combate y la adaptación táctica a las debilidades del oponente.

Área Mental y Estratégica
Se promovió un ambiente de trabajo positivo y de confianza, que facilitó una participación activa y enérgica durante los sparrings.

Evidencias de la actividad.


SISTEMA DE GESTION MECI - CALIDAD
GESTION DE COMPRAS Y CONTRATACION
PLANILLA DE ASISTENCIA INSCRITOS



ACTIVIDAD 9.
Realizar visitas como estrategia de articulación con los diferentes municipios para detectar e involucrar los deportistas de rendimiento que puedan existir en cada uno a los procesos deportivos..
Desarrollo de la actividad.
Durante el período comprendido entre el 21 de abril y el 20 de agosto de 2025, se realizaron diversas acciones estratégicas orientadas al fortalecimiento técnico-táctico, físico y pedagógico de los deportistas pertenecientes a las escuelas de formación en boxeo en diferentes municipios del departamento. Estas acciones buscan fomentar el desarrollo del talento deportivo regional, articulando esfuerzos entre entrenadores locales, instituciones educativas, entidades gubernamentales y programas de alto rendimiento. Objetivos Generales alcanzados: Fortalecer los procesos técnicos y tácticos de los equipos municipales de boxeo. Orientar el desarrollo de capacidades físicas y coordinativas de los deportistas. Identificar y vincular jóvenes talentos a programas de alto rendimiento. Establecer un sistema de comunicación y colaboración entre entidades deportivas, educativas y gubernamentales. Diagnosticar las fortalezas deportivas de cada municipio. Socializar mecanismos de detección e identificación de talentos con los entrenadores municipales. Supervisar y garantizar la calidad metodológica de los procesos de formación. Actividades Realizadas Se logró del (21 de abril al 20 de mayo de 2025), la Coordinación con Entrenadores locales Se coordinó con los entrenadores de los municipios que cuentan con equipos de boxeo activos para programar visitas y entrenamientos conjuntos. Estas sesiones tuvieron como fin: Mejorar la técnica y táctica individual y grupal. Promover el desarrollo físico y psicológico. Iniciar procesos de identificación de talentos. Durante este periodo, se concluyó la necesidad de: Implementar un sistema de comunicación efectivo entre las entidades involucradas. Realizar un diagnóstico de las capacidades deportivas de cada municipio. Socializar con los entrenadores los métodos y herramientas para la identificación de talentos. Iniciar programas de formación y desarrollo que promuevan el máximo rendimiento. Visita a la Escuela Deportiva de Boxeo de Tauramena (28 de mayo de 2025) Se llevó a cabo una visita técnica a la escuela deportiva de boxeo del municipio de Tauramena como parte del proceso de articulación con equipos municipales y del proceso de selección de talentos. Durante la jornada se: Evaluó el nivel técnico de los deportistas. Estableció contacto directo con entrenadores y atletas. Fortaleció la relación institucional y el intercambio de conocimientos entre entrenadores. Visitas Técnicas a Municipios (21 de junio al 20 de julio de 2025)

Se realizaron visitas planificadas a los municipios de Villanueva (2 visitas) y Tauramena (1 visita), considerados estratégicos por su alto potencial deportivo y el interés activo de sus comunidades.
Estas visitas permitieron:
La observación directa de los entrenamientos.
La identificación de atletas con proyección para ser integrados a programas de rendimiento.
La orientación metodológica a entrenadores sobre planificación y evaluación del entrenamiento.

(21 de junio al 20 de agosto de 2025)
Durante el mesociclo de transformación N°5(21 de junio al 20 de agosto de 2025), se realizaron dos visitas a las escuelas deportivas de:

Yopal (Semilleros del INDERCAS), Tauramena (Escuela de Boxeo)

Objetivo principal:

Supervisar y orientar los procesos de formación, asegurando el cumplimiento de los objetivos metodológicos y pedagógicos establecidos en los programas deportivos departamentales.
Se evaluaron aspectos:
Físicos: capacidades condicionales y coordinación motriz.
Técnicos: ejecución de fundamentos básicos y tácticos.
Pedagógicos: metodología del entrenamiento y didáctica aplicada por los entrenadores.

Evidencias de la actividad.









ACTIVIDAD 10.

Desarrollar procesos deportivos mediante competencias mínimo una vez al mes, para fortalecer la enseñanza, aprendizaje y fomento del deporte.

Desarrollo de la actividad.

Competencias Internas, Chequeos e Intercambios entre Clubes
Período: 21 de abril al 20 de agosto de 2025
Se estableció un calendario de competencias internas, chequeos e intercambios entre clubes, para el periodo del período comprendido entre el 21 de abril y el 20 de mayo de 2025, en el marco de este cronograma, se realizó un intercambio deportivo el día 7 de mayo de 2025 entre deportistas de Yopal y Tauramena, así como un fogueo en el camerino sur del estadio Santiago de las Atalayas.
Estas actividades contribuyeron significativamente al fortalecimiento de los procesos de enseñanza, aprendizaje y fomento del deporte, proporcionando oportunidades regulares de práctica y competencia.

para el período 21 de mayo al 20 de junio de 2025, se desarrollaron competencias tipo sparring entre boxeadores de la selección en diferentes categorías. Estas competencias fueron diseñadas con el fin de:
Fortalecer la enseñanza y el aprendizaje.
Mantener la motivación de los deportistas de selección.

Dichas competencias no solo sirvieron como estímulo para los atletas, sino que también ofrecieron la oportunidad de evaluar su progreso, mejorar habilidades técnicas y tácticas, desarrollar el nivel volitivo y fomentar valores y actitudes deportivas.

Durante el siguiente período, del 21 de junio al 20 de julio de 2025, se continuó con la realización de sparrings internos, los cuales se desarrollaron de manera periódica en cada microciclo. Además, se invitó a boxeadores avanzados de otras escuelas, con el objetivo de enriquecer la experiencia competitiva y fortalecer los procesos formativos.

Las competencias se llevaron a cabo con una frecuencia mínima de una vez por microciclo, permitiendo a los deportistas:

Aplicar sus habilidades en contextos reales de competencia.

Aprender de la experiencia vivida.

Fomentar el espíritu deportivo y la auto-superación.

Implementando esta estrategia, se ha logrado un impacto positivo y sostenido en el desarrollo del boxeo en el departamento, evidenciado en el perfeccionamiento técnico y la consolidación del compromiso de los atletas.

Finalmente, durante el período del 21 de julio al 20 de agosto de 2025, se realizaron nuevamente competencias internas y sesiones de sparring entre los boxeadores de la selección, en sus distintas categorías. Estas actividades tuvieron como objetivo principal fortalecer los procesos de enseñanza y aprendizaje, así como mantener la motivación de los deportistas de selección.

Propósitos y Beneficios Generales de las Competencias Internas:
Estimulación y motivación continua para los atletas.
Evaluación del progreso individual y grupal, identificando fortalezas y áreas de mejora.
Perfeccionamiento de habilidades técnicas y tácticas, mediante la práctica competitiva.
Desarrollo del nivel volitivo, promoviendo la disciplina, perseverancia y resiliencia.
Fomento de valores y actitudes positivas, como el respeto, solidaridad, compromiso y trabajo en equipo.
Estas competencias internas no solo enriquecen el rendimiento deportivo, sino que también consolidan el sentido de pertenencia y el espíritu competitivo dentro del grupo de selección.

Evidencias de la actividad.



ACTIVIDAD 11.

Apoyar de forma técnica deportiva el proceso de Juegos Intercolegiados de acuerdo con las necesidades de su disciplina deportiva

Desarrollo de la actividad.
Durante el periodo comprendido entre el 21 de abril y el 20 de mayo de 2025, promoví activamente la participación de estudiantes de diversas instituciones educativas de los municipios de Yopal, Tauramena, Villanueva y San Luis de Palenque, en los Juegos Intercolegiados 2025. En este proceso, se involucró también a entrenadores, con el fin de motivar a los estudiantes a participar y desarrollar sus habilidades deportivas. Gracias a estas acciones, se logró incrementar en un 50% el número de deportistas inscritos en comparación con el año anterior. Estas acciones incluyeron: Charlas informativas realizadas durante los entrenamientos de los atletas ya inscritos. Divulgación de información sobre el proceso de inscripción, requisitos y reglas de participación. Motivación directa a deportistas que cumplían con la edad reglamentaria para que formalizaran su inscripción. Posteriormente, entre el 21 de mayo y el 20 de junio de 2025, brindé entrenamiento especializado a los deportistas clasificados a la fase municipal de los Juegos Intercolegiados en la disciplina de boxeo. Este entrenamiento abarcó aspectos físicos, técnicos y tácticos, con el objetivo de fortalecer su rendimiento y prepararlos para obtener la clasificación a la siguiente fase (departamental). Entre el 21 de junio y el 20 de julio de 2025, contribuí al proceso de formación técnico-táctica y preparación física de los deportistas de las instituciones educativas ITEY, Carlos Lleras Restrepo y Braulio González, mediante un plan de entrenamiento estructurado. Este incluyó: Ejercicios específicos para el desarrollo de la fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad. Enseñanza de técnicas de combate y estrategias propias del boxeo. Durante este mismo periodo, se continuó con la promoción y divulgación de información sobre las fases municipales y la reglamentación vigente del torneo. Finalmente, brindé orientación y apoyo logístico en la realización de la fase municipal de los Juegos Intercolegiados 2025 en la disciplina de boxeo, llevada a cabo en el municipio de Yopal. Las competencias se desarrollaron los días 1 y 2 de agosto de 2025, en el camerino sur del Estadio Santiago de las Atalayas, contando con: 21 combates realizados. 33 deportistas participantes. Estas acciones permitieron fortalecer el proceso competitivo en la disciplina de boxeo, promoviendo la formación integral de los jóvenes deportistas
Evidencias de la actividad.



ACTIVIDAD 12.

Verificar que para las sesiones de adiestramiento los deportistas cumplan con los protocolos establecidos por el Centro Especializado del Deporte.

Desarrollo de la actividad.

Durante el periodo comprendido entre el 21 de abril y el 20 de agosto de 2025, cumplí con la adopción y seguimiento de los protocolos y recomendaciones emitidas por el grupo de profesionales del centro especializado en deporte, con el objetivo de garantizar la seguridad de los deportistas y demás colaboradores durante los entrenamientos y actividades del proceso de preparación.

Periodo del 21 de abril al 20 de mayo de 2025

Al inicio de cada sesión de entrenamiento, se recordaron las medidas de seguridad y los procedimientos establecidos para prevenir accidentes y evitar lesiones. Se realizaron los procedimientos de calentamiento y flexibilidad como parte inicial de cada jornada. Asimismo, se vigiló que los deportistas hicieran uso adecuado de los elementos de protección personal (vendas, protector bucal, guantes).

Se realizó una inspección del lugar de entrenamiento para identificar y señalizar los puntos de riesgo. Estas acciones garantizaron un entorno seguro para el desarrollo de las actividades físicas.

Periodo del 21 de mayo al 20 de junio de 2025

Durante este ciclo de trabajo con los deportistas de la Selección Casanare, se priorizó la prevención de lesiones, la nutrición adecuada y la hidratación constante, además de

promover una actitud mental positiva. Se brindó especial atención a la higiene deportiva, asegurando que el equipo e instalaciones estuvieran en condiciones óptimas.

El enfoque integral aplicado permitió mantener el compromiso y la salud de los atletas, reforzando su preparación física y mental.

Periodo del 21 de junio al 20 de julio de 2025
Durante este periodo, se aseguró que los deportistas cumplieran estrictamente con los protocolos establecidos para su seguridad y bienestar. El equipo interdisciplinario (médico, fisioterapeutas, nutricionistas) ofreció charlas periódicas orientadas a prevenir lesiones, proteger la salud de los atletas y optimizar su condición física.

Como entrenador, exigí la correcta ejecución de las técnicas en los ejercicios, así como el cumplimiento de las pautas de entrenamiento, nutrición y descanso. Esto permitió a los deportistas alcanzar su máximo potencial y mejorar su rendimiento competitivo.

Periodo del 21 de julio al 20 de agosto de 2025
En este último ciclo de entrenamiento, se implementaron medidas específicas para garantizar el bienestar físico y mental de los deportistas, y asegurar el cumplimiento riguroso de las sesiones programadas. Las acciones destacadas incluyeron:

Prevención de lesiones: Aplicación de protocolos de calentamiento, estiramiento y recuperación adecuados.

Nutrición e hidratación: Promoción de una alimentación balanceada e hidratación constante, adaptadas a las exigencias del entrenamiento.

Actitud mental positiva: Fomento de un entorno motivador, con énfasis en el trabajo en equipo, la disciplina y la resiliencia.

Higiene deportiva: Supervisión del uso correcto de implementos personales y refuerzo de las prácticas de limpieza en espacios comunes.

Seguridad en el entorno: Verificación del estado del equipo deportivo y las superficies de juego, garantizando el cumplimiento de los estándares de seguridad.

Conclusión:
El enfoque multidisciplinario aplicado durante todo el periodo permitió optimizar el rendimiento de los deportistas de la Selección Casanare, reforzando su preparación integral de cara a futuras competencias.

Evidencias de la actividad.









ACTIVIDAD 13.

Llevar control de la asistencia de los deportistas beneficiados y presentar las correspondientes planillas en cada informe de actividades.

Desarrollo de la actividad.

Durante el periodo comprendido entre el 21 de abril y el 20 de agosto de 2025, se implementó un control sistemático de la asistencia de los deportistas de la selección departamental de boxeo, con el propósito de:
Monitorear la participación activa en los entrenamientos y actividades programadas.
Identificar niveles de compromiso, continuidad y posibles casos de inasistencia reiterada.
Facilitar el seguimiento personalizado de los atletas y ajustar estrategias metodológicas según sus necesidades y características.

Fomentar la responsabilidad y la disciplina como pilares fundamentales del desarrollo deportivo.

Funcionamiento del Sistema de Registro
El sistema de registro de asistencia funcionó mediante el uso de planillas manuales oficiales, aprobadas por el Instituto y proporcionadas por el equipo técnico metodológico.

La asistencia fue monitoreada diariamente durante los entrenamientos y actividades, y los datos fueron consolidados semanalmente para su análisis y comparación.

Periodos de Control y Seguimiento

Del 21 de abril al 20 de mayo de 2025
Se estableció una comunicación fluida con los deportistas para explicar el propósito del registro y su importancia. Se introdujo el sistema de control y se aclararon dudas respecto al uso de la información.

Del 21 de mayo al 20 de junio de 2025
Se llevó a cabo el registro manual diario de asistencia de los 23 deportistas, clasificando la información por categorías y observaciones del entrenador. Este seguimiento permitió evidenciar la participación activa en los entrenamientos.

Del 21 de junio al 20 de julio de 2025
Se continuó con el control de asistencia utilizando el formato oficial, y se impulsó activamente la participación de 15 deportistas destacados, quienes demostraron altos niveles de compromiso, disciplina y disposición.

Del 21 de julio al 20 de agosto de 2025
Se realizó un seguimiento detallado de la participación en entrenamientos y actividades programadas, permitiendo identificar niveles de compromiso y posibles casos de deserción o baja asistencia.

Criterios de Clasificación de la Asistencia
Durante todo el proceso, los deportistas fueron clasificados según los siguientes criterios:
Rango de edad
Grupo poblacional: rural, urbano, comunidades étnicas, víctimas del conflicto, entre otros.
Sector: institucional, comunitario, escolar
Género
Categoría deportiva: novatos, intermedios, élite

Resultados y Observaciones
Se evidenció una participación activa y constante por parte de la mayoría de los deportistas.
Se identificaron patrones de asistencia, facilitando la toma de decisiones técnicas.
Se registraron ausencias justificadas e inasistencias reiteradas, las cuales fueron notificadas y están en seguimiento.
Se detectaron casos de baja asistencia que requieren intervenciones personalizadas.

El control permitió ajustar estrategias de entrenamiento y motivación según el perfil de cada grupo.

Conclusiones
El registro y control de asistencia se consolidó como una herramienta fundamental para:
Medir el compromiso y desempeño de los deportistas.
Orientar la toma de decisiones técnicas y metodológicas.
Promover la disciplina, la constancia y la responsabilidad en el proceso formativo.
Garantizar el cumplimiento de los objetivos del programa.

Recomendaciones
Continuar con el seguimiento personalizado a los casos de baja asistencia.

Reforzar la motivación y el acompañamiento a los deportistas en categorías novatas.
Establecer espacios periódicos de retroalimentación con los atletas sobre su desempeño y participación.
Implementar mecanismos digitales de registro complementarios que faciliten el análisis y almacenamiento de datos.

Evidencias de la actividad.



ACTIVIDAD 14.

Presentar en medio magnético de manera mensual y con la liquidación del contrato, la base de datos estadística de la población beneficiada según formato de Indercas, donde se incluyan los siguientes aspectos: a) Rango de edad: Primera infancia (0-5); Infancia (6-11); Adolescencia (12-17); b) Enfoque de género: masculino, femenino; c) Enfoque étnico: indígenas, Comunidades NARP, Población ROM, Ninguno; d) Enfoque diferencial: Víctimas del conflicto armado, habitante de calle, PPL-TD, PPR, población en pobreza extrema, personas con discapacidad, ninguno.

Desarrollo de la actividad.

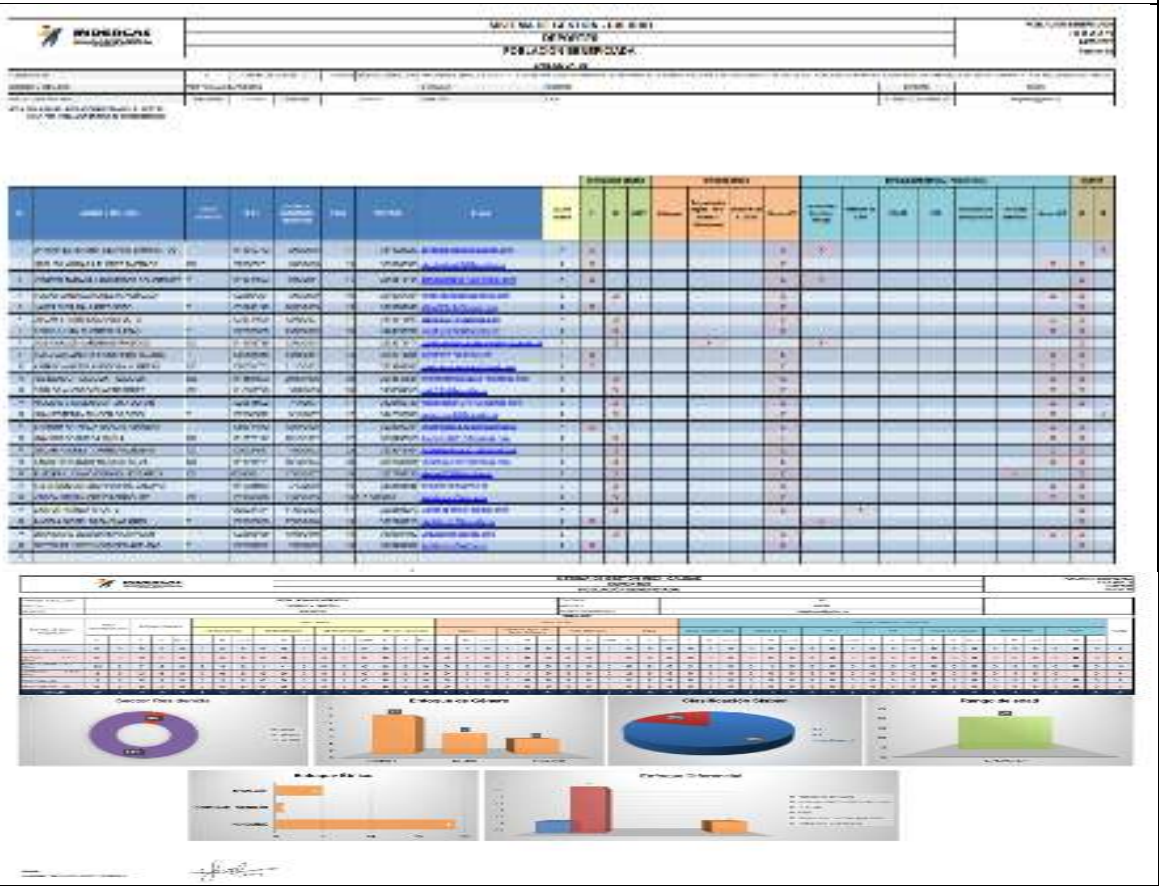
Durante el periodo comprendido entre el 21 de abril y el 20 de agosto de 2025, se llevó a cabo el proceso de recopilación, sistematización y entrega de la base de datos correspondiente a la población beneficiada de los programas y servicios ofrecidos, en cumplimiento con los formatos oficiales establecidos por INDERCAS.

La información fue recolectada directamente de los beneficiarios, mediante formularios físicos y digitales. Cada persona proporcionó los datos requeridos para construir un perfil completo, incluyendo aspectos personales, demográficos y sociales. La información fue sistematizada en medios magnéticos y digitales, asegurando su respaldo, integridad y disponibilidad.
Los datos recopilados se diligenciaron cuidadosamente en las columnas respectivas de cada formato oficial.
Se garantizó que cada registro contuviera todos los campos requeridos.
Se realizaron procesos de validación para asegurar la veracidad y precisión de la información.
Los datos fueron almacenados y organizados conforme a los lineamientos establecidos por INDERCAS.

La actividad permitió consolidar una base de datos completa, precisa y actualizada, lo que facilitará:
El análisis posterior de la población beneficiada
La toma de decisiones informadas
El diseño e implementación de estrategias de atención más inclusivas y focalizadas
Conclusiones

Se cumplió satisfactoriamente con la recolección, sistematización y entrega de la información de los beneficiarios en los periodos estipulados. La información fue recolectada con rigor técnico y bajo criterios de inclusión y enfoque diferencial, asegurando su alineación con los objetivos institucionales de INDERCAS.

Evidencias de la actividad.



ACTIVIDAD 15.
Las demás asignadas por gerencia y/o supervisor de acuerdo con su objeto contractual.
Desarrollo de la actividad.
Durante los periodos comprendidos entre el 21 de abril y el 20 de agosto de 2025, el desarrollo del Contrato No. 097 de 2025 se llevó a cabo de manera regular, cumpliendo con las responsabilidades, funciones y directrices previamente establecidas. Para el periodo del 21 de abril al 20 de mayo de 2025, estuve atento a cualquier instrucción o requerimiento adicional por parte de la gerencia o del supervisor. Si bien no se impartieron nuevas tareas durante ese lapso, se mantuvo la mejor disposición para colaborar con actividades adicionales que pudieran surgir, siempre que estas fueran acordes con el objeto contractual y no contravinieron lo estipulado originalmente. Entre el 21 de mayo y el 20 de junio de 2025, ejecuté todas las actividades indispensables para el cumplimiento cabal del contrato, no limitándome únicamente a las funciones expresamente indicadas, sino también asumiendo aquellas tareas necesarias para el logro de los objetivos del contrato. Posteriormente, en el periodo del 21 de julio al 20 de agosto de 2025, no se presentaron cambios significativos ni se asignaron nuevas funciones por parte de la gerencia o el supervisor. Las actividades continuaron desarrollándose dentro del marco establecido, sin que se modificara el propósito central del contrato. Reitero mi compromiso con el cumplimiento integral de las obligaciones contractuales, con disposición para asumir actividades adicionales que contribuyan al éxito del contrato, siempre que estas se encuentren alineadas con su objeto principal y sean claras y consensuadas por ambas partes.
Evidencias de la actividad.


2. Presentar registro fotográfico mes a mes (6 fotos por mes DONDE SE EVIDENCIE LA POBLACION A TENDIDA DE ACUERDO A SU CONTRATO COMO MINIMO) del desarrollo del proceso deportivo con la población beneficiada, en sus respectivas actividades, a color.

✓ MES 1: PERIODO DE TRABAJO: DEL 21 de abril de 2025 AL 20 de mayo de 2025.



- ✓ MES 2: PERIODO DE TRABAJO: DEL 21 de mayo de 2025 AL 20 de junio de 2025.
- ✓



- ✓ MES 3: PERIODO DE TRABAJO: DEL 21 de junio de 2025 AL 20 de julio de 2025.



- ✓ MES 4: PERIODO DE TRABAJO: DEL 21 de julio de 2025 AL 20 de agosto de 2025.



3. En el siguiente cuadro de población beneficiado haga un consolidado mes a mes, evidenciando la cantidad por género o sexo, desde la fecha de inicio hasta la fecha de terminación.

CONSOLIDADO MES A MES		
PERIODO DE TRABAJO	***FEMENINO***	***MASCULINO***
DEL 21/04/2025 AL 20/05/2025	7	12
DEL 21/05/2025 AL 20/06/2025	8	15
DEL 21/06/2025 AL 20/07/2025	8	15
DEL 21/07/2025 AL 20/08/2025	9	16

4. Adjunte los consolidados de participaciones en orden cronológico desde la fecha de inicio hasta la fecha de terminación de su contrato.



INDERCAS

CONSOLIDADO DE PARTICIPACIONES

DEPARTAMENTALES, NACIONALES E INTERNACIONALES

DEPORTE : BOXEO ENTRENADOR : FREDY LIEVANO BARRIENTOS

Nº	EVENTO	INTER	LISTADO DE DEPORTISTAS PARTICIPANTES	FECHA	CATEGORIA	RESULTADOS MEDALLAS	RESULTADOS PUESTO
1	Campeonato Continental Copa America 2025	x	DAYANA ESTEFANIA LEVANO A	11AL 20 DE JULIO DE 2025	JUVENIL	X	X
	Campeonato Nacional Elite	x	JIBELITH XOMARA FOREZANDRADE	20 al 28 de junio de 2025	ELITE		x
	Campeonato Nacional Elite	x	KAREN VANESA MENDOZA HERRERA	20 al 28 de junio de 2025	ELITE		x
	Campeonato Nacional Elite	x	KEVIN DAVID SANCHEZ RUIZ	20 al 28 de junio de 2025	ELITE		x
	Campeonato Nacional Elite	x	OSCAR ANDRES TORRES VALBUENA	20 al 28 de junio de 2025	ELITE		x
	Campeonato Nacional Elite	x	DEIVY ANTONIO MORAN BOLIVAR	20 al 28 de junio de 2025	ELITE		x
	Campeonato Nacional Elite	x	HERNANDO TRADUDA TRADUDA	20 al 28 de junio de 2025	ELITE		x
	Campeonato Nacional Elite	x	LUIS CAMILO CARRENAS MANCO	20 al 28 de junio de 2025	ELITE		x

Firma del Entrenador: VºBº LIDA