

 	INFORME DE ACTIVIDADES	Fecha: 09/11/2016
		Versión 2.0
		Página 4 de 4

1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

Contratista	YENI LORENA FLOREZ FLOREZ
Informe de Actividades 2	2 de 4
Período	Del 16 de agosto al 15 septiembre de 2025
Número del Contrato	576 / 2025
Objeto	PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN PARA ACOMPAÑAR LAS ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA ESPODE 2025
Plazo	cuatro (4) meses
Valor Inicial del Contrato	\$9.000.000
Valor del Periodo del Informe	\$2.250.000
Fecha de Inicio	Julio 16 de 2025
Fecha de Terminación Proyectada	Noviembre 15 de 2025
Plan, Programa o Proyecto	FORTALECIMIENTO DE LA PROMOCIÓN Y DE LOS PROCESOS DE FORMACIÓN E INICIACIÓN DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA Y HÁBITOS DE VIDA SALUDABLES PARA EL USO ADECUADO DEL TIEMPO LIBRE DE LA COMUNIDAD DE SANTA ROSA DE CABAL.
Supervisora	YESICA ELIANA RAMÍREZ LÓPEZ
Secretaría	Subsecretaría de Deporte y Recreación

ADICIÓN	N/A
PRORROGA	N/A
TERMINACION FINAL	N/A
DISPONIBILIDAD	N/A
REGISTRO PRESUPUESTAL	N/A
RUBRO	N/A

 	INFORME DE ACTIVIDADES	Fecha: 09/11/2016
		Versión 2.0
		Página 4 de 4

2. INFORMACIÓN TÉCNICA – DATOS GENERALES DE INTERVENCIÓN

CATEGORIA/GRUPO POBLACIONAL	RANGOS EDADES	N° PARTICIPANTES	GÉNERO	
			F	M
PRIMER INFANCIA	0-5	0	0	0
INFANCIA	6-12	16	3	13
ADOLESCENCIA	13-17	34	13	21
MAYORES DE EDAD	18-26	1	1	0
TOTAL		51	17	34

Rangos de Edades: 0 – 5 años (), 6 – 12 años (17), 13 – 17 años (31), 18 – 26 años (), 27 – 60 años () y Mayores de 60 ().

PERTENENCIA ÉTNICA						VULNERABILIDAD							
Afro		Indígenas		Mestizos		Discapacidad		Desplazados		Red Unidos		Damnificados	
F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M
				17	34								

BENEFICIARIOS POR ESTRATO					
-	0	1	2	3	OTROS
PLANEADA		20	10	10	
ATENDIDA		22	20	9	

BENEFICIARIOS POR ZONA	
URBANA	RURAL
49	2

3. DESARROLLO DEL CONTRATO

Carrera 14 Calle 12 esquina C.A.M - Teléfono 3660482 PBX 3660600 Ext. 131
E-mail: desarrollo_social@santarosadecabal-risaralda.gov.co
Código Postal 661020

 	INFORME DE ACTIVIDADES	Fecha: 09/11/2016
		Versión 2.0
		Página 4 de 4

OBJETIVOS O ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDAD DESARROLLADA	REGISTRO	OBSERVACIONES
<p>1. Apoyar el programa de iniciación y formación deportiva en la modalidad de levantamiento de pesas, con la conformación y atención con tres (3) grupos en la zona urbana centro comuna IV, de diez (10) niñas, niños y adolescentes, con una intervención de dos (2) sesiones de entrenamiento semanales para cada grupo según lineamientos metodológicos asignados por la Subsecretaría de Deporte y Recreación.</p>	<p>Durante la vigencia del periodo se realizaron las prácticas deportivas en la disciplina de Levantamiento de Pesas con los 3 grupos asignados en el coliseo municipal.</p> <p>Iniciando las clases de este periodo el 16 de agosto hasta el 15 de septiembre de 2025 en el Coliseo Municipal para la comuna IV zona urbana.</p> <p>En el desarrollo de las clases se cumplió con el objetivo de atención y con los horarios establecidos e interviniendo cada grupo 2 veces por semana para mayor impacto en los niños y jóvenes beneficiados por el programa.</p> <p>Los horarios en que se realizaron las intervenciones fueron:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Grupo 1 iniciación: 2:20 a 3:40 los días lunes y miércoles <p>Para el grupo 1 se intervino los días 18,20,25,27 de agosto, 1,3,8,10,15 de septiembre.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Grupo 2 formación: 3:40 a 5:00 los lunes y miércoles <p>Para el grupo 2 se intervino los días 18,20,25,27 de agosto, 1,3,8,10,15 de septiembre.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Grupo 3 formación: 5:00 a 6:30 los lunes Y miércoles <p>Para el grupo 3 se intervino los días 18,20,25,27 de agosto, 1,3,8,10,15 de septiembre.</p> <p>Teniendo un total de niños hasta la fecha en el programa de la modalidad de levantamiento de pesas en este periodo.</p> <p>Grupo 1: 13 niños (7 a 14 AÑOS INICIACION)</p> <p>Grupo 2: 15 niños (10 a 17 AÑOS FORMACION)</p> <p>Grupo 3: 9 niños (10 a 17 AÑOS FORMACION)</p> <p>Total, de 37 niños activos que continúan con las intervenciones en el coliseo municipal</p>	<p>Anexo No. 1.1: Evidencia fotográfica de las prácticas de levantamiento de pesas de los 3 grupo intervenidos en el coliseo municipal</p> <p>Grupo 1: 13 niños (7 a 14 AÑOS INICIACION)</p> <p>Grupo 2: 15 niños (10 a 17 AÑOS FORMACION)</p> <p>Grupo 3: 9 niños (10 a 17 AÑOS FORMACION)</p> <p>Anexo 1.2: Evidencia fotográfica de la tabla con los horarios de intervención de los 4 grupos intervenidos en el coliseo municipal y colegio industrial</p>	<p>Porcentaje de cumplimiento 50%</p>

 	INFORME DE ACTIVIDADES	Fecha: 09/11/2016
		Versión 2.0
		Página 4 de 4

OBJETIVOS O ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDAD DESARROLLADA	REGISTRO	OBSERVACIONES
<p>2. Apoyar el programa de iniciación y formación deportiva en la modalidad de levantamiento de pesas, con la conformación y atención con un (1) grupo de diez (10) niñas, niños y adolescentes, descentralizado en la comuna I ò II, III, V, con una intervención de dos (2) sesiones de entrenamiento semanales según lineamientos metodológicos asignados por la Subsecretaría de Deporte y Recreación.</p>	<p>Durante la vigencia del periodo se realizaron las prácticas deportivas en la disciplina de Levantamiento de Pesas con un grupo en el Colegio Industrial.</p> <p>Iniciando las clases de este periodo el 16 de agosto hasta el 15 de septiembre 2025 en el Colegio Industrial para la comuna I ò II, III, V, zona urbana.</p> <p>En el desarrollo de las clases se cumplió con el objetivo de atención y con los horarios establecidos e interviniendo el grupo 2 veces por semana.</p> <p>Los horarios que se intervino fueron:</p> <ul style="list-style-type: none"> Grupo 4 formación: 3:30 a 5:00 los días martes y jueves (10 a 17 años formación) Total 8 niños. <p>Para este grupo 4 se intervino los días 19,21,26,28 de agosto y 2,4,9,11 de septiembre</p> <p>Teniendo un total de 8 niños activos hasta la fecha en el grupo 4 del colegio industrial, en el programa de la modalidad de levantamiento de pesas.</p> <p>Teniendo una atención total en todos los grupos con 45 niños activos reflejados en las planillas de asistencia y registro fotográfico de los entrenamientos.</p>	<p>Anexo No. 2.1: Evidencia fotográfica de las prácticas de levantamiento de pesas del grupo 4 intervenido en el colegio Industrial</p> <p>Grupo 4: 8 niños (10 a 17 años formación)</p>	<p>Porcentaje de cumplimiento 50%</p>

 	INFORME DE ACTIVIDADES	Fecha: 09/11/2016
		Versión 2.0
		Página 4 de 4

OBJETIVOS O ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDAD DESARROLLADA	REGISTRO	OBSERVACIONES
3. Realizar al menos dos acciones mensuales de promoción, convocatoria y/o acompañamiento al proceso de las inscripciones de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes del programa ESPODE 2025, según los lineamientos de la Subsecretaría de Deporte y Recreación.	<p>En el presente periodo contractual contemplado entre el 16 de agosto hasta el 15 de septiembre se desarrollaron las siguientes acciones de convocatoria, promoción y acompañamiento para las inscripciones de las ESPODE en la modalidad de levantamiento de pesas:</p> <p>Con el fin de masificar el programa y darle cumplimiento a la meta de inscritos en el sistema y fichas deportivas realizadas de los niños y jóvenes intervenidos en el programa, el post realizado se entregó a los padres de familia que se acercaban al escenario por información de las clases con el fin de que quede clara los días de intervención y lugares (registro fotográfico del día 10 de septiembre), adicional el 23 de agosto se realizó unos post para unos volantes y una cartelera como medio de publicidad de la promoción y convocatoria del programa ESPODE, la cual se entregaron el día 24 de agosto por los demás formadores del programa que participaron en la vía activa desarrollada por la subsecretaria de deporte y recreación.</p>	<p>ANEXO 3.1:</p> <p>Evidencia fotográfica del acompañamiento al proceso de las inscripciones y convocatoria de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes del programa ESPODE 2025 en la modalidad de levantamiento de pesas</p>	<p>Porcentaje de cumplimiento 50%</p>

 	INFORME DE ACTIVIDADES	Fecha: 09/11/2016
		Versión 2.0
		Página 4 de 4

OBJETIVOS O ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDAD DESARROLLADA	REGISTRO	OBSERVACIONES
4. Planificar, secuenciar y sistematizar el proceso de iniciación y formación deportiva, por medio del plan pedagógico y el plan semanal de actividades, en los formatos asignados según los lineamientos de la Subsecretaría de Deporte y Recreación.	<p>Se realiza la planificación, secuenciación y sistematización del proceso de iniciación y formación deportiva, por medio elaboración del plan semanal, con una intensidad de dos clases por semana para un total de 8 sesiones de entrenamiento durante este periodo.</p> <p>Plan clase de iniciación (grupo 1) y los planes clase compartidos formación (grupo 2,3,4) se adaptan a las habilidades técnicas, motrices y físicas de los diferentes grupos según los lineamientos de la Subsecretaría de Deporte y Recreación, presentando la programación implementada durante el periodo contractual contemplado del 16 agosto hasta el 15 de septiembre 2025</p>	ANEXO 4.1: Evidencia fotográfica del plan semanal con las 8 sesiones de entrenamiento desarrolladas en este periodo del 16 de agosto hasta el 15 de septiembre y cuadro del plan pedagógico de los grupos de iniciación y formación según lineamientos dados por la subsecretaría de deporte y recreación	Porcentaje de cumplimiento 50%

 	INFORME DE ACTIVIDADES	Fecha: 09/11/2016
		Versión 2.0
		Página 4 de 4

<p>5. Realizar la valoración y el control de los diferentes grupos intervenidos por medio de la aplicación de la batería de test pedagógicos técnicos en los formatos asignados durante el primer bimestre, según los lineamientos metodológicos de la Subsecretaría de Deporte y Recreación.</p>	<p>Durante la vigencia del contrato se realizó las valoraciones y controles un total de 42 deportistas en total (grupo 1:13 deportistas, grupo 2: 11 deportistas, grupo 3: 10 deportistas, grupo 4: 8 deportistas) mediante la aplicación de los test físicos en la modalidad de levantamiento de pesas</p> <ul style="list-style-type: none"> • el día 3 de septiembre se desarrolló el test específico para el grupo (1:13 deportistas ,2: 7 deportistas) y el grupo 3 los test físicos (10 deportistas) • el día 4 septiembre para 5 deportistas el test específico <p>Dándole cumplimiento al alcance propuesto, por la subsecretaría de Deporte y Recreación Desarrollando Las pruebas que se desarrollaron fueron:</p> <ul style="list-style-type: none"> ☐ Estatura y peso (dando como resultado con estos dos datos el (IMC) índice de masa corporal) ☐ Salto largo horizontal, la potencia del tren inferior o la fuerza explosiva ☐ Test de 4x10 mts con este test podemos medir la capacidad de aceleración del deportista, así como para realizar cambios de posición y dirección. ☐ Test de Wells (El objetivo es medir la amplitud de movimiento, o el rango de elongación de los músculos de la parte posterior del muslo (isquiotibiales) y de la parte baja de la espalda) ☐ Test de Cooper, el objetivo es medir la capacidad aeróbica ☐ Test de abdominales, la finalidad es evaluar la fuerza-resistencia dinámica de los músculos del tren central ☐ Y desarrollando como test específico para la modalidad de levantamiento de pesas la prueba de la sentadilla de arranque 	<p>ANEXO 5.1: Evidencia fotográfica de la tabla informativa en la cual se baso la realización del test específico en la modalidad de levantamiento de pesas</p> <p>ANEXO 5.2: Evidencia fotográfica de las valoraciones realizadas los días 3 y 4 de septiembre, para los grupos 1,2,y 4 test específicos y el grupo 3 los test completos</p>	<p>Porcentaje de cumplimiento 50%</p>
---	---	---	---------------------------------------

 	INFORME DE ACTIVIDADES	Fecha: 09/11/2016
		Versión 2.0
		Página 4 de 4

<p>6. Realizar el registro de la información mensual de los beneficiarios de los grupos a su cargo de forma física y digital mediante los formatos de hojas de vida, listado de focalización y control de asistencias, entregando la estadística y reporte de información en el respectivo informe y en el mecanismo de captura del observatorio de la subsecretaría de deporte y recreación para el seguimiento del plan de acción.</p>	<p>Se realiza la focalización de cada niño que ingresa al programa de las ESPODE en la modalidad de Levantamiento de Pesas en este periodo (16 de agosto al 15 de septiembre 2025), teniendo un total de 51 niños caracterizados en los formatos de focalización.</p> <p>Presentando, además, control de asistencias de los grupos 1 iniciación (13 deportistas), grupo 2 formación (15 deportistas), grupo 3 formación (9 deportistas) y grupo 4 (8 deportistas) periodo del 16 de agosto al 15 de septiembre 2025. En total 45 deportistas del programa ESPODE en la modalidad de levantamiento de pesas que estuvieron ACTIVOS durante el periodo</p> <p>Durante este periodo se cumplió con la meta en plataforma de los cuales hay 60 inscritos, además de contar con su respectiva documentación de forma física y digital de inscritos en la base de datos con la siguiente documentación solicitada: 1) ficha del deportista con foto, 2) consentimiento informado firmado por el acudiente, 3) copia del documento de identificación del deportista y del acudiente, 4) certificado de la EPS y/o constancia de la plataforma ADRES</p> <p>Se cuenta con 6 fichas de deportistas que están se están recolectando y completando los datos para subirlas a la plataforma en el siguiente periodo.</p> <p>En plataforma, según el reporte de inscritos hay un total de 60 deportistas, 51 de ellos se incorporaron y continuaron proceso en este segundo semestre evidencia en las focalizaciones, y a la fecha de corte del segundo periodo 45 activos en las clases.</p>	<p>ANEXO 6.1: Evidencia fotográfica del total de inscritos en plataforma Espode</p> <p>ANEXO 6.2: Evidencia fotográfica de las fichas deportivas y recolección de documentos que están para subir en la plataforma ESPODE en la modalidad de levantamiento de pesas un total de 10 fichas</p> <p>ANEXO 6.3: Evidencia fotográfica del formato de focalización y listados de asistencia de este periodo en la modalidad de levantamiento de pesas grupos 1 iniciación (13 deportistas), grupo 2 formación (15 deportistas), grupo 3 formación (9 deportistas) y grupo 4 (8 deportistas)</p>	<p>Porcentaje de cumplimiento 50%</p>
--	--	---	---------------------------------------

 	INFORME DE ACTIVIDADES	Fecha: 09/11/2016
		Versión 2.0
		Página 4 de 4

OBJETIVOS O ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDAD DESARROLLADA	REGISTRO	OBSERVACIONES
<p>7. Realizar la custodia, cuidado y buen uso de la implementación deportiva que esté bajo su cargo, debiendo reintegrarla a la Subsecretaría de Deporte y Recreación o a quien esta autorice, una vez finalizado el contrato o antes si así se requiere, así mismo velar con sus deportistas por el cumplimiento de los reglamentos para el uso adecuado de los escenarios deportivos.</p>	<p>Se realizó un buen uso del espacio prestado en el Coliseo Cubierto como escenario deportivo para el desarrollo de las clases de los 3 grupos y el cuarto grupo se intervino en el colegio Industrial para iniciación y formación.</p> <p>Durante el desarrollo de las clases se utilizó implementación de varias entidades</p> <ul style="list-style-type: none"> ☐ La liga departamental ☐ Club deportivo ☐ Polos de desarrollo ☐ ESPODE (4 barras marca Supremas y, 2 de 20 kg y 2 de 15 kg, 20 colchonetas, 2 discos de 20 kg, 4 bandas de poder verdes, 2 bandas tubulares, 10 conos, 1 escalera y 10 aros) <p>Utilizando toda la implementación y velando por su cuidado y buen uso</p> <p>Evidenciando en el registro fotográfico de los entrenamientos (19,20,25,26,27,28, de agosto y 1,3,8,9,10 de septiembre) el uso adecuado de la implementación deportiva y su estado en óptimas condiciones. (bueno)</p>	<p>ANEXO 7.1</p> <p>Evidencia fotográfica de la implementación deportiva recibida para el desarrollo de las clases en la modalidad de levantamiento de pesas del programa de las ESPODE 2025, evidenciando su estado actual (bueno)</p>	<p>Porcentaje de cumplimiento 50%</p>

 	INFORME DE ACTIVIDADES	Fecha: 09/11/2016
		Versión 2.0
		Página 4 de 4

OBJETIVOS O ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDAD DESARROLLADA	REGISTRO	OBSERVACIONES
8. Asistir y participar de las reuniones del comité técnico- metodológico y capacitaciones a las que sea convocado por parte de la Subsecretaría de Deporte y Recreación y/o la Secretaría de Desarrollo Social.	<p>En el periodo contractual contemplado del 16 de agosto al 15 de septiembre del 2025 se participó de las siguientes reuniones técnicas y metodológicas citadas por la Subsecretaría de Deporte y Recreación:</p> <ul style="list-style-type: none"> El 20 de agosto se asistió a la reunión convocada por parte de la subsecretaria de deporte y recreación con el fin de socializar la metodología para el desarrollo de los test físicos y cronograma de festival espode 12 de septiembre se participó de manera virtual a la reunión desarrollada en la biblioteca municipal convocada por parte de las coordinadoras del programa, para el desarrollo del festival y apoyos para eventos 	<p>ANEXO 8.1 Evidencia fotográfica y Acta de la asistencia de la reunión realizada el 20 de agosto por parte de la subsecretaria de deporte y recreación, para la socialización de los test físicos y festival espode</p> <p>ANEXO 8.2 Evidencia fotográfica y de la participación (virtual) de la reunión realizada el 12 de septiembre en horas de la mañana, por parte de la subsecretaria de deporte y recreación</p>	Porcentaje de cumplimiento 50%

 	INFORME DE ACTIVIDADES	Fecha: 09/11/2016
		Versión 2.0
		Página 4 de 4

OBJETIVOS O ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDAD DESARROLLADA	REGISTRO	OBSERVACIONES
9. Realizar una (1) reunión de padres de familia o acudiente de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes que conforman los grupos de la modalidad deportiva a su cargo, en el tercer mes de intervenciones, con el fin de socializar y retroalimentar los procesos de formación deportiva, de acuerdo a los requerimientos de la supervisión.	<p>Durante el desarrollo de las clases de la modalidad de levantamiento de pesas se les brinda a los deportistas la importancia de la participación y asistencia a las reuniones de padres de familia, en este caso la fecha que se asignó para realizarse el día viernes 3 de octubre 2025, en el coliseo municipal.</p> <p>Además de reportarlo a la subsecretaría deporte y recreación con el fin de coordinar la visita por parte de la psicóloga y acompañamiento en la reunión</p>	<p>ANEXO 9.1</p> <p>Evidencia fotográfica del post realizado como medio de difusión para la reunión de padres programada a realizarse el día viernes 3 de octubre 2025 en el coliseo municipal y el cronograma de agenda</p>	<p>Porcentaje de cumplimiento 50%</p>

 	INFORME DE ACTIVIDADES	Fecha: 09/11/2016
		Versión 2.0
		Página 4 de 4

OBJETIVOS O ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDAD DESARROLLADA	REGISTRO	OBSERVACIONES
10. Apoyar la organización (planeación, ejecución y evaluación) del Festival recreo-deportivo de las ESPODE 2025, evidenciando la participación de sus deportistas a cargo	<p>Durante la vigencia del periodo se participó en las dos reuniones convocadas por la subsecretaria de deporte y recreación los días 20 de agosto y 12 de septiembre, donde se socializo el cronograma y metodología para la planeación, ejecución y evaluación del FESTIVAL RECREODEPORTIVO ESPODE 2025.</p> <p>Durante este periodo se recibió un formato por parte de la subsecretaria para la planeación del festival.</p> <p>En la cual para el avance de la planeación del festival se reportó en la reunión un avance de la proyección del desarrollo del FESTIVAL ESPODE 2025, en la cual se realizará el 6 de diciembre, en la semana del deporte: Realizando un listado de materiales para el festival (apoyo logístico para cargue y descargue de insumos , implementos deportivos para 5 plataformas de calentamiento (barras, discos y caucho) y una de competencia, 5 mesas y 15 sillas , 3 manteles, hidratación, conexión eléctrica, recursos económico para los jueces y cargadores , magnesio , extensión,)</p>	<p>ANEXO 10.1</p> <p>Evidencia fotográfica de la participación de las dos reuniones del 20 de agosto y 12 de septiembre, donde se habló sobre planeación, ejecución y evaluación) del Festival recreo-deportivo de las ESPODE 2025</p>	<p>Porcentaje de cumplimiento 50%</p>

 	INFORME DE ACTIVIDADES	Fecha: 09/11/2016
		Versión 2.0
		Página 4 de 4

OBJETIVOS O ALCANCES DEL CONTRATO	ACTIVIDAD DESARROLLADA	REGISTRO	OBSERVACIONES
11. Apoyar las jornadas sociales, eventos y actividades deportivas, recreativas y de actividad física que sean asignadas por la Subsecretaría de Deporte y/o Secretaría de Desarrollo Social	<p>Se desarrollaron en este periodo contractual final los siguientes apoyos a las jornadas sociales, eventos y actividades deportivas, recreativas y de actividad física asignados por la Subsecretaría de Deporte y/o Secretaría de Desarrollo Social:</p> <ul style="list-style-type: none"> El 31 de agosto se apoyo en el festival de cometas desarrollado en el parque de comfamiliar vía termal realizando labor de cargue y descargue de materiales y estaciones deportivas 	<p>ANEXO 11.1</p> <p>Evidencia fotográfica del apoyo realizado en el festival de cometas el 31 de agosto desarrollado en el parque de comfamiliar vía termal en horas de la mañana</p>	<p>Porcentaje de cumplimiento 50%</p>


YESICA ELIANA RAMÍREZ LÓPEZ
 Subsecretaria de Deporte y Recreación
 Supervisora


YENI LORENA FLOREZ FLOREZ
 Contratista