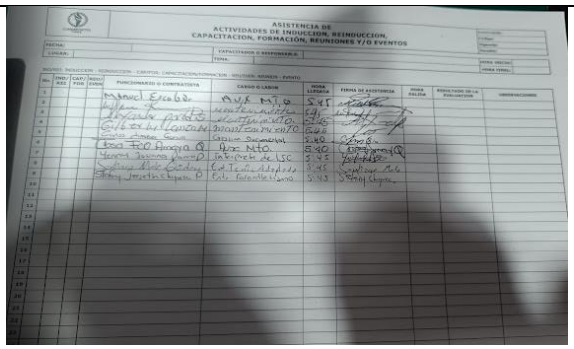
STEFANY JEESETH CHIQUIZA PARRA
CONTRATO 045-2026

OBLIGACIÓN	EVIDENCIAS
1.Construir el programa de entrenamiento de su disciplina, con todos sus componentes y presentarlo de forma semanal, mensual, y semestral para aprobación de su coordinador, el metodólogo, y el subdirector técnico del instituto.	CUNDEPORTES FUNZA NOMBRE FORMADOR: STEFANY JEESETH CHIQUIZA PARRA DEPORTE: PARAATLETISMO NIVEL: FUNDAMENTACIÓN RAMA: MASCULINO MES: FEBRERO NUMERO SEMANA: 2 al 3 COMPONENTE TECNICO, FISICO, TACTICO Y PSICOLOGICO No SESION | DIA | HORA | LUGAR | OBJETIVO SESION | PARTE INICIAL (Descripcion y | PARTE CENTRAL (Descripcion y Tiempos) | PARTE FINAL (Descripcion y Tiempos) 1 | 14/02/2026 | 8:00am | PISTA ATLETISMO | Realizar trabajar de adaptacion y acoplamiento | 5 min Movilidad articular 10 minutos calentamiento | Tecnico control, trabajo de coordinacion mar correr cortar | 10 min recuperacion 10 min estiramiento 2 | 17/02/2026 | 4:00PM | PISTA ATLETISMO | Realizar trabajar de adaptacion y acoplamiento | 5 min Movilidad articular 10 minutos calentamiento | Tecnico control, 5km a 4:50 5:20 + fortalecimiento | 10 min recuperacion 10 min estiramiento 3 | 18/02/2026 | 8:00am | PISTA ATLETISMO | Realizar trabajar de adaptacion y acoplamiento | 5 min Movilidad articular 10 minutos calentamiento | Tecnico control, repeticiones 80mts + 100mts | 10 min recuperacion 10 min estiramiento 20/02/2026 | 4:00PM | PISTA ATLETISMO | Realizar trabajar de adaptacion y acoplamiento | 5 min Movilidad articular 10 minutos calentamiento | Tecnico control, Fartlek 30 seg * 30 seg * 10min 2 vueltas | 10 min recuperacion 10 min estiramiento
2. Crear un cronograma de torneo y/o eventos deportivos para la participación de la escuela de formación durante el año en vigencia y presentarlo mensualmente para aprobación de su coordinador, metodólogo y el subdirector técnico del instituto	CRONOGRAMA 2026 PARAATLETISMO 1 er Departamental de paraatletismo: Marzo 30 2026 chia Carrera atletica Funza: 26 Abril 2026 Juegos intercolegiados 2026: Sin fecha Carrera atletica Bimbo race 2026: Bogota sin fecha 2do Departamental de paraatletismo 2026: Chia sin fecha Nacional de paraatletismo: Sin fecha Olimpiadas Manuela beltran: Bogota Septiembre Olimpiadas municipales funza: Octubre sin fecha Carrera atletica cajica 2026: 7 diciembre 2026
3. Realizar test inicial, en proceso y final para evaluar las capacidades coordinativas y destrezas básicas motoras, tanto generales como específicos de la disciplina, y entregar un informe escrito de la evaluación a los deportistas inscritos en la escuela de formación.	Realizare la obligación para el mes de marzo al iniciar actividades con la escuela de formación.
4. Cumplir con el plan de entrenamiento y plan pedagógico aprobado para su disciplina y reportar mensualmente el desarrollo del mismo, indicando los avances, retrasos, inconvenientes presentados durante la ejecución de las actividades.	Realizare la obligación para el mes de febrero al iniciar actividades con la escuela de formación.
5. Realizar las actividades propias de cada deporte que permita el desarrollo de los componentes a nivel técnico, táctico, físico y psicológico.	Realizare la obligación para el mes de febrero al iniciar actividades con la escuela de formación.
6. Diseñar e implementar actividades recreativas y deportivas que fomenten el desarrollo físico y social de los niños participantes de las vacaciones recreativas, garantizando su seguridad y bienestar durante el desarrollo de las mismas.	

	 **Actividades funza camp**
7. Realizar 9 sesiones semanales, distribuidas de la siguiente manera, 3 sesiones para el nivel de iniciación, 3 sesiones para el nivel de fundamentación y 3 sesiones para el nivel de perfeccionamiento de los deportistas, en el horario acordado con su coordinador y el subdirector técnico del Instituto.	Realizare la obligación para el mes de marzo al iniciar actividades con la escuela de formación.
8. Realizar seguimiento al proceso de formación deportiva para evaluar el avance y desarrollo individual de cada deportista, informando cambios significativos al equipo interdisciplinario, su coordinador y subdirector técnico.	Realizare la obligación para el mes de febrero al iniciar actividades con la escuela de formación.
9. Entregar y mantener actualizada la base de datos de los deportistas a cargo, llevando un registro y control semanal de asistencia a las clases programadas y de la poliza reportando a su coordinación y a la subdirección técnica a permanencia de los deportistas en los procesos del instituto mensualmente.	Realizare la obligación para el mes de febrero al iniciar actividades con la escuela de formación.
10. Presentar informes técnicos y de retroalimentación ante el equipo interdisciplinario y al subdirector técnico del Instituto que justifiquen la participación de la escuela de formación en los eventos deportivos, para evaluar los alcances y objetivos del mismo para la motivación y proyección del deportista.	Realizaré la obligación cuando iniciemos competencias deportivas con la escuela de formación, según el calendario de la liga de paraatletismo.
11. Velar, responder y reportar mensualmente los bienes y elementos puestos a su disposición para el cumplimiento del objeto contratado.	Realizare la obligación para el mes de febrero al iniciar actividades con la escuela de formación con los elementos deportivos que se me entregaran.
12. Entregar un informe final de forma física y digital de la ejecución contractual, indicando los resultados obtenidos, avances y proyecciones de la escuela de formación.	Entregaré informe final de la ejecución contractual, resultados obtenidos y avances, cuando haya finalizado el tiempo del contrato.
13. Asistir, participar y representar a Cundeportes en todas las actividades, eventos institucionales y demás reuniones que sean convocadas e informadas por la Dirección general o las subdirecciones del Instituto Municipal para la Recreación y el Deporte.	

	 **Reunión general convocada directora**   **Apoyo inscripciones escuelas**
14. Asistir y participar una vez al mes, a las capacitaciones, inducciones, reinducciones, charlas, talleres, y eventos, programados, organizados y convocados por la Dirección General, las Subdirecciones, el Supervisor del contrato, el Grupo Interdisciplinario u /o Coordinador (a), Talento Humano y Sst.	 **Reunión presentación coordinador deporte**

	adaptado  **Reunión con metolodologia** 
15. Las demás que le sean asignadas por el supervisor del contrato y que tengan relación directa con el objeto contractual.	 **Reunión general cuidadores**

Stefany Chiquiza

firma contratista
Nombre Stefany Jeeseth Chiquiza Parra
cargo : Instructora Paraatletismo